

Proactief loopbaan- gedrag Hoe kom je in beweging?

Dr. Anna van der Horst



**Van Human Resources
naar werk als Resource for Humans.**



Inhoud

- Waarom is regie over de eigen loopbaan vooral nu zo belangrijk?
- Wat is proactief loopbaangedrag?
- Kunnen mensen het leren?
- Wat kunnen werkgevers doen?



Waarom is regie over de eigen loopbaan zo belangrijk?

Werk is een belangrijk onderdeel van ons leven en onze identiteit.

Passend werk vinden en houden wordt steeds lastiger.

Anders naar loopbaan kijken: flexibel en onvoorspelbaar, individu is eigenaar.

- Vaste banen → tijdelijke opdrachten
- Vooruit plannen → voorbereid zijn op mogelijkheden

Je loopbaan is het verhaal dat je vertelt over je werkende leven.

Niet de vooruitgang die je boekt op een 'voorspelbare' ladder.



Waarom is regie over de eigen loopbaan zo belangrijk?

Andere benadering vanuit de wetenschap



P&O-fit (Kristof-Brown)



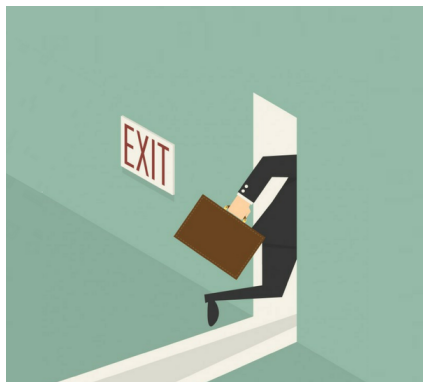
Career Construction Theory (Savickas)

Vermogen om te gaan met verandering van werk of van werkomstandigheden.



Veranderingen waar aanpassingsvermogen nodig is

Weggaan



Van studie naar werk /
Nieuwe werkgever

Vooruitgang



Promotie

Transitie



Een nieuwe rol / nieuw beroep

Ontregeling

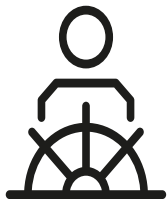


Ontslag of reorganisatie



Proactief loopbaangedrag: wat is het precies?

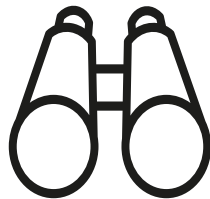
- **Proactief loopbaangedrag:** concrete acties en cognities.



control



curiosity



concern



confidence



Proactief loopbaangedrag versterkt:

Loopbaan

- Besluitvaardig
- Roeping
- Tevreden over loopbaan
- Succes
- Salaris
- Promotie

Werk

- Tevreden over baan
- Bevlogenheid
- Commitment
- Prestatie
- Inzetbaarheid
- Beter omgaan met transitie's

Welzijn

- Minder stress
- Meer positieve emoties
- Tevreden over het leven



Loopbaanacties



Actie

Na actie:
reflectie



Voor
beslissing:
exploratie



curiosity



Beslissing



control

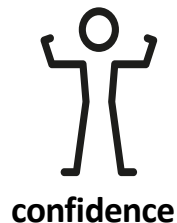


Loopbaan:

Groei
Tevredenheid
Roeping
Salaris

Werk:

Fit
Tevredenheid
Inzetbaarheid
Prestatie

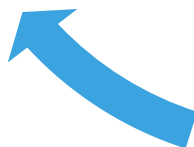


confidence

Na
beslissing /
voor actie:
planning



concern



eelloo

Onderzoek: wanneer komen mensen wel of niet in actie?

