



Het gebruik van film tijdens loopbaantrajecten

Als het beeld beweegt kun je niet stil blijven zitten

Ria Freijssen

Beeldmateriaal doet zoveel meer dan woorden. Het helpt te associëren, vergemakkelijkt de toegang tot gevoelens en emoties en zet ons aan tot reflectie op een dieper niveau. LoopbaanVisie ontdekte dat er loopbaanprofessionals zijn die filmbeelden inzetten om hun cliënten te helpen een concreet beeld te vormen van hun toekomst. Sommigen laten de cliënt zelf een film maken. Hoe draagt dat bij aan het resultaat van een loopbaantraject?

Loopbaancoach Stephen Steijger gaf een cliënt die onzeker was over zijn (loopbaan)toekomst een fragment mee uit de film *The Secret*. In dat fragment gaat het over de wet van de aantrekkingskracht. De boodschap daarbij getuigt van een soort Aladin-en-de-wonderlamp-principe: doe je wens, geloof er volledig in en wees bereid het gewenste te ontvangen. "Dit fragment gaf ik mee met enkele reflectievragen, zoals 'Hoe kan ik mijn drang naar zekerheid in balans brengen met mijn loopbaanvraag?' Het stukje film maakte mijn cliënt in één klap duidelijk dat zij in een kramp is gekomen door aan het oude en vertrouwde te willen vasthouden. Door dat inzicht ontstond de wens om in beweging te komen en de ruimte om de volgende horde te nemen."

Al langer zijn we eraan gewend dat er tijdens een loopbaantraject ruimte mag zijn voor beeldmateriaal: we laten de cliënt een kaart kiezen uit een ingekochte of zelf aangelegde verzameling kunst- en natuurkaarten. Of we laten een Tarotkaart trekken, een engelenkaartje of een inspiratiekaart. Zelf laten tekenen kan ook: zo creëert de cliënt zijn eigen beeld van de huidige situatie, zijn gevoelens of de toekomst. Betrekkelijk nieuw is het om filmmateriaal te gebruiken. Bewegende beelden en geluid doen nog meer met ons dan de stille kracht van een kaartje.

Wat beelden met ons doen

Uit onderzoek – en natuurlijk ook gewoon uit ervaring – blijkt dat films een positieve uitwerking kunnen hebben op ons, omdat ze ons in contact brengen met het onbewuste, met sluimerende en weggezakte emoties. Films roepen ons wakker, stelt Ed Tan, hoogleraar communicatiewetenschappen aan de Universiteit van Amsterdam. Met name *feel good* films helpen om positieve krachten in jezelf te versterken. Wel moet de film aan bepaalde voorwaarden voldoen, zoals een (herkenbare) hoofdpersoon die moed en doorzettingsvermogen heeft waarmee hij of zij tegenwerkende krachten kan overwinnen. De film *Chocolat* van Lasse Hallström is hier een mooi voorbeeld van.

Films zijn de mythen van onze tijd, zegt Joseph Campbell, professor in de mythologie. In zijn boek 'De held

met de 1000 gezichten' beschrijft hij de universele fasen van veranderingsprocessen aan de hand van de metafoor 'de weg van de held'. Daarmee heeft hij een belangrijk referentiekader geschapen voor vele scenarioschrijvers om hun filmscenario's aan te toetsen. Manfred van Doorn borduurt daar met zijn 'Plannensmederij' op voort en bouwde een uitgebreide lijst met film(fragmenten) op om trainers en begeleiders te helpen in metaforen te leren waarnemen en denken. Met zijn boek 'Het wiel opnieuw uitvinden' zet hij een eerste stap om de menselijke ontwikkeling aan de hand van film in kaart te brengen.

