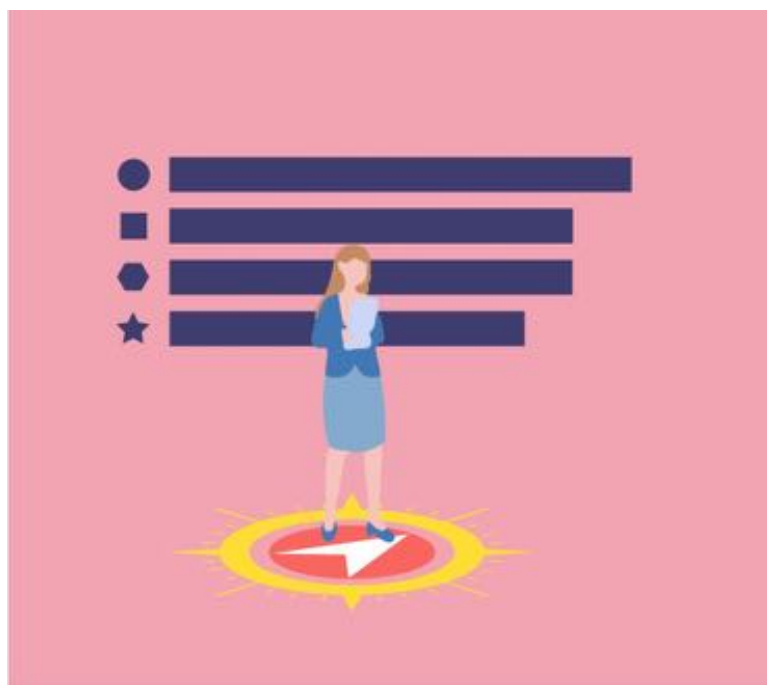


**JOUW WERK.  
ONZE WERELD.**



**Webinar**

**Proactief loopbaangedrag**

**29 juli 2020**

**Karin Sarrucco**

**JOUW WERK. ONZE WERELD.**

JOUW WERK.  
ONZE WERELD.



### **Doel:**

- **Introductie van het concept proactief loopbaangedrag**
- **Aanzet om proactief met je loopbaan aan de slag te gaan.**

JOUW WERK. ONZE WERELD.

**JOUW WERK.  
ONZE WERELD.**



## **Agenda**

- 1. Wat is proactief loopbaangedrag**
- 2. Control**
- 3. Curiosity**
- 4. Concern**
- 5. Confidence**
- 6. Vragen**



**JOUW WERK. ONZE WERELD.**



Mark Savickas

**Mark Savickas (Career Construction Theory)**

De arbeidsmarkt is continue in beweging. Aanpassingsvermogen is daarom voor de werknemer van groot belang. Dit aanpassingsvermogen kan de werknemer vergroten door proactief met de loopbaan bezig te zijn.

## De 4 C's van proactief loopbaangedrag

- **Control**            **gevoel van controle over jouw werksituatie**
- **Curiosity**        **inzicht in jezelf en je kansen**
- **Concern**         **vooruit plannen en persoonlijke ontwikkeling**
- **Confidence**      **geloof in eigen kunnen bij zoeken naar (ander) werk**

JOUW WERK.  
ONZE WERELD.



**Jessie Koen**

*Door proactief om te gaan met hun loopbaan, ervaren werknemers minder onzekerheid dan werknemers die niet proactief omgingen met hun loopbaan – ondanks dat zij een aflopend contract hadden met daarop precies dezelfde einddatum*

Koen, J. & Parker, S.K., (2018). Tackling the root of insecurity: why some workers experience less insecurity in today's labor market. Proceedings of the Seventy-eighth Annual Meeting of the Academy of Management.

JOUW WERK. ONZE WERELD.

## Control gevoel van controle over jouw werksituatie

- Welk **cijfer** geef je jezelf voor je gevoel van controle over je werksituatie?
- Waarom heb je jezelf geen **lager** cijfer gegeven?
- Waarom heb je jezelf geen **hoger** cijfer gegeven?

