

5 stappen naar je **droom baan**



RE-JOB

Talent is altijd
onderscheidend.
Het is iets
wat je vanuit
jezelf goed kunt.
Je hebt het,
het zit in je
en je doet het
graag.



RE - JOB

Inhoud

INHOUD

inhoud

5 Een nieuwe carrière

13 The Re-Job Circle

en onder elke regel iets
zeggen in het kort Eperferit au-
ditio doluptum reicatus, nos quae-
cusdae restrum nis eiusandi

een

45 Take Off

Eperferit auditio doluptum rei-
catus, nos quaecus

twee

97 Explore

en onder elke regel iets
zeggen in het kort Eperferit

drie

Prepare 73

Eperferit auditio doluptum rei-
catus, nos quaecus

vier

Expose 97

Eperferit auditio doluptum rei-
catus, nos quaecus

vijf

YouReJob 113

Eperferit auditio dolup-
tum reicatus, nos quaecus

Uitgave
Re-Job BV

Concept & Redactie

Julia van Baarn
Renske Keldewaij
Eleonore Schins
Mirjam Vis

Ontwerp & Realisatie

Lisa Riley
Eleonore Schins

Fotografie

Hester Doove
Adam-Birkett, Ryan-Magsino,
Andrew Neel - *Unsplash*

Contact

Re-Job BV
info@re-job.nl
www.re-job.nl

ISBN 000-00-00000-00-0

Niets uit deze uitgave mag openbaar worden gemaakt door middel van druk, fotokopie, internet of op welke andere wijze ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever. Er kan op geen enkele wijze rechten of garanties worden ontleend aan het volgen van de methode, zoals beschreven in deze guide.



RE-JOB



RE-JOB .. **WIE** .. zijn wij

ELEONORE SCHINS FOUNDER RE-JOB

Missie Vrouwen recruten en matchen aan werk dat hen economische zelfstandigheid en ontwikkelkansen geeft. **Kenmerken** Vormgever, innovatief, doorzetter, ras optimist, creatieveling met alles wat daarbij hoort. **Drijfveren** Zin in het leven, gevoel voor trends, innovierend. **Motto** Iedereen mag! **Favoriet** Kunst. **Wat wilde je vroeger worden** Maatschappelijk werkster.

MIRJAM VIS FOUNDER RE-JOB

Missie Vrouwen kansen en keuzes geven om zichzelf opnieuw te waarderen in werk dat bij hen past. **Kenmerken** Organisatie-talent, realistisch, harde werker, liefhebber van licht en lucht, harmonie en gezelligheid. **Drijfveren** Respect geven en ontvangen in werk dat ik leuk vind en waarin ik kan doen wat ik wil. **Motto** Verwonder je over het leven. **Favoriet** Lente. **Wat wilde je vroeger worden** Kinderarts.

Waarom Re-Job?

Re-Job is opgezet door ervaringsdeskundigen Eleonore Schins en Mirjam Vis. Zij weten als geen ander hoe het is om na een periode van afwezigheid weer te starten met werken, en tegen welke problemen je dan aanloopt. Ook hebben zij ervaring met de stap van deeltijd naar fulltime werken. Deze ervaringen worden ingezet om vrouwen die in dezelfde situatie zitten te helpen. Het is niet eenvoudig, maar zeker wel mogelijk.

DE MISSIE VAN RE-JOB

De missie van Re-Job is om vrouwen te helpen een baan te vinden die bij hen past. Dat is belangrijk, want onafhankelijkheid en economische zelfstandigheid vergroten het gevoel van eigenwaarde. Als een vrouw een groot gevoel van eigenwaarde heeft, draagt ze bij aan een evenwichtige maatschappij. Bovendien zijn de vrouwen van nu rolmodellen voor de volgende generaties.

Wat je
ook
doet,
je doet
het
goed!

Waarom helpen wij vrouwen

Daarnaast zijn er twee redenen waarom Re-Job zich op vrouwen richt. Ten eerste zijn er meer vrouwen die een gat in hun cv hebben doordat zij vaker dan mannen hun betaalde werk onderbreken voor zorg voor kinderen en familieleden, een periode in het buitenland of anderszins. Dit heeft, vooral voor vrouwen, economische gevolgen. Zij zijn vaak financieel afhankelijk van hun partner en durven dan niet op eigen kracht verder te gaan. Ten tweede is het zo dat de economie verbetert, maar er toch een groep vrouwen is die door financiële tegenslagen weer aan het werk wil.

Naast het contact met vrouwen met een hulpvraag, heeft Re-Job ook direct contact met verschillende werkgevers. Wij benaderen hen en ze hebben de mogelijkheid vacatures bij ons te plaatsen. Op deze manier kunnen we vrouwen blij maken met een functie die bij hen past.

Het maakt niet uit waarom je ooit gestopt bent met werken. Of je deze keuze nou bewust hebt gemaakt of omdat er bijvoorbeeld sprake was van ziekte, verhuizingen, mantelzorg of andere omstandigheden. De reden is niet relevant voor het hier en nu. **Het belangrijkste is** dat je de draad weer wilt oppakken, dus laat zien wie je bent en wat je wilt. Wat telt is dat je een keuze maakt en de **eerste stap** zet, de rest komt vanzelf.



Een nieuwe carrière waar begin je?

De arbeidsmarkt verandert continu. Het is logisch dat je soms door de bomen het bos niet meer ziet. Als je kriebels hebt om aan de slag te gaan, is het daarom fijn als je wordt geholpen bij een frisse start. Zo wordt de drempel om te beginnen lager. Hier ben je aan het juiste adres.



De stappen van de Re-Job Circle

1 *Take off*

2 *Explore*

3 *Prepare*

4 *Expose*

5 *YouReJob???*

ER IS GEEN HOOFDSTUK YOUREJOB

**JE KUNT
NU AL
BEGINNEN!**

Aan de hand van dit deze guide, helpt Re-Job je om je weg te vinden op de arbeidsmarkt. Door te kijken naar jouw kwaliteiten en wat je leuk vindt om te doen, kom je steeds een stap dichterbij jouw droomcarrière.

Hiervoor hoef je geen tijd en energie te verdoen aan het veranderen van jezelf. Sterker nog: dit is helemaal niet nodig. Iedereen heeft zijn sterke punten. Soms moet je er simpelweg alleen nog achter komen welke dit zijn.

Dat doe je natuurlijk niet alleen. Samen met jou nemen we stap voor stap de Re-Job Circle door. Deze bestaat uit vijf fasen die je doorloopt om uiteindelijk weer aan het werk te kunnen: *Take Off, Explore, Prepare, Expose, YouReJob.*

EEN KOPJE GRAAG

Iedere stap zal je helpen bij het vormen van het beeld over wat je wilt en wie je bent. In elk hoofdstuk maak je keuzes. Achterin deze guide noteer je je voorkeuren in een zoekprofiel. Zo baken je steeds verder af welke functies aansluiten bij jouw kwaliteiten, wensen en ambities. En het beste nieuws? Je kunt nu al beginnen.

Jezelf opnieuw uitvinden

Je wilt graag weer aan de slag bij een leuk bedrijf. Maar hoe zorg je ervoor dat een werkgever je aan wil nemen? Welke eigenschappen en vaardigheden zijn daarvoor nodig? Daar helpt deze guide je bij. Alle eigenschappen van jezelf waar je je tot nu toe niet van bewust was, ga je ontdekken en inzetten voor een nieuwe start.

INTRINSIEKE MOTIVATIE

Ten eerste is het belangrijk om te weten waarom je dit wilt. Wat motiveert jou? Wat is je intrinsieke motivatie?

Deze motivatie is niet opgelegd, maar **komt diep vanuit je binnenste**. Als je bijvoorbeeld de wens hebt om je verder te ontwikkelen op het gebied van duurzaamheid, dan heb je een sterke intrinsieke motivatie om te gaan solliciteren bij een bedrijf dat zich bezighoudt met duurzaamheid.

Werken vanuit een **intrinsieke motivatie** houdt je vol, simpelweg omdat het je energie geeft en je gelukkig maakt. Als je nog geen goed idee hebt wat je intrinsieke motivatie is, kun je jezelf vragen stellen als:

wat houdt mij bezig?
Welke opleiding deed ik vroeger en welk werk heb ik met plezier gedaan?
Waar liggen mijn interesses, en wat zijn mijn hobby's?

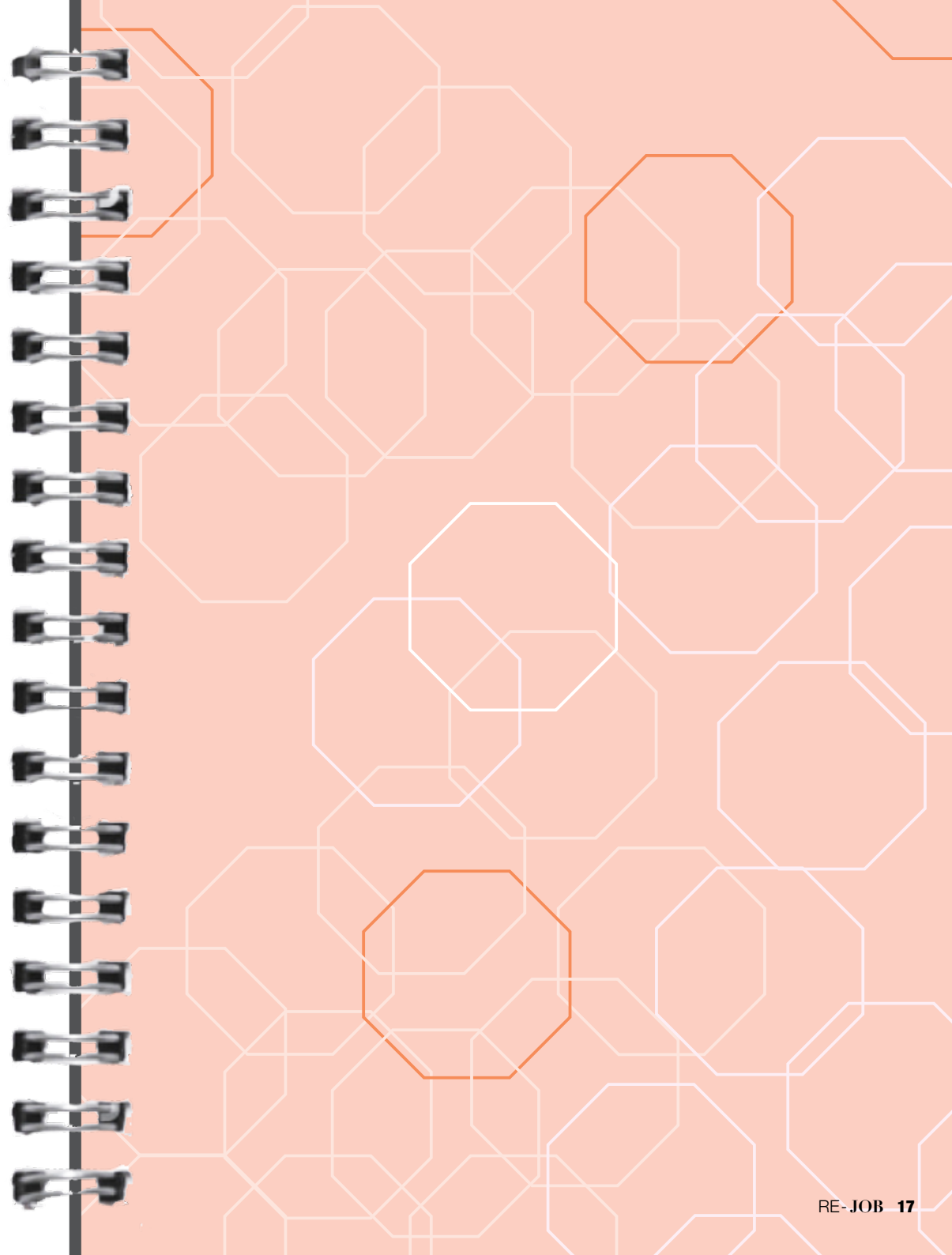
Schrijf dit op voor jezelf en creëer zo duidelijkheid en ruimte in je hoofd.

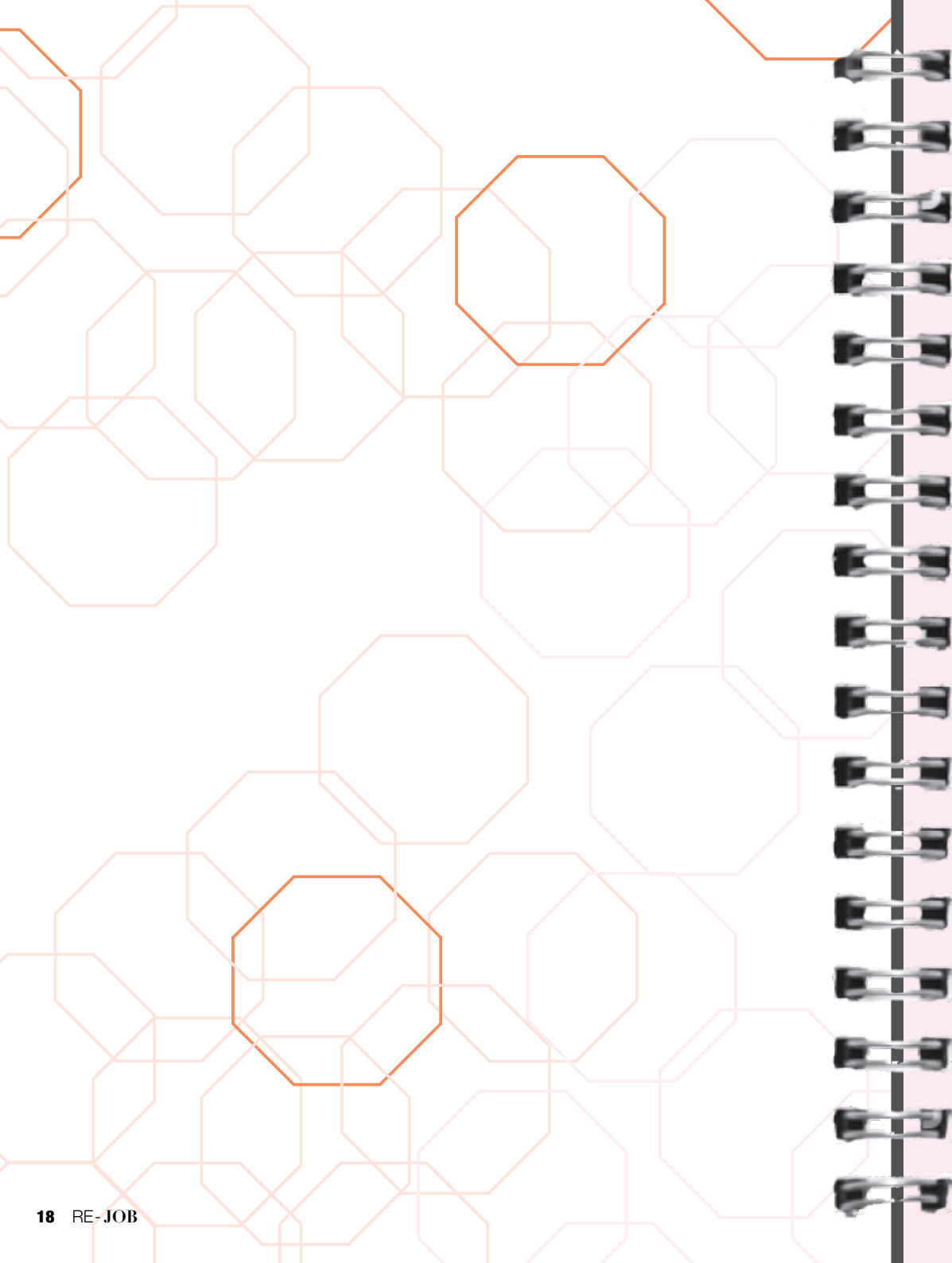
Het is namelijk zo dat solliciteren meer is dan alleen het opsturen van een CV.