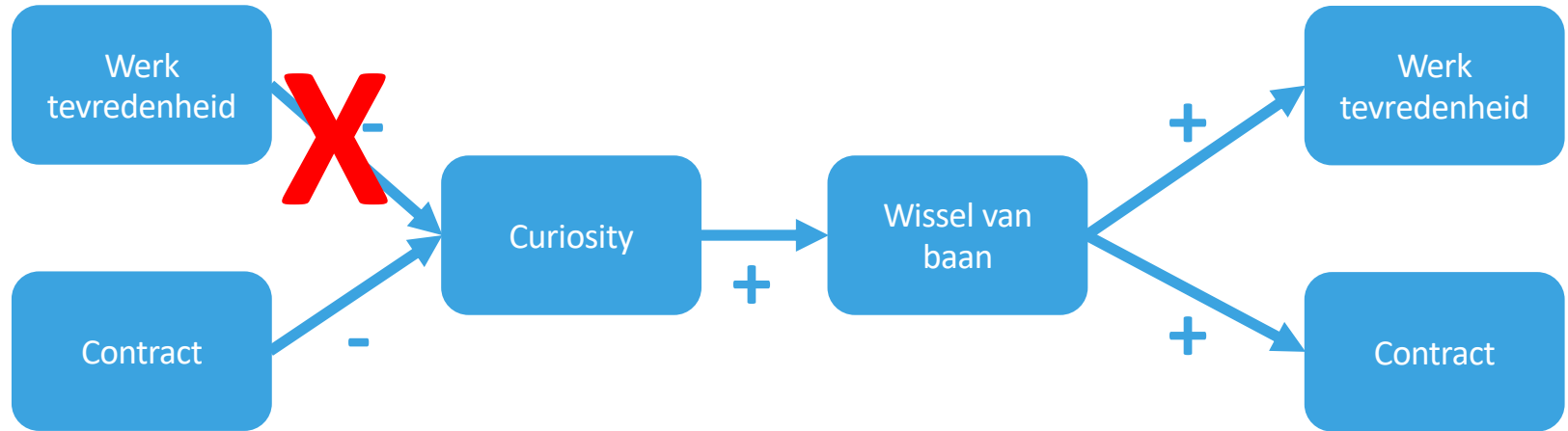
436 werknemers

46 jaar gemiddelde leeftijd, 55% vrouw

60% HBO WO, 40% MBO of lager



Wanneer komen mensen in actie?



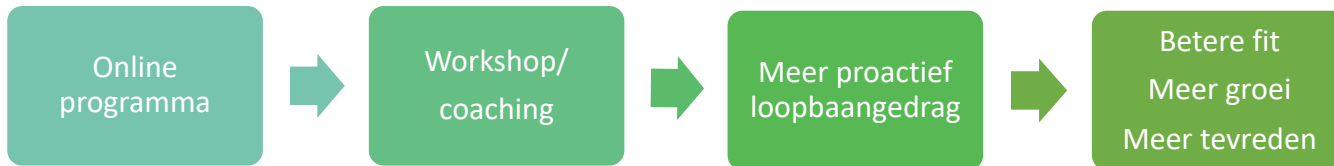
Alleen als het echt moet. Externe prikkel zorgt voor actie.



Kunnen mensen proactief loopbaangedrag leren?

Skills: aanleren van vaardigheden

Mijn verhaal: inzicht in wat van betekenis is



Kunnen mensen proactief loopbaangedrag leren?

eelloo

Kracht Ingrid van Eelloo



Ingrid van Eelloo

Ik ben nieuwsgierig, enthousiast en een echte helper. Ik ben actiegericht en los problemen snel en creatief op. Plezier is voor mij een belangrijke waarde.

❖ Talenten

Talenten zijn positieve eigenschappen die maken dat jij je werk op een unieke manier uitvoert. Jouw drie sterkste talenten zijn:



Betrokken

Is betrokken en trouw



Geïnteresseerd

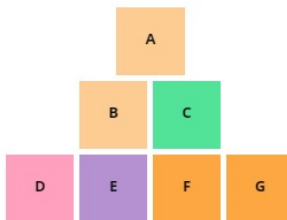
Will weten wat anderen beweegt



Verbindend

Is sympathiek en meevolend

Loopbaanwaarden



- A Helpen
- B Plezier
- C Waardering
- D Problemen oplossen
- E Vrijheid
- F Afwisseling
- G Actie