### Gevoel van controle vergroten door:

- Trainingen en opleidingen volgen
- Intern stage lopen
- Koffie drinken (netwerken)
- De arbeidsmarkt (blijvend) onderzoeken door vacatures te bestuderen
- Zichtbaarheid vergroten (LinkedIn)
- Mentor zoeken
- Loopbaancoach inschakelen

## Curiosity inzicht in jezelf en je kansen

### Inzicht in je persoonlijke verhaal:

1. **Wie was je rolmodel in je jeugd?**
2. **Wat was je favoriete jeugdserie, je favoriete boek of tijdschrift?**
3. **Wat deed je het liefste in je jeugd?**
4. **Welke vakken vond je het leukst op school?**
5. **Wat is je favoriete verhaal?**
6. **Wat is je favoriete spreuk of gezegde?**
7. **Welke jeugdervaring is je het meeste bijgebleven?**



JOUW WERK.  
ONZE WERELD.



Wat is **jouw rode draad**?



JOUW WERK. ONZE WERELD.

## Curiosity inzicht in jezelf en je kansen

### Inzicht in persoonlijke kwaliteiten

- Noem je 5 belangrijkste kwaliteiten
- Bedenk bij elke kwaliteit een concreet voorbeeld waaruit deze kwaliteit blijkt
- Reflectievraag: hoe makkelijk was dit om te doen?

### Verkennen van de arbeidsmarkt

- Wanneer heb je voor de laatste keer
- een vacature bekeken?
  - een netwerkgesprek gevoerd?
  - een congres bezocht
  - een inschatting gemaakt van de kansen en bedreigingen ten aanzien van het soort baan dat je hebt?

## Concern vooruit plannen en persoonlijke ontwikkeling

**Welke rol speelt werk in je leven?**

**Wat wil je met je werk bereiken?**

**Welke ideeën heb je ten aanzien van de volgende stap in je loopbaan?**

**Zie je je loopbaan als een ladder of als een klimrek?**

**Welke titel heeft het verhaal van je loopbaan tot nu toe?**

**Welke titel wil je voor het vervolg van je loopbaan?**



visie

Onderzoek heeft aangetoond dat het vooruit plannen van je loopbaan, het opstellen van een 'loopbaanvisie' en het vertalen van deze visie in concrete loopbaandoelen leidt tot meer loopbaansucces.

JOUW WERK.  
ONZE WERELD.



## Confidence geloof in eigen kunnen bij zoeken naar (ander) werk



### 7 eigenschappen van de effectieve sollicitant:

1. Zelfkennis
2. Zelfvertrouwen
3. Motivatie
4. Doorzettingsvermogen
5. Creativiteit
6. Lef
7. Presentatie

JOUW WERK. ONZE WERELD.

## Confidence geloof in eigen kunnen bij zoeken naar (ander) werk

- Welk **cijfer** geef je jezelf voor je geloof in eigen kunnen bij het zoeken naar (ander) werk?
  - Waarom heb je jezelf geen **lager** cijfer gegeven?
  - Waarom heb je jezelf geen **hoger** cijfer gegeven?
- Wat blijf ik doen?
  - Wat ga ik niet meer doen?
  - Wat ga ik doen?

## **Aanbod**

**Als je behoefte hebt aan verdere ondersteuning dan kun je een coach traject aanvragen. Er zijn 3 opties**

- 1. 3 gesprekken van 1,5 uur: geschikt voor een eenvoudige, duidelijke coachvraag met een korte doorlooptijd**
- 2. 6 gesprekken van 1,5 uur: geschikt voor een iets uitgebreidere vraag met meer gelaagdheid en een doorlooptijd van rond de 3 maanden**
- 3. 10 gesprekken van 1,5 uur : meer complexe problematiek/ uitdaging waarbij er de behoefte is langer durende ondersteuning (6 tot 9 maanden)**