Je laat zien wie je bent, wat je kunt en welke problemen jij kunt oplossen. Je bent onmisbaar, dus laat dat blijken. Voor je begint met het versturen van sollicitatiebrieven, **is het goed**

om erachter te komen wat je talenten zijn en welke vaardigheden je bezit. Zo krijg je zicht in wie je bent, wat je wensen en sterke kanten zijn. Je hebt dan een helder beeld om mee te starten, wat de zoektocht naar een leuke baan een stuk eenvoudiger maakt.

Daarnaast leer je door deze guide hoe je jezelf het best kunt profileren in de huidige arbeidsmarkt. Hoe wil je worden gezien? Wat zet je in je CV en op je LinkedIn profiel? Met de Job Pitch stem je je sollicitaties af op het vacatureaanbod. Met het stappenplan van Re-Job vind je jezelf opnieuw uit.



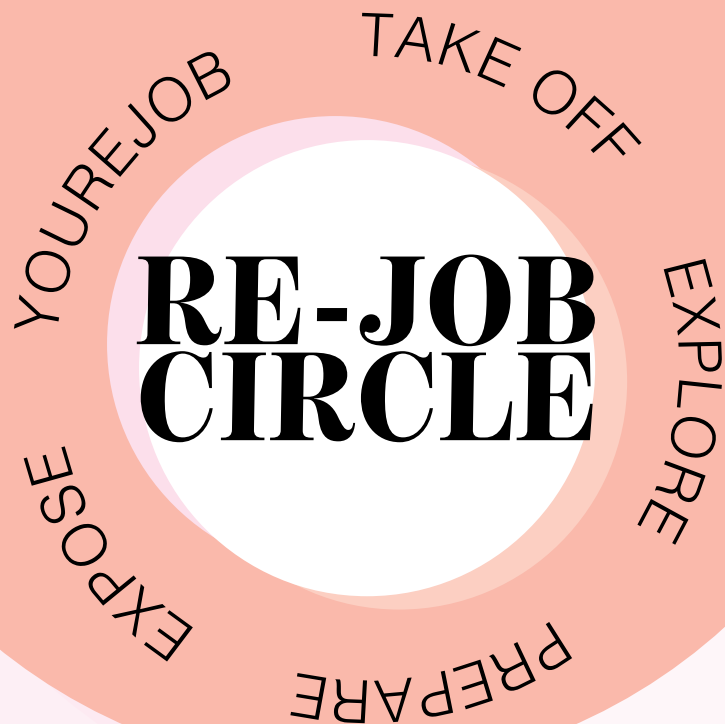


De Re- Circle

Job

Het is zover: je begint met je zoektocht naar een nieuwe, leuke baan. Maar hoe kom je daar en waar begin je? Daarvoor is er de Re-Job Circle. Dit is een stappenplan dat je doorloopt om zo

uiteindelijk een nieuwe start te kunnen maken. Je begint bij Take-Off, gaat dan naar Explore, Prepare en Expose, om ten slotte bij YouReJob uit te komen. Op deze manier kom je stap voor stap dichterbij het werk dat bij je past. →



Iedere Re-Job Circle is uniek, want iedereen heeft andere kwaliteiten en wensen. Door je tijdens het doorlopen van de stappen te richten op jouw talenten, krijg je zicht op wat je mogelijkheden zijn. Zo kun je effectief solliciteren en heb je uitzicht op een baan die bij je past. Niemand is hetzelfde, daarom is het logisch dat iedereen een ander pad bewandelt. In dit hoofdstuk worden alle fases besproken, zodat je precies weet wat je kunt verwachten.

Take-Off

wat is jouw talent?

Het is ontzettend makkelijk om alleen te kijken naar alles wat we aan onszelf moeten verbeteren. Dat is zonde. Vergelijken met anderen heeft geen zin. Kijk naar dat wat je gemakkelijk afgaat en waar je plezier in hebt. Dan groeit ook je zelfvertrouwen.

Tijdens de Take-Off
ga je je talenten ontdekken, zodat je hierop kunt focussen. Je stelt jezelf dan vragen als 'Waar ben ik goed in?', 'Waar liggen mijn interesses?' en, bovenal, 'Waar word ik blij van?'. Kom je er alleen niet uit dan kan je altijd contact opnemen met **Re-Job voor een Take Off gesprek** met een van de coaches.

Waar krijg jij energie van? Weet je je talenten te benoemen? Misschien vind je wat jij doet wel zo vanzelfsprekend dat je je er niet bewust van bent, maar zien anderen dit als iets bijzonders. Daarom is het belangrijk om deze sterke kanten te benoemen.

Explore

onderzoek je mogelijkheden!

Als je je eenmaal meer bewust bent van wat je kunt, zet je de volgende stap: Explore. Dit is opnieuw een ontdekkingsstocht. Je legt de nadruk op wat je nu al in je hebt dat van waarde is voor anderen. Waar nodig helpt Re-Job je op het juiste spoor te komen, zodat je vooruit kunt.

IN DE EXPLORE-FASE BRENG JE HET VOLGENDE IN KAART

- Wat heb ik aan kennis in huis?
- Welke opleidingen en cursussen heb ik gedaan die mij verder helpen?
- Welke werkervaring, vaardigheden en talenten heb ik?
- Op welke wijze zet ik deze in, en waar?
- Ga ik ondernemen, wil ik als ZZP'er aan de slag, of wil ik in loondienst?
- Wat heb ik hiervoor nodig?
- En als ik kennis mis, ga ik me dan om- of bijscholen?
- Wat kan ik met mijn talenten en kwaliteiten?
- Hoe, waar, met wie en met wat wil ik mij inzetten?
- En het belangrijkste: wat wil ik het liefst?

RICHTING GEVEN

Als je moeite hebt mensen te benaderen, of je netwerk is verouderd, **geven de Re-Job coaches je richting.** Zij zijn specialisten in hun vakgebied en gaan met jouw hulpvraag aan de slag en zullen daarvoor ook hun eigen netwerk inzetten.

■ Bedenk wat jouw antwoorden op deze vragen zijn en schrijf ze op.

Zo krijg je duidelijkheid. Als je dit hebt gedaan, ben je klaar om te netwerken. Een netwerk biedt kansen en is dus eigenlijk onmisbaar.

■ Denk eens na: wie doet werk wat jij ook zou willen doen? Welke oud-werkgevers of oud-collega's kunnen je op weg helpen?

■ En welke organisaties spreken je aan? Door

rond te kijken in de keuken van een organisatie, of alleen al een goed gesprek te hebben, krijg je vaak nieuwe inzichten. Misschien behoort een meeloopstage tot de mogelijkheden? Samen een kop koffiedrinken kan genoeg zijn om antwoord te vinden op vragen over eventuele kansen en onderwerpen die jouw interesse hebben.

EXTRA ONDERSTEUNING

Voor extra ondersteuning is er Re-Job Support, een platform waarop je contact kunt onderhouden met andere werkzoekenden. Je moedigt elkaar aan en steunt elkaar. Ook deelt Re-Job hier tips en tools voor je zoekprofiel, cv en sollicitaties. Het is echt waar wat ze zeggen... een goed begin is het halve werk!

Het belangrijkste is om te laten zien wie je bent

Prepare *Aan de slag!*

In deze fase van de Re-Job Circle heb je een goed beeld van wat je wilt. Je hebt een doel en gaat daarop af. Je volgt bijvoorbeeld een opleiding of cursus om de puntjes op de i te zetten, of je doet inspiratie op tijdens een van de Re-Job workshops. Misschien wil je weten hoe je je tijd beter in kunt delen of wil je je kennis van computerprogramma's vergroten.

Re-Job biedt verschillende trainingen aan om je hierbij te helpen.

Expose *Laat zien wie je bent & wat je kunt*

Als je eenmaal klaar bent om je op de arbeidsmarkt te presenteren, zet je de stap om na te denken over wie je bent en wat je kunt. Het is handig eerst te bedenken hoe je jezelf wilt presenteren: solliciteer je met behulp van een brief of maak je een filmpje waarin je jezelf pitcht? **De manier waarop je solliciteert, hangt natuurlijk ook af van het soort baan waar je**

naar op zoek bent. Deze overwegingen maak je samen met Re-Job. Dit is een belangrijk onderdeel: personal branding. Zet jezelf neer als merk. Daarmee laat je zien dat je weet wie je bent. Je potentiële werkgever heeft daar dan direct een goed beeld van.

Het belangrijkste is om te laten zien wie je bent.

Als je dit kunt formuleren én overbrengen, heb je de Re-Job Circle bijna voltooid en ben je klaar om weer aan de slag te gaan.

Je start met het maken van een basis-cv en een vindbaar profiel.

Als je deze basis eenmaal hebt, kan je deze ieder moment ombouwen tot een cv dat precies past bij de baan waarnaar je solliciteert.

Ook helpen we je om je LinkedIn-profiel optimaal in te zetten in je zoektocht naar een nieuwe baan.

Je bent dan goed vindbaar voor je nieuwe werkgever.

Daarnaast bereid je een krachtige Job Pitch voor, die je helpt anderen in te schakelen bij je zoektocht naar werk.

HOUD BIJ WAAR JE STAAT IN JE ZOEKPROFIEL

TAKE OFF

MIJN talent

Hier graag een intro maken. Een jong kind gaat achter de piano zitten en blijkt na enkele lessen prachtig te kunnen spelen.

Een jong kind gaat achter de piano zitten en blijkt na enkele lessen prachtig te kunnen spelen. Melodieën worden snel opgepikt en noten lezen is een makkie. In onze samenleving wordt gedacht dat dát talent is, en dat je hier verder niets meer aan hoeft te doen. Hier worden twee denkfouten gemaakt. Ten eerste is talent niet alleen iets voor geniale wonderkinderen, maar zit het in iedereen. Daarnaast is talent geen kant en klaar cadeautje; je zult er hard voor moeten werken om het te ontwikkelen. Het is geen kwestie van achterover zitten en wachten tot het succes komt aanwaaien.

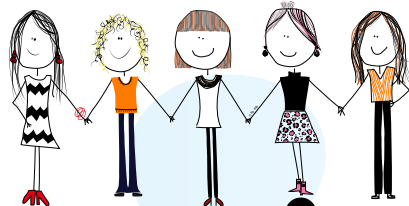
Als je eenmaal weet wat jouw talent is, kun je er mee aan de slag en je onderscheiden van de rest. Maar hoe kom je daarachter? Vraag je af

wat je leuk vindt om te doen, en waar je energie van krijgt. Wanneer verlies je de tijd uit het oog? Waar wil je elke dag mee bezig zijn? Duidelijk is dus dat talent moet worden ontwikkeld. Als je er moeite in stopt, groeit het. Deze groei is mogelijk met focus en energie. Waar stop jij je energie in, om er uiteindelijk meer energie voor terug te krijgen?

Alles
wat je
aandacht
geeft,
groeit

INSIDE & OUTSIDE JIJ EN JE OMGEVING

Re-Job heeft een oefening ontwikkeld waarmee jij op een simpele manier achter je talent kunt komen. Eerst beantwoord je vragen over wat je graag en minder graag doet. Vervolgens vraag je aan mensen in je omgeving wat zij in je zien. Wanneer ben jij volgens hen in je element?



Inside & OUTSIDE

JIJ EN JE OMGEVING

INSIDE

Schrijf in steekwoorden
de antwoorden op de volgende vragen op.

● WAAR WORD JE **VROLIJK** VAN?



● WAT WILDE JE **ALS KIND GRAAG WORDEN?**

● WAAR **WILDE JE HEEN?**

Inside

● WAAR **LEEF JE DAARTOE?**

● WAAR **KIJK JE DAAR UIT?**

Inside

WAAR HEB JE **EEN HEKEL AAN**?

● MET **WELKE HULPVRAGEN** KOMEN MENSEN
UIT JE OMGEVING NAAR JOU TOE?

● WELKE **BOEKEN** LEES JE EN WELKE **PROGRAMMA'S** KIJK JE?

Visualiseer
vervolgens
wat je
ontdekt
hebt.

