

WERKBOEK

PERSOONLIJK LOOPBAANPLAN

## **Inleiding**

Dit werkboek dient om je te ondersteunen bij het opstellen van een persoonlijk loopbaanplan (PLP). Een PLP helpt je om je inzetbaarheid, nu en in de toekomst, te bevorderen. In het PLP leg je vast wat voor jou de doelstelling(en) in je loopbaan is/zijn voor de komende jaren, welke acties je gaat ondernemen om die doelstelling te halen en welke (hulp-)middelen je daarbij nodig hebt.

Het persoonlijk loopbaanplan wordt zo je persoonlijke 'beleidsplan' of 'strategie-nota'. Je bepaalt zelf of jouw loopbaanplan licht of zwaar, beknopt of uitgebreid en voor de korte of de lange termijn moet zijn.

Nadat je je plan hebt opgesteld kun je besluiten om je leidinggevende ook om budget of tijd te vragen om het uit te voeren. (bijvoorbeeld voor het volgen van een opleiding, stage lopen, een aangepast rooster).

Het plan is jouw verantwoordelijkheid en eigendom. Wanneer je vervolgens de organisatie om middelen vraagt voor de uitvoering van het plan zal de organisatie willen beoordelen of zij aandeelhouder wil worden van dat plan.

Daarom wordt je PLP in zo'n geval getoetst door je leidinggevende aan het opleidings/ontwikkelings/loopbaanbeleid van de organisatie getoetst.

Indien je plan buiten de kaders valt, wordt je verzoek om budget of tijd afgewezen.

Dat wil natuurlijk niet zeggen dat je je PLP niet uit mag of kan voeren, integendeel, het is je eigen plan dus dat bepaal je zelf. Wel is het dan verstandig nog eens goed te kijken naar je doelen, zijn ze niet te ambitieus, moet je je planning misschien vertragen?

Dit werkboek is alleen voor je eigen gebruik. Niemand anders krijgt het te lezen als jij dat niet wilt.

Hoe je het werkboek gebruikt, hangt af van je persoonlijke behoefte en je doelstelling.

### **Wat is je doelstelling?**

- Ik heb nog geen idee: volg de stappen 1 t/m 12 in dit werkboek.
- Ik weet al wat mijn doel is voor over 1 tot 3 jaar: volg de stappen 8 t/m 12 in dit werkboek.

## Stap 1: Fantaseren

Stel je voor dat je morgen een grote prijs wint in een loterij. Zo groot dat je nooit meer hoeft te werken om te leven. Stel dat je dan daarbij bedenkt dat het juist in deze omstandigheden gezond is om wel te werken.

Wat voor werk zou je dan willen doen?

Is dat je eigen functie of iets heel anders, bij je huidige werkgever of niet?

Waarom dat werk? Welke elementen zitten daarin die voor jou belangrijk zijn?

Zou je de verhouding tussen werk en privé veranderen?

Wat zouden ze er thuis van zeggen als je dit echt zou doen?

## Stap 2: Loopbaanwaarden

Loopbaanwaarden zijn de dingen die je werkelijk belangrijk vindt in je werk. Als je je eigen loopbaanwaarden kent, is het makkelijker om vervolgens de juiste keuzes te maken in je loopbaan. Het nadenken over de vragen bij stap 1 was een eerste aanzet om je loopbaanwaarden op het spoor te komen.

Schrijf hieronder op welke waarden je gevonden hebt:

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.

Mocht je het gevoel hebben dat er nog iets ontbreekt, dan kun je in de onderstaande lijst kijken. Laat het lijstje dat je gemaakt hebt een paar dagen liggen en kijk er dan opnieuw naar om te zien of het nog klopt. Streep en voeg toe zoveel als nodig is. Soms is het handig om je partner of een goede vriend ook te vragen dit voor je in te vullen. Tenslotte hou je zo'n zeven kernwaarden over.

