

Inhoud

Voorwoord	9
Inleiding	11
1 Je doel bepalen	13
Inleiding	14
Na een beroepsopleiding	15
Na een algemene opleiding	16
Factoren die bepalen welke functies bij jou passen	17
De belangrijkste ontdekkingen uit dit hoofdstuk	21
2 Hoe kun je vacatures vinden?	23
Bemiddelingsbureaus	24
Vacaturebanken	25
Print-media	27
Open sollicitatie	27
Carrière-events, beurzen en inhousedagen	28
Je netwerk inzetten	28
De belangrijkste ontdekkingen uit dit hoofdstuk	33
3 Je cv (curriculum vitae) opstellen	35
Cv opstellen	36
Hoe werkgevers en bemiddelaars je cv beoordelen	38
Indeling van je cv	39
De belangrijkste ontdekkingen uit dit hoofdstuk	48
4 De sollicitatiebrief	49
Bepalen naar welke functies je solliciteert	50
Sluiten jouw ervaring en opleiding aan op wat gevraagd wordt?	51
Hoe enthousiast ben je?	53

Je motivatie onder woorden brengen	54
De belangrijkste ontdekkingen uit dit hoofdstuk	56
5 Voorbereiden op het sollicitatiegesprek	57
Wat kun je verwachten in een sollicitatiegesprek?	58
Vorbereiden op het sollicitatiegesprek	59
Jij speelt de hoofdrol in een sollicitatiegesprek	63
De laatste stappen in je voorbereiding	64
De belangrijkste ontdekkingen uit dit hoofdstuk	65
6 Het sollicitatiegesprek	67
Hoe verloopt een sollicitatiegesprek?	68
Je eigen invloed op het sollicitatiegesprek	68
Hoe voer je een goed sollicitatiegesprek?	71
De belangrijkste ontdekkingen uit dit hoofdstuk	76
7 Afgewezen. En nu?	77
Wat kun je doen als je een afwijzing krijgt?	78
Hoe kun je omgaan met afwijzingen, frustratie, stress, onzekerheid?	80
Hoe kun je je tijd nuttig en goed besteden als je werkzoekend bent?	81
De belangrijkste ontdekkingen uit dit hoofdstuk	86
8 Contract, arbeidsvoorwaarden en onderhandelen	87
Waar moet je op letten bij een contract?	88
Onderhandelen	91
De belangrijkste ontdekkingen uit dit hoofdstuk	94
9 Afsluiting van je sollicitatieperiode en tips voor je nieuwe baan	95
Conclusie	99

Voorwoord



In mijn werk, voorheen in de arbeidsbemiddeling en nu als loopbaanadviseur en sollicitatiebegeleider, zie ik elke dag wat werk betekent voor mensen. Voor bijna iedereen is werk tegenwoordig méér dan het hebben van een inkomen. Inkomen is natuurlijk heel belangrijk, om zelfstandig te zijn, je rekeningen te kunnen betalen, de dingen te doen die je graag wilt doen. Maar voor heel veel mensen betekent werk ook: je nuttig voelen, sociale contacten hebben, jezelf ontwikkelen, erkenning of waardering krijgen, voldoening krijgen, ontdekken en doen waar je goed in bent, ontdekken wat je helemaal niet interessant vindt, uitdaging vinden, iets bereiken, nieuwe dingen leren, iets kunnen betekenen voor een ander. Om maar een paar voorbeelden te noemen.

Juist daarom doet het mensen zo veel als ze hun baan verliezen, daarom worden mensen ongelukkig in een baan die niet bij ze past, daarom mis je iets (veel) als je geen baan hebt en is het frustrerend als je geen werk kunt vinden. Kortom: het is geweldig als je werk hebt. En nog mooier is het als je werk hebt dat bij je past!

Als jij als starter op zoek bent naar een baan, komt het in mijn ervaring in de basis neer op twee dingen die je moet weten, namelijk:

1. Wat voor werk past bij mij?
2. Hoe kan ik die baan vinden én krijgen?

Nummer 1 is in de loop der jaren veel belangrijker geworden. Mensen zijn, meer dan vroeger, op zoek naar werk dat ze waardevol en belangrijk vinden, waar ze plezier in hebben en voldoening uithalen. Als je een baan hebt die bij je past ben je gelukkiger, in je werk maar ook daarbuiten. Ook werkgevers hechten daar – terecht – veel waarde aan: je bent écht gemotiveerd, doet je werk beter, met meer plezier en met meer resultaat.

