

Foto's die je gevoel bespreekbaar maken

Voor Wendy Boon (40) uit Geleen stonden de afgelopen drie jaar in het teken van 'oude verhalen' loslaten. Ze gooide het roer volledig om. "Van niet meer willen leven naar dat doen waar ik goed in ben", zegt ze er zelf over.



Wendy Boon

“Dat dit proces van mijn leven en nog zoveel meer nu in een doosje zit, had ik niet kunnen bedenken”, begint Wendy haar verhaal. “Ik zat vast in het leven. De baan die ik had als beeldend therapeut in de geestelijke gezondheidszorg vond ik leuk maar vergde, als jezelf niet lekker in je vel zit, veel van mij. Mijn (donkere) gevoelens blokkeerden mijn passies. Ik werd steeds ongelukkiger en de wereld om me heen werd steeds donkerder.”

Van binnen naar buiten

In 2018 hakte ze de knoop door. “Ik kreeg geen contractverlenging en werd als het ware gedwongen om andere stappen te zetten. Dat was een moeilijke tijd. Ik zat zo diep dat ik mezelf tot mijn 40ste de tijd had gegeven en anders hoefde het voor mij niet meer. Ik probeerde van alles om me maar beter te voelen, maar echt naar binnen kijken vond ik doodeng. In een laatste poging deed ik dat alsnog. Dwars door al mijn weerstand heen.”

Zo kwam ze tot de beslissing om zelfstandig ondernemer te worden. En haar passie voor het fotograferen en schrijven te volgen. Ze bloeide volledig op en ontwikkelde het carddeck 'van binnen naar buiten'. Jarenlang had ze namelijk tijdens de therapieën die ze gaf aan cliënten in de geestelijke gezondheidszorg en psychiatrie foto's ingezet. “Ik zag hoe verhelderend ze voor de ander konden werken en hoe ze een ingang boden naar de gevoelswereld van de ander. 'Grote' gevoelens werden door de foto's overzichtelijker, beter behapbaar en bespreekbaar.”

“Mijn eigen ervaringen in het leven en mijn ervaringen als therapeut komen in het carddeck samen”

Eigen ervaringen

Dit bracht haar op het idee om haar passie fotograferen en schrijven samen te voegen. Zo ontstond het carddeck 'van binnen naar buiten'. Een set van 41 kaarten met zelfgemaakte foto's, teksten, een boekje met evenveel korte verhaaltjes en een beknopte handleiding. Ze kunnen gebruikt worden als tool tijdens therapie-sessies, coachingsgesprekken of groeps-werk. “Maar ook voor thuis om alleen of samen met een ander te gebruiken”, benadrukt ze. “Mijn eigen ervaringen in het leven en mijn ervaringen als therapeut komen in het carddeck samen. Ik wil anderen hiermee inspireren om anders naar het leven en naar zichzelf te kijken. Aanmoedigen, herkenning en erkenning geven. Je ben immers nooit alleen.”

En de volgende droom van Wendy? “Een carddeck in het Engels uitgeven en een expositie”, besluit ze met een glimlach.

wendyboonfotografie.nl