Films brengen ons in contact met het onbewuste en weggezakte emoties

Lidia van Engeland gebruikt filmmateriaal in haar trajecten met loopbaancliënten om hen te helpen zicht te krijgen op die ontwikkeling bij henzelf. "Films kun je eigenlijk voor alle levensthema's en loopbaanvragen gebruiken. Belangrijk is het om de juiste film bij het thema of de vraag te kiezen en daar adequate reflectievragen bij mee te geven. Bijvoorbeeld: 'Waar raakt het verhaal van de film aan jouw eigen verhaal?' of 'Wat zet deze film bij jou in beweging?' Een cliënt reageerde: 'Ik was mijn enthousiasme kwijtgeraakt. Deze film maakte dit weer in mij wakker!' Meestal suggereer ik om de film ook samen te bekijken met een partner of vrienden." Een favoriete film van haar is 'Das Leben des Anderen', die je goed kunt gebruiken als je uitwisselt over waarden in werk en leven. Waar blijf je aan trouw als je onder extreme omstandigheden moet overleven? Wat raakt je dan het meeste? Hoe maak je van daaruit dan je keuzes? Zo kom je tot de kernwaarden bij iemand. Van daaruit kun je bouwen aan de toekomst.

Lidia koppelt haar passie voor begeleiden en films aan elkaar en besteedt veel tijd aan het zoeken naar de meest geschikte films. Soms is een film mooi, maar is

het niet makkelijk de boodschap of de juiste thema's eruit te pikken die bruikbaar zijn in de loopbaanpraktijk.

De keuze voor het juiste beeld

Stephen Steijger geeft vooral fragmenten van films en documentaires mee. Het is de uitdaging het juiste fragment bij de juiste persoon te kiezen. Waar een hele film breder inzetbaar is, moet het fragment direct to the point zijn. Zelf fragmenten zoeken vindt hij het leukst, omdat de fragmenten dan exclusief zijn en uniek voor zijn stijl van begeleiden. Bijna elke ochtend neemt hij de televisiegids door om op zoek te gaan naar goede fragmenten, dikwijls op YouTube. Hij voegt ze toe aan zijn groeiende overzicht met stukjes filmmateriaal om in te zetten tijdens begeleiding. Naar die fragmenten verwijst hij zijn cliënten door. "Zelfs stukjes uit een programma als *The X-Factor* zijn prachtig omdat ze gaan over doorzettingsvermogen, lang gekoesterde dromen, omgaan met succes, stress, blinde vlekken, familiesystemen en afwijzing. Een opmerkelijk en bruikbaar fragment over de mismatch van loopbaankeuzes en blinde vlekken is bijvoorbeeld de auditie van Timmy tijdens een recente editie van *The X-Factor*" (zie kader).

Een grote stap verder is het om je cliënten zelf filmmateriaal te laten maken. Annemarie van Buuren vormt met 2 collega's de maatschap Spring (de titel verwijst zowel naar lente als naar vooruitgang), waarin zij hun cliënten de mogelijkheid bieden zelf met de (film)camera aan de slag te gaan. Deelnemers uit hun trainingen maken een film of fotoboek over hun eigen leven, met als doel de balans op te maken van hun leven tot nu toe, hen te helpen in beweging te komen en een beeld op te bouwen van hun toekomst. Spring werkt ondermeer met allochtone vrouwen in de bijstand, voor wie de Nederlandse (gesproken en geschreven) taal lastig is. Met beelden ontstijgen ze die beperking en kunnen ze zicht krijgen op het werk dat ze zouden willen vinden.

"We werkten met een groep van 10 allochtone vrouwen uit Delfzijl, van wie er 5 een film en 5 een fotoboek maakten", aldus Annemarie. "Toen iedereen klaar was, gaven ze in de theaterzaal van Delfzijl een presentatie van de resultaten, met hun families er bij. Het was een enorm



Tips voor het werken met filmmateriaal

- Als je voor een specifiek filmfragment kiest, maak dan een weloverwogen keuze voor dat fragment. Of je dat vooraf mededeelt aan je cliënt is iets anders.
- Kies je voor een hele film, dan is er meer ruimte voor je cliënt om te associëren en zelf de meest treffende momenten eruit te pikken.
- Films stellen eisen aan het reflectievermogen van cliënten. Zij moeten de vertaalslag kunnen maken van de film naar hun eigen thematiek.
- Koppel aan de films en fragmenten altijd reflectievragen voor je cliënt.
- Geef alleen tips mee van films die je zelf goed kent.
- Mocht je iets willen laten zien tijdens het gesprek, neem er dan de tijd voor.

succes en ook erg ontroerend hoe schijnbaar kansarme vrouwen toch zelf de draad van hun leven weten op te pakken en in beeld vorm kunnen geven. De vrouwen ervaren ineens weer ruimte na een lange periode van stilstand." Inmiddels worden de resultaten ook concreet. Een van de vrouwen startte een nagelstudio, een ander een ontwerp bureau voor grote kledingmaten, een derde een kinderproject op school.

