

Procedure Loopbaankeuze trajecten

Inleiding

Het loopbaankeuze programma: "9 stappen plan" van Cedrus Training Coaching en Advies is een programma waarbij je wordt gecoached om stappen in je loopbaan te maken. In dit programma word je begeleid door een coach van Cedrus in de vorm van live coachingsessies en evt. on-line coachingsessies.

Doel van dit programma

Dit programma heeft als doel het leiding geven aan je eigen leven en loopbaan. Dit programma geeft inzicht in je persoonlijk functioneren en reikt handvatten aan om richting te bepalen en te sturen in je eigen loopbaan. Dit kan resulteren in een andere invulling van je werk of geheel ander werk dan dat je tot nu toe hebt gedaan. Ook kan het leiden tot inzichten, waarbij je een richting kiest die dichter bij jou als persoon past en je duurzame inzetbaarheid vergroot.

Elke traject start met een intake, telefonisch, dan wel tijdens een eerste kennismakingsgesprek. Na een intake met de coachee, waarbij de vraag wordt verkend, wordt in een offerte vastgelegd wat de afspraken zijn voor het traject. Daarbij kan het gaan om 3 verschillende trajecten:

1. Loopbaankeuze traject kort (talentgesprek)
2. Loopbaankeuze traject middel
3. Loopbaankeuze traject uitgebreid

Algemene procedure loopbaankeuze traject:

Het Loopbaanprogramma bestaat uit een serie praktische opdrachten, elk voorzien van uitleg, voorbeelden en de benodigde materialen. Dit is een maatwerk programma, aan de hand van het intake gesprek wordt het programma passend gemaakt voor de coachee. Afhankelijk van wat nodig is, kan dit programma de volgende onderdelen bevatten:

- Zelf inzicht opdrachten en doorbreken belemmerende patronen
- Zelf onderzoek opdrachten (interesse, talenten en waarden vragenlijsten)
- Persoonsprofiel (MBTI)
- Video's en verwijzingen naar interessante films of documentaires
- Persoonlijkheid-en beroepskeuze testen
- 360 graden feedback systeem en videotraining
- Sollicitatietraining o.a. mbv life assessments
- Hoe profileer ik mezelf training en CV en social media update
- (Wandel)coaching

Het loopbaanprogramma heeft een bepaalde opbouw; stap 1 volgt op stap 2 etc.. Elke stap kan in eigen tempo worden doorlopen en gaat gepaard met verschillende opdrachten wat begeleid wordt door coachgesprekken en/of e-mail.

De inhoud van het loopbaanprogramma ziet er als volgt uit:

Stap 0. Intake.

Hierin verkennen we je vraag en de context waarin de vraag speelt. Daarna wordt gezamenlijk bepaald welk traject het beste aansluit. Vervolgens worden doelen gesteld.

Stap 1. Wat heb je al in huis?

Hier gaan we kijken wat jouw talenten, kernkwaliteiten en vaardigheden zijn. Sommige zijn bekend, sommigen niet. We maken een loopbaananalyse, waarbij we gebruik kunnen maken van verschillende vragenlijsten zoals de MBTI en waarden, interesse vragenlijst.

Doel: Zelfkennis vergroten. Je talenten ontdekken. Dat zijn niet alleen de dingen waar je goed in bent. Het zijn de dingen waarin je kunt uitblinken en waar je enthousiast over bent.

Stap 2. Wat is belangrijk voor jou?

Doel : verkennen van jouw waarden, jouw behoeften en jouw drijfveren.

Stap 3. Wat zijn jouw interesses?

Waar heb jij belangstelling voor? Wat is de rode draad in je leven? Soms ben je kwijtgeraakt waar je vroeger warm voor liep en handel je meer uit gewoonte en plicht dan vanuit je verlangen en talent.

Doel: rode draad en (belemmerende /helpende) patronen ontdekken.

Stap 4. Wat wil jij bereiken? Dromen .

Doel: leren creëren.

Stap 5. Persoonsprofiel.

Doel: van divergeren tot convergeren komen, richting aanbrengen aan wat je hebt verzameld in je zoektocht.

Doel: droomrealisatie en persoonsprofiel.

Stap 6. Vitaliteit ; waar krijg je energie van en waar loop je op leeg ?

Doel: balans opmaken in je leven.

Stap 7. Wat is er nodig om jouw doelen te realiseren?

Doel: Focus op concretiseren van wensen en behoeften. Werken aan belemmerende overtuigingen.

Stap 8. Hoe verkoop jij jezelf? Hoe zet jij jezelf zichtbaar in de wereld ?

Doel: Daadwerkelijke stappen zetten tot verandering. Aan welke randvoorwaarden moet je werk voldoen?

Waar wil je werk van maken? Werken aan jezelf vermarkten.

Stap 9. Oogsten en behouden wat je hebt geoogst.

Doel: verder opbouwen van zelfvertrouwen.

Afronding: Hierin worden de doelen geëvalueerd en besproken of een follow up nodig is. Er wordt afgesloten met een adviesrapportage indien het een middellang of lang loopbaantraject betreft.