

Modules bij Loopbaanbegeleiding en Coaching

Elk loopbaantraject is maatwerk en wordt altijd in overleg samengesteld uit een aantal modules. Een loopbaantraject bestaat in principe uit de basismodules (tabel 1). Voor verdere verdieping kan gekozen worden uit overige modules (tabel 2)

Basismodules

	Stap / fase	Module naam	Hoe en wat	Resultaat
Persoonlijke Oriëntatie	1. Wat is mijn vraag?	MijnVraag	Vrijblijvend oriënterend gesprek (Intake). Kennismaking informatie uitwisseling. Verhelderen van de vraag. Nagaan of loopbaanbegeleiding de juiste keuze is.	Afspraken over verder begeleiding of doorverwijzing. Duidelijkheid in vraagstelling. Afspraken op papier.
	2. Wie ben ik?	MijnPersoonsprofiel	Jezelf (en een ander) nog beter leren kennen door het opmaken van een persoonsprofiel met de Myers Brigs Type Indicator (MBTI).	Persoonsprofiel (met documentatie)
		MijnKwaliteiten	Zelf en anderen laten bepalen wat je kwaliteiten zijn dmv 360 graden feedback formulier. Met hulp van het kernkwadranten spel ontdekken wat je kernkwaliteiten zijn.	Inzicht in je eigen kwaliteiten.
	3. Wat kan/ken ik?	MijnCompetenties	Achterhalen van belangrijkste competenties. Een competentiekaarten spel waarin jezelf bepaald welke competenties het best bij je passen.	Competentieprofiel
		MijnKennis	Inventariseren waar je veel van af weet, zowel werk- als privé gerelateerd.	Overzicht van kennisgebieden.
	4. Wat wil ik?	MijnWaarden	Nagaan welke waarden in je werk belangrijk zijn. Met behulp van waarden kaartjes bepalen wat je echt belangrijk vind.	Overzicht van belangrijke aspecten in je leven en loopbaan.
	MijnLoopbaanankers	Nagaan welke waarden in leven en werk belangrijk zijn met behulp van de Loopbaanankertest (Schein).	Duidelijkheid over belangrijk waarden.	

Arbeidsmarkt Oriëntatie/benadering	5. Wat kies ik?	MijnRichting	Richting bepalen, Oriënteren op sector, organisatie, type functie en beroepen. Bepalen welke organisatie, functiegebied(en) en functie(s) bij je past.	Keuze voor passende (reële) functie(s) in juiste omgeving.
	6. Wat doe ik?	MijnKeuze	Inventariseren van al het voorgaande en daadwerkelijk een keuze maken voor de toekomst.	Duidelijkheid, gemaakte keuze in loopbaan.
		MijnProfiel MijnPOP	Op basis van het voorgaande een persoonlijk profiel en een Persoonlijk Ontwikkel Plan maken, waarin ambitie en hoe dat te verwezenlijken centraal staat.	POP
	7. Hoe kom ik er?	MijnZelfPresentatie	Op basis van de eerste 6 stappen, jezelf kort kunnen presenteren, afgestemd op de situatie (elevator pitch).	Vorbereid om een zelf presentatie.
		MijnNetwerken	Netwerken voor een baan, het (verder) opbouwen van een professioneel netwerk	Netwerk in kaart en 'levende' contacten.
		MijnCV MijnSollicitatiebrief	Sollicitatiebegeleiding brief en CV Begeleiding bij het maken van een modern en toegespitst CV en sollicitatiebrief.	Basis CV en brief. Actueel en van deze tijd.
		MijnSollicitatiegesprek	Sollicitatiebegeleiding 'het gesprek' Sollicitatiegesprek ervaren door te oefenen o.b.v. echte vacature, met brief en CV.	Vorbereid op een sollicitatiegesprek.



Modules bij Loopbaanbegeleiding en Coaching

Overige modules (flexibel in te zetten)

Module	Hoe en Wat	Resultaat
MijnVerandering	Omgaan met verandering (verwerking en afscheid). Afscheid nemen van het oude, vol energie de toekomst tegemoet.	Vrede met de situatie, klaar voor een loopbaantraject.
MijnLevensverhaal	Leren uit het verleden door het schrijven van een biografie en/of het tekenen van een levenslijn en het behandelen daarvan.	Bewustwording van de levens/loopbaan, herkenning, rode draden
MijnZelfverdieping	Zelfanalyse coachingsopdrachten. Een aantal huiswerkopdrachten die je tot nadenken over jezelf zetten. Verdere zelfanalyse	Dieper inzicht in jezelf. Vaak basis voor verdere coaching.
MijnKernKwaliteiten en Valkuilen	Nagaan wat je kwaliteiten zijn en de daarbij behorende valkuilen. Met behulp van het kernkwadranten (spel) ontdekkingen doen.	Overzicht van kernkwaliteiten en valkuilen.
MijnLeerstijl	Op basis van de leerstijltest van Kolb nagaan wat je leerstijl is en hoe deze in de praktijk toe te passen in leer- en ontwikkelprocessen.	
MijnSuccessen en Vaardigheden	Op basis van succesverhalen nagaan welke eigenschappen, competenties	
MijnActiePlan	Maken van je eigen Actie Plan op basis van voorgaande stappen.	Een document waarin toekomstrichting duidelijk beschreven staat en actieplan om daar te komen.
MijnInnerlijkeBlokkades	Elk mens heeft innerlijke blokkades die een vrij leven of een loopbaan in de weg kunnen staan. Door middel van een lijst kun je nagaan welke blokkades het bij jou zijn en kun je er wat aan doen.	Duidelijkheid wat je kan blokkeren en hoe je hier mee om kan gaan of zelfs uit de weg kan ruimen.
MijnVerleden	Bezinning op het verleden en het heden door het beantwoorden van een groot aantal levens- en loopbaanvragen. Nabespreking met coach.	Bewustwording van de levens/loopbaan, herkenning, rode draden
MijnCapaciteiten	Bepalen van werk en denkniveau met capaciteitentest van officieel bureau (NOA) (online)	Rapportage Capaciteiten
MijnSocialMedia	Social Media inzetten voor loopbaan en/of solliciteren. Het maken of verbeteren van communicatie via LinkedIn, Twitter en Facebook.	Social Media accounts en weten hoe effectief in te zetten voor solliciteren (en netwerken).