Nummer 2 is enorm veranderd. Werkgevers werven personeel op andere manieren – via andere kanalen – dan voorheen. Als sollicitant moet je die kanalen kennen en weten te benutten. Daarnaast heb je als sollicitant meer concurrentie in de huidige arbeidsmarkt. Je moet dus niet alleen weten hoe je passende vacatures vindt, of gevonden kunt worden door werkgevers of bemiddelingsbureaus; je moet ook weten hoe je jouw kansen optimaal benut.

Dit boek is opgezet als praktisch stappenplan en helpt jou als starter met het bepalen van wat voor werk bij je past, waarna je aan de slag gaat met alles wat je nodig hebt om jouw nieuwe baan te vinden en te krijgen.

Ik wens je een fantastische baan!

Als je wilt laten weten wat je van dit boek vindt: heel graag!
Je kunt me mailen via info@ikbv.nl of tweet me:
@Hanneke_IKbv

Hanneke van Stigt Thans
www.IKbv.nl

Inleiding



Op dit moment zijn 150.000 jongeren (10,5% van de totale beroepsbevolking) in Nederland en 93.000 jongeren (22,4% van de totale beroepsbevolking) in België werkzoekend. Van de totale beroepsbevolking is iets meer dan acht procent in Nederland officieel werkzoekend en in België is dat bijna 9%. Het is tientallen jaren geleden dat dat percentage zo hoog was. En eigenlijk is het nog hoger: denk aan degenen die wel een baan hebben, maar graag wat anders zouden willen doen, en degenen die niet geregistreerd staan als werkzoekend, maar wel solliciteren. Bijvoorbeeld herintreders, die na een periode van zorg voor hun gezin weer een baan willen. Of ondernemers die willen stoppen met hun bedrijf en (weer) een baan zoeken.

We hebben te maken met een arbeidsmarkt waarin er meer werkzoekenden zijn dan vacatures. Betekent dat nu dat je dan de moed maar op moet geven? Zeker niet!

Er zijn nog steeds vacatures, er worden dus ook nog steeds mensen aangenomen. Daarnaast 'vergrijs' de beroepsbevolking: de gemiddelde leeftijd van werkenden stijgt de laatste jaren snel en op termijn gaan er meer mensen stoppen met werken en met pensioen dan dat er jongeren de arbeidsmarkt op komen. Ook zijn er op dit moment nog steeds sectoren waarin er juist een tekort aan personeel is. Daar is het voor werkgevers moeilijk om voldoende geschikte medewerkers te vinden.

De laatste jaren is er ontzettend veel veranderd in de manier waarop werkgevers personeel werven. Heel veel werkgevers vinden personeel 'via via', bijvoorbeeld via hun huidige medewerkers. Ook is er een enorme omslag gemaakt naar online kanalen: vacaturebanken op internet, eigen 'werken bij...' websites en social media kanalen als LinkedIn en Twitter. Als werkzoekende in 2014 zul je dus ook anders naar vacatures moeten zoeken dan werkzoekenden dat voorheen deden.

Dit boek helpt je om jouw kansen op het vinden van een baan te vergroten, en bij het krijgen van een baan die bij je past. Het geeft je heel praktisch inzicht in hoe je een baan kunt vinden én krijgen. En niet zomaar een baan, maar een baan die bij je past.

Stapsgewijs neemt dit boek je mee: van je doel bepalen (wat wil je eigenlijk, wat past bij jou?) naar hoe je vacatures kunt vinden, hoe je je CV zo sterk mogelijk opstelt, hoe je een goede motivatie schrijft voor je sollicitatie, hoe je een sollicitatiegesprek optimaal voorbereidt en hoe je een sterk gesprek voert, hoe je de moed erin houdt en wat je kunt doen als je afgewezen wordt, tot en met de fase van aanname (je contract en het onderhandelen daarover) en de eerste periode in je nieuwe baan.

Je doel bepalen

1

Voordat je gaat solliciteren is het belangrijk om te bepalen wat je doel precies is en wat voor soort baan bij je past. Maar dat is niet alles: ook de organisatie waar je wilt gaan werken moet bij je passen. Dit hoofdstuk geeft je de nodige tips en handvatten.

