

“Zoeken naar evenwicht”

‘ILSE IS EEN SWEET BITCH’. DIT LAZEN WE TOEN WE DE SITE VAN PERSONAL COACH ILSE VACKER OPENDEN. WE BELLEN AAN BIJ HAAR THUIS IN OOSTKAMP EN WORDEN ONTVANGT DOOR EEN VRIENDELIJKE, KNAPPE, JONGE VROUW - ILSE IS PAS 28 – DIE ONS MET HAAR NATUURLIJKE FLAIR METEEN AL EEN GOED GEVOEL GEEFT. • Mia Vanacker •

Want dat is wat Ilse in haar job nastreeft. Haar ‘coachees’ weer een goed gevoel geven, zorgen dat mensen weer goed in hun vel zitten, zich weer gelukkig voelen, hun leven weer op de rails krijgen. Het principe van personal coach is in België minder ingeburgerd dan elders in de wereld, zoals bij voorbeeld in Groot-Brittannië. Daar is het voor Ilse trouwens allemaal begonnen.

Kom je in België voldoende aan de bak als personal coach ?

“Toch wel. Ik ben afgestudeerd als graduaat orthopedagogie en studeerde daarna zaken bij als psychopedagogisch counselor en theatertherapeute. Na mijn studies heb ik deeltijds in dienstverband in de bijzondere jeugdzorgsector gewerkt en de ander helft woonde en werkte ik in London. Daar is het principe van personal coaching al veel meer ingeburgerd. Nu ben ik een kleine twee jaar in België en werk volledig zelfstandig. Ik werk van hier uit in Oostkamp, maar ik heb ook een vaste stek in Antwerpen. Momenteel begeleid ik een twaalftal mensen en dat gaat van topsporters, tot politici, BV’s, huismoeders, studenten, kinderen. Toen ik in België kwam, heb ik mijn job uitgebouwd en bekendheid gegeven door veel interviews te doen, maar de beste reclame was en is de mond-tot-mondreclame.”

Hoe begin je aan zo’n coachingsessie ?

“Ik heb een aantal zeer belangrijke principes principes. Hoog bovenaan het lijstje staat discretie. Je moet mij dus ook niet vragen naar namen van (bekende) klanten. Uit respect voor de mensen -tenzij

ze dat zelf expliciet willen – doe ik dat niet. Als de mensen mij contacteren, dan spreken we af, waar ons het beste lijkt. Ik laat de mensen naar mij komen, maar evengoed ga ik naar hen toe of werken we op locatie. Wat ik ook heel belangrijk vind, is dat de mensen zich bij mij op hun gemak voelen. Daarom wil ik hen het gevoel geven dat we samenwerken. Ik sta als coach niet boven hen. Een sessie begin ik altijd met het uitstippelen van een veilig kader.

Mensen moeten inzien dat dit echt wel bij is.”

Met welke groep mensen werk je het

“Eigenlijk werk ik het liefst met vrouwen. My komt dat omdat ik mezelf herken in hun prof hun interesses. Ik vind het ook heel interessant vrouwen te zien groeien in hun proces, in hun tocht naar een nieuw evenwicht en gelukkig hebben mensen maar één of twee sessies anderen kan ik gedurende één jaar een beetje zien. Ik wil een aantal handvaten aan mensen helpen om het leven te leiden door vooropstellen. Ik ben niet goedkoop, maar sultaat. Zelfvoel ik mij het beste als coach als mensen niet te lang hoeven komen. Fger ze het gevoel krijgen, dat ze weer gelukkig leven hebben, hoe beter.”

Coach je jezelf al eens ?

“Toen ik begon, ben ik zelf naar een psycholoog geweest om inzicht te krijgen in hun manier werken. Ik vond het belangrijk om mijn eigen te vinden. Daar heb ik het belang van de directe aanpak in coaching ontdekt. Het gebeurt al eens dat mijn man zegt : ‘Heb een schriftje gekocht’. Dan moet ik toegevoegde bepaalde methodieken op mezelf toegevoegd. Eigenlijk is mijn grootste coach mijn vader. Als psychopedagogisch werker in een C heeft mij geleerd om zuiver en puur te zijn en, en altijd een eerlijk geweten voorop te zetten. In die geest werk ik ook met mijn klanten.

www.coachnocouch.be



- Over de quotes op haar website : “Die uitspraken moet je in hun context zien, maar volgens mij zijn ze typerend voor mijn manier van werken. Een onconventionele, persoonsgerichte en individuele aanpak.”
- Over haar privéleven : “Mijn man en ik zien elkaar ondanks onze drukke jobs toch vaak. Al moeten we daarvoor al eens een briefje aan de frigo plakken.”