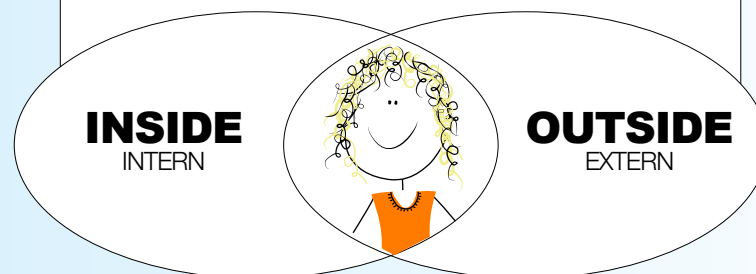
Maak een collage,
schilderij, tekening of
fotoboek waarin je je
ontdekkingen uit het
eerste deel van de
oefening verwerkt.

Outside & INSIDE

Vraag een aantal mensen
in je omgeving om op te schrijven wat
zij zien als jouw sterke kant.
Wanneer zien ze jou in je element?
En wat zien zij als een van jouw
talenten?

TOETSING

Vergelijk je bevindingen van het kopje inside met die van outside. Wat is het verschil tussen hoe jij jezelf ziet en hoe anderen jou zien? Belangrijker nog: wat zijn de overeenkomsten? Zoals in de afbeelding hieronder is te zien, Ga hiermee aan de slag!





welk talent zie je

OEFENING

-
- Denk eens aan de mensen om je heen, en welke talenten je bij hen kunt ontdekken.
 - Als dit lukt, kun je aan de hand van de volgende oefening vervolgens ook je eigen talent ontdekken.
 - Kies hiervoor vier personen uit je omgeving en ga met ze in gesprek.
 - Ga na waarom jullie elkaar graag mogen.
 - Waarom zoek je elkaar op?
 - Onderzoek samen met welke kwaliteiten jullie elkaar aanvullen. Hierdoor krijgen je zicht op ieders kwaliteiten en talenten.
-

Wat houd Je tegen?

Wij mensen kunnen veel meer dan we denken, maar soms zijn onze eigen gedachten onze grootste vijand. Onze overtuigingen kunnen tussen onszelf en datgene dat we graag willen doen, staan. Enkele voorbeelden van zulke belemmerende gedachten zijn:

- *‘Ik ben te oud.’*
- *‘Niemand zit op mij te wachten.’*
- *‘Ik laat mijn gezin in de steek.’*
- *‘Mijn kennis is verouderd.’*
- *‘Wat zullen anderen van mij denken.’*

VERSCHOLEN ANGSTEN

Onder deze gedachten liggen angsten verscholen. Deze angsten lijken heel reëel. Maar het feit dat jij erin gelooft, maakt de angsten niet gegrond. Als je last hebt van deze gedachten is er een geruststelling: je bent niet de enige. Dit komt bij veel mensen voor. In je zoektocht naar een nieuwe baan zal je vaker met deze gedachten te maken krijgen. Bedenk je dan dat dit simpelweg een eerste reactie van jouw brein is, dat zich verzet tegen verandering. Wij mensen houden van comfortzones, omdat dit bekend terrein is. Het is dus niet gek dat nieuwe situaties je onzeker maken.

Toch hoort verandering bij het leven. Wapen je met de gedachte dat alle verandering moeite kost, en ga erin mee. De eerste stap naar zelfontplooiing is om je bewust te worden van je gedachten tijdens dit veranderingsproces. Onderzoek deze gedachten eens en je zult erachter komen dat je jezelf kleiner maakt dan je bent. Waarschijnlijk zijn veel van de angsten die je hebt ongegrond.

De eerste
stap naar
zelfont-
plooiing
is om je
bewust
te worden
van je
gedachten

DE VOLGENDE OEFENING HELPT JE BIJ DEZE
BEWUSTWORDING.
WELKE GEDACHTEN HOUDEN JOU TEGEN?

Onderzoek je gedachten

Zoals eerder al gezegd
voelen wij ons veilig
als we weten
wat we kunnen verwachten.
Bij nieuwe ervaringen
komt angst kijken.
Dit is prima,
zolang het je er niet
van weerhoudt om in
beweging te komen.
Hoe onderzoek je
je gedachten?

OEFENING

● ● ● ● ● ●
**Schrijf om te beginnen
al je angsten
en belemmerende
gedachten op.**

Als je deze zwart op wit
hebt, is het tastbaar en
kun je inschatten of ze
ook daadwerkelijk
reëel zijn.

**Maak een lijstje,
dat je vervolgens toetst
aan de realiteit.**

Ga ieder punt af en
vraag je af of het klopt
wat je denkt.

**Als het antwoord
bevestigend is,
vraag je dan af of dit
ook echt waar is.**



**Vaak zal je tot de
conclusie komen dat je
aannames niet kloppen.**
Misschien vertel je
jezelf wel dat je iets niet
kunt, om maar niet te
hoeven beginnen. Als
je overal vraagtekens
achter plaatst en 'ja
maar...' blijft zeggen,
hoef je namelijk nooit
die enge drempel over.
Je verzint uitvluchten
voor dingen die veel
minder eng zijn dan je
denkt.

Als de belemmering realistisch is, is het zaak om het op te
lossen. Maak hiervoor een plan of zoek hulp. Als het niet
realistisch is: weg ermee! In de prullenbak met je angsten.
Jezelf met anderen vergelijken, heeft geen zin: jij bent
genoeg. Al je kwaliteiten, hersenspinsels en ja, ook angsten,
maken jou wie je bent. Er is er maar één zoals jij. Jij bent uniek.
De volgende oefening helpt je dit in te zien.

● ANGSTEN EN BELEMMERENDE GEDACHTEN

Er
is
maar
één
zoals
jij
Jij
bent
uniek



*Ga voor de spiegel staan, met
rechte schouders en je benen
stevig naast elkaar.
Kijk zelfverzekerd naar je
spiegelbeeld en herhaal:*

**“Ik hou van mezelf.
Ik ben goed zoals ik ben”**

*Dit mag je zo vaak doen
als je wil, maar hoe vaker,
hoe meer impact de
woorden hebben.
Zorg ervoor dat je de
woorden met kracht
uitspreekt,
en geloof in wat je zegt.*

Probeer dit mantra gedurende 21 dagen te herhalen. Misschien voelt het eerst wat onbenullig, maar op de lange termijn zullen je lef en zelfvertrouwen groeien. Het voelt goed om positief over jezelf te praten. Probeer er vandaag mee te beginnen, en houd vol.

**Ik
hou
van
mezelf**

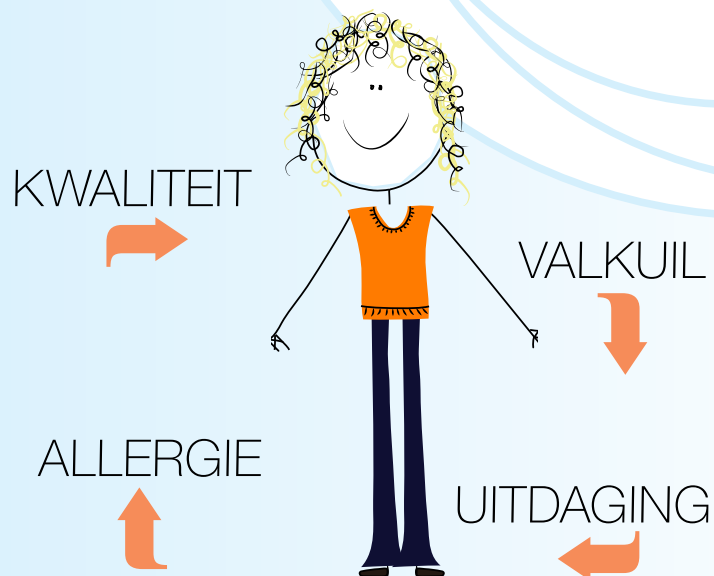
Kern kwaliteiten

*Sommige kenmerken dragen we al
sinds onze geboorte met ons mee.
Dit zijn kernkwaliteiten.
In tegenstelling tot vaardigheden
zijn deze niet aangeleerd.*

Het is belangrijk om je bewust te zijn van je kernkwaliteiten, omdat je ze dan in je voordeel kunt gebruiken. Toch kunnen ze ook een keerzijde hebben: je kunt erin doorslaan. Als netheid een van je kernkwaliteiten is, zou dit kunnen betekenen dat perfectionisme je valkuil is. Jouw uitdaging is dan om rustig te blijven als niet alles tot in de puntjes is opgeruimd.

Op pagina 000 vind je een overzicht van de meest voorkomende kernkwaliteiten met de daarbij valkuilen, uitdagingen en allergieën.

Leer je kern kwaliteiten kennen



● **Kwaliteit**

Een kwaliteit is iets wat anderen in jou waarderen, maar wat jij misschien heel gewoon vindt om te doen. Een voorbeeld van een kwaliteit is behulpzaamheid.

● **Valkuil**

Dit betekent dat je doorschiet in je kernkwaliteit. Te veel van je kernkwaliteit is je valkuil. Jouw kwaliteit wordt dan een zwakte. Stel je voor dat behulpzaamheid je kernkwaliteit is. Bij een kwaliteit als behulpzaamheid kan opoffering je valkuil zijn.

● **Allergie**

Dit is iets waar jij écht niet tegen kan. Als je behulpzaam bent, is egoïsme een van jouw allergieën.

● **Uitdaging**

Achter je allergie gaat jouw uitdaging schuil. Wat de ander volgens jou te veel heeft, heb jij nog niet ontwikkeld. Aan jou de taak hieraan te werken. Bij de kernkwaliteit 'behulpzaamheid' is autonomie het doel.

Gebruik op pagina 000 de kernkwaliteiten van Daniel Offman te leren kennen aan de hand van het kernkwadrant. Je ziet daarin je valkuilen, uitdagingen en allergieën van jouw kwaliteit. →

Ga rustig zitten en bedenk wat jouw kwaliteiten zijn. Schrijf er vijf op. Je kunt vragen of mensen, die dichtbij je staan, je hiermee kunnen helpen. Soms zien anderen makkelijker wat je sterke punten zijn dan jijzelf.

KERNKWALITEIT

VALKUIL

ALLERGIE

UITDAGING

ACCURATESSE

AUTONOM

BEDACHTZAAM

BEHEERST

BEHULPZAAM

BESCHIEDEN

BESCHOUWEND

BESLUITVAARDIG

BETROKKEN

BETROUWBAAR

CONSENSUSGERICHT

DAADKRACHT

DAADKRACHTIG

EFFICIËNT

EMPATHISCH

FLEXIBEL

GEDISCIPLINEERD

GEHOORZAAM

GESTRUCTUREERD

GEZAGSGETROUW

HARMONISCH

IDEALISTISCH

PIETLUTTIGHEID

DWARS

BEDUCHT

ONPERSOONLIJK

BEMOEIZUCHTIG

ONZICHTBAAR

AFSTANDELIJK

FORCEREN

DWEPEND

SAAI

EGOCENTRISCH

DRAMMERIGHEID

DRAMMERIG

STATISCH

SENTIMENTEEL

WISPELTURIG

DWANG-NEUROTISCH

SLAAFS

BUREAUCRATISCH

JA-KNIKKEN

TOEDEKKEN

ZWEVERIG

WARRIGHEID

ONDERDANIG

ROEKELOOS

ONBEREIKBAAR

ONVERSCHILLIG

ARROGANT

SENTIMENTEEL

BESLUITELOOS

ONVERSCHILLIG

ARBITRAIR

DWANG

PASSIVITEIT

PASSIEF

CHAOTISCH

AFSTANDELIJK

STAR

ONGEDISCIPLINEERD

EIGENZINNIG

INCONSISTENT

ANARCHISTISCH

CONFLICT

CYNISCH

CREATIVITEIT

MEEGAAND

MOEDIG

EMPATHISCH

LOS LATEN

PROFILEREN

EMPATHISCH

ONTVANKELIJK

BESCHOUWEND

INNOVATIEF

GEZAGSGETROUW

GEDULD

GEDULDIG

CREATIEF

BESCHOUWEND

ORDENEND

LOS LATEN

AUTONOM

AANPASSING

CONCENSUS

DIRECT

REALISTISCH

KERNKWALITEIT

VALKUIL

ALLERGIE

UITDAGING

INGETOGEN

INNOVATIEF

KRITISCH

LOYAAL GEZAG

MEEGAAND

MOED(IG)

OPTIMISTISCH

ORDENEND

PROFILEREND

RATIONEEL

REALISTISCH

RELATIVEREND

RELATIVERINGSVERMOGEN

RUST(IG)

SERVICE-GERICHT

SPONTANITEIT

STABIEL

TOEGEWIJD

VOLGZAAM

WEDERKERIG

ZELFVERZEKERD

PASSIEF

ZWEVEND

REBELS

ONDERDANIG

ONZICHTBAAR

ROEKELOOS

NAÏEF

STAR

ARROGANT

AFSTANDELIJK

CYNISCH

ONZICHTBAAR

LICHTZINNIGHEID

AFWACHTEND

GRENZELOOS

WISPELTURIGHEID

TRAAG

FANATIEK

ONDERDANIG

GELIJKVORMIG

ARROGANT

OPDRINGERIG

STATISCH EN STAR

JA-KNIKKEN

ONGEHOORZAAM

EIGENGEREID

AARZELEND

PESSIMISME

WISPELTURIG

ONZICHTBAAR

WILLEKEUR

ZWEVERIG

OPGEBLAZEN

ZWAARMOEDIGHEID

OPDRINGERIG

HARD EN STAR

RECHTLIJNIGHEID

ONBEZONNEN

LAISSEX-FAIRE

EIGENGEREID

EENZIJDIG

MIDDELMATIG

INITIATIEFRIJK

EFFICIËNT

RESPECTVOL

KRITISCH

AUTONOM

BEDACHTZAAM

ALERT

FLEXIBEL

BESCHIEDEN

BETROKKEN

IDEALISTISCH

OVERTUIGD

SERIEUS ZIJN

INITIATIEFRIJK

GRENS STELLEN

CONSEQUENT ZIJN

EXPERIMENTEEL

HULPVAARDIG

INITIATIEFRIJK

FAIR

BESCHIEDEN

Onderzoek je drijfveren

● WAAR LIGT JE INTERESSE?

evenstijl

Ieder mens heeft andere dingen die hij of zij belangrijk vindt in het leven. Ieder heeft zijn eigen normen en waarden, en dus ook een eigen leefstijl. Wanneer je leeft volgens jouw normen en waarden geef je zin aan je leven. Als je bijvoorbeeld veganist bent, kies je ervoor om geen dierlijke producten te gebruiken. Het goede gevoel dat je krijgt bij het volgen van deze leefstijl is de drijfveer voor het aanhouden ervan.

