

GEEF JE LOOPBAAN EEN ZETJE



LOOPBANEN ZIJN TEGENWOORDIG KRONKELIG



Samenvatting van de Penguin Live Lunch Sessie op 16 februari 2021 "Boost Your Career" met Helen Tupper

Samen met Sarah Ellis schreef Helen het boek "The Squiggly Career"



WAT HEB JE NODIG VOOR JE KRONKELIGE LOOPBAAN?



Als je mensen

leert een **ladder** te

beklimmen help je ze

niet goed verder

WAARDEN

STERKTES

TOEKOMST

ZELF

VERTROUWEN

NETWERK



WAARDEN

Wat van jou "jou" maakt



WAARDEN MOTIVEREN

Ze bepalen wat je **blij** maakt op je werk



Ze helpen je **betere beslissingen** te nemen, én zorgen dat bling-bling je niet verblindt



Ze helpen je **betere relaties** te vormen (waarden verbinden)

Wat zijn jouw 4 **kernwaarden**?

Bepaal je dagscore
Wat ga je anders doen?



Wat je wilt dat mensen van je weten

STERKTES



Een **sterkte** geeft je energie, zelfs als je er nog niet goed in bent



Een **zwakte** kost je energie, zelfs als je er goed in bent

INTENTIE : **IMPACT**

Wat wil je dat mensen van je weten? : Waar kennen mensen je echt van?



Is er overlap of een gap?



Vraag **feedback**:
wanneer ben ik op mijn best?



ZELFVERTROUWEN

Geen tips % tricks maar geloven in jezelf

ZO VERGROOT JE HET:



Tem je **gremlins** (de negatieve stemmen in je hoofd)



Denk terug aan je **successen**



Werk aan je **supportstelsysteem** (goede balans tussen steun geven en steun krijgen)

Het gaat niet om hoe je overkomt (de **buitenkant**)



maar om je **overtuigingen** (wat er dieper bij je leeft)

Mensen die mensen helpen

NETWERK



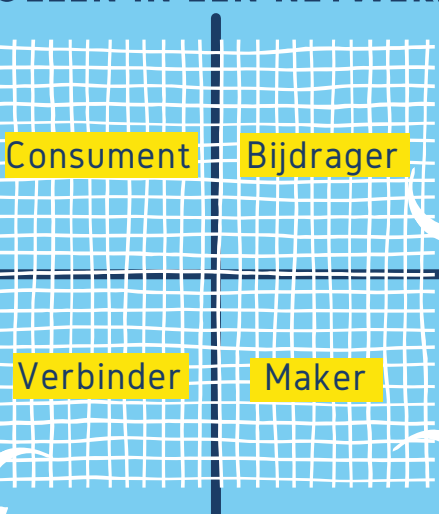
We hebben meer netwerken dan ooit



Meer kansen!

verzamelen en doorgeven aan anderen

ROLLEN IN EEN NETWERK



tijd expertise etc geven

mensen samenbrengen

netwerken bouwen



Een goed netwerk is **actief**: gebaseerd op mensen die elkaar **helpen**



TOEKOMST

Verkennen van verschillende toekomsten

Kun je een **droom** waarmaken?



Wat ligt het meest **voor de hand**?



ommezwaai: iets anders of terug?



Wat zijn je **ambities**?
Ja, maar...



Mogelijkheden verkennen in plaats van plannen maken



Wat sluit aan bij je waarden en sterktes en wat niet?

