

Haal meer energie uit solliciteren: 7 tips

Voor veel mensen is solliciteren hard werken. Het kost veel tijd, naast je al drukke leven, en je moet alle motivatie uit jezelf halen. Je stelt je kwetsbaar op en je krijgt te maken met afwijzingen. Al met al kan het een energie slurpende bezigheid zijn. En dat is behalve vervelend ook onhandig. Want wanneer je het proces van solliciteren vervelend vindt, stop je die negatieve energie in het resultaat: je nieuwe baan. Hoe zorg je er nu voor dat niet alleen je toekomstige baan, maar ook de weg ernaar toe je meer energie oplevert dan het je kost? Ik geef je 7 tips.

1. Stop met solliciteren

Als je solliciteren alleen maar ziet als het vinden van een baan, beperk je je blik. Je gaat er dan namelijk vanuit, dat de baan die je zoekt al bestaat. En die moet dan maar net vrij komen. Het liefst bij jou in de buurt. Wat als je nu eens stopt met solliciteren en begint met het creëren van werk? Dan gaat er een wereld voor je open. Het werk wat je wilt zit dan niet meer vast aan één type functie. Je kunt veel meer kanten op. Wie weet kun je alsnog binnen je eigen organisatie ander werk creëren. Of voor jezelf beginnen. Ook kun je nu een open gesprek aangaan met organisaties die je aanspreken en samen onderzoeken of jullie bij elkaar passen. En dat voelt heel anders dan een sollicitatiegesprek.

2. Creëer werk dat je echt wilt

Veel mensen zoeken een baan die ze helemaal niet willen. En vinden het gek dat ze nergens worden aangenomen. Solliciteren naar een baan die je niet wilt, vreet energie. Bovendien is de kans op succes klein. Een werkgever merkt in een gesprek, vaak zelfs al in je brief, heel snel of je van binnenuit gemotiveerd bent. Doe jezelf een lol. Creëer werk dat je wél wilt. Werk dat past bij wie je van nature bent. Weet je niet wat voor werk dat is? Ga dat dan eerst onderzoeken.

3. Breng je netwerk en zoekgebied in kaart

Een netwerk is belangrijk bij het creëren van werk. Iedereen heeft een netwerk. Jij ook. Maak een lijstje met mensen die je kent die je mogelijk kunnen helpen. Voeg daar vervolgens organisaties aan toe die je aanspreken. Je zult zien dat je zoekgebied daarmee zowel groter als scherper wordt. Kies uit dit lijstje steeds iemand om te benaderen en breid het uit als je nieuwe contacten opdoet. Zo geeft het lijstje je houvast. Bovendien motiveert het je als je ziet dat je meer mensen en organisaties kent dan je dacht. Ook dat geeft energie.

rust | ruimte | resultaat

4. Kies een manier van werk creëren die bij je past

Werk creëren kan op 101 manieren. Je kunt netwerkgesprekken voeren, een dag meelopen, met een brief en cv op maat op vacatures reageren, actief worden op social media, vrijwilligerswerk doen in de richting van het werk dat je wilt, open dagen bezoeken, websites van aantrekkelijke organisaties bekijken, jaarverslagen opvragen, je aanmelden voor vacaturealerts, open sollicitaties doen, je inschrijven bij werving- & selectiebureaus, De Creatiespiraal gebruiken, de mogelijkheden om voor jezelf te beginnen onderzoeken. En nog veel meer. Denk niet dat je dit allemaal moet doen. Kijk naar waar je talenten en voorkeuren liggen en waar je energie van krijgt, en kies daar je activiteiten op uit.

5. Zoek andere werkzoekenden op

Op verschillende plaatsen zijn activiteiten voor werkzoekenden. In de regio Tilburg kun je elke maand HetWerktCafé bezoeken. Gratis. Kijk of je zoiets ook binnen jouw gemeente kunt vinden. Is dat er niet? Start zelf een groep. Je kent vast meer mensen die ander werk willen creëren. Stimuleer elkaar, leer van elkaar, adviseer elkaar, gebruik elkaars netwerk. Word elkaars netwerk. Je zult merken dat zulke contacten je energie geven.

6. Plan rustmomenten in

Voor je het weet zit je elk vrij uurtje te LinkedInnen. Plan rustmomenten in en doe dan iets wat je energie geeft. Ga in bad, lees een boek, ga wandelen in de natuur, kijk een film, ga winkelen, of doe helemaal niets. Voel je daar niet schuldig over. Je hebt dat nodig.

7. Schakel een loopbaancoach in

Werk creëren is iets wat je niet dagelijks doet. Misschien heb je het nog nooit eerder gedaan. Je hebt er in ieder geval nooit les in gehad. Terwijl de arbeidsmarkt dat wel van je vraagt. Het is dus niet gek als het je niet goed lukt. Schroom dan niet om een loopbaancoach in te schakelen. Die vertelt je niet wat je moet doen, maar leert je wel hoe je je eigen werk kunt creëren op een manier die bij jou past. Daar heb je niet alleen nu wat aan, maar ook in de toekomst. Want de kans is groot dat je volgende baan niet je laatste is...!

Wil je ontdekken of loopbaancoaching in de natuur iets voor je is? Neem dan contact met mij op voor een gratis kennismakingswandeling in een wandelgebied bij jou in de buurt.