€ Jouw krachtvelden

Hieronder vind je de totaalscores op jouw krachtvelden met daarin ook de feedback van de feedbackgevers:

	1	2	3
Totaaloordeel		●	
Denkkracht		●	
Totaaloordeel		●	
Stuurkracht		●	
Totaaloordeel			●
Slagkracht			●
Totaaloordeel		●	●
Sociale kracht		●	●
Totaaloordeel		●	●
Persoonlijke kracht		●	●

Fijn om met jou te werken, je verzet veel werk en doet dat op een prettige manier. De klanten zijn heel blij met je service.

Hans Veenstra

Mijn successen



Vrijwilligersproject

In mijn vrije tijd doe ik vrijwilligerswerk in het verzorgingsstehuis van mijn oma. Ik schenk koffie, doe spelletjes met de bewoners en begeleid bij activiteiten buitenshuis. Ik geniet van hun grappjes....

Kunnen mensen proactief loopbaangedrag leren?

Wat drijft jou?

Inspiratie & energie

Iedereen haalt in zijn leven zijn inspiratie en energie uit andere bronnen. We maken in deze opdracht onderscheid tussen helden, energiebronnen en favoriete verhalen.



☑ Afgerond

Start

Motto & markeermomenten

In deze opdracht beschrijf je je levensmotto en markeermomenten. Wat zijn de belangrijkste ervaringen in je (werkende) leven en wat heb je ervan geleerd?



eelloo

Ingrid van eelloo

Bucketlist

In deze opdracht mag je vrijuit dromen. Geef aan wat je altijd al hebt willen doen. En wat zegt dat over jou?



☑ Afgerond

Start



Ingrid van Eelloo

Ik ben op mijn best als ik iemand kan zijn die creatief, positief en moedig is. Bij voorkeur in situaties waar ik kan samenwerken met anderen om mensen te helpen zodat ik mensen verder helpen omdat ik...



Bucketlist

- ☐ Eigen B&B beginnen
- ☐ Leren schilderen
- ☐ Een jaar vrij nemen
- ☒ Moeder worden

Mijn doelen

Mijn eigen B&B starten



Workshop natuur schilderen



Wat mij drijft



Favorieten

The Shawshank Redemption

Bankier Andy belandt in de gevangenis voor een misdaad die hij niet heeft gepleegd. Op de een of andere manier lukt het hem om te blijven dromen en zich staande te houden in deze uitzichtloze situatie...



Helden

Joke: altijd positief

Ik vind mensen die relaxed en positief in het leven staan een verademing. Door te kijken naar wat kan, naar mogelijkheden en oplossingen en door zaken soms niet wat luchtiger te maken (zonder oppervlakkig...)



Energiebronnen

Wandelen en fietsen in de natuur

Al wandelend of fietsend mooie tochtjes maken in de natuur vind ik heerlijk. Maakt niet uit welk seizoen het is en of het nu bergen, zee of bossen zijn. Ik besef me dan dat ik slechts een klein deeltje...



Markeermomenten

Experimenteren met ondernemen

In mijn vorige baan heb ik samen met een



Kunnen mensen proactief loopbaangedag leren?

