



**'Ik begin altijd met een zelfanalyse: wie ben je en wat wil je?'**

**Elze Aartman (39) is getrouwd en heeft 2 kinderen van 11 en 8. Ze is loopbaancoach en personal coach in Voorhout.**

'Waarom geeft mijn werk geen energie en ben ik continu gestrest? Met die vraag klopte een cliënt bij me aan. Ik probeerde erachter te komen wat deze vrouw ervan weerhield van baan te switchen. Wat bleek? Van huis uit had ze meegekregen dat een kantoorbaan waarin ze maatschappelijk verantwoord bezig was het beste voor haar zou zijn. En dat zat haar erg in de weg, want eigenlijk was het haar droom om nagelstiliste te worden.

Ik begin altijd met een zelfanalyse: wie ben je en wat wil je? Daarna gaan we achterhalen wat je belangrijk vindt in een baan en waar je passie en kwaliteiten liggen. Als we dat 'wat kan ik'-deel helder hebben, kunnen we gericht op zoek gaan naar een passende baan of eventueel een opleiding.

Tegenwoordig zijn er veel coaches, ook zonder opleiding. Heel kwalijk. Zelf heb ik een post-hbo-opleiding tot coach gevolgd en aanvullende trainingen gedaan. En ik blijf mezelf bijscholen. Maar het vak vereist méér: zelfkennis is ook heel belangrijk. Als een cliënt bijvoorbeeld net als ik perfectionistisch is, moet ik mijn eigen gevoel opzijzetten. De cliënt reageert niet hetzelfde als ik. Coaching is allesbehalve zweverig. Ik zet mensen juist met beide benen op de grond. Zodat ze een bewuste keuze maken voor een vervolgstap in hun carrière. Want als je leuk werk hebt dat bij je past, ben je een stuk gelukkiger.'

[www.ea-coaching.nl](http://www.ea-coaching.nl)