● WAT ZIJN JE DOELEN?

● WAT IS JE VISIE OP HET LEVEN?

Kan Soms vallen
opties af
omdat je fysieke beperkingen
hebt omdat je mentaal even
niet zo sterk in je schoenen staat.
Reuma, faalangst of dyslexie
kunnen je mogelijkheden
beperken.

EXPLORE is de volgende stap in je keuzeproces. In deze fase wordt duidelijk waar je je talenten en kwaliteiten voor wilt inzetten. Door duidelijk te weten wat je mogelijkheden zijn en waar je heen wilt, vergroot je je slagingskans.

EXPLORE **DE** mogelijkheden

Je bent je bewust van je talenten en
weet welke kwaliteiten je bezit.

Hoe en waar wil je jouw
talent inzetten?

In dit hoofdstuk onderzoek je
stap voor stap je mogelijkheden
en breng je deze in kaart.



Achtergrond

*Kijk eens goed naar je huidige
situatie: wat heb je al in huis?
Zet het volgende op een rijtje:*

● OPLEIDING(EN), CURSUSSEN EN CERTIFICATEN

● WERKERVARING EN STAGES

● NEVENACTIVITEITEN EN VRIJWILLIGERSWERK

UPDATE JE OPLEIDINGEN, CERTIFICATEN EN CURSUSSEN

Door de jaren heen veranderen de eisen die aan kandidaten worden gesteld. Vergelijk de eisen van toen eens met die van nu, wat valt je op?

- **Wat zijn de verschillen?**
- **Onderzoek de mogelijkheden voor opfriscursussen, bijscholing of specialisatie.** Breng de kosten en tijdinvestering in kaart.

Neem contact op met je oude opleiding en vraag naar de huidige inhoud van opleidingen en de afstudeercriteria. Welke bijscholing of opfriscursussen bieden ze aan?

En, maak aantekeningen tijdens je gesprekken!

Explore
dream
discover

Werkervaring & stages

Welke functies heb je gehad?
Heb je relevante ervaring die je
kan gebruiken voor wat je nu wil?

Welke kwaliteiten, vaardigheden, ervaringen zijn van belang voor waar je nu naartoe wilt? Zet dat op een rij. Wat is daarvan het meest relevant voor wat je in de toekomst wil? Noteer waarom ze belangrijk zijn. Benoem ook de voor- en nadelen.

Bedenk daarnaast welke contacten je nog hebt uit die tijd. Kan je misschien iemand benaderen voor informatie over de huidige functie-eisen?

Bijvoorbeeld:

Je hebt in de dienstverlening gewerkt als adviseur op het gebied van personeelszaken. In die functie adviseerde je bedrijven in de horeca. Nu wil je zelf aan de slag in de hospitality. Je kunt dus aantonen dat je de sector kent en dat je ervaring hebt met wat er op personeelsgebied speelt.

OE FENING

**JE KWALITEITEN, VAARDIGHEDEN EN
ERVARINGEN OP EEN RIJ**

Nevenactiviteiten & bijzondere ervaringen

Welke nevenactiviteiten of andere bijzondere ervaringen kun je benoemen? Denk aan bestuurslidmaatschappen, vrijwilligerswerk, bijzondere reiservaringen of buitenlandervaring.

VRAAG EEN ERVARINGSCERTIFICAAT AAN!

Het EVC-centrum verstrekt je dit getuigenschrift, waarin vermeld staat wat je kunt en weet. EVC staat voor: traject-Erkenning van Verworven Competenties en vind je op www.evc-centrum-nederland.nl

De kosten van de EVC-procedure zijn aftrekbaar van de inkomstenbelasting.

OEFENING

● BENOEM JOUW TOEGEVOEGDE WAARDE

Welke kwaliteiten of vaardigheden specifiek een toegevoegde waarde hebben. Schrijf een toelichting op wat jij kunt toevoegen.

Vaardigheden

*Vaardigheden (competenties)
zijn niet te verwarren
met kernkwaliteiten.
Een vaardigheid is iets
wat je hebt aangeleerd.
Er zijn twee soorten:*

- **Soft skills** sociale en communicatievaardigheden, leiderschapskwaliteiten, teamplayer, etc.

- **Hard skills** typen, schrijven, werken met bepaalde computerprogramma's of apparatuur, etc.

Wil je solliciteren naar een functie kijk dan altijd eerst naar de gevraagde vaardigheden en stem je cv hierop af. Let op wat volgens de vacature de belangrijkste vaardigheden zijn en zet deze bovenaan.

Als je je toegevoegde kernkwaliteiten en vaardigheden in kaart hebt gebracht, heb je een overzicht waar je altijd gebruik van kunt maken.

Jouw vaardigheden

- SCHRIJF AL JE **VAARDIGHEDEN** OP.
MAAK ONDERSCHIED TUSSEN **HARD EN SOFT SKILLS**.

Ontwikkelpunten

*Je zult nooit álles kunnen
en dat is ook helemaal niet nodig.*

*Het is zonde van je tijd om
te focussen op je zwakke kanten en
hier energie in te stoppen.*

*Ontwikkelpunten
zullen er altijd zijn.*

*Dat is goed, want dat
betekent dat er altijd wel iets
valt te leren.*

*Maar richt je liever op waar je wél
al goed in bent en probeer daar
beter in te worden.*

*Op die manier kan jij je
onderscheiden.*

*Kijk (nog) eens naar je
kernkwaliteiten **van pagina 00**
voor het benoemen van
je ontwikkelpunten.*

Don't
be
ashamed
to
celebrate
victories

Job-ankers

wat bepaalt je keuze
op de arbeidsmarkt?

*Waar wil je terechtkomen
op de arbeidsmarkt?*

*Je kunt deze keuze maken door
gewoon in het diepe te springen,
je hart achterna.*

Maar je kunt ook een weloverwogen keuze maken door eerst te verkennen wat er allemaal te vinden is op de arbeidsmarkt en wat jij waard bent. Re-Job weet als geen ander hoe deze arbeidsmarkt eruit ziet en helpt je op weg. In deze paragraaf vind je een kijkje in de markt.

Er zullen vast een aantal aspecten van een baan zijn waarop je geen concessies kunt en wilt doen. Zo wil je misschien dat je baan op maximaal 40 kilometer afstand van je woonplaats is of wil je graag veel zelfstandigheid. Misschien wil je koste wat het kost iets met kunst doen, of niet meer werken dan 20 uur per week. Deze expliciete voorwaarden noemen we een job-anker.

MAAK EEN
EXPLICIETE
KEUZE

BESCHRIJF
JOUW JOB-ANKERS
IN
HET ZOEKPROFIEL

Kijk naar je huidige situatie en bedenk je eens wat jij wil. Wat zijn je financiële omstandigheden? Hou je van flexibiliteit of heb je juist behoefte aan zekerheid en stabiliteit? Hoeveel uur wil je werken? En zijn er nog andere omstandigheden die voor jou van belang zijn, zoals reisafstand en mobiliteit?

Dit zijn allemaal
randvoorwaarden
die van belang
zijn voor je
keuzes en je
uiteindelijke
kans op succes.
Hoe specifieker
je keuzes,
hoe effectiever
je zoektocht
zal zijn.

Ondernemen

In deze paragraaf
bespreken we ondernemen.

Heb je zelf wel eens
overwogen ondernemer
te worden?

Past het bij jou?
Is het iets voor jou om
voor jezelf te beginnen
en heb je een goed idee?

Als je gemotiveerd
bent en genoeg
doorzettingsvermogen
hebt, kan je
de stap wagen.

De eerste stap hierbij is het schrijven van je ondernemingsplan. Tijdens het schrijven breng je in kaart hoe haalbaar je plannen zijn. Wat is jouw product of dienst en is hier een markt voor? Wie worden dan je klanten en hoe groot is de doelgroep? Kijk hoe groot je reserve is en hoeveel je wilt gaan omzetten. Welke investeringen maak je en, niet onbelangrijk, welke prijs vraag je voor je diensten? Bij de Kamer van Koophandel kan je alle informatie vinden die je nodig hebt als je overweegt te starten met ondernemen.

**Zoek een
sparringpartner
of mentor om je
plannen mee te
delen, door te lichten,
te toetsen op
haalbaarheid, te
adviseren en te
motiveren.
Kies bij voorkeur
iemand met
ondernemerservaring.**

Gebruik je netwerk om advies in te winnen bij ondernemers. Soms kan een kleine tip je enorm verder helpen.

zzp'er

ZELFSTANDIGE ZONDER PERSONEEL

*Een van de vormen
van ondernemen is het zijn
van een zzp'er
(zelfstandige zonder personeel).
Er zitten zowel voor- als nadelen
aan deze manier van ondernemen.*

*Dat het risicovoller is
dan werken in loondienst,
is bekend, maar er zit natuurlijk
meer achter dan alleen dat.*

*De nadelen worden eerst
besproken: zo kun je meteen zien
of het iets voor je is.*

Kun je omgaan met de risico's?

■ Het eerste en **grootste nadeel** is dat je geen uitkering krijgt als het misgaat. In het geval van ziekte, zwangerschap of werkloosheid heb je geen vangnet. Daarnaast ben je zelf verantwoordelijk voor een arbeidsongeschiktheidsverzekering en de opbouw van je pensioen.

■ Ook moet je weten dat je **zelf volledig verantwoordelijk** bent voor alles, van acquisitie tot financiële administratie. Kiezen voor deze vorm van ondernemen heeft hoe dan ook vergaande financiële consequenties waar je je van bewust moet zijn.

■ Aan de andere kant zijn er **natuurlijk ook veel voordelen**: je kunt je eigen tijd indelen, zelf kiezen met wie je werkt en wie je klanten zijn. Je bent zelf verantwoordelijk voor je 'product' en beleid. In ruil voor risico is er dus veel vrijheid.

Kun je
omgaan
met de
risico's?



Dienstverband

Als je een dienstverband overweegt, vast of tijdelijk, is het handig je te bedenken welke organisatie het best bij je past. Er zijn veel verschillende soorten werkgevers, dus neem de tijd om dit goed uit te zoeken.

Jouw mogelijke toekomstige werkgever

*In deze paragraaf
beschrijven we de meest
opvallende verschillen tussen
verschillende organisaties-
oftewel: **jouw mogelijke
toekomstige werkgever.***

■ Profitorganisatie

Het belangrijkste doel van een profitorganisatie is het maken van winst. Jouw werk draagt bij aan deze winst. Dit winstoogmerk zal hoe dan ook invloed hebben op de sfeer binnen het bedrijf. Bedenk of dit bij je past.

Sfeer: korte-termijndoelen, resultaat- en winstgericht, competitief.

■ Non-Profitorganisatie

Non-profit betekent dat het bedrijf geen winstoogmerk heeft. Er is dan een ander doel dan het maken van winst: in plaats daarvan is er een maatschappelijk doel. Denk hierbij aan zaken als kunsteducatie, politiek, onderzoek of ontwikkelingshulp.

Sfeer: maatschappelijke betrokkenheid, idealen, duurzaamheid.

Er is ook een middenweg. Denk aan bedrijven die zich sterk maken voor de maatschappij en goede doelen, maar dan alleen wanneer de winstmarges het toelaten (NoFP; not only for profit).

■ Overheid/semi overheid

De overheid is opgedeeld in verschillende delen: landelijk, regionaal (provincies en waterschappen) en gemeentelijk. Als je bij de overheid werkt, ben je ambtenaar. Het is een wereld van verschil met werken in het bedrijfsleven. De overheid is een betrouwbare werkgever die niet of nauwelijks gevoelig is voor schommelingen in de economie.

Sfeer: lange-termijndoelen, het algemeen belang dienen.

Size does matter

*In een grootbedrijf werken
meer dan vijftig werknemers.
Bij een middenbedrijf loopt dit op tot
ongeveer vijftig werknemers,
en bij een kleinbedrijf werken
minder dan tien mensen.*

Waar ben je het beste op je plek?

*En waarom is dat zo?
Onderzoek de opties voordat
je een keuze maakt.*

■ Het grootbedrijf

Alles boven 50 medewerkers is een grootbedrijf. De organisatiestructuur heeft meerdere lagen en ondersteunende afdelingen met ieder zijn eigen specialisatie. De communicatie verloopt grotendeels in je team en alle overlegvormen zijn geformaliseerd.

In een grootbedrijf heb je veel carrièremogelijkheden. Een grootbedrijf met meerdere vestigingen of zelfs divisies in het buitenland biedt extra functies en perspectieven.

■ Het middenbedrijf

Het middenbedrijf bestaat uit ongeveer 50 mensen. De organisatiestructuur is gelaagd en heeft ondersteunende diensten vaak gecombineerd, zoals personeelszaken en loonadministratie, verkoop en accountmanagement, secretariaat en receptie.

De communicatie is informeel. Je kunt iedereen nog persoonlijk kennen. Binnen je team leg je afspraken vast en via overlegvormen is de communicatie gestroomlijnd en afgestemd.

**WAAR BEN
JE HET BESTE
OP JE PLEK?**

■ Het kleinbedrijf

In een kleinbedrijf ben je echt op elkaar aangewezen. Je hebt veel contact met je collega's over het werk. Iedereen kent elkaar en weet waar de ander mee bezig is. Kleine bedrijven hebben een platte organisatie en de afstand tussen de directeur en medewerkers is klein. Je functieomschrijving is breed: dit geeft afwisseling en uitdaging.

Een nadeel hiervan kan zijn dat er altijd wel wat te doen is. Kleine klusjes (afwassen, boodschappen doen voor de lunch ;-) en grote klussen! In een kleinbedrijf steek je altijd samen de handen uit de mouwen.

Welke branche spreekt je het meest aan?