Meer dan wanneer je filmtips of concrete fragmenten meegeeft, vraagt deze werkwijze om investering op verschillende niveaus. Alle vrouwen kregen een camera mee, en die moeten dus voorhanden zijn. Dat lukte Spring via een subsidie van de Sociale Dienst Noord-Oost Groningen. Maar ook moeten de deelnemers een forse tijdsinvestering kunnen en willen doen. De betrokken professionals moeten de techniek van filmen en fotografie beheersen en in staat zijn het filmen te begeleiden en de gemaakte opnames te monteren.

Wat mag wel/niet?

Mag je zomaar gebruik maken van filmmateriaal? Op YouTube en via andere (internet)media is natuurlijk een schat aan beeldmateriaal beschikbaar en iedereen heeft er toegang toe. Volgens de Wet Vertoningsbeperking zou je die mogen kopiëren en gebruiken mits je verwijst naar de bron. Het boekje '101 Filmfragmenten' van Becky Pike Pluth geeft een heleboel tips voor beeldmateriaal dat je kunt gebruiken, vooral voor trainings- & onderwijsdoeleinden. Anderzijds is filmgebruik voor commerciële doeleinden illegaal, zoals ook voor het gebruik van muziek in trajecten en trainingen een SENA-licentie nodig is. Je maakt dan namelijk inbreuk op de auteursrechten en riskeert eisen tot schadevergoeding. Op een oproep van LoopbaanVisie via LinkedIn over het werken met film(fragmenten) kwam onder andere een reactie van het Training Facilities Center TFC die nadrukkelijk wijst op de illegaliteit van filmgebruik in trainingen. Wel is zij zelf ook een commerciële speler. Via TFC zijn wel DVD's op licentiebasis beschikbaar waarmee je gratis previes kunt downloaden.

LoopbaanVisie is er nog niet uit. Het lijkt geen enkel probleem om je cliënten te wijzen op bepaalde films, YouTube filmpjes en documentaires; die zijn immers vrij

toegankelijk en gebruik je op deze wijze niet voor commerciële doeleinden. En denk ook eens aan het Nederland Instituut voor Beeld en Geluid in Hilversum, waar je met een licentie kunt putten uit een enorm reservoir aan beeldmateriaal. Verwijs in elk geval altijd naar de bron. Het zelf (laten) maken van films is natuurlijk vrij van rechten, hoewel de vertoning ervan kan worden gereguleerd door de betrokken filmmaker(s) zelf. Het vertonen van filmmateriaal tijdens trainingen lijkt ons een actie waaraan auteursrechtelijke kanten kleven... Het is opvallend hoe vaak we dat doen tijdens presentaties, workshops en trainingen! ■

Referenties en bronnen

- www.youtube.nl: oneindige bron van korte (meest amateur) filmpjes.
- <http://portal.beeldengeluid.nl>. Site van Nederlands Instituut voor Beeld en Geluid.
- www.academia.nl/licentie: reservoir aan beeldmateriaal voor als je een licentie hebt.
- www.surffoundation.nl: geeft informatie over de Wet Vertoningsbeperking.
- www.hartenziel.nl: artikelen over hoe mensen geraakt werden door speelfilms.
- www.plannensmederij.nl: overzicht films van Manfred van Doorn.
- <http://tiny.cc/ZgcPy>: auditie Timmy bij The X-Factor.
- *Becky Pike Pluth. 101 Filmfragmenten voor training en opleiding.* ISBN 9789058711397.

LoopbaanVisie ontving diverse filmtips na haar LinkedIn oproep. Interesse? Mail naar redactie@loopbaan-visie.nl.

Websites van geïnterviewden

Stephen Steijger: www.optimaal-talent.nl.

Lidia van Engeland: www.overdenoordzee.nl.

Annemarie van Buuren: www.plaatwerkfotografie.nl.

De website van Spring is in ontwikkeling.