In dit hoofdstuk ontdek je:

- Dat je veel verschillende soorten functies kunt kiezen.
- Hoe je kunt bepalen wat voor soort baan bij jou past.
- Hoe je kunt bepalen wat voor soort organisatie bij jou past.

Inleiding

Je wilt een baan, maar natuurlijk niet ‘zomaar’ een baan: je wilt een baan die bij je past, in een organisatie die bij je past. Als jij het naar je zin hebt in je werk ben je succesvoller in wat je doet en heb je er ook meer plezier in. Als je met tegenzin naar je werk gaat, geen klik hebt met je collega’s en eigenlijk veel liever wat anders zou doen... dan duurt de werkweek erg lang en ga je waarschijnlijk op zoek naar een andere baan die beter bij je past.

Daarnaast is het gemakkelijker om een baan te krijgen als je precies weet waarnaar je op zoek bent. Als je precies weet wat je wilt kun je gericht zoeken, maar kun je ook veel beter solliciteren: jij weet precies waarom jij die baan wilt; je hebt er goed over nagedacht. Daardoor is het gemakkelijker om een goede motivatie te schrijven en deze motivatie over te brengen in een sollicitatiegesprek. Dat is ook belangrijk voor je nieuwe werkgever: die wil namelijk niet zómaar iemand aannemen, maar iemand die er bewust voor kiest en weet wat hij/zij wil.

Je begint de zoektocht naar jouw (nieuwe) baan dus met de volgende vragen: wat voor soort baan wil ik, wat voor functie past bij mij? En: bij wat voor soort organisatie of bedrijf kan ik die functie vinden? Wat voor soort organisatie/bedrijf past bij mij?

Na een beroepsopleiding

Als je een beroepsopleiding hebt gevolgd, is er al een richting bepaald. Je bent al specifiek opgeleid voor een bepaald beroep. Toch zijn er ook dan nog heel veel keuzes voor een baan.

Stel, je hebt een opleiding tot verpleegkundige afgerond. Daarmee kun je als verpleegkundige aan het werk in bijvoorbeeld een ziekenhuis, verpleeghuis of psychiatrisch ziekenhuis. Waar je precies aan de slag gaat, maakt nogal wat verschil in een functie als verpleegkundige. In een verpleeghuis kom je in je werk andere soorten hulpvragen tegen en het contact met je patiënten is ook anders dan bijvoorbeeld in een psychiatrisch ziekenhuis. Hoe zaken georganiseerd zijn kan ook sterk verschillen: hoe worden patiënten behandeld, wat voor patiënten zijn dat, wat voor effect heeft dat op jouw werk?

Een ander voorbeeld: je hebt een opleiding voertuigentechniek afgerond. Hiermee kun je verschillende kanten op: je kunt aan het werk bij een garage waar je auto's repareert en onderhoud verzorgt aan auto's, of bij een autoschadeherstelbedrijf. Ook kun je bij de ANWB of Touring gaan werken, waar je mensen met pech onderweg helpt. Een andere mogelijkheid is een bedrijf dat auto's of andere voertuigen produceert, in de carrosseriebouw bijvoorbeeld. Afhankelijk hiervan ziet jouw werkweek er dan, ondanks dezelfde opleiding en beroepsrichting, totaal anders uit. Bij de pech-hulp ben je bijvoorbeeld veel onderweg en heb je direct contact met de eigenaars van de auto's. Bij een autoschadeherstelbedrijf kom je weer heel ander soort werkzaamheden tegen dan bij een garage, waar meer onderhoudswerk plaatsvindt.

Na een algemene opleiding

Als je een meer algemene opleiding hebt gevolgd, bijvoorbeeld HBO Commerciële Economie, is er veel minder richting bepaald dan bij een beroepsopleiding. Dit maakt het aantal keuzes heel groot. Je kunt aan de slag in commerciële organisaties, met allerlei soorten producten of diensten, internationaal of nationaal, grote of kleine bedrijven, maar ook bij minder commerciële bedrijven. De sfeer en cultuur in die bedrijven kunnen totaal verschillen.

