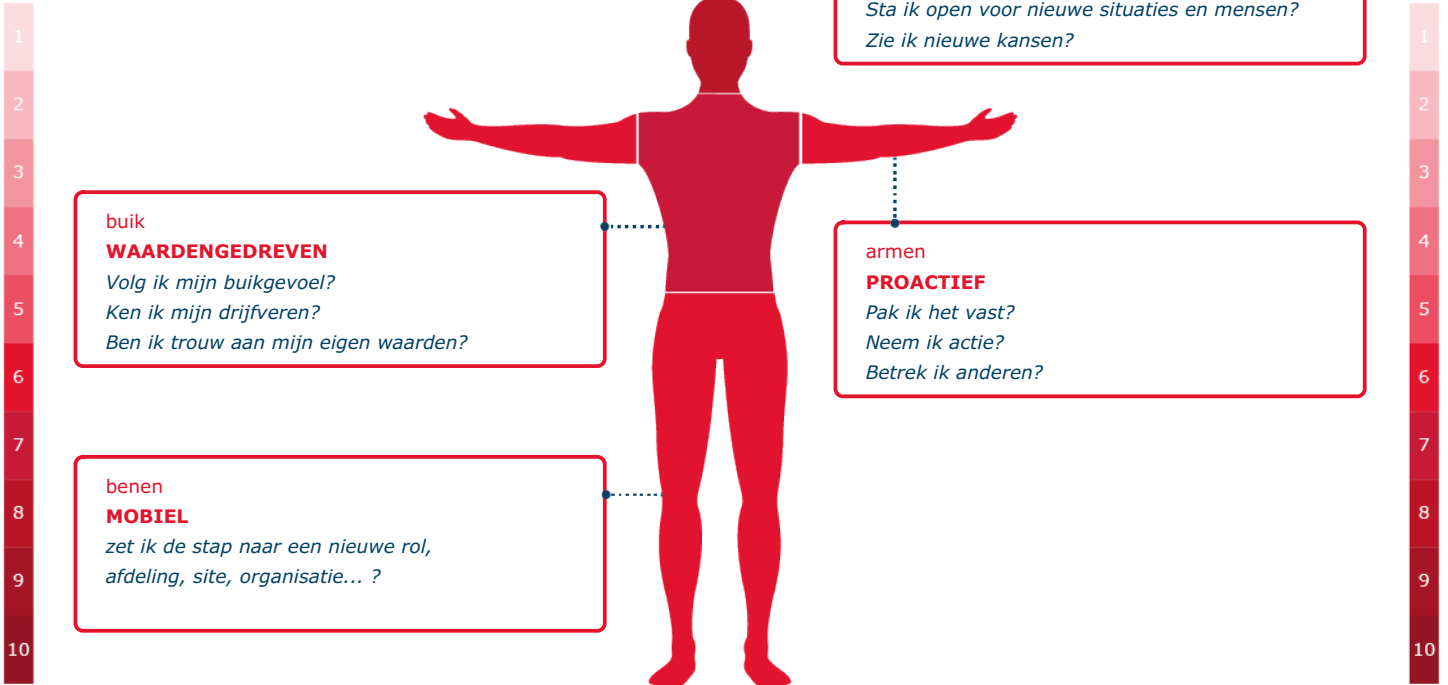




## HOE LOOPBAANFIT BEN JIJ?



### hoofd - OPEN

**Vasthoudend en resoluut**

**Psychologisch mobiel**



Je zoekt eerder graag nieuwe ervaringen, situaties of mensen op. Je bent bereid om met anderen mee te denken en durft al eens uit je comfortzone te komen.

### armen - PROACTIEF

**Afwachtend & conformerend**

**Proactief en zelfsturend**



Je bent eerder geneigd om zelf het heft in handen te nemen dan te wachten tot iemand anders je komt zeggen wat je kan of mag doen, als het aankomt op je loopbaan of persoonlijke ontwikkeling.

### buik - WAARDENGEDREVEN

**Kneedbaar & volgzaam**

**Waardengedreven**



Je hebt het in je om je eigen loopbaan richting te geven. Wees je er wel van bewust dat je daarvoor zowel moet weten wat je wil als hoe je je keuze moet verdedigen tegenover anderen.

### benen - MOBIEL

**Loyaal / gesetteld**

**Fysiek mobiel**



Je bent eerder mobiel in je loopbaan en laat je niet licht vangen in een demotiverende werkomgeving. Blijf wel alert dat jij nog bij je context past en dat die context nog biedt wat jij professioneel nodig hebt.