*De arbeidsmarkt is verdeeld
in sectoren/branches.
Misschien heb je door een
opleiding of speciale interesse
al eerder een keuze voor een
bepaalde branche gemaakt.
Is het tijd voor een overstap?*

Hieronder staat een overzicht van alle
branches. Wat spreekt je aan?
Ga op onderzoek uit bijvoorbeeld op
internet en ontdek de mogelijkheden.

- OPENBAAR BESTUUR,
VEILIGHEID EN RECHTSPRAAK
- HORECA EN HUISHOUDING
- OPSLAG EN TRANSPORT
- GEZONDHEIDSZORG
- PERSONEEL, ORGANISATIE
EN STRATEGIE
- TAAL, MEDIA EN COMMUNICATIE
- TECHNIEK EN PRODUCTIE
- LANDBOUW, NATUUR EN MILIEU
- AUTOMATISERING EN ICT
- ONDERWIJS, CULTUUR EN
WETENSCHAP

Formeel of informeel

*Bedrijven en organisaties hebben
allemaal hun eigen cultuur.
Onderscheidende kenmerken zijn
duidelijk herkenbaar.*

Hoe formeel of informeel zijn de omgangsvormen binnen het bedrijf? Wat is de kledingcode? Hoe ziet de organisatiestructuur eruit? Hoe communiceert het bedrijf met externe en interne klanten (behoudend, creatief, innovatief)? Wat is de managementstijl? Gesprekken met medewerkers kunnen je hier meer over vertellen naast de informatie die je kunt vinden op de website of de jaarverslagen.

Wat heb je naar aanleiding van bovenstaande informatie ontdekt over de arbeidsmarkt? En welke keuzes maak je? Maak aantekeningen in **Bijlage 1 Zoekprofiel**.
Na deze onderzoeksfase volgt de voorbereidingsfase
Prepare.

PREPARE **SUCCESS** is where preparation and. opportunity meet

De voorbereidingen voor het vinden van een nieuwe baan zijn inmiddels in volle gang. Je hebt veel verschillende oefeningen doorlopen en weet hierdoor precies wat je wilt en waar, hoe en met wie je dat wilt. Fijn dat dit concreet is!



Maar waar leg je nu de nadruk op? Welke vaardigheden heb je nodig voor de baan die je leuk vindt?

◆ WELKE **STERKE PUNTEN** WIL JE VERDER **ONTWIKKELEN**?

◆ HOE GA JE OM MET JE **ONTWIKKELPUNTEN**?

MAAK
DE VOLGENDE
PUNTEN
TASTBAAR
DOOR ZE OP TE
SCHRIJVEN

♦ WAT DOE JE ALS JE TEGEN EEN BLOKKADE AANLOOPT?

100 RE-JOB

◆ WIL JE **NIEUWE ERVARINGEN** OPDOEN, ZOALS HET LOPEN VAN EEN STAGE? ZO JA, WELKE?

◆ WELKE **NIEUWE KENNIS** WIL JE OPDOEN?

◆ WELKE **OPLEIDING** ZOU JE HIERVOOR KUNNEN VOLGEN?

Planning

Nu je je doelen hebt bepaald, is het handig om deze in te plannen. Zo heb je een duidelijk beeld van wat er moet gebeuren om deze doelen te behalen. Plan iedere workshop, gerichte coaching of opleiding in en doe dit zo realistisch mogelijk. Geef jezelf de tijd; dan is de kans van slagen een stuk groter. En hoe vaker je een doel behaalt, hoe meer motivatie je krijgt. Kleine successen geven tussentijdse geluksmomenten. Op deze manier wordt die enorme berg al een stuk minder groot en is je einddoel dichterbij dan je denkt.

Kostenraming

Ga je studeren of workshops volgen?
Leuk! Maar wat kost dat eigenlijk?
Als je een klein budget hebt, dan loont het misschien om uit te zoeken of er subsidies of toeslagen voor je zijn.
Hierbij geldt: Google is your best friend!

EXPOSE

SHOW
them
what you've
got

Dit zijn dan echt de laatste loodjes!
Nu maak je al je bevindingen zichtbaar.
Je laat je toekomstige werkgever zien wat
je in je hebt en welke problemen jij oplost.
Alles waar je tot nu toe achter bent
gekomen, kun je nu kenbaar maken.



*Een to-do-lijst,
inclusief tijdplanning en
kostenplaatje helpen je hierbij.
Noteer alle (grote en kleine)*



*acties die je moet onder-
nemen om je doelen te
bereiken. Dit zijn al
je to-do's. Verdeel
deze vervolgens in
categorieën. Door een
groot onderwerp op te
breken in kleine over-*

*zichtelijke acties is het uitvoeren
uiteindelijk makkelijker. Zie
bijlage 1 Zoekprofiel voor tips.*

Heb je te veel afleiding thuis?

Pak je tas en vertrek naar de
bibliotheek of een leuke kofffietent.

Kopje

Met je zoekprofiel maak
je een basis cv, een
LinkedIn profiel en een
JobPitch. Een basis cv
is je uitgangspunt voor
het cv dat je bij een
sollicitatie verstuurd.
Dit is het leukste deel
van het proces, want al
je harde werk levert nu
zichtbaar resultaat op.

Probeer een vast ritme
te creëren om aan je
to-do-lijst te werken!
Plan bijvoorbeeld
op drie vaste
ochtenden tijd in om
het lijstje af te werken.

Social media

Er leiden meerdere wegen naar Rome. Naast netwerken, het schrijven van brieven en bellen is social media ook een uitstekende tool om in te zetten bij de zoektocht naar een baan.

Waarschijnlijk ben je al bekend met Instagram, Facebook, Twitter, Pinterest, YouTube of LinkedIn. Maak hier gebruik van!

JE EIGEN WEBSITE?

Heb je er al eens aan gedacht een eigen webpagina te maken? Daarop kan je goed laten zien wie jij bent. Ook kun je bijvoorbeeld een portfolio of een pitchvideo plaatsen.

CHECK WAT JE ALLEMAAL OP SOCIAL MEDIA HEBT STAAN

Google je eigen naam en kijk dan wat er naar voren komt.

Zijn je foto's representatief of is het beter dat je sommige vrijetijdsfoto's verwijderd?

En wat is er verder zichtbaar? Censureer bedenkelijke zaken, want de recruiter googlet jouw naam ook. Verplaats je in de ander!

Curriculum vitae

WAT STAAT ER IN JE CV

Persoonlijke gegevens

- Pasfoto
- Persoonlijk profiel
- Werkervaring en nevenactiviteiten
- Opleidingen
- Kwaliteiten en vaardigheden
- Interesses en hobby's
- Eventuele referenties

- Voor- en achternaam
- Mobiel
- Mailadres
- Geboortedatum
- Nationaliteit
- Rijbewijs (indien nodig)
- LinkedIn-URL
- Webpagina (indien aanwezig)

Persoonlijk profiel

Wie ben jij, wat kan jij en welk probleem los jij op voor de werkgever? Schrijf je profiel kort en krachtig. Gebruik zo min mogelijk onnodige woorden en schrijf alleen de kwaliteiten op waarvan je denkt dat je toekomstige werkgever deze belangrijk vindt.

GEBRUIK EEN DUIDELIJK MAILADRES!

Het beste is om een eigen mailadres te hebben met je naam erin. Dus geen: familiejanssen@gmail.com, pip-pilangkous1970@hotmail.com of bertenanja2001love@hotmail.com, maar monique.terhorst@planet.nl. Hoe simpeler, hoe beter.

Nevenactiviteiten

Bedenk welke activiteiten je onbetaald hebt gedaan. Ben je vrijwilliger geweest, bestuurslid of coach van een sportteam? Dit telt allemaal als werkervaring.

Bijvoorbeeld: Je bent bestuurslid van de plaatselijke voetbalclub en de communicatie is jouw verantwoordelijkheid. Hieronder valt zowel de interne als de externe communicatie: het clubblad, de website, Facebook en communicatie met derde partijen als gemeenten en omwonenden. Kwaliteiten hiervoor zijn creativiteit, schrijfvaardigheid, empathisch vermogen en onderhandelingsvaardigheden. Dit kun je allemaal op je cv zetten.

Opleidingen & cursussen

- Opleidingen en diploma's
- Cursussen en certificaten
- Trainingen

Interesses en hobby's

Je hobby's en interesses zijn niet het meest relevante onderdeel van je cv, maar het geeft je werkgever wel een completer beeld van wie jij bent en wat je leuk vindt.

Kwaliteiten & vaardigheden

- Computer skills
- Bijzondere vaardigheden, bijvoorbeeld fotograferen, schrijven of vormgeving
- Talen in woord en geschrift
- Kwaliteiten, bijvoorbeeld flexibel, accuraat of analytisch

Het is handig om je kwaliteiten en vaardigheden in kaart te brengen met de STARR-methode en je kwaliteiten-kwadrant te analyseren.

Op pagina 000 lees je hier meer over.

Referenties

Heb je iemand die zeer tevreden is over je werkzaamheden? Wie kent jou als oud-collega, vrijwilliger of uit je verenigingsleven die je om een referentie kunt vragen? Je kunt hun naam dan op je cv zetten. Overleg dit eerst natuurlijk wel met hen.

Opmaak cv

Wist je dat een recruiter of werkgever gemiddeld maar zo'n tien seconden naar een cv kijkt? Het is dus belangrijk om te zorgen dat die eerste indruk goed is. Zorg ervoor dat je cv is aangepast op de vacature of functie waarnaar je solliciteert. Het is niet vreemd als je je cv voor iedere functie een beetje moet aanpassen- benadruk de informatie die relevant is voor de baan.

Motivatie brief

In je cv vertel je over je ervaring.

*Je motivatiebrief
heeft een ander doel:
deze is bedoeld om uit te leggen
waarom je in de vacature
bent geïnteresseerd.*

*In deze brief laat je zien
dat je weet waar je het over hebt
en waarom dat bij jou past.*

*Wees niet bescheiden,
maar kijk eerlijk naar wat je
allemaal in je mars hebt.
Vertel waarom je goed binnen
deze functie past.*

Verdiep je voor het schrijven in het bedrijf. Zoek op Google naar nieuws en bekijk de website goed. Kijk op LinkedIn of je niet toevallig een medewerker of bekende van het bedrijf kent. Hier kun je altijd contact mee opnemen om aan te geven dat je gaat solliciteren. Dit kan je dan ook weer vertellen in je brief.

Hou je motivatiebrief kort, maximaal een half A4'tje. Gebruik actieve, korte zinnen en vermijd wollig taalgebruik. Je mag natuurlijk altijd verwijzen naar je cv.

Kies als
steunkleuren van
je brief of cv
(een van) de
kleuren van de
organisatie.
Dit geeft een
gevoel van
herkenning.

**Net zoals dat je je cv aanpast aan
je verschillende sollicitaties,** doe

je dit ook bij je motivatiebrief. Bij iedere nieuwe sollicitatie schrijf je een brief die past bij de vacature en de organisatie. Kijk bijvoorbeeld even op de website van de organisatie naar hun woordgebruik. Is dit zakelijk of juist wat persoonlijker? Pas je eigen schrijfstijl hierop aan. Je kunt ook woorden gebruiken die in de vacature worden genoemd. Je kunt gerust op een persoonlijke manier schrijven zonder over te komen alsof je populair wilt doen.

Als de stijl wat formeler is, zorg je voor een tekst die wat traditioneler is. Gebruik hier niet te veel standaardzinnen.

Voor zowel de persoonlijke als de zakelijkere brieven geldt natuurlijk dat je goed op de spelling let. Check ook altijd de naam van de persoon die je aanschrijft nog een keer extra. Een enkele spelfout kan al verkeerd overkomen en ervoor zorgen dat jouw sollicitatie op de verkeerde stapel terechtkomt. Laat je brief tenslotte altijd checken door anderen.

Job pitch

Een **JobPitch** is een verhaal met doorvertelkracht. Dit betekent dat het goed te onthouden is en mensen raakt. Het is pakkend en geeft een sterk beeld van wie je bent, wat je kan en wat je gaat oplossen voor de werkgever. Maar hoe doe je dat, een verhaal met doorvertelkracht schrijven?

Je zit vol met verhalen

Bij alle stappen naar een baan heb je een aantrekkelijk verhaal nodig. Daarmee komt betaald werk namelijk dichterbij. Maar welk verhaal gaat je hierbij helpen?

Zie jouw verhaal als een stenen muur: je hebt bakstenen nodig om het verhaal, de muur, mee te bouwen. Hiervoor zal je eerst graafwerk moeten doen: als je goed weet wie je bent en wat je kunt heb je een basis voor jouw verhaal. Je past en meet, breekt af en bouwt weer op. Dit doe je net zo lang tot je een verhaal hebt dat jij graag vertelt, waar je trots op bent en dat betekenis heeft voor anderen. De muur is af! Dat is een aantrekkelijk verhaal. Zo'n verhaal is natuurlijk nooit helemaal af, want deze gaat iedere dag verder.

Hieronder vind je een methode om je verhaal mee vorm te geven. Volg de stappen en er ontstaat vanzelf een verhaal met doorvertelkracht.

Van ontspanning naar

creativiteit

Verhalen vertellen is een creatief proces. Je wil je creativiteit dus eerst op gang helpen. Ontspanning helpt hierbij. Bedenk wat jou ontspant. Is het wandelen, douchen, werken in de tuin of tekenen? Het maakt niet uit wat het is, als het maar werkt voor jou. Als je hoofd leeg is, heb je meer ruimte voor nieuwe ideeën!

STAP 1

om het vertellen

- Lees onderstaande vragen door
- Beantwoord de vragen. Begin bij de vragen die voor jou het makkelijkst te beantwoorden zijn.
- Schrijf je antwoorden op zonder je druk te maken over spelling, zinsbouw, et cetera. Je eerste gedachte is de juiste.
- Schrijf in spreektaal, het hoeft niet zakelijk te zijn. Alleen jij leest het.
- De vragen waar je op het eind nog geen antwoord op hebt, laat je voor wat ze zijn.

♥ WAT BEN JE VOOR PERSOON?

♥ WAT ZIJN JE **INDRUKWEKKENDSTE**
HERINNERINGEN?

♥ WAAR **GELOOF** JE IN?

♥ WANNEER HEB JE HET IDEE DAT JE ZINVOEL BEZIG BENT?