Denk maar eens aan werken bij een reclamebureau of een bank: bij een reclamebureau kun je waarschijnlijk in je spijkerbroek en sneakers naar je werk, zijn je collega's creatieve mensen die graag mooie dingen maken en nieuwe dingen bedenken, werk je vaak met deadlines en wordt er ook na de standaard-kantoortijden doorgewerkt als een opdracht af moet, en gaat iedereen informeel met elkaar om. Bij een bank ga je als adviseur netjes gekleed en zijn er meer regels waar je je aan moet houden, bijvoorbeeld in verband met de privacy van klanten. Meestal werk je van negen tot vijf. Je volgt regelmatig bijscholing, trainingen of cursussen omdat de wet- en regelgeving verandert. Je werkt waarschijnlijk met collega's die leergierig zijn, in elk geval cijfermatige interesse hebben en anderen graag adviseren. Je kunt je voorstellen dat er bij een bank een andere sfeer is dan bij een reclamebureau.

Je hebt ook keuze uit allerlei soorten functies: als medewerker verkoop binnendienst, waarbij je offertes opstelt en telefonisch klantcontact hebt, als (junior) accountmanager, waarbij je klanten bezoekt en verantwoordelijk bent voor het binnenhalen van nieuwe klanten, als marketingmedewerker, waarbij je marketingacties bedenkt, opzet en uit-

voert enzovoort. De verschillen zijn groot in hoe jouw werkweek eruitziet.

Factoren die bepalen welke functies bij jou passen

Hoe bepaal je nu welke functies bij jou passen? Dat doe je door een overzicht te maken van de factoren die bepalen of jij het naar je zin hebt in een baan of niet. Die factoren zijn:

- talenten, kwaliteiten, eigenschappen
- interesse, motivatie
- ambities en wensen

Talenten, kwaliteiten en eigenschappen

Als je in een baan kunt doen waar je al goed in bent, heb je er meer succes en plezier in! Natuurlijk zijn er altijd nieuwe dingen die je gaat leren, maar als je daarbij gebruik kunt maken van je talenten en vaardigheden, gaat dat veel gemakkelijker en plezieriger. Bedenk maar eens: iemand die van nature goed met mensen kan omgaan kan prima in de zorg werken of een functie als verkoper uitoefenen. Daarbij moet je nog van alles leren, maar een heel belangrijk onderdeel van je baan – het omgaan met mensen – kun je al goed.

Maak dus voor jezelf een lijst met dingen waar jij goed in bent. Welke vaardigheden heb je, welke kwaliteiten en talenten heb je, wat gaat jou heel gemakkelijk af? Vraag ook je familie, een oud-collega, een vriend of vriendin of ande-

ren in je omgeving eens wat zij jouw sterke punten vinden. Waar ben jij volgens hen goed in?

Interesse, motivatie

Waar liggen jouw interesses? Wat motiveert je? Wat spreekt je aan? Wat voor producten of diensten vind je interessant? Waar 'heb je iets mee'? Of: wat vind je totaal niet interessant? Waar zou je nooit aan willen werken? Denk hierbij ook eens aan je stage, vakantiewerk of bijbaan. Wat vind je leuk en wat totaal niet? Hoe kwam dat? Wanneer heb jij een fijne werkdag en wanneer niet? Waar ligt dat aan? Ligt het aan je taken die dag of (meer) aan de mensen met wie je werkt?

Als je in een baan kunt doen wat je écht interessant vindt, wat jou motiveert en voldoening geeft, dan heb je er meer plezier in, gaat het gemakkelijker en ben je ook gemotiveerder om het werk te doen. Maak dus een lijstje met dingen die jou interesseren en motiveren. Waar heb je plezier in? Wat voor dingen doe je gewoon graag? Wanneer haal jij voldoening uit je dag? Of maak een lijst met dingen die jou totaal niet aanspreken. Daarmee kom je ook verder, dat geeft ook een beeld.

Ambities en wensen

Hoe zie jij werk in het algemeen? Wat betekent werk voor jou? Wat vind jij belangrijk? Wat zijn jouw ambities? Wat wil je in een baan en voor je toekomst? Wil je jezelf verder ontwikkelen, wil je over een paar jaar bijvoorbeeld doorgegroeid zijn naar een managementfunctie? Wil je naast je werk genoeg tijd overhouden voor andere dingen die je belangrijk vindt? Ben je bereid om te verhuizen voor een baan? Vind je het belangrijk dat je opleidingen kunt volgen? Wil je hard werken, veel uren maken, veel verdienen? Of wil

je liever meer vrije tijd hebben zodat je tijd hebt voor andere dingen, zoals hobby's of vrijwilligerswerk?

