



LoopbaanCheck

Time-Out loopbaanbegeleiding

Over het algemeen hebben mensen een drang tot zelfontwikkeling, waarbij het hebben van passend en zinvol werk een belangrijke rol speelt. Indien hun groei wordt belemmerd, kan dit leiden tot frustratie, demotivatie en een verminderd zelfvertrouwen. Kunnen mensen zich echter in hun werk ontwikkelen, dan zullen zij hun taken beter en met meer plezier uitvoeren. De uitdaging is om te (her)ontdekken waar men nu werkelijk energie van krijgt. En hoe men (weer) op het goede spoor kan komen. Bent u toe aan een *Time-Out*? Bijvoorbeeld om even op adem te komen na een bijzonder hectische periode in uw bestaan? Of om rustig na te denken over uw volgende loopbaan stap? Time-Out is een vorm van zelfonderzoek, waarbij de adviseur vooral fungeert als uw klankbord.

Doelgroep

Time-Out is geschikt voor de kandidaat die behoefte heeft aan ondersteuning bij een loopbaanwending. Het assessment en de begeleiding worden volledig afgestemd op de situatie van kandidaat, zoals een functie en/of werkomgeving die te weinig uitdaging biedt, een vertrouwensbreuk na conflicten, een reorganisatie met gedwongen ontslag, burn-out of andere ingrijpende veranderingen. De begeleiding kan op elk niveau worden afgestemd. De kandidaat wordt in een mix van coaching en counseling ondersteund door een ervaren coach; er zijn echter geen kant-en-klare antwoorden. Ook van de kandidaat wordt dus een flinke inspanning verwacht om tot een goed resultaat te komen.

Doel

Het hoofddoel van Time-Out is om de kandidaat rust en verdiepingsruimte te bieden om een nieuwe balans te vinden. De adviseur is daarbij vooral een klankbord die afwisselend vragen stelt en luistert om de kandidaat te ondersteunen bij het (her)ontdekken en benoemen van waardevolle aspecten. Evenals bij het (h)erkennen van ineffectieve gedragspatronen. Waar mogelijk verbindt hij opleiding(sniveau) en competenties aan de (beroeps)-interessen, ervaring, affiniteiten en de loopbaanwensen van de kandidaat. In elk geval resulteert Time-Out in een persoonlijk advies aan de kandidaat om keuzes te kunnen maken m.b.t. tot een passende loopbaanvoortzetting of een ander levensdoel. Enkele vragen die bijvoorbeeld door een ingrijpende verandering aan de orde kunnen zijn:

- *Wat betekent de verandering voor mijn ambities?*
- *Hoe zou ik mijn loopbaan willen voortzetten?*
- *Welke functies / sectoren vind ik boeiend?*
- *Met welke taken/activiteiten houd ik mij graag bezig?*
- *Hoe kan ik weer plezier ontlenen aan mijn werk?*
- *Wat moet ik veranderen om niet meer in dezelfde valkuil te belanden?*

