

Elke Van Hoof (Bonheiden, 03/03/1976) is klinisch psycholoog en professor Gezondheids- en Medische Psychologie en eerstelijnspsychologie verbonden aan de Vrije Universiteit Brussel met stress, trauma, emotieregulatie en psycho-oncologie als specialisaties.

Nadat ze in 1999 als klinisch psycholoog afstudeerde aan de VUB, begon Elke Van Hoof onmiddellijk aan haar doctoraatsonderzoek „*Chronic Fatigue Syndrome and related disorders: studies on neurocognitive and psychological functioning*“. In de marge van dit doctoraat ontdekte Elke het belang van chronische medicamenteuze behandeling op levenskwaliteit en functioneren. In het belang van haar doctoraatsonderzoek dienden deelnemers namelijk medicatie-vrij te zijn: een alternatief voor de medicatie om eenzelfde welbevinden te behouden drong zich op. Tijdens deze periode groeide dan ook de interesse in burn-out en de natuurlijke hulpbronnen die op dit moment centraal staan in het onderzoek van Elke Van Hoof. Na het behalen van haar doctoraat is Van Hoof tot op heden werkzaam gebleven bij de VUB. Daarnaast startte ze een praktijk als klinisch psycholoog waar ze voornamelijk chronisch medische aandoeningen behandelde.

Naast een carrière aan de VUB en als klinisch psycholoog, werd Van Hoof in 2009 diensthoofd van het Kankercentrum waar ze verantwoordelijk was voor het verbeteren van de kankerbestrijding in België. Onder de deskundige leiding van Van Hoof werd het Kankercentrum een waardevolle speler in de kankerbestrijding. Of zoals de patiëntenverenigingen en professoren zoals prof. Van Belle (UGent) steeds aangaven: "*het centrum dat van vele spelers één geheel maakte*". In dezelfde periode ontwikkelde Van Hoof ook een bijzondere interesse voor de arbeidsgelateerde klinische psychologie en specifiek voor onderwerpen als stress en burn-out. Ooit geloofde Van Hoof dat stress een uitsluitend negatief fenomeen was, maar toen ze halverwege de dertig was, kwam ze er achter dat ze zelf leed aan toxische stress met symptomen als mentale vermoeidheid en uitputting tot gevolg. Na grondig onderzoek te voeren over stress, kwam ze er echter achter dat het ook een positieve kant heeft en in een voordeel omgesmeed kan worden.

Deze verworven inzichten wilde Van Hoof dan ook graag met de wereld delen, waardoor ze in 2013 volledig terugkeerde naar haar eerste grote liefde: de arbeidsgelateerde klinische psychologie. In eerste instantie verlegde Elke haar focus naar haar praktijk klinische psychologie waar ze zich toelegde op stress en burn-out, omgaan met kanker, aanpassingsproblemen en traumaverwerking. Daarnaast kreeg Elke vanuit haar expertise als psycholoog steeds meer de vraag vanuit het bedrijfsleven om het beleid voor werknemers met chronische medische aandoeningen mee vorm te geven. Ook kreeg ze veel meer vragen over het onderwerp stress. Doordat hierrond een grote onderzoeksmatig leemte bestond, besloot Elke Van Hoof Ally Institute vzw op te richten. Daarmee voert ze fundamenteel wetenschappelijk onderzoek naar stress en burn-out. Daarnaast richtte ze Huis Voor Veerkracht op, een expertisecentrum omtrent stress en burn-out waarin ze werkbare best practices voor werknemers, wergevers en hr-managers ontwikkelt. Bovendien schreef Elke Van Hoof ook verschillende boeken over stress en burnout, waaronder *First Aid for Stress en Burnout*, en is ze een veelgevraagd spreker voor events, conferenties en praatprogramma's. Dit steeds vanuit een tweeledige visie op het behandelen van stress en burn-out: enerzijds door de eigen natuurlijke hulpbronnen te activeren, anderzijds door de belastbaarheid te vergroten.

Dankzij deze unieke carrière en verschillende initiatieven houdt Elke Van Hoof de vinger aan de pols van de academische wereld, het werkveld en de psychologie, waardoor ze unieke inzichten kan verwerken in de arbeidsgelateerde klinische psychologie. Door deze unieke visie, is Elke Van Hoof ook een veelgevraagd expert in verschillende beleidscommissies, zoals de psychologencommissie, de Hoge Gezondheidsraad en het kenniscentrum Arbeidsongeschiktheid (RIZIV/INAMI). Mensen leren hoe ze de beste versie van zichzelf kunnen zijn, ongeacht de context, dat is de grootste drijfveer van Elke Van Hoof.