♥ WANNEER VOEL JE JE TEVREDEN?

♥ WAT IS **JOUW DRIJFVEER** OM AAN HET
WERK TE WILLEN?

♥ WAT WIL JE **LATEN ZIEN VAN JEZELF?**

Lees je antwoorden terug en laat het bezinken. Valt er iets op? Is er een vraag die je direct wist? En is er een vraag die je niet hebt kunnen beantwoorden? Denk er eens over na waarom dit zou kunnen zijn.

betaald werk

Wie moet jouw verhaal horen? Jouw verhaal brengt je richting betaald werk als je vertelt wie jij met je talent wil gaan helpen. Als je weet wat jij oplost, en voor wie, heb je de sleutel in handen om anderen duidelijk te maken wat jij toevoegt en waarom jij anders bent dan anderen.

De exposecoach van Re-Job helpt je je pitch ontwikkelen en versterken.

Schrijf je verhaal op aan de hand van de antwoorden op de vragen bij stap 2.

Het maakt niet uit hoeveel je schrijft. Als alles op papier staat, begin je met schrappen. Dit doe je net zo lang tot je de essentie in drie tot vier zinnen kunt vertellen. Houd voor ogen wat je kan en hoe je anderen daarmee helpt. Zeg er ook bij voor wie je dat het liefst doet. Met jouw verhaal maak je het anderen makkelijk zich voor te stellen wat voor baan jij zoekt. Dat kunnen zij niet voor jou verzinnen; jij moet het hen vertellen. Nu is je JobPitch klaar.

**Hoe
duidelijker
jouw
verhaal
vertelt
wat jouw
drijfveren,
waarden
en talenten
zijn, en
voor wie
je deze
in wilt
zetten,
hoe groter
de kans op
een baan**

Netwerken

Als je op zoek bent naar een baan is het handig om gebruik te maken van een netwerk. Een netwerk bestaat uit een groep contacten, zowel online als offline, met een gelijke belangstelling, achtergrond of ervaring. Deze contacten kunnen jou helpen bij het vinden van een baan. Hoe meer mensen weten dat je werk zoekt, hoe groter de kans is dat je via hen werk vindt.

● **Netwerken bestaan niet alleen op zakelijk vlak:** je vriendenkring, teamgenoten van de sportvereniging en je familie zijn ook onderdeel van je netwerk. Je bouwt dus niet alleen een netwerk op door je LinkedIn te gebruiken, maar bijvoorbeeld ook door contact te onderhouden met oudklasgenoten en -collega's.

● **Netwerken is een manier om de gebruikelijke manier van solliciteren te omzeilen.** Als een bedrijf een vacature kan invullen zonder een advertentie te plaatsen, heeft dat altijd hun voorkeur. Zeker als het op aanraden is van een persoon die al voor ze werkt.

● **Ken je iemand die werkt bij het bedrijf waar je wilt solliciteren?** Vraag dan eens aan hen hoe het is om er te werken. Hoe is de afdeling, en hoe is jouw potentiële nieuwe manager? Informeer ook eens hoe de sollicitatie van jouw contact verliep. Deze informatie kan je in jouw voordeel gebruiken tijdens je eigen sollicitatie.

Zet je Jobpitch in

Als je wilt dat jouw netwerk voor jou werkt, zet dan je Jobpitch in. (Zie 6.5). Omdat dit zo'n kort maar krachtig en persoonlijk verhaal is, kun je dit zelfs bij de groenteafdeling in de supermarkt vertellen, of bij het kerstdiner van het bedrijf waar je partner werkt. Je vertelt in het kort

wie je bent, wat je wilt, wat je kunt en waarom jij daar zo enorm voor geschikt bent. Vertel niet wat je nu doet, maar wat je wilt doen. Je zult zien, binnen de kortste keren komt er iemand naar je toe of er belt iemand om je te vragen of je alsjeblieft wilt solliciteren, want jij bent precies wat ze nodig hebben.

11

tips voor een sterk profiel op LinkedIn

Werk in alle rust je profiel bij

Vaak zijn mensen bang dat anderen een melding krijgen als ze iets veranderen op hun LinkedIn profiel. Daarom stellen ze het maken van hun profiel of van een goede update graag nog een dagje uit.

Bij LinkedIn begrijpen ze dat wel en hebben ze hiervoor een speciale knop gemaakt. Deze vind je in het hoekje 'Privacy & Instellingen'. Als je deze knop uitzet, kun je wijzigen wat je wilt. Wil je anderen een keer wél wijzen op een verandering, bijvoorbeeld omdat je een nieuwe baan hebt, dan kun je dat aangeven.

Neem een wit vel papier
of een leeg scherm en maak

Maak een lijst met trefwoorden



JOU TREFWOORDEN



BEGIN MET DE ONDERTITEL

Bepaal wat mensen meteen over je moeten weten om je goed te kunnen plaatsen en gebruik die woorden in de ondertitel.

Je helpt je bezoeker het beste door jezelf zo specifiek mogelijk te omschrijven.

Op basis daarvan kan de bezoeker besluiten of hij meer wil weten, of juist niet.

Heb je verschillende professionele rollen waarop je gevonden wilt worden?

Ben je naast je rol als docent ook bezig met het opzetten van privéstudiebegeleiding?

Vermeld dan beide rollen, gescheiden door komma's of slashes.

Er is ruimte voor 118 tekens.

Schrijf dan op waar je op dit moment voor gebeld zou willen worden.

Het begin van je samenvatting

Het begin van je samenvatting is cruciaal. Deze informatie wordt meteen getoond, zowel op de desktop als op een mobiel apparaat. Zorg dat wat je hier neerzet, prikkelt om verder te lezen. Check ook op je telefoon wat bezoekers te zien krijgen, dit zijn minder tekens.

Zet in de samenvatting wat je echt belangrijk vindt in je werk, wat je er graag mee wilt bereiken en hoe je dat wilt doen. Maak maximaal twee a drie alinea's. Heb je meerdere professionele rollen opgegeven, dan is dit ook de plek om duidelijk te maken hoe het geheel in elkaar steekt.

In de sectie 'Ervaring' kun je je huidige werk en eventuele werkervaring uit het verleden neerzetten.

Er worden niet meer dan vijf werkervaringen getoond, dus beperk je tot de belangrijkste. Geef een toelichting maar som niet een officieel takenpakket op.

Vertel liever in je eigen woorden wat de kern van je werk is.

Maak het persoonlijk.

Heb je geen baan maar heb je bovenaan wel ingevuld wat je zou willen worden, schrijf dan bijvoorbeeld in de toelichting hoe je je voorbereid op de baan.

**WERKERVARING,
WERK,
VRIJWILLIGERSWERK,
PROJECTEN
EN ANDERE
MOGELIJKHEDEN**

Schrijf in de 1e persoon

Je profiel is jouw pagina. Jij bent de gastheer of gastvrouw, het is jouw tekst.

Maak het dus persoonlijk en gebruik de ik-vorm.

De derde persoon werkt al snel gekunsteld en afstandelijk.

Teveel 'ik' is ook niet fijn maar makkelijk te vermijden door het omgooien van een zin of het toepassen van een telegramachtige stijl.

SCHRIJF VOOR SCANNERS

*Afen toe wat meer tekst
is geen probleem,
maar zorg dat bezoekers
de tekst altijd
makkelijk
kunnen scannen.*

*Maak dus gebruik
van witregels,
● bullets of andere tekens ■*

KIJK IN DE CAMERA

Zorg voor een goede foto (met voldoende pixels!) waarop je vriendelijk en ontspannen in de camera kijkt. Zo maak je op een aardige manier contact met iemand die belangstelling voor je heeft. Let erop dat je kleding past bij de baan die je hebt of graag wilt. Zorg er ook voor dat je herkenbaar bent en dat de achtergrond niet afleidt.

Neem de tijd om veel foto's te laten maken zodat je voldoende keus hebt. Besteed er aandacht aan. Het is naast je naam en functietitel de belangrijkste informatie op je pagina.

Gebruik beeld

Maak gebruik van de mogelijkheid een achtergrondbeeld te plaatsen. Voeg ook op andere plekken foto's of plaatjes toe, zolang ze maar relevant zijn.

Vaardigheden en onderschrijvingen

Dit onderdeel zorgt wel eens voor irritatie. Onderschrijvingen worden makkelijk gegeven voor iets dat je zelf niet belangrijk vindt. In de zoekresultaten zijn vaardigheden en onderschrijvingen echter belangrijk. Recruiters zien op hun LinkedIn-scherm naast de naam, functie en locatie als eerste de drie bovenste vaardigheden van iemand staan. Zorg daarom dat de twintig belangrijkste vaardigheden/trefwoorden waarop je gevonden wilt worden hier staan (haal je trefwoordenlijst erbij!) Zorg dat je de drie belangrijkste bovenaan vastprijkt zodat ze de meeste onderschrijvingen krijgen.

VRAAG OM EEN AANBEVELING

Aanbevelingen zijn waardevol als extern bewijs van je capaciteiten. Als anderen je in het openbaar prijzen, heeft dat toegevoegde waarde. Vraag oud-collega's, klanten en andere mensen die met je hebben gewerkt om een aanbeveling.

HOE VRAAG JE EEN AANBEVELING?

Je kunt alleen een aanbeveling vragen aan iemand met wie je al een connectie hebt. Ga naar het profiel van deze persoon en klik op de button 'Meer' onder het portret. Kies dan een 'Om een aanbeveling vragen'. Volg de instructies.

Sollicitatie gesprek

Eindelijk! Het is zover: je wordt uitgenodigd voor een sollicitatiegesprek. Natuurlijk ben je in de gloria maar tegelijkertijd schiet de adrenaline door je heen. Hier begint je voorbereiding!

Maak je een voorstelling van de werkzaamheden die bij de functie horen. Verdiep je in de organisatie waar je op gesprek gaat (wat is hun missie, wie werken er, welke problemen ervaren ze, etc.). Speur de website af en maak jezelf een voorstelling van een werkdag bij deze organisatie. Wat maakt jou geschikt voor de functie? Waarom wil je hier werken? En welke vragen heb jij over het bedrijf?

Zet op papier welke vragen je verwacht en welke vragen jij wilt stellen.

● WAAR ZIJN ZE ACTIEF?

(AFZETGEBIED; STAD, PROVINCIE, LAND, BUITENLAND)

● WIE ZIJN DE LEVERANCIERS?

● HEBBEN ZE OOK EEN **MAATSCHAPPELIJKE DOELSTELLING?**

● WAAROM WIL IK **BIJ DEZE ORGANISATIE** WERKEN?

● WAT IS **DE DRESSCODE** VAN DE ORGANISATIE?

● WAARDOOR IS DE **VACATURE** ONTSTAAN?

De STARR methode

Tijdens het sollicitatiegesprek kun je allerlei vragen verwachten.
De meest voorkomende vragen gaan over jouw motivatie:
waarom ben jij
de meest geschikte persoon?
En hoe ga je jouw kernkwaliteiten
en vaardigheden toepassen
op deze functie?

WIE GEBRUIKT STARR

Veel recruiters gebruiken de STARR-methode om vragen te stellen.
Dit is een methode om van jou te horen hoe jij op situaties reageerde of zal gaan reageren.
Het is een gestructureerde manier om je te laten vertellen over een (denkbeeldige) situatie.

STARR staat voor

S	situatie
T	taak
A	actie
R	resultaat
R	reflectie

*Vraag van de recruiter:
Hoe ga je om met kritiek
in een werksituatie?
Hier kun je gestructureerd
antwoord op geven.*

Bijvoorbeeld...

“Ik ben voorzitter van de medezeggenschapsraad van de basisschool (situatie). In het begin van mijn voorzitterschap (taak) kreeg ik na de derde keer vergaderen de kritiek dat alle vergaderingen veel te veel uitliepen en dus niet efficiënt waren. Niet leuk om te horen, maar ze hadden wel gelijk. Ik ben toen meer prioriteiten gaan stellen (actie). Kleine zaken heb ik een tijdslimiet gegeven en ik heb alleen de persoon die verantwoordelijk was aan het woord gelaten. Dit om te voorkomen dat alles een groepsdiscussie werd (actie). Vanaf toen waren we op tijd klaar (resultaat). Ik heb geleerd dat je met een goede voorbereiding veel efficiënter kunt vergaderen (reflectie).”

Bereid een aantal van dit soort scenario's voor. Benadruk hierin je sterke punten, vaardigheden en kernkwaliteiten.

● EEN **SUCCESVERHAAL** EN WAT JE ERVAN LEERDE

● EEN **TEGENSLAG** EN WAT JE DAT GEBRACHT HEEFT

● EEN VERHAAL MET ALS ONDERWERP **TEAMVERBAND**

Presentatie

*Iedere recruiter begrijpt
dat je zenuwachtig bent.
Bovendien zijn veel recruiters
getraind in het interpreteren
van non-verbaal gedrag.
Vergroot je kansen door
je lichaamshouding
bewust in te zetten.*

Stel dat je je
onbewust te klein
of te groot maakt.
Dat wil je niet, want
daar prikt een
getrainde recruiter
zo doorheen.

Je lichaamshouding
bewust inzetten, helpt
je je zenuwen onder
controle te houden.
Ga rechtop zitten, met
je hele rug tegen de
leuning van de stoel
en je beide voeten op
de grond. Adem in
en adem uit. Blijf dat
doen tijdens het ge-
sprek. Leg je armen
open, je handen op
je schoot. Daarmee
straal je uit dat je er
vertrouwen in hebt.

Voor een
sterke indruk
kies je
kleding die bij
de dresscode
van de
organisatie
past. Let erop
dat je kleding
verzorgd
en zonder
vlekken is.

Besteed aandacht aan
de kleren die je aantrekt
tijdens je sollicitatie.
Als jij vindt dat je er goed
uitziet heb je zelfvertrouwen
en dit straalt je dan ook uit.



HOUD BIJ
WAAR
JE STAAT

YouReJob

Hier kun je alles wat je tijdens je zoektocht hebt ontdekt noteren. Het is een handig werkdocument waar je bij iedere stap je vorderingen bijhoudt. Zo krijg je meer inzicht in waar je vandaan komt en waar je wil zijn.