### Voorbeelden van loopbaanwaarden\*:

|                              |                       |                           |
|------------------------------|-----------------------|---------------------------|
| Aanzien                      | Het vak leren         | Samenwerken               |
| Afwisselend werk             | Hogerop komen         | Serius genomen worden     |
| Alleen werken                | Iets nieuws bedenken  | Succes                    |
| Anderen helpen               | Inzetten voor anderen | Toezicht houden           |
| Avontuur                     | Kwaliteit leveren     | Uitdagingen in het werk   |
| Beslissingen nemen           | Lichamelijk werk      | Vakmanschap               |
| Bijdragen aan de samenleving | Medezeggenschap       | Vast werkpatroon          |
| Contacten met mensen         | Mooi werk leveren     | Vaste werkplek            |
| De baas zijn                 | Nieuwe dingen maken   | Verandering               |
| De beste zijn                | Onafhankelijkheid     | Vriendschappen            |
| Eerlijkheid                  | Plezier in het werk   | Vrije tijd                |
| Eerst denken dan doen        | Precies werken        | Vrijwilligerswerk doen    |
| Eigen baas zijn              | Prettige werkomgeving | Vrolijkheid               |
| Eigen tijd indelen           | Problemen oplossen    | Werken onder tijdsdruk    |
| Erbij horen                  | Rechtvaardigheid      | Winst maken               |
| Experimenteren               | Reizen                | Zeggen wat je ervan vindt |
| Gewaardeerd worden           | Respect               | Zekerheid                 |
| Goed salaris                 | Resultaat hebben      | Zelfontplooiing           |
| Hard werken                  | Risico's nemen        | Zelf oplossingen bedenken |
| Het milieu verbeteren        | Rustig werken         | Zinvol werk doen          |

\*Vrij naar John van Hecke

### Stap 3: succeservaringen

Meestal gebruik je in je werk niet alle kwaliteiten die je hebt. Gewoon omdat ze niet worden aangesproken in je huidige functie. Maar voor het bepalen van een loopbaandoel is het belangrijk dat je je bewust bent van al je kwaliteiten, want dat vergroot je mogelijkheden.

Ga terug in je herinnering en kies voor verschillende periodes in je leven een voorbeeld van een prestatie waar je echt trots op was. Dat mogen werkprestaties zijn, maar beter is het als het (ook) prestaties in je privéleven zijn. Kies er tenminste vier.

| Successen | Kwaliteiten |
|-----------|-------------|
| 1         |             |
| 2         |             |
| 3         |             |
| 4         |             |
| 5         |             |
| 6         |             |
| 7         |             |

Vraag je vervolgens af welke kwaliteiten je prestaties tot een succeservaring maakten en schrijf die erachter.

## Stap 4: interesses

Als je dingen leuk vindt, ben je ook gemotiveerd om je daarin te ontwikkelen.

Wat zijn de activiteiten die je het allerleukst vindt om te doen, in je werk en privé?

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7

## Stap 5: kwaliteiten

Je kwaliteiten zijn je gereedschap. Als je iets heel graag doet en je bent er ook nog goed in, dan is dat één van je kernkwaliteiten.

Maak een lijstje met dingen waar je goed in bent en die je heel graag doet. Maak daarbij gebruik van je antwoorden bij stap 3 en 4.

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7

Mocht je het gevoel hebben dat er nog iets ontbreekt, dan kun je in de onderstaande lijst kijken. Laat het lijstje dat je gemaakt hebt een paar dagen liggen en kijk er dan opnieuw naar om te zien of het nog klopt. Streep en voeg toe zoveel als nodig is. Soms is het handig om je partner of een goede vriend ook te vragen dit voor je in te vullen. Tenslotte hou je zo'n zeven kernkwaliteiten over.

