



Tijdens 'Springend in je werk' gingen jonge werknemers onder leiding van trainers Melanie de Zeeuw (links) en Inge van Erp (pagina 5) van CNV Connectief Academie aan de slag met dilemma's in werk en loopbaan (foto's Pim Geerts).

CNV CONNECTIEF ACADEMIE

HET DERTIGERSDILEMMA: HOE COMBINEER IK LOOPBAAN EN GEZIN?

Stel, je staat met iemand in de lift en je krijgt 30 seconden de tijd om jezelf neer te zetten? Hoe presenteer je je dan in die korte tijd? Het was een van de vragen die 18 februari tijdens de inspiratiesessies van 'Springend in je werk', georganiseerd door CNV Connectief Academie, aan de orde kwamen. *Tekst Jan Spijk*

Gemotiveerd waren de circa veertig deelnemers aan 'Springend in je werk' zeker, want anders kom je niet tussen 17.00 uur en 20.00 uur op een donderdagavond naar Utrecht. Doel was jonge werknemers (tot 35 jaar) inzichten te geven over zichzelf als persoon en

over hun loopbaan. Een belangrijke vraag was deze avond hoe je met plezier je werk kunt blijven doen. Dat is zeker voor deze jonge generatie een relevante vraag, omdat zij wellicht moeten doorwerken tot 72 jaar. "Hoe haal je dan blij en gezond de eindstreep?", vroeg Melanie de Zeeuw, trainer van CNV Connectief Academie zich hardop af. Daarmee mochten de deelnemers aan de slag in twee workshops.

PROFILEREN EN SOLLICITEREN

Het waren geen eenvoudige opdrachten waarmee trainer Inge van Erp de aanwezigen in de workshop 'Profileren' aan het werk zette. Ze mochten antwoord geven op

de vraag welke indruk zij het liefst willen achterlaten bij een ander. En om de proef op de som te nemen, schreven de deelnemers twee kwaliteiten op die ze als eerste te binnen schiet als ze kijken naar de buurvrouw. Wat is je eerste indruk? "Toegewijd en duidelijk" en "Spontaan en vrolijk". Dat waren enkele kwaliteiten die op post its werden opgeschreven en die aan de ander werden overhandigd. Wat deze oefening duidelijk maakte is of er licht zit tussen hoe je je wilt overkomen en hoe de ander jou ziet. Als daarin grote verschillen zitten, is er werk aan de winkel. "Ik ben van nature pessimistisch, maar lach veel. Daarom lijk ik optimistisch", aldus een deelnemer. In deze workshop ging



het er vooral om goed na te denken over de eigen profilering en dan vooral hoe je overkomt op potentiële werkgevers. Wie aan tafel zit voor een nieuwe baan, moet het dan wel waarmaken. Trainer Inge van Erp legde uit dat je dan een goede pitch, een aansprekend persoonlijk statement van circa 30 seconden moet kunnen neerzetten. Een goede pitch betekent in ieder geval dat de gesprekspartner na 30 seconden weet waar de ander goed in is en wat hem of haar uniek maakt. Voorwaarde: kom zelfverzekerd en luid en duidelijk over. Van Erp: "Het is een drieslag: persoonlijk, gevoelig, emotie." Een mooi huiswerkklusje voor de aanwezigen.

MOGELIJKHEDEN OP DE ARBEIDSMARKT

Ook in deze workshop moeten de aanwezigen antwoord geven op lastige vragen. Bijvoorbeeld: waar

wil je over vijf jaar en over tien jaar in je loopbaan staan? Trainer De Zeeuw: "Als je daarop het antwoord hebt, dan moet je nu al iets doen om daar te komen." Al snel kwam het zogenaamde dertigersdilemma aan bod. "Ik wil heel veel met mijn loopbaan, maar ik wil ook graag kinderen. Ik denk niet dat je dat kunt combineren", zei een deelnemer bijna vertwijfeld. Haar buurvrouw: "Het gaat erom dat jij gelukkig wordt." De aanwezige CNV-bestuurder Maurice Tramper probeerde haar ook een beetje gerust te stellen. "Vrouwen met kinderen kunnen best in de top komen. In mijn werk kom ik ze vaak genoeg tegen." Een andere deelnemer – 35 jaar en moeder van zes kinderen – antwoordde dat ze nu gekozen heeft om met werk te stoppen, maar haar ambitie is om over tien jaar weer full time te werken. Weer een ander: "Nu mijn zoon drie is merk ik dat de zorg minder intensief is dan toen hij

een baby was. En part time werken geeft mij wel de kans om in de avond een studie te doen." De Zeeuw hield de aanwezigen voor dat het voor de twintigers en dertigers van deze tijd meer dan ooit een kwestie is van 'leven lang leren'. Bijblijven is daarom het devies. Niet voor niets stond er bij de ingang een trampoline, want de deelnemers zullen vast nog veel loopbaansprongetjes gaan maken. Daarnaast was er de keus uit nog twee andere workshops: timemanagement en kwaliteiten. Tussen de bedrijven door checkte Melanie de Zeeuw ook nog cv's. Kortom: een volle avond! De deelnemers konden na afloop van de inspiratiesessies met elkaar napraten onder het genot van een drankje. En op de weg terug naar huis – vol met energie en ideeën – was er ongetwijfeld veel stof tot nadenken!

MIJN
VAKBOND