

Podcast: loopbaanbegeleiding

Elke dag gemotiveerd naar het werk gaan, het is de droom van elke werknemer. Alleen gaat het er in de praktijk vaak anders aan toe. In plaats van bij de pakken te blijven zitten kan je er ook voor kiezen je carrière een andere wending te geven. Met VDAB-loopbaanbegeleiding.

Wat is loopbaanbegeleiding?

Mieke Neyens, loopbaanbegeleidster bij VDAB, vertelt wat je van loopbaanbegeleiding kan verwachten.

"De centra voor loopbaanbegeleiding zijn opgericht voor twee **doelgroepen**:

- werknemers, op eigen initiatief,
- werkgevers.

De begeleiding is gebaseerd op drie grote **vragen**:

- wie ben ik?
- wat kan ik?
- wat wil ik?

Onze **doelstelling** is om mensen inzicht te geven in hun persoonlijkheid, capaciteiten en vaardigheden, zodat ze daar nadien zélf iets mee kunnen doen."

Een getuigenis

Mark van de Woestijne gaf zijn carrière een andere wending met de hulp van VDAB. Hij legt uit wat loopbaanbegeleiding voor hem betekende.

"Als je midden veertig bent, en de kinderen zijn al wat ouder, dan krijg je plots ook weer wat tijd. Tijd om na te denken: Wie ben ik? Wat wil ik? Probleem is dat je al snel in cirkeltjes begint te redeneren. 't Is ook niet zo makkelijk om jezelf en de keuzes die je maakte met een kritisch oog te bekijken. Daarom heb ik professionele hulp gezocht bij VDAB.

De coach helpt je om **positief** te kijken: wat zijn je sterktes, wat is de kracht waaruit je kan vertrekken? Het doel is duidelijke stappen te zetten, ongeacht de richting. Uiteindelijk kan je er zelfs voor kiezen om dezelfde job te houden en daarin verder door te groeien. Het punt is dat je dan tenminste weet **waarom** je dat doet. Of je kan ook beslissen om het helemaal over een andere boeg te gooien.

Loopbaanbegeleiding geeft je een basis om mee aan de slag te gaan. Het helpt je je **ideeën op een rijtje** te zetten. Je leert over jezelf te praten en kritische vragen te beantwoorden. En daar pluk je ook tijdens een sollicitatiegesprek de vruchten van. Je kan jezelf als 'product' immers veel beter verkopen."

Het besluit van Mark?

"Je loopbaan is het resultaat van een aantal belangrijke keuzes in je leven. 't Is te stom om dat volledig impliciet -vanuit je buik- te doen. Laat je hoofd ook meespelen, en laat een ánder hoofd ook eens met jou meedenken. Loopbaanbegeleiding is daarbij een enorme steun!"