Voorbeelden van kernkwaliteiten\*:

|                       |                        |                         |
|-----------------------|------------------------|-------------------------|
| Aanmoedigen           | Kwaliteit beoordelen   | Regelen                 |
| Advies geven          | Land bewerken          | Rekenen                 |
| Begeleiden van mensen | Lesgeven               | Repareren               |
| Berekeningen maken    | Lichamelijk inspannen  | Schilderen              |
| Beslissingen nemen    | Met gereedschap werken | Schrijven               |
| Bouwen/verbouwen      | Monteren/demonteren    | Sorteren                |
| Dieren verzorgen      | Muziek maken           | Tekeningen lezen        |
| Dingen veranderen     | Nieuwe dingen bedenken | Testen                  |
| Enquêtes uitvoeren    | Omgaan met conflicten  | Toezicht houden         |
| Fantasie gebruiken    | Omgaan met gevoelens   | Tuinieren               |
| Gastheer/vrouw zijn   | Onderhandelen          | Uitvoeren               |
| Goed opletten         | Onderhouden            | Uitzoeken               |
| Handarbeid verrichten | Optreden               | Verkopen                |
| Handwerken            | Organiseren            | Vertrouwenspersoon zijn |
| Iets aanvoelen        | Plaatjes maken         | Vervoeren               |
| In hoog tempo werken  | Plannen                | Verzorgen               |
| Installeren           | Problemen oplossen     | Vooruit denken          |
| Kas beheren           | Problemen uitzoeken    | Werkomgeving verbeteren |
| Klanten helpen        | Productie verbeteren   | Werkvoorbereiding doen  |
| Koken                 |                        |                         |

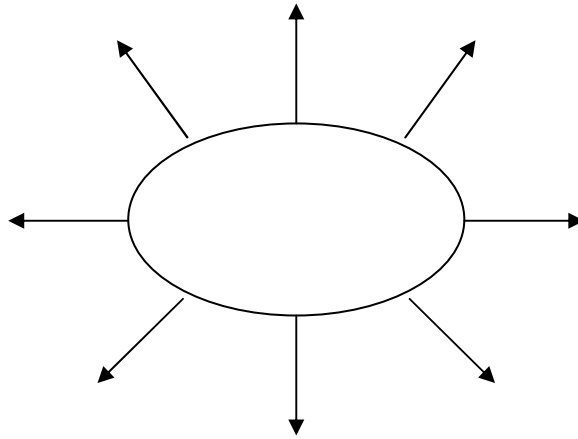
\*Vrij naar John van Hecke

## Stap 6: andere mogelijkheden

Waarschijnlijk heeft het nadenken over de voorgaande vragen je al op een bepaald spoor gezet. Deze vraag biedt je nog een andere invalshoek om je loopbaandoel op het spoor te komen. Dat levert misschien een bevestiging op van je eerdere spoor, maar het kan ook tot een nieuw inzicht leiden.

Kies een 'droomberoep', iets wat je in je fantasie eigenlijk graag zou willen. Schrijf dat met potlood in het midden van het schema hieronder. Schrijf bij de pijlen alle kwaliteiten die je aantrekkelijk vindt aan dat beroep.

Gum nu het droomberoep uit, maar laat de kwaliteiten staan. Verzin bij die kwaliteiten een soort werk, dat misschien niet je droom is, maar dat, als je zou willen, best werkelijkheid zou kunnen worden.



## Stap 7: richting bepalen

Lees al het voorgaande nog eens rustig door. In wat voor soort werk of welke functie komt dat alles het sterkst terug?

## Stap 8: kiezen

Formuleer het doel van je PLP voor de komende 1 tot 3 jaar. (neem je antwoord over op het PLP-formulier)

Is het een realistisch doel, gezien je beschikbare tijd en energie?

Denk je dat je leidinggevende aandeelhouder wil worden van dit plan?

Zo niet: ga je er dan toch naar toewerken of ligt er een kleiner doel dichterbij dat je beter eerst kunt nastreven?