## WAT WIL DAT ZEGGEN VOOR JOUW LOOPBAANONTWIKKELING?

Jouw voornaamste ontwikkelingsprioriteiten:

### Pro-activiteit

Dit is de voorkeur om je loopbaan zelf in handen te nemen en kansen aan te grijpen eerder dan stil te zitten of te wachten totdat mogelijkheden worden aangeboden. Pro-activiteit ontwikkelen houdt in dat je leert initiatief te nemen en je eigen weg te banen in je organisatie en de arbeidsmarkt. Het moet ertoe leiden dat je meer eigenaarschap opneemt over je eigen loopbaan, in plaats van de speelbal te worden van wat er rondom je gebeurt. Je kan wachten tot iemand anders een beslissing of actie voor je neemt, maar de enige die echt jouw belang kan behartigen, ben je zelf.

Ontwikkeltips voor jou:

### Passiviteitsdrijvers doorbreken:

Mogelijk vind je het moeilijk om echt actie te nemen met betrekking tot je loopbaan. Uit onderzoek weten we dat het nemen van initiatief een uiterst sterke voorspeller is om tot een bevredigende job en loopbaan te komen. Probeer dus uit te zoeken waarom je geen concrete stappen zet: gebrek aan zelfvertrouwen? Uitstelgedrag? Niet weten welke stappen te nemen? Een coach of mentor kan je hierbij begeleiden. Zelf kan je mogelijk ook volgende signalen herkennen voor het ontwikkelen van pro-activiteit:

- Leg je de verantwoordelijkheid niet te snel buiten jezelf wanneer iets misgaat? Eigenaar zijn van je loopbaan impliceert ook dat je verantwoordelijkheid opneemt voor je fouten.
- Ontbreek je een duidelijke weg naar je loopbaandoelen? Dan kan het helpen om je loopbaandoel(en) eens op te delen in kleinere stukken: Welke zaken heb je nodig om je doel te bereiken? Welk van deze zaken doe je best eerst? Wat daarna?
- Neem je nu geen actie omdat het je aan bepaalde hulpmiddelen ontbreekt? In plaats van te focussen op wat ontbreekt, denk eens creatief na hoe je zonder die middelen er op een andere manier ook geraakt, of hoe je toch aan die middelen zou kunnen komen. Ken je iemand die het wel bereikt heeft of wel de juiste middelen heeft? Hoe heeft die dat gedaan?
- Zijn er andere domeinen in je leven waar je wel initiatief neemt? Hoe komt dat je het daar wel doet? Put daar inspiratie uit!
- Wil je het niet te perfect doen? Weet dat dat niet altijd kan en dat het accepteren van mogelijke beperkingen veel beter werkt voor je loopbaan dan dingen niet te proberen omdat je het mogelijk niet helemaal perfect zou doen. De kans is zeer groot dat anderen die het je voordeden, ook niet perfect waren.

Uit onderzoek weten we dat hierover reflecteren al een grote kans heeft om jou meer eigenaar van je loopbaan te maken. Als je merkt dat je dan nog een duwtje kan gebruiken, kan een gecertificeerde coach je helpen bij het opstellen van een actieplan op jouw maat.

### Opportunities benutten:

Het actief op zoek gaan naar opportuniteiten is wat mensen die om hun volledig potentieel bereiken onderscheidt van mensen die hun loopbaan ondergaan. Dus ga op zoek om één van uw dromen te realiseren. Door dingen te proberen en te experimenteren, leren we hoe we vooruit geraken en kunnen we onze eigen definitie van loopbaansucces vinden. Neem stappen om één van je dromen te realiseren! Voorzichtig als je bent, zal het leren op zich een groter positief effect hebben dan de risico's die je loopt, zelfs als je niet het vooropgestelde doel behaalt.

Tot welk voordeel leidt het om deze loopbaanvaardigheid verder te ontwikkelen?

Volgens wetenschappelijk onderzoek zal het ontwikkelen van je Pro-activiteit een positieve invloed hebben op:

- Hoe succesvol je bent volgens zowel je eigen nomen als die van anderen
- Het krijgen van meer kansen voor zelfontwikkeling en promotie
- Een betere relatie met je leidinggevende en het krijgen van waardevolle feedback
- Omgaan met en gedijen in veranderende en onzekere contexten
- Continu leren en inzetbaarheid in de organisatie en op de arbeidsmarkt
- Je leiderschapspotentieel en hoe anderen je leiderschapskwaliteiten ervaren