

ANN DE BISSCHOP (50)

DIRECTOR COMPANY IDENTITY
& WELLBEING MEDIALAAN

Wat doe je als je de vraag krijgt directeur radio bij Medialaan te worden? Je denkt er even over na en je beslist dat je op dat aanbod niet nee kunt zeggen. Zo ging het toch bij mij. Ik was vijftien jaar commercieel directeur van de radiozenders van Medialaan, en die nieuwe functie was een mooie promotie, een blijk van erkenning. Toch begon ik me daarna vragen te stellen. Maakte de nieuwe functie me gelukkiger? Het antwoord was nee. Was ik in balans? Eigenlijk niet.

“Het zette me aan het denken. Achttien jaar werk ik ondertussen bij Medialaan en ik ben in die tijd vaak over mijn grenzen gegaan. Ik wilde altijd maar sneller en meer, en bakende die grenzen helemaal niet af. Ik heb twee fantastische kinderen, maar ik besef dat ik mijn baan heel vaak op de eerste plaats heb gezet. Gelukkig zijn mijn kinderen heel zelfstandig. Alleen zie ik nu wel dat het ook anders kan. Ik wil daarom een leven dat meer in balans is. Mijn

“Ik moet nog leren dingen los te laten”

lichaam gaf me trouwens voldoende signalen dat ik niet goed bezig was.”

Werken aan zee

“In mijn nieuwe functie vind ik wel evenwicht. Ik vind het nog altijd moeilijk mijn laptop 's avonds op tijd dicht te klappen, maar in het weekend staat de computer niet aan. Niet werken in het weekend, neem ik heel letterlijk. In ons buitenverblijf aan zee staat zelfs geen wasmachine. Ik begrijp niet waarom iedereen daar wel zo'n toestel zet. Ik ga niet naar zee om opnieuw te werken (*lacht*). Ik leef daar helemaal anders.

“Toch kan ik ook rust vinden door gewoon thuis in de zon gezellig een boek te lezen. Het klinkt misschien vreemd, maar ik ben op die momenten ook graag eens alleen, zonder man en kinderen. Zodat ik gewoon tijd voor mezelf kan nemen. Dat doe ik ook wanneer ik naar de yogales ga. De eerste keren vroeg ik me daar wel af of ik echt zo lang moest stilzitten (*lacht*). Ik ben meestal nogal actief. Aan mijn Fitbit ben ik bijvoorbeeld verslaafd, ik wil echt 10.000 stappen per dag halen.

“Tegelijk besef ik dat het goed voor me is het soms rustiger aan te doen en bijvoorbeeld even te mediteren. Heel moeilijk vind ik dat, want de gedachten in mijn hoofd staan nooit stil. Voor mijn boek sprak ik met Evi Hanssen en zij kijkt uit naar meditatie zoals een

kind naar een snoepje. Zover ben ik nog niet. Ik merk dat meditatie goed voor me is, maar ik moet nog leren dingen los te laten en de denknop even uit te zetten.”

Minder werken

“Dat ik me vandaag meer op al die dingen kan toelagen, heeft er natuurlijk mee te maken dat ik minder werk. Twintig jaar geleden was me dat niet gelukt. Minder werken betekent ook minder inkomsten. Je moet beslissen wat je belangrijker vindt: meer rust en kwaliteit in je leven, of meer geld op je bankrekening?

“Ik moet toegeven dat ik ook even moest nadenken over die keuze. Zodra je uit het directiecomité stapt, stap je ook uit een gouden kooi. Dan vallen er plots ook een heleboel voordelen weg. Komaan, Ann, die kun je toch niet opgeven, heb ik nog gedacht. Maar voor alles is een tijd. Ik verdien minder dan vroeger, maar ik heb een fantastische baan die ik combineer met het geven van lezingen en consultancy. Het is zalig mijn horizon zo te verruimen. Ik heb nog geen seconde spijt gehad van mijn beslissing.” ☉

Ann De Bisschop, Aftellen naar maandag. Hoe slimmer werken je gelukkiger maakt, Borgerhoff & Lamberigts, 192 blz., 22,99 euro

Sjoukje Smedts, fotografie Jelle Vermeersch