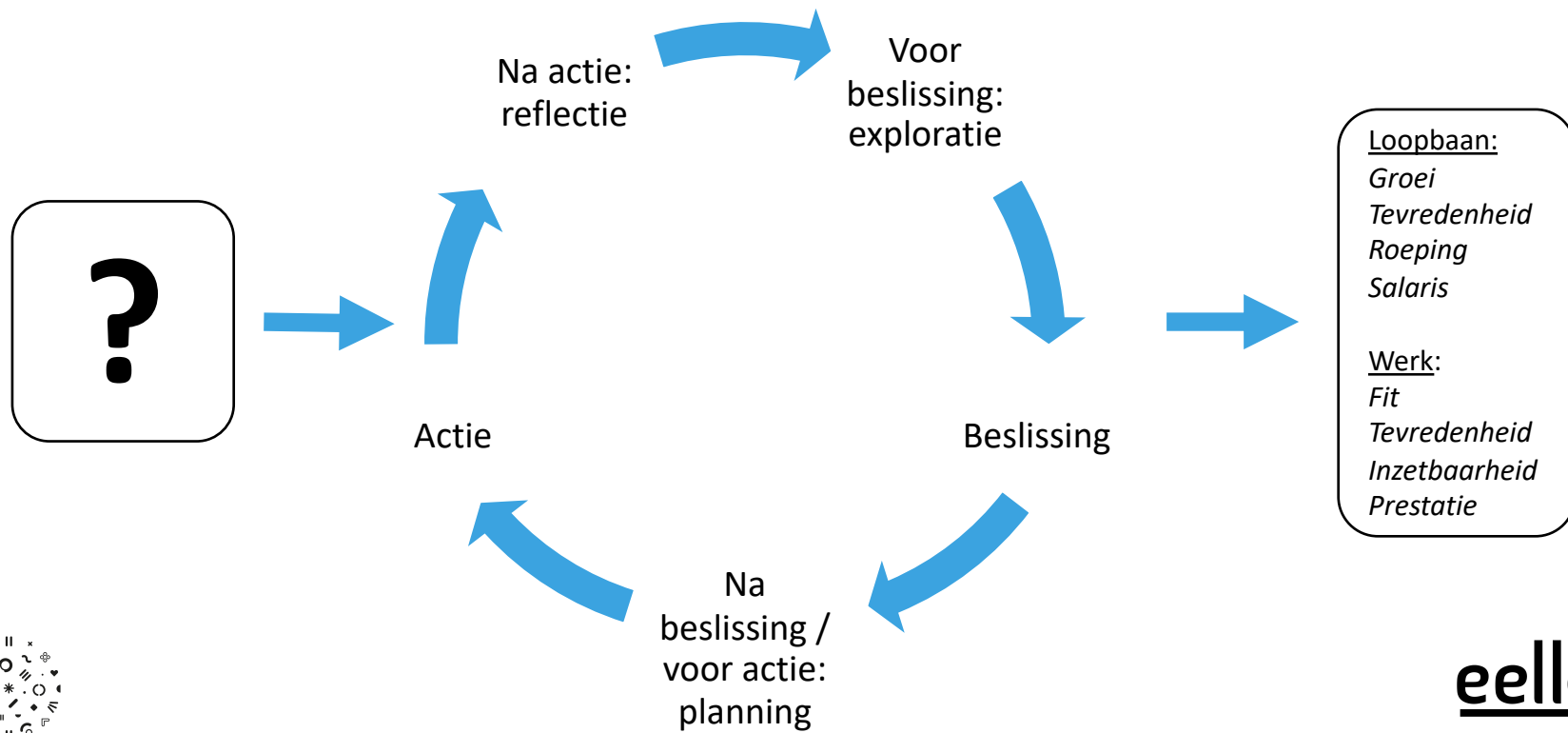
JAA!

- Zowel starters als ervaren medewerkers.
- Ook wanneer al is geïnvesteerd in loopbaan, kan men proactief gedrag leren.
- Effect ook op lange termijn (voor Mijn verhaal weten we dit nog niet).
- Beter passend werk, meer groei en tevredenheid.
- Vrijwillig of verplicht maakt niet uit.



Loopbaanacties

Wat kan de organisatie doen om proactief loopbaangedrag te bevorderen?