ZOEKPROFIEL

Opsomming van alle informatie die je verzamelt tijdens het doorlopen van de Re-Job Circle.

♥ **TALENTEN**

(natuurlijke gaven zoals muzikaliteit, kunstzinnigheid, creativiteit, sportiviteit, technisch)

♥ WAT HOUD JE TEGEN

(bijv. "ik ben te oud, ik heb geen ervaring, zij nemen mij nooit aan")

♥ KERNKWALITEITEN

(persoonlijkheidskenmerken zoals doorzettingsvermogen, enthousiasme, behulpzaamheid)

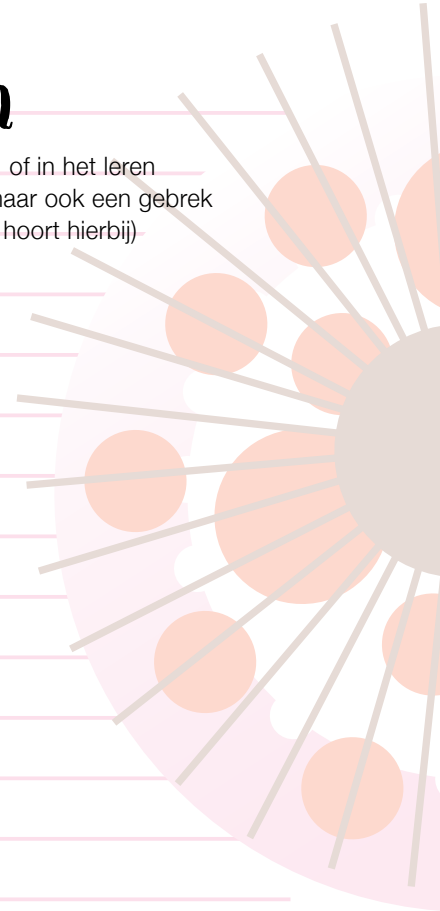
♥ MINDER STERKE KANTEN VAN JEZELF

(valkuil kernkwaliteit)

(waarden/leefregels/motieven/drijfveren, aspecten die in je leven belangrijk voor je zijn)



(mentale/fysieke gezondheid, of in het leren zoals dyslexie, dyscalculie, maar ook een gebrek aan zelfvertrouwen/faalangst hoort hierbij)



EXPLORE

♥ OPLEIDING(EN),

CURSUSSEN EN CERTIFICATEN

♥ WERKERVARING EN STAGES

♥ NEVENACTIVITEITEN EN VRIJWILLIGERSWERK

♥ VAARDIGHEDEN

♥ HARD SKILLS

(bekwaamheden gebaseerd op training, zoals: typen, schrijven, werken met bepaalde computerprogramma's of apparatuur, etc.)

☐ Soft skills (bekwaamheden gebaseerd op persoonlijke kwaliteiten en praktische ervaring zoals sociale en communicatievaardigheden, leiderschapskwaliteiten, teamplayer, etc.)

☐ Ontwikkelpunten (wat ging/gaat minder goed, faalervaringen)

• WAT HEB IK AAN **KENNIS** IN HUIS?

MOET HET TEKST WEL HIER ZO UITGEBREIDE,
HET KOMT OOK TETRUG BIJ HOOFDSTUK 4 ,
ACHTERGROND

• WELKE **OPLEIDINGEN EN CURSUSSEN** HEB IK GEDAAN?

• WELKE **WERKERVARING, VAARDIGHEDEN
EN TALENTEN** HEB IK?

● GA IK **ONDERNEMEN**, ALS **ZZP'ER**, OF IN **LOONDIENST**?

● WAT HEB IK HIERVOOR **NODIG**?

● GA IK ME DAN **OM-** OF **BIJSCHOLEN**?

● MIJN **TALENTEN** EN **KWALITEITEN**?

● **HOE, WAAR, WIE** EN **INZETTEN**?

● **WAT WIL IK** HET LIEFST?

YouReJob

Houd bij waar je staat

Hier kun je alles wat je tijdens je zoektocht hebt ontdekt noteren. Het is een handig werkdocument waar je bij iedere stap je vorderingen bijhoudt. Zo krijg je meer inzicht in waar je vandaan komt en waar je wil zijn.

ZOEKPROFIEL

*Opsomming van alle
informatie die je verzamelt
tijdens het doorlopen van de
Re-Job Circle.*

Take Off

♥ **TALENTEN** (natuurlijke gaven zoals muzikaliteit, kunstzinnigheid, creativiteit, sportiviteit, technisch)

♥ **WAT HOUD JE TEGEN** (bijv. "ik ben te oud, ik heb geen ervaring, zij nemen mij nooit aan")

♥ **KERNKWALITEITEN** (persoonlijkheidskenmerken zoals doorzettingsvermogen, enthousiasme, behulpzaamheid)

♥ **MINDER STERKE KANTEN VAN JEZELF**
(valkuil kernkwaliteit)

♥ **LEVENSTIJL** (waarden/leefregels/motieven/drijfveren, aspecten die in je leven belangrijk voor je zijn)

♥ **BEPERKINGEN** (mentale/fysieke gezondheid, of in het leren zoals dyslexie, dyscalculie, maar ook een gebrek aan zelfvertrouwen/faalangst hoort hierbij)

Explore

♥ OPLEIDING(EN), CURSUSSEN EN CERTIFICATEN

♥ WERKERVARING EN STAGES

♥ NEVENACTIVITEITEN EN VRIJWILLIGERSWERK

♥ VAARDIGHEDEN

Hard skills (bekwaamheden gebaseerd op training, zoals: typen, schrijven, werken met bepaalde computerprogramma's of apparatuur, etc.

♥ VAARDIGHEDEN

Soft skills (bekwaamheden gebaseerd op persoonlijke kwaliteiten en praktische ervaring zoals sociale en communicatievaardigheden, leiderschapskwaliteiten, teamplayer, etc.

♥ ONTWIKKELPUNTEN

(wat ging/gaat minder goed, faalervaringen)

♥ JOB ANKERS

Waar ga je je pijlen op richten? Bij het oriënteren op een nieuwe baan is het essentieel, dat je een goed inzicht hebt in wat je precies zoekt op de uitgebreide en complexe arbeidsmarkt. Sommige dingen van een baan zijn voor jou zo belangrijk dat je geen concessies kunt doen. Een baan moet bijvoorbeeld op maximaal 40 kilometer afstand van je woonplaats zijn. Of een baan moet veel zelfstandigheid bieden. Je wilt perse iets met kunst doen of maximaal 20 uur werken. Die expliciete voorwaarde noemen we een job anker.

♥ GA IK ONDERNEMEN?

♥ GA IK AAN DE SLAG ALS ZELFSTANDIGE ZONDER PERSONEEL (ZZP-ER)?

♥ GA IK IN DIENSTVERBAND WERKEN BIJ EEN WERKGEVER?

♥ SOORT DIENSTVERBAND

(hierbij kun je denken aan dienstverband voor bepaalde of onbepaalde tijd, uitzendbasis, oproepbasis, contractbasis, detachering. Maar denk ook aan het aantal uren per week (minimaal, maximaal).

♥ WELKE ORGANISATIEVORM

Profitorganisatie/Non-profitorganisatie/Overheid?

♡ **GROOT-MIDDEN-KLEIN** BEDRIJF?

♡ **WELKE BRANCHE** OF SECTOR?

♡ **WELKE CULTUUR** PAST HET BESTE BIJ MIJ:
FORMEEL/ INFORMEEL?

♡ **MOBILITEIT**

(hierbij kun je denken aan reisafstand, reistijd, bereikbaarheid (auto, openbaar vervoer), verhuizen ja/nee, etc.)

♡ **BALANS WERK/PRIVÉ**

(hierbij is het van belang je bewust te zijn wat je naast je werk belangrijk vindt en welke verplichtingen je naast je werk hebt)

Prepare

Wat ga je leren om die baan te krijgen die je graag wilt? Wat voor vaardigheden vragen de komende periode om ontplooiing? Beschrijf zo concreet mogelijk wat je wilt leren.

♥ VERDER ONTWIKKELEN VAN **JE STERKE PUNTEN**

♥ OMGAAN MET JE **ONTWIKKELPUNTEN**

♥ LEREN OMGAAN MET **BLOKKADES**

♥ AANLEREN VAN NIEUWE **KENNIS EN VAARDIGHEDEN**

(door een opleiding te volgen)

♥ OPDOEN VAN **NIEUWE ERVARINGEN**

(bijv. stage regelen)

Expose

Het laatste onderdeel van je zoekprofiel is
een **To do lijst**.

Hierin neem je op wat je gaat ondernemen om je

‘ideale baan’ te vinden.

Maak je To do lijst zo concreet mogelijk:
wat ga je doen, wanneer ga je dat doen,
hoe ga je het aanpakken, wie ga je inschakelen,
wat heb je nog nodig om verder te kunnen.

Hieronder vind je wat tips:

♥ ORIËNTEREN

♥ NETWERKEN

♥ STAGE

♥ SURFEN OP INTERNET

♥ TRAININGEN/WORKSHOPS VOLGEN OP HET GEBIED VAN
SOLLICITEREN, NETWERKEN OF SOCIAL MEDIA

♥ BASIS CV MAKEN

♥ JOBPITCH

♥ LINKEDIN PROFIEL MAKEN

♥ CV OP INTERNET ZETTEN

♥ SOLLICITEREN OP VACATURES UIT DE KRANT

♥ OPEN SOLLICITATIEBRIEVEN SCHRIJVEN

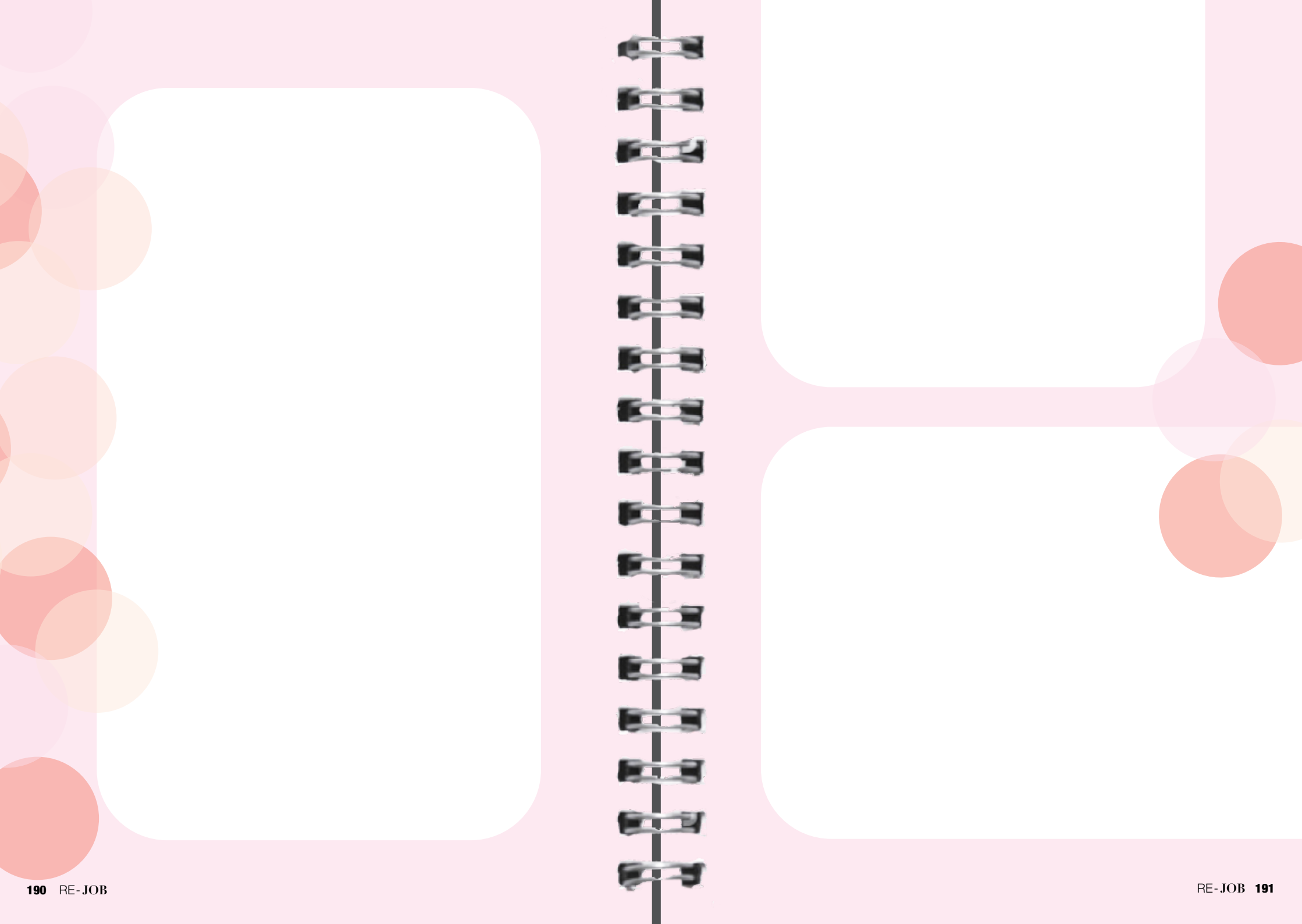
♥ INSCHRIJVEN BIJ WERVING & SELECTIE BUREAUS EN

