



Schatzoeken tijdens het Loopbaancongres 2015

Martin Jan Kraak

“Inspiratie en quote-pareltjes gevonden in gesprekken met collega’s en sessies op het NOLOC #loopbaancongres”, twitterde een deelnemer na afloop van het NOLOC loopbaancongres 2015. Zo’n 850 loopbaancoaches, studenten, hr-professionals en wetenschappers kwamen op 10 november bijeen in theater Orpheus in Apeldoorn voor ontmoeting en inspiratie. Een terugblik op bruistabletten en kronkelige wegen.

‘Schatzoeken’ is het thema van het loopbaancongres. Met boeiende keynotesprekers en actuele workshopthema’s heeft de congrescommissie een aansprekend programma neergezet.

De eerste spreker doet de zaal stil en ademloos luisteren. Bergbeklimmer en beroepsavonturier Wilco van Rooijen maakt ons deelgenoot van zijn ervaringen en lessen uit zijn Himalaya- en Noordpoolexpedities. Zijn motto is: ‘Dromen, durven, delen, doen!’ Durf een held te zijn, begin met dromen, en daarna: durf, deel en doe! Er zit veel meer kracht in ons dan we iedere dag laten zien. Zijn verhaal biedt leerhaakjes voor individu en teams. “Wees concreet in het gezamenlijke doel en de visie, houd koers, durf essentiële besluiten te nemen en blijf eigen verantwoordelijkheid nemen, maar wel met elkaar”, aldus Van Rooijen. “Het enige waar je op stuk loopt, is je eigen mentaliteit. Als je geen antwoord hebt op de waarom-vraag, dan ben je snel thuis.”

Jezelf toestaan

Jan van Setten, de tweede spreker, laat het publiek losgaan. Voor velen in de zaal is zijn presentatie voortvarend, grappig scherp, diep en leuk. Hij strooit met quotes en beeldwoorden die de zaal gulzig en gierend lachend tot zich neemt. Van bore-out tot burn-out. Het hele spectrum van onze dienstverlening komt terug in zijn verhaal. Van Setten pleit voor ‘jezelf toestaan’, want de grootste schatkist vind je in jouw eigen schoenen. Hij geeft handvatten om optimaal en creatief betrokken te zijn bij je gesprekspartner, ook al is het een ‘droefvoet’. Van Setten zet dik aan: “Voel je je ergernis- emotie opkomen? Span je LSD-spier aan, zet je ‘love-stand’ aan en relax, want een ontspannen en betrokken geest maakt je maximaal creatief!”

De zaal komt zelf ook in beweging, als het publiek zijn ‘luisterprincipe’ gaat oefenen: Luisteren, Samenvatten en Doorgronden (LSD), in plaats van Doorvragen. LoopbaanVisie-hoofdredacteur Marlies van Venrooij doet de LSD-oefening plenair samen met hem, en dat levert haar zelfs een boek op.

Hoogleraar en MMM

Marjolein Hins, belangenbehartiger voor de NOLOC, informeert het publiek over het project ‘Mensen met mo-

gelijkheden’, dat erop is gericht om meer mensen met een psychische kwetsbaarheid aan het werk te krijgen. Ze vertelt over de gratis online training die loopbaanprofessionals kunnen volgen, en over hoe men deze groep mensen goed begeleidt. Ook maakt de zaal kennis met Judith Semeijn, bijzonder hoogleraar Loopbaanmanagement aan de Open Universiteit.

Fuck Onzekerheid

De link met schatzoeken wordt doorgetrokken in de workshops. De vrouwelijke congresdeelnemers zijn geboid door de presentatie van Vreneli Stadelmaier, met de prozaïsche titel: ‘f*ckdieonzekerheid’. Zij vertelt over het impostersyndroom. Tweederde van de hoger opgeleide Nederlandse vrouwen heeft een stemmetje op de schouder dat zegt: *‘wat je ook doet, het is niet goed genoeg.’* Hoe groter het succes, hoe groter de angst om ontmaskerd te worden. Ze vrezen dat ze het succes niet waard zijn. Stadelmaier geeft handvatten wat je hieraan kunt doen. De boodschap komt over. Een deelnemer twittert: “Vrouwen, stop met underselling. Geniet van je succes.”

