

## **LOOPBAANORIËNTATIE VOOR PROMOVENDI**

Richting het eind van je promotieonderzoek komt vanzelf de vraag naar voren: En wat ga ik hierna doen? Wil en kan ik mijn carrière als onderzoeker voortzetten? Of neem ik afscheid van de universitaire context? Hoe ga ik dan de stap naar bijvoorbeeld het bedrijfsleven of de publieke sector vormgeven?

Om jonge wetenschappers te ondersteunen in bovenstaande keuzes biedt de Vrije Universiteit haar promovendi de training 'Loopbaanoriëntatie voor Promovendi' aan. In deze training gaan we eerst een laag dieper: Wat betekent werk voor je? Welke overtuigingen bepalen wat je zinnig vindt en waar je energie van krijgt? Wie of wat zijn jouw inspiratiebronnen? Wat heb je de afgelopen jaren bereikt? Welke kennis, competenties en welk gedrag heb je hierbij laten zien? En wat heb je nodig om goed te functioneren? Daarna kun je gefundeerde keuzes maken en word je begeleid in het vormgeven van de weg ernaartoe.

**De training is bedoeld voor promovendi in de laatste fase van hun contract die zicht hebben op een succesvolle afronding van hun promotieonderzoek.**

### **Blok 1 (dag 1 en 2)**

Het eerste blok staat volledig in het teken van het zelfonderzoek. Aan de hand van verschillende werkvormen ga je zelf aan de slag. Gaandeweg krijg je steeds meer zicht op je sterke competenties, je kwaliteiten en je ontwikkelpunten. Tevens worden hierbij jouw zelfbeeld en overtuigingen betrokken. Werken deze belemmerend of juist stimulerend? En wat zijn de effecten hiervan, op jezelf, maar ook op jouw werk(omgeving) en dus jouw carrière? In dit blok is ook ruimte gemaakt om te dromen: de beren op de weg het bos in te sturen om de weg vrij te maken voor je passie. Waar gaat echt je bloed sneller van stromen en je hart sneller van kloppen? Het blok wordt afgesloten met een eerste oriëntatie op functies en branches, het vastleggen van je profiel en het bijwerken van het actieplanwerkboek.

Tussen het eerste blok en de derde dag ga je zelf de oriëntatie op functies en branches verder uitbreiden en concreet maken, waarbij je ook je profiel ernaast legt. Is het passend? Waar zitten eventuele gaten? Zijn deze te dichten of niet?

### **Dag 3**

Op deze dag is een deskundige uitgenodigd die informatie komt geven over de loopbaanmogelijkheden voor promovendi binnen en buiten de universiteit(en). In het ochtenddeel staan de huiswerkopdrachten centraal en geef je zelf een presentatie van de uitkomsten van je profiel en oriëntatie op de branches en functies. Tevens wordt er ingegaan op de principes van netwerken en worden netwerkvaardigheden getraind. Hoe kun je je eigen profiel met competenties zo goed mogelijk naar voren brengen? Deze dag wordt weer afgesloten met het actieplanwerkboek.

Tussen dag 3 en dag 4 ga je zelf netwerkgesprekken voeren en stel je je eigen 'Elevator Speech/Pitch' op.

### **Dag 4**

De dag begint met een terugkoppeling van de huiswerkopdrachten. In de middag gaan we met non-verbaal gedrag aan de slag. Hoe zorg je ervoor dat de verbale boodschap die je wilt uitdragen overeenkomt met wat je non-verbaal uitstraalt? Verder wordt het geleerde uit de gehele training geïntegreerd. De dag en hiermee de training wordt afgesloten met het bijwerken van het actieplanwerkboek.

## **Werkwijze**

### *Eigenaarschap*

Er vindt in de intakegesprekken een heldere contractering met de deelnemers plaats. De trainers begeleiden het leerproces van de deelnemers.

### *Zelfreflectie*

Het ontwikkelen van inzicht in competenties en ontwikkelpunten wordt gestimuleerd door de diversiteit aan werkvormen. Hiermee wordt tevens het inzicht in passende loopbaanpaden vergroot.

### *Blijvend leren*

Een groot deel van de werkvormen en acties van het programma kunnen na het volgen van de training door de deelnemers zelf herhaaldelijk worden uitgevoerd. De deelnemers stellen zelf hun actieplan op en maken hiermee een psychologisch contract met zichzelf.

### *Effecten*

De training helpt je in het vergroten van je inzicht in je eigen competenties, kwaliteiten, valkuilen en ontwikkelpunten. Jouw onderliggende waarden, wensen en verwachtingen worden inzichtelijk. Na de training ben je in staat om zelfstandig realistische keuzes te maken in het vormgeven van jouw loopbaan en hierbij jouw netwerk in te zetten. Je ervaart hierbij een bredere basis en meer vertrouwen.

## **Organisatie**

Deze cursus wordt georganiseerd door HRM, Centrum voor Loopbaan en Ontwikkeling.