## Stap 9: subdoelen bepalen

Om je doel te kunnen bereiken, ga je nu de route uitzetten door subdoelen te benoemen. Het is als met het plannen van een reis: eerst bepaal je het traject en daarna kies je je vervoermiddel(en).

Als je loopbaanplan gericht is op ontwikkeling in je functie of naar een volgende functie, dan kun je bij de subdoelen denken aan het opdoen van bepaalde kennis of kwaliteiten.

Als je loopbaanplan gericht is op het inzetbaar blijven door middel van leeftijdbewuste maatregelen, dan kun je aan subdoelen denken als het aanpassen van je werktijden, werkplek, werkomstandigheden of werkinhoud.

Formuleer je subdoelen (Neem je antwoord over op het PLP-formulier.)

- 1
- 2
- 3
- 4

### Stap 10: activiteiten benoemen

Nu de route bekend is, kies je je vervoermiddel(en). Bedenk voordat je dat doet dat er verschillende leerstijlen zijn. Sommige mensen begrijpen iets pas als ze het doen, anderen doen pas iets als ze het begrijpen. De één leert makkelijker in een klas, terwijl de ander er meer van opsteekt als iemand het eerst voordoet in de praktijk. Sommigen leren liever samen met anderen, anderen liever alleen. Ga bij jezelf na wat je tot nu toe het best is afgegaan en betrek dat bij je keuze voor een activiteit of (ontwikkelings)instrument.

Bepaal welke activiteiten je gaat ondernemen om je doel te bereiken. Kijk eventueel in de tabel hieronder. (Neem je antwoord over op het PLP-formulier.)

- 1
- 2
- 3
- 4

*Voorbeelden van activiteiten:*

|  |                                |
|--|--------------------------------|
| Specialisatie in het eigen vakgebied                       | Beroepsopleiding in de avonden |
| Uitbreiding huidige takenpakket                            | Training                       |
| Meer/minder verantwoordelijkheid binnen huidige functie    | Cursus                         |
| Afbouwen van taken en verantwoordelijkheden                | Schriftelijke cursus           |
| Functie op een lager niveau tegen lager salaris            | Boek lezen                     |
| Functie op een andere afdeling                             | Loopbaanadviesgesprek          |
| Bijzondere projecten uitvoeren                             | Loopbaanbegeleidingstraject    |
| Jobrotation (tijdelijk van functie ruilen met een collega) | Test/assessment                |
| Coaching (individuele begeleiding gericht op vaardigheden) | Beroepskeuzetest               |
| Kennis overdragen aan / begeleiden van een collega         | Outplacement                   |
| Training-on-the-job (op de werkplek leren)                 | Stage                          |
| Verlofuren inzetten voor een korter rooster                | Potentieelmeting               |
| Andere werktijden  | Talentedonderzoek              |
| Minder uren werken   |                                |

### Stap 11: investeringen

Als je je werkgever wilt vragen om aandeelhouder van je plan te worden, dan maak je per activiteit een schatting van de investeringen die ermee gemoeid zijn in tijd en geld. Het gaat hierbij zowel om tijd en geld van je werkgever als van jezelf.

Vul je schatting in op het PLP-formulier.

### Stap 12: planning

Zet tenslotte je subdoelen en activiteiten uit in de tijd op het PLP formulier. Jaarlijks beoordeel je je planning opnieuw en stel je bij indien nodig.

## Logboek

Het werkboek is gevuld en je PLP ligt klaar. Je hebt er veel tijd in gestoken en nu moet je het gaan uitvoeren. Om je te helpen regelmatig even stil te staan bij je vorderingen, dient dit logboek.

| Activiteiten | Voortgang |          |
|--------------|-----------|----------|
|              |           | Maand 2  |
|              |           | Maand 4  |
|              |           | Maand 6  |
|              |           | Maand 8  |
|              |           | Maand 10 |
|              |           | Maand 12 |