Voorbeeld overzicht bepalende factoren

Nu je een duidelijk beeld hebt van waar jij goed in bent, wat jou motiveert en interesseert en wat je ambities zijn, heb je een overzicht van de belangrijkste dingen voor een baan en een organisatie. Dat overzicht kan er bijvoorbeeld als volgt uitzien:

- **Kwaliteiten/talenten/eigenschappen** Ik kan goed met allerlei mensen omgaan, ben creatief, blijf rustig in stresssituaties, ik kan goed plannen en regelen, ben spontaan, leg gemakkelijk contact met nieuwe mensen.
- **Interesse, motivatie** WEL: iets organiseren, evenementen, reizen, werken met mensen, elke dag wat anders doen, afwisseling, verschillende mensen om me heen, mijn eigen taken hebben maar ook leuke collega's om mee samen te werken. NIET: de hele dag op kantoor zitten, cijfers, administratie.
- **Ambities** Ik wil wel verhuizen voor een baan, misschien ook wel naar het buitenland, ik wil iets bereiken, bijvoorbeeld manager worden, het maakt mij niet uit of ik weekenden of avonden moet werken, zolang ik maar een goed salaris heb en door kan groeien, veel kan leren in mijn werk.

Verlanglijst vertalen in soorten functies en organisaties

Met deze lijst (jouw eigen lijst natuurlijk) kun je nu gaan bepalen wat voor soort functies bij je passen. Dit kun je doen door in vacaturebanken (**www.jobat.be** of

www.nationalevacaturebank.nl bijvoorbeeld) te kijken naar verschillende functiegroepen: horeca/detailhandel bijvoorbeeld voor het verlanglijstje hierboven omdat je daar veel met mensen werkt. Binnen die functiegroep kun je dan weer kijken welke soorten vacatures daarbinnen vallen en kijken of die functies passen bij jouw verlanglijst. Zo kun je vervolgens een lijst opstellen van functies die jou aanspreken, die aansluiten bij jouw talenten, kwaliteiten en interesses, en waarnaar je dus op zoek gaat. Je kunt er direct ook een lijst van organisaties bij maken waar je ‘jouw soort’ functies vindt. Het voordeel van zoeken in een vacaturebank is dat je direct vacatures ziet waarop je kunt solliciteren.

Andere manieren om vanuit je verlanglijstje te kunnen kijken welke functies en organisaties daarbij passen:

- Neem je verlanglijstje mee naar een uitzend-, bemiddelings- of werving- en selectiebureau waar je je inschrijft of al ingeschreven staat. Vraag de intercedent of consultant dan eens wat voor ideeën hij of zij heeft bij jouw lijstje. Aan wat voor soort organisaties en functies denkt hij daarbij? Heeft hij daar contacten of vacatures voor jou?
- Via de site **www.companymatch.me** kun je ook concrete ideeën opdoen. Deze site matcht jouw CV met werkgevers, op basis van bedrijfscultuur en op basis van jouw CV en meest gevraagde profielen van kandidaten voor vacatures bij aangesloten werkgevers. Dit levert dus heel concreet ideeën op (en kansen!).
- Vraag mensen in je omgeving (familie, vrienden, burens, collega's van je bijbaan of vakantiewerk) eens waar zij

aan denken als ze jouw lijst lezen. Hier komen soms verrassende dingen uit waar je zelf nooit aan gedacht zou hebben!

- Schakel een loopbaanadviseur in die je kan helpen bij het bepalen van de best passende stap in je loopbaan. Via de website van het NOLOC, de beroepsvereniging voor loopbaanadviseurs, kun je een erkende loopbaanadviseur in jouw regio vinden. In Vlaanderen kun je via **www.coachinfo.be** profielen van coaches bekijken. Of kijk voor meer informatie over loopbaanbegeleiding en de mogelijkheden op **www.vdab.be/loopbaanbegeleiding**.

De belangrijkste ontdekkingen uit dit hoofdstuk

- Er zijn grote verschillen in soorten functies en soorten organisaties.
- Sommige organisaties en banen passen bij jou, andere niet.
- Voordat je op zoek gaat naar een baan: bedenk eerst wat je precies wilt.
- Jouw talenten, interesses en ambities helpen je om te bepalen wat bij je past.