Zo heb je meer kans op een baan

Goed nieuws: de werkloosheid onder 55-plussers daalt. Maar helaas vindt nog steeds maar één op de veertien werkloze 55-plussers een nieuwe baan. Wat moet je weten om succesvol te solliciteren?

Tekst **Trudy Kunz**
Foto's **Harry Meijer**

6x wel doen

Netwerk zoveel je kunt want dat is het toverwoord voor wie aan een baan wil komen. Heel ingewikkeld is het niet. Ook rond de biljarttafel, op de bridgeclub of bij de fitness zijn mensen te vinden die je verder kunnen helpen. Volgens de Amerikaanse socioloog Mark Granovetter, een kopstuk op het gebied van netwerken, bieden de mensen die je maar heel vaag kent zelfs de *meeste* kans op een nieuwe baan. Hoe dat kan? Mogelijk wijzen zij je op iets waar je zelf nog nooit aan gedacht hebt.

Social media zijn onmisbaar bij het netwerken. Met Twitter, Facebook en LinkedIn breid je je netwerk uit tot vele honderden personen. Volgens deskundigen zou je als werkzoekende evenveel tijd moeten besteden aan activiteiten via social media als aan het solliciteren per brief. Maak een goed profiel (kijk voor tips op www.plusonline.nl/

solliciteren) en zet dit bijvoorbeeld op LinkedIn. Ex-werkloze Toon de Mol van Otterloo (63) heeft al een paar keer ervaren hoe goed een LinkedIn profiel kan werken: "Ik heb gezorgd voor een goede, serieuze foto – dus geen vrijetijdskiekje – en in mijn profiel staat precies welke toegevoegde waarde ik een werkgever kan leveren. De eerste keer dat het werkte, was toen een baas bij Essent mijn profiel onder ogen kreeg. Hij zocht contact met me en voor ik het wist had ik bij dat bedrijf een project te pakken."

Blijf geïnspireerd en ga eropuit. "Word je eigen manager", zegt Tomas de Graaf, sollicitatietrainer voor 50-plussers bij het UWV. "Ga bijvoorbeeld eens naar een seminar op je vakgebied, of woon interessante bijeenkomsten bij." Op zijn website (hetnieuwesolliciteren.nu) geeft hij allerhande tips om actief naar werk te zoeken. Dat kunnen wat hem betreft ook bijeenkomsten, lezingen of workshops zijn buiten je