

Het Financieele Dagblad

Sinds dat ongeluk ben ik een soort wokkel'

Elke van Boxmeer 13.15

Marjolein Berendsen (38) werkte als accountmanager toen ze een ernstig auto-ongeluk kreeg. Ze besloot haar leven radicaal om te gooien. 'Dat ik los ben gekomen van presteren en status is mijn grootste cadeau ooit.'



Foto (eigen collectie)

Cv

1982 Geboren 16 augustus te Velp

2005 Hogere Hotelschool, Den Haag

2006 Uitzendbureau A&E

2007 Wervingsbureau Harvey Nash

2007 Cursus Reiki Master, Diemen

2009 Natuurgeneeskundig therapeut, Utrecht

2009-heden Oprichter ZoMa Opleidingen

Een weekendje naar de sauna om even bij te komen van haar drukke baan. Dat was het idee. Berendsen is op weg naar huis, net voorbij Culemborg, als ze vanuit haar ooghoek een man ziet die met zijn auto dicht op zijn voorganger zit. En dan gaat het mis.

‘De auto voor hem remde. Op dat moment keken we elkaar aan, een snelle blik. Toen gooide hij zijn stuur opzij.’ Berendsen rijdt op de middelste baan en kan geen kant op. Haar auto tolt direct. ‘De adrenaline gierde door mijn lichaam. Doordat de sloot opeens dichtbij kwam ben ik als een gek gaan tegensturen.’

Het was het einde van de middag en dus druk op de weg. Met hoge snelheid stuitert haar auto via de vangrail de weg over. Op de linkerbaan komt ze uiteindelijk stil te staan. ‘Ik zag auto’s met een noodgang op me af komen.’

Bont en blauw

Tot op de dag van vandaag snapt ze niet hoe het kan dat ze niet is geraakt. Toch zat haar hele auto in elkaar. Een man die het zag gebeuren, ‘een militair, dat vergeet ik nooit meer’, vroeg haar naam. ‘Ik wist het niet. Ik was in totale shock.’ De politie die erbij kwam noemde het een wonder dat ze het heeft overleefd. Met een ambulance werd ze naar het ziekenhuis gebracht. Dezelfde avond was ze alweer thuis. Bont en blauw, dat wel. ‘Ik werk volgende week wel weer, dacht ik.’ De volgende morgen kon Berendsen haar hoofd niet optillen. Ze had extreme hoofdpijn en licht en geluid kon ze amper verdragen. Het is ernstig, besefte ze.

‘Mijn grote auto duwde jouw kleine wagentje zo van de snelweg af, zei hij.’

Met de man die verantwoordelijk was voor het ongeluk verliep het contact moeizaam. ‘Hij deed het allemaal wat cynisch af. Mijn grote auto duwde jouw kleine wagentje zo van de snelweg af, zei hij. Dat vond ik moeilijk.’ Berendsen besloot al het verdere contact via de verzekering te laten lopen.

Het was de tweede keer in korte tijd dat ze die verzekering nodig had. Een paar weken daarvoor was ze betrokken bij een kop-staartbotsing. 'Ik was er net van bijgekomen.' Deze keer had ze minder geluk. Er volgde een zwaar revalidatieproject. Bijna een jaar lang onderging ze verschillende vormen van therapie. Die moesten ervoor zorgen dat Berendsen een dag kon leven zonder pijn. Dat ze weer iets kon tillen. 'Ik kon nog geen kopje thee zetten voor mezelf. Alles deed zeer, ieder vingerkootje, mijn enkel, mijn rug, alles.'

Doodsangst

Niet alleen fysiek was er veel werk te doen. Al snel na het ongeluk merkte ze dat ze er mentaal ook doorheen zat. 'Ik woonde in die tijd vlak bij de A2. Er hoefde maar een auto te remmen 's nachts en ik zat rechtop schreeuwend in mijn bed.' Er werd een posttraumatische stressstoornis (PTSS) geconstateerd. Die diagnose voelde voor haar als een bevestiging. Met behulp van EMDR-therapie, waarbij een trauma wordt verlicht door te bewegen met de ogen, kwam ze haar doodsangst te boven.

Op haar werk voelde ze de druk weer aan de slag te gaan. 'Wanneer ben je er weer, vroegen ze. Ze zagen niets aan me. Je kunt beter je been breken en in het gips moeten, dan dat je lichaam schots en scheef staat.' Berendsen wilde zelf overigens ook weer snel aan de slag, maar haar revalidatie stond dat in de weg. Het ging bergafwaarts met haar. Haar vertrouwen in het leven was weg. 'Ik voelde me vreselijk eenzaam in die tijd.'

Werk in een mannencultuur

Haar revalidatiearts confronteerde haar hiermee. 'Hij vroeg me wat er op mijn grafsteen moest komen te staan als ik nu dood zou gaan. Ik begon vreselijk te huilen. Dat kwam zo binnen.' Ze realiseerde zich dat haar leven draaide om het halen van de ene na de andere doelstelling in haar werk. 'Ik voelde er niets bij. Toen realiseerde ik me wat er op mijn grafsteen moest komen te staan: Dat ik er voor mensen ben.'

Een paar jaar daarvoor was Berendsen begonnen met een opleiding tot natuurgeneeskundig therapeut. 'Ik voelde dat het bij me paste, maar ik durfde het niet aan om er vol voor te gaan.'

Tot ze terugkeerde bij haar oude werkgever en merkte dat het vertrouwen niet meer te herstellen was. 'Ik werkte als accountmanager in een mannencultuur. Daar paste ik eerst prima tussen, maar nu niet meer.' Gesterkt door het gesprek met de revalidatiearts besloot Berendsen definitief te stoppen en haar eigen praktijk te openen. Het voelde goed. Binnen een paar jaar groeide de praktijk uit tot een opleidingscentrum voor holistisch therapeuten.

'Wat had ik dan moeten doen, op mijn 27ste nooit meer auto rijden?'

Fysieke klachten heeft Berendsen vandaag de dag nog steeds. Haar ene schouder staat iets naar voren. Haar heup staat scheef. 'Ik ben een soort wokkel.' Sporten helpt haar om te gaan met de pijn. Terug in de auto stappen durfde ze een tijdlang niet. Daar was een slipcursus voor nodig. 'Zwetend en trillend zat ik in de auto.' Toch wilde ze doorzetten. 'Wat had ik dan moeten doen, op mijn 27ste nooit meer auto rijden?'

Therapeuten opleiden

Langs Culemborg rijden bezorgt haar nog altijd een onrustig gevoel. 'De plek die mijn leven op zijn kop heeft gezet.' Toch gaat het goed met Berendsen. Alleen het harde werken herinnert haar nog aan haar oude leven. 'Dat doe ik nog steeds, maar nu is het me niet te doen om het presteren. Ik leid therapeuten op vanuit mijn hart. Dat is mijn grootste cadeau.' Ze deelt regelmatig haar verhaal, niet in de laatste plaats omdat mensen denken dat het succes haar is komen aanwaaien.

'Wat je meemaakt, hoe heftig ook, gebruik het om erachter te komen wat je echt blij maakt. Dat gun ik iedereen.'