Vier succesfactoren voor medewerkers

Control



Bewust worden

Je voelt je verantwoordelijk voor je ontwikkeling en loopbaan en ervaart keuzevrijheid

Curiosity



Inzicht krijgen

Je doet onderzoek naar jezelf en de arbeidsmarkt

Concern



Plan maken

Je plant en bespreekt concrete acties voor je ontwikkeling en loopbaan

Confidence



Acties ondernemen

Je durft loopbaanacties te ondernemen en ontwikkelt jezelf actief



Reason to



Relevant maken

Zorg voor een gevoelde noodzaak bij medewerkers en speel in op individuele behoeften

Can do



Mogelijk maken

Geef medewerkers de praktische mogelijkheid en het vertrouwen dat ze het kunnen

Energized to



Enthousiast maken

Creëer een cultuur die stimuleert om proactief te zijn en maak leren aantrekkelijk

Drie voorwaarden voor organisaties



Age is just a number

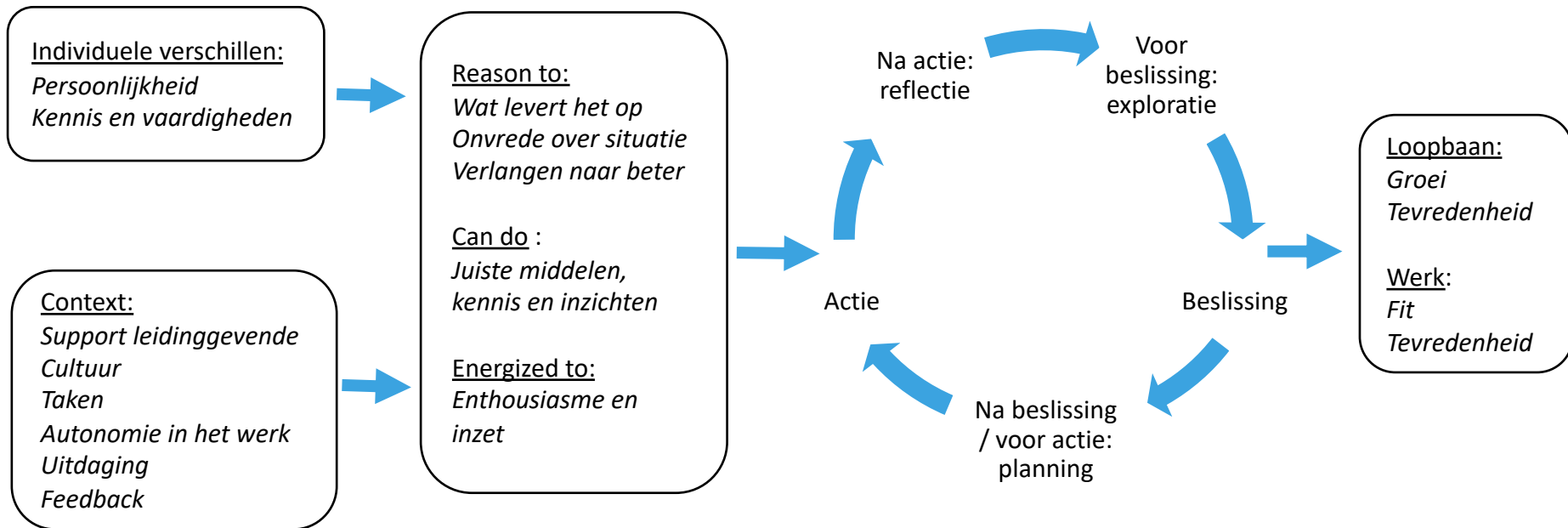
- 3413 medewerkers, leeftijd 18 tot 64, non-profit organisatie.
- Interne locus of control
- Nieuwsgierigheid



Johanna Quass, 91 jaar, sinds 2018 de oudste gymnast ter wereld



Loopbaanacties: wat kan de werkgever doen?



Parker, Bindl, & Strauss, (2010), Making things happen: A model of proactive motivation. *Journal of management*.
Vos, M. et al., (2021), Stimuleren van eigen regie op loopbaan en ontwikkeling. SER

Wat kan de organisatie doen?

Reason to



- Zorg voor informatie over kansen.
- Bepaal samen de toekomstplannen.
- Maatwerk: individuele afspraken, arbeidsvoorwaarden.

Can do



- Kijk naar het werk: autonomie, taken, stimuleer een interne locus of control.
- Help mensen loopbaanvaardigheden te ontwikkelen: tools en tijd.
- Integreer leren en ontwikkelen in het dagelijkse werk, laat functies los.
- Experimenteren en fouten maken mag.

