

■ “Onze begeleiding doet je stilstaan bij de volgende stappen in je loopbaan”

Je hoort het steeds vaker: verhalen over mensen die vastzitten in hun job of te maken krijgen met een burn-out. Een ziekte van de tijd, hoor je dan. Het is geen ziekte, maar je kan het wel voorkomen. Loopbaanbegeleiding is één van de mogelijkheden om niet geblokkeerd te raken. Loopbaancoach Elke Pelemans vertelt er ons alles over.

Wat houdt loopbaanbegeleiding in?

Elke: “In een carrière heb je heel wat verschillende fases. Loopbaanbegeleiding ondersteunt je, als werknemer of zelfstandige, bij de volgende stap in je loopbaan. In een reeks gesprekken staan we stil bij je interesses, mogelijkheden en kansen. Wil je je talenten beter in kaart brengen? Ben je toe aan een nieuwe job en weet je niet welke? Merk je dat je werkwaarden verschuiven als jonge ouder of naar aanleiding van ingrijpende gebeurtenissen in je leven? Hoe kan je je loopbaan in schoonheid afsluiten en de overstap maken naar een nieuwe fase in je leven? Het zijn vragen waarmee je te kampen krijgt. Tijdens de loopbaanbegeleiding zoek je samen je coach naar antwoorden.”

Hoe ben je met loopbaanbegeleiding begonnen?

Elke: “In januari 2005 kreeg ik de kans om een loopbaanmethodiek te ontwikkelen vanuit het model van Oplossingsgericht Coachen. Het was liefde op het eerste gezicht.

Elke Pelemans helpt je bij keuzes in je loopbaan.



Ik ontdekte een vak waarin ik al mijn fascinaties kwijt kon: mensen lezen en bewegen vanuit hun eigen (loopbaan)verhaal. Maar de werkomgeving paste niet bij mij. Enkele jobs en enkele opleidingen later was het duidelijk dat ik mijn eigen weg moest gaan. Intussen werk ik 10 jaar als zelfstandig coach en trainer. Het heeft me geleerd dat werk maken van werk één van de krachtigste manieren is om een leven te creëren dat werkt. Sinds juli 2017 ben ik loopbaancoach bij WERK MET ZIN voor de regio Stabroek - Kalmthout - Essen.”

Hoe ga je tewerk tijdens een eerste gesprek?

Elke: “In een eerste sessie vraag ik wat de aanleiding is voor het gesprek. Het geeft de kans om alle vragen, twijfels en frustraties uit te spreken. Zonder censuur. Dat is meteen ook het grote verschil tussen praten met een partner of een vriend(in) en praten met een loopbaancoach. Je hoeft geen rekening te houden met de reacties van de andere partij. En dan is het aan mij om al meteen wat losse draadjes te verbinden. Zo krijg je een gevoel van een richting die je uitgaat. Na zo'n eerste gesprek zeggen mensen steevast iets als 'Amai, wat een verschil tussen hoe ik me nu voel en hoe ik daarstraks binnenkwam'. Er is meer rust, meer helderheid en meer richting gekomen. En dan zijn we vertrokken.”

Welke methodes gebruik je?

Elke: “Ik gebruik alles wat er in mijn rugzak zit. Mijn professionele ervaring als methodiekontwikkelaar, als leidinggevende, als trainer in leiderschap en als adviseur personeels- en organisatie-ontwikkeling, mijn kennis van de arbeidsmarkt... Afhankelijk van de persoon en de vraag zal ik andere dingen uit mijn rugzak pakken. In die zin is elk loopbaantraject anders. Ik geloof niet in standaardtrajecten en testbatterijen. Daarmee gaat de eigenheid van mensen verloren. Als mensen gezien en gehoord worden, komen ze vanzelf in beweging.”

Wat is het einddoel van loopbaanbegeleiding?

Elke: “Door de gesprekken en thuisopdrachten, zet je stappen om een nieuw loopbaanperspectief te maken. Dat betekent voor iedereen iets anders: een nieuwe job zoeken, een opleiding gaan volgen, een goed onderbouwd gesprek met je leidinggevende over je takenpakket, de beslissing om zelfstandig te worden...”

De Vlaamse Overheid stimuleert jullie werk via loopbaancheques. Waarom doet ze dat?

Elke: “Dat heeft te maken met de arbeidsmarkt van vandaag. We werken niet langer levenslang bij dezelfde werkgever. Daarom is het belangrijk om je loopbaan in eigen handen te nemen. Zelfsturing heet dat. Het veronderstelt dat je weet wie je bent en waar je tot je recht komt. Niet vanzelfsprekend. Daarom is het systeem van de loopbaancheques in het leven geroepen. Het geeft zoveel mogelijk mensen de kans om aan een voordelig tarief loopbaanbegeleiding te volgen.”

INFO: www.vdab.be/loopbaanbegeleiding

Heel wat mensen vinden het niet makkelijk om zomaar bij een loopbaancoach binnen te stappen. Helemaal te begrijpen. Daarom is er COFFEE & COACH. Wil je eerst even weten of het klikt? Gewoon je vraag of situatie eens voorleggen bij een lekkere koffie of thee op een toffe plek in Kalmthout? Welkom. Elke maakt gratis een half uur tijd voor jou.

In het OKA-Cultuurcafé

- zo 15 april van 11 tot 13 uur
 - wo 25 april van 19 tot 21 uur
 - wo 16 mei van 19 tot 21 uur
 - wo 13 juni van 19 tot 21 uur
- In de cafetaria van het Arboretum
- zo 6 mei van 10 tot 12 uur
 - za 2 juni van 10 tot 12 uur

Meer data vind je op www.werkmetzin.be.
INFO: 0486 62 43 99