Jezelf neerzetten en profileren is ook het onderwerp van Kiki Verbeeks workshop: ‘Een glashelder verhaal’. Verbeek laat haar publiek nadenken over twee vragen: Hoe zet je jezelf als expert in de markt en hoe word je onweerstaanbaar voor je ideale klanten. “Mooie workshop. Gaan mijn klanten ook van profiteren”, reageerde een deelnemer.

Kompas

Anje-Marijke van Boxtel deelt haar ervaringen als coach van het Nederlandse Team Brunel bij de Volvo Ocean Race. Zij geeft haar visie op leren en ontwikkelen in *high performing teams*. De meeste teams reageren vooral op problemen en uitdagingen. Het leereffect is tijdelijk, doordat de geleerde lessen weer snel wegzakken als de crisis is geweken. Van Boxtel: “Wat we leren van zo’n zeilteam is dat gezamenlijk gedeelde intrinsieke waarden en ambitie een kompasspeld voor het team zijn. Het trekt het potentieel en de verantwoordelijkheid los en zorgt dat mensen dat extra stapje maken. Fouten mogen maken is daarbij een voorwaarde.”

Een andere workshop gaat over de toepassing van het



gedachtegoed uit de Acceptance & Commitment Therapy bij (studie)loopbaanbegeleiding door Tom Luken en Albert de Folter. In de workshop over de Big Five for Life behandelt Lucia de Boer manieren om de vijf belangrijkste doelen in je leven te identificeren.

De zwakste schakel

Het slotakkoord van het congres komt van Ben Tiggelaar. Zijn presentatie is to the point en zit vol beweging. Om de aanwezigen wakker te houden, zet hij iedereen in de zaal een minuut aan het werk. We maken een heus dansje op het lied *Let's Dance* van David Bowie.

Tiggelaar geeft de zaal drie schatten voor coaching gericht op gedragsverandering: eenvoud, wetenschap en waarom. Hij begint met eenvoud. Uit onderzoek blijkt dat vijftig procent van begeleidingstrajecten mislukt door te veel complexiteit. "Maak daarom de eerste stap voor de cliënt heel makkelijk," zegt Tiggelaar, "want gedrag is de zwakke schakel tussen plannen en resultaten. Als je iets wilt veranderen, zal je allereerst het concrete gedrag dat je wilt zien duidelijk moeten definiëren." Leidraad in de begeleidingsstrategie zijn de volgende vragen: Wat is je doel, welk gedrag hoort daarbij en welke supportmethode werkt voor jou? Zorg voor een context, zoals duidelijke regels en reminders die de activatie van het gewenste gedrag 'automatisch' stimuleert. De snel-

ste weg naar succes voor gedragsverandering loopt eerder via de kronkelige omweg in plaats van de rechte lijn. Creëer ruimte voor experimenteren. Leerdoelstellingen zijn in dezen belangrijker dan prestatiedoelen.

Het complete loopbaanboek

Naast inspirerende sprekers en workshops zijn er op het congres interessante stands, die je informeren over diensten en ontwikkelingen in het werkveld. De NOLOC heeft een café ingericht met informatie over de Masteropleiding Loopbaanmanagement, het mentorschap en de certificering. De standhouders laten zien wat er op de markt te koop is: digitale testen, cliëntvolgsystemen, vacature-databanken, opleidingen. En natuurlijk boeken. Op het congres wordt ook *Het complete Loopbaanboek* gelanceerd. Een boek voor en door loopbaancoaches, geschreven door ervaren NOLOC-loopbaancollega's, elk vanuit hun eigen specialisme.

En er is volop activiteit op twitter tijdens het loopbaancongres. De hashtag #loopbaancongres komt in de top 5 van Trending Topics. Die reacties zijn positief, zoals deze: "Met boeken naar huis. Ik heb weer heel wat toffe one-liners en inzichten meegenomen....en de gesprekken en ontmoetingen. Té talrijk. Volgend jaar weer!" Dat wordt volgend jaar vroeg boeken... ■