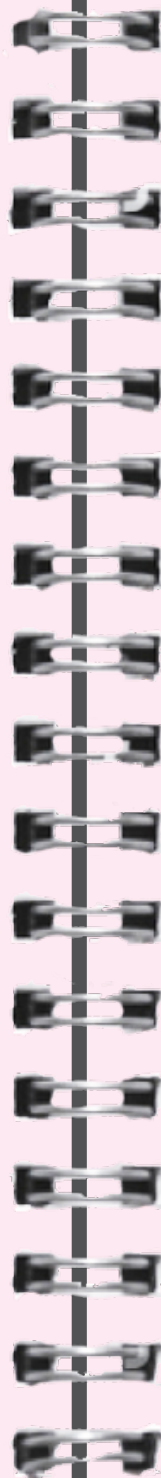
UITZENDBUREAUS

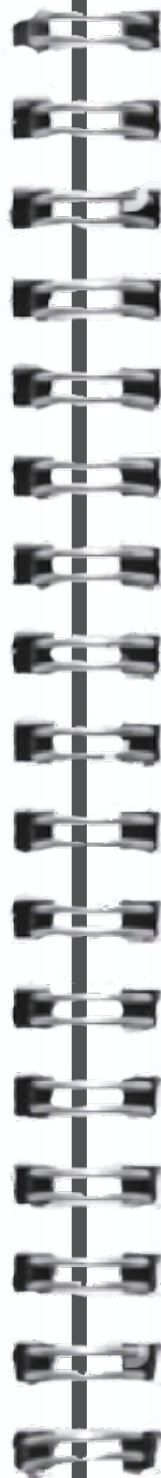
♥ HEADHUNTERS BENADEREN

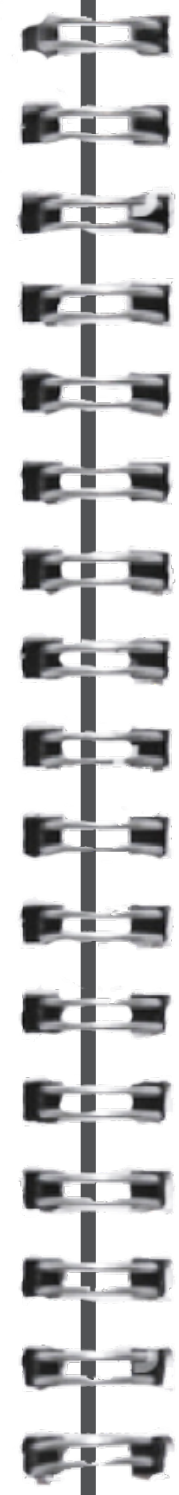
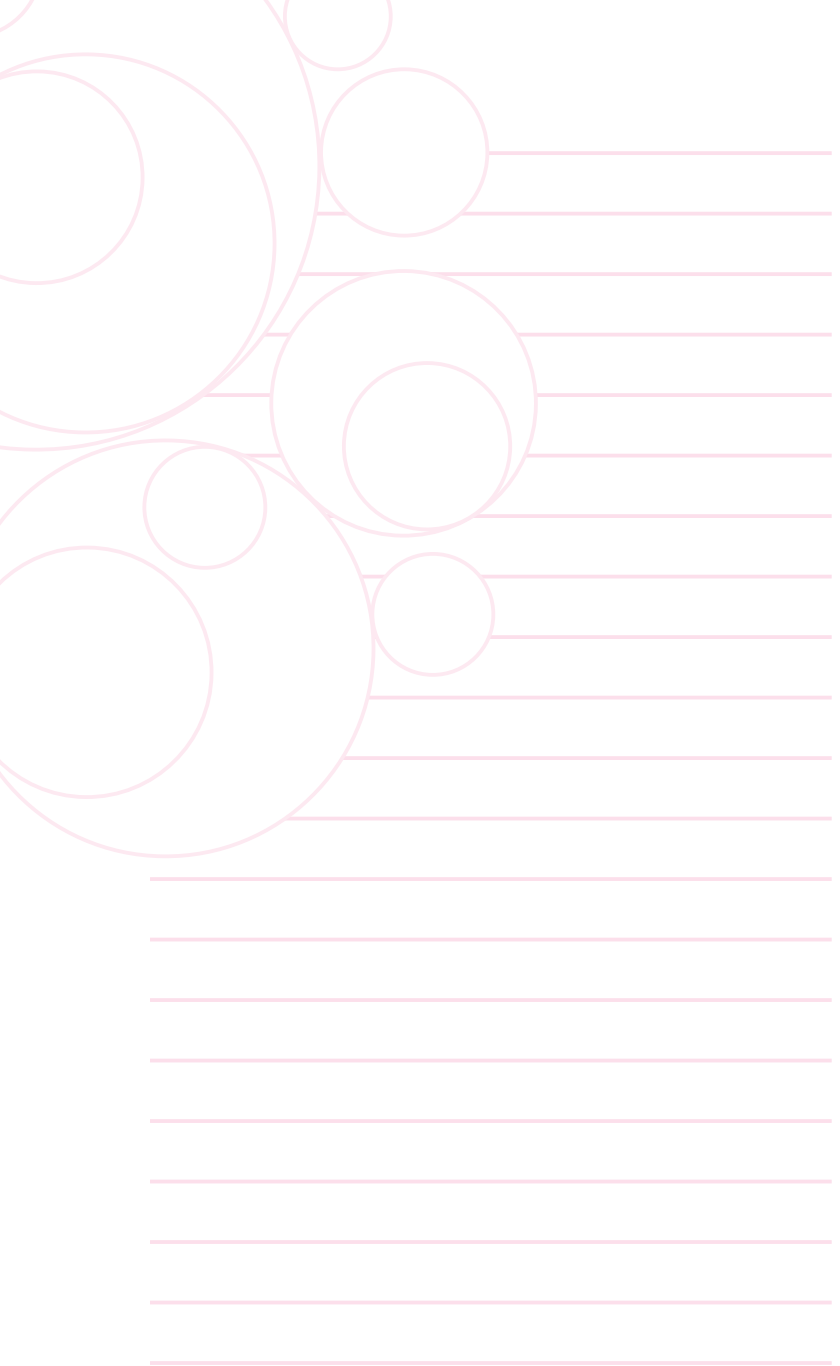
♥ OPLEIDING ZOEKEN EN BEGINNEN

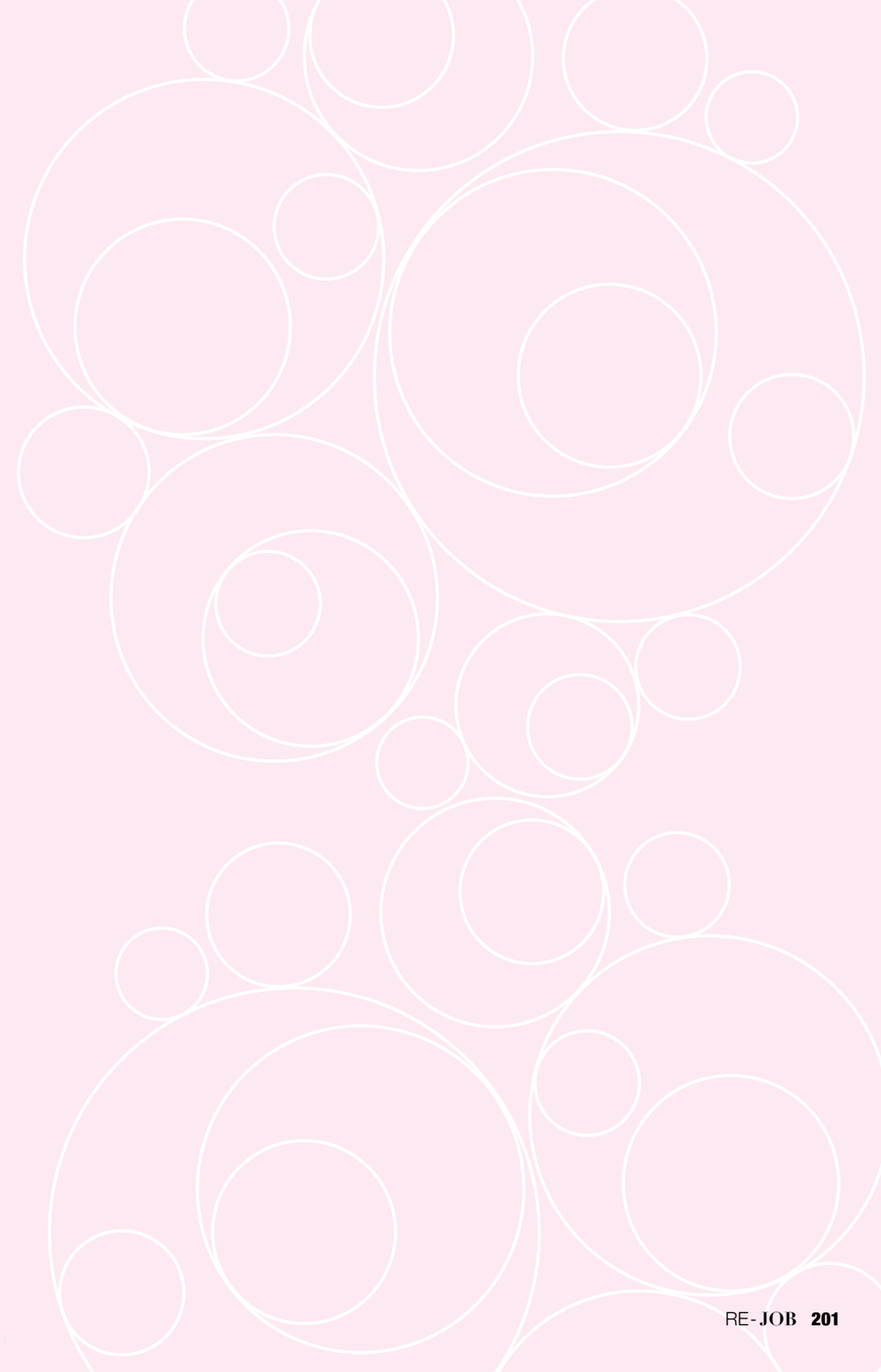
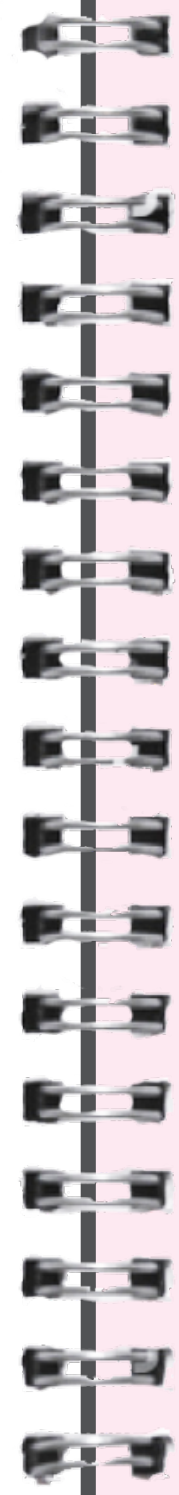
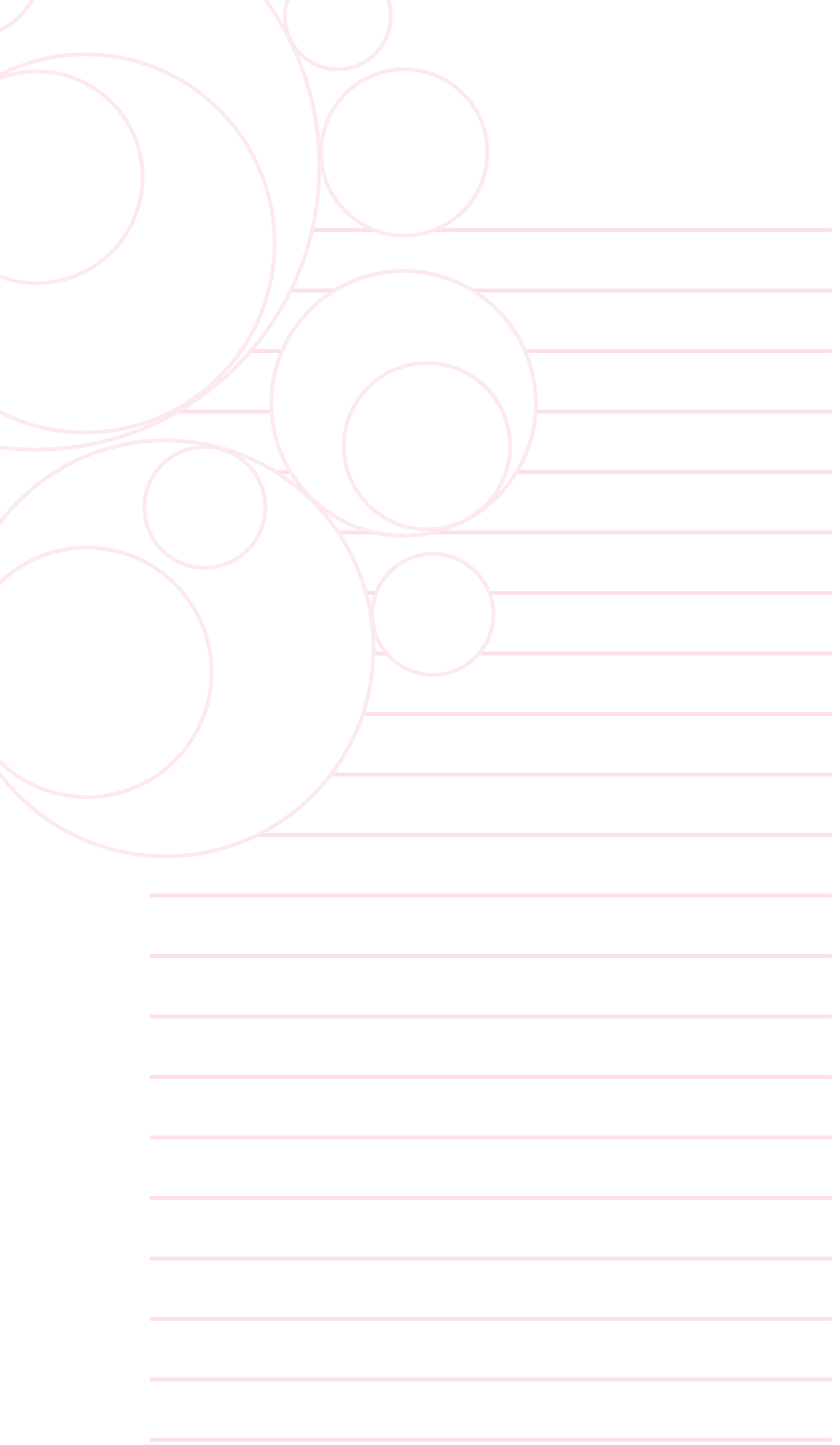
♥ SOCIAL MEDIA INZETTEN EN ONDERHOUDEN













RE-JOB