Energized to



- Zelfvertrouwen: werk vanuit talent.
- Ontwikkeling: focus op persoonlijke ambities en toekomst (beoordeling gaat over verleden).
- Stimuleer juist ook ervaren medewerkers om te ontwikkelen.
- Zorg voor het juiste voorbeeldgedrag van leidinggevende.

Skillspaspoort

Competenties, ervaringen en ambities van een medewerker.

Betere match arbeidsmarkt: beroepenverkenner, suggesties die bij skills passen.

Vergroten van zelfvertrouwen en zelfinzicht van medewerkers.

The screenshot displays a digital 'Skills Passport' for a user named Bea Voorbeeld. The interface is organized into several sections:

- Profile:** A portrait of Bea Voorbeeld.
- Transport:** A section with a graduation cap icon, listing '29-01-2010 - 29-01-2014', 'Rozadkine', and 'Beroepsonderwijs'.
- Werk skills:** A section titled 'Dit zijn de werk skills die het beste bij jou passen.' containing:
 - Handeling en verhuizen:** 'Laden en lossen, bagage en bagagekarren vervoeren, verzamelen'
 - Besturen en bedienen:** 'Bagagetrekker, bagageband of hefhelpmiddelen bedienen'
 - Zien van verschillen:** 'Controle van aantallen en labels, controle van bagage op afwijkingen'
- Ontwikkel skills:** A section titled 'Dit zijn de skills die je graag wilt ontwikkelen.' with a list:
 - ✓ Handeling en verhuizen
 - ✓ Fysieke werkzaamheden
 - ✓ Besturen en bedienen
 - ✓ Kwaliteitsreizen bewaken
 - ✓ Zien van verschillen
 - ✓ Informatie verwerken
 - ✓ Samenwerken
- Bagagemedewerker:** A section with a briefcase icon, listing 'Werk- en denkniveau: VMBO', 'Aantal jaren ervaring: 3 - 5 jaar', '29-01-2017 - 29-01-2020', and 'Schiphol'.
- Persoonlijke skills:** A section titled 'Dit zijn de persoonlijke skills die het beste bij jou passen.' containing:
 - Kritisch denken:** 'Bagage op afwijkingen controleren'
 - Inzetten materialen:** 'Bagage vervoeren, hulpmiddelen gebruiken, accu's opladen'
 - Rapporteren:** 'Werkzaamheden gereedmelden, afwijkingen en incidenten melden'
- Talent:** A section with a blue header and an illustration of two people, titled 'Doortastend' with the text: 'Mensen die spontaan zijn en rustig blijven, nemen meestal gemakkelijk beslissingen. Ze zullen niet snel twifelen of bezittingen uitspreken. Ze denken positief en piekeren weinig.'
- Taken top 5:** A section titled 'Dit is de top 5 van taken die er uit springen in jouw werk. Omdat je er goed in bent en omdat je het leuk vindt om ze te doen.' with a numbered list:
 1. Afwijkingen of incidenten melden
 2. De bagageband op de bagage afdeling en hefhelpmiddelen bedienen
 3. Bagagekarren en containers ophalen en terugzetten
 4. Laden en lossen van bagage, post en vracht
 5. Bagage op afwijkingen controleren met het oog



Skillspaspoort

“Soms komen we pas achter de andere kwaliteiten van een medewerker als hij ontslag neemt en in een heel andere functie komt te werken.

Als we die kwaliteiten eerder hadden gekend, hadden we hem misschien wel kunnen behouden voor het bedrijf.”

Reactie van werkgever Schiphol



Skillspaspoort

“Dit geeft mij woorden.

Ik snap beter waar ik goed in ben en minder goed.”

“Ik weet nu eindelijk welke kwaliteiten ik kan noemen bij een sollicitatiegesprek. Het lijkt een soort therapie, je leert jezelf kennen.”

Reacties van medewerkers Schiphol



eelloo

**Van Human Resources
naar werk als Resource for Humans.**

