



Interview loopbaankeuzes:

Switchen tijdens specialisatie

Monique Derikx. 34 jaar. Besloot tijdens haar specialisatie een switch te maken.

1. In welke fase van je loopbaan en je leven kwam je de keuze tegen? En wat voelde je?

Toen ik op mijn 28^e met de opleiding tot Maag-, Darm- en Leverarts startte, was ik vooral bezig met werk, onderzoek en zorgen dat ik later een goede plek als specialist zou krijgen. Maar een paar jaar later begon ik me af te vragen of ik dit wilde blijven doen; wilde ik echt 60 uur in de week blijven werken, hou ik die nachtdiensten wel vol, en wil ik misschien wel kinderen en hoe combineer ik dat?"

2. Hoe ben je de keuze aangegaan? Welke stappen heb je genomen?

Ik heb lang over het keuzeproces gedaan. Het gevoel dat het niet goed zat, was er al even. Waar ik de eerste twee jaar geen moeite had met de werkdruk of extra taken, leek geleidelijk aan alles steeds moeizamer te gaan. Op een gegeven moment lukte het niet meer. Ik was uitgeput en emotioneel ontregeld. Ik moest naar huis om bij te komen, na te denken en begeleiding in te zetten. Deze periode was heftig voor me. Ik ervoer het als een 'niet kunnen' en 'falen'. Inmiddels zie ik in dat ik het voornamelijk kwam omdat ik niet meer wilde en het daarom niet kon opbrengen. Ik ben daarna in 2 maanden tijd weer het volledig aantal uren gaan werken; het lukte me niet om 'zomaar op te geven' waar ik zo lang zo hard voor had gewerkt. Uiteindelijk adviseerde een vriendin om een coach in te zetten.

3. Wat of wie is van hulp geweest bij de keuze?

Het was voor mij lastig om de situatie en de mogelijkheden te overzien en een goede beslissing te maken. Ik heb daarom het advies om een coach in te zetten opgepakt. Die vriendin adviseerde Touch. Het inzetten van een coach, iemand die buiten de situatie staat en een open mind heeft, heeft mij geholpen om duidelijk te krijgen waar ik tegenaan liep, waarom ik daar tegenaan liep, wat ik graag anders wilde zien en nodig heb.

4. Welke tips heb je voor anderen?

Zoek begeleiding en/of coaching voor moeilijke keuzes en periodes als deze. Neem geen grote beslissingen als de emoties nog een grote rol spelen. En gun jezelf de tijd om jezelf aan te passen, of te veranderen als dat nodig is, om de situatie wel werkbaar te maken.

5. Wat heeft de loopbaankeuze jou gebracht? Wat is je huidige situatie?

Ik ben inmiddels twee jaar in opleiding tot Bedrijfsarts bij de Bedrijfspoli in Nijmegen. Een erg leuk vak waarvan ik eerder nooit had gedacht het leuk te vinden. Verder woon ik samen met mijn partner en zoontje van 9 maanden; gezinsuitbreiding is er dus gekomen en ik ben er dolgelukkig mee. Voor mij is het een goede keuze geweest en ik zou niet meer terug willen naar mijn oude leven. Ik heb een veel betere balans gevonden en kan veel meer tijd besteden aan de voor mij belangrijke dingen in het leven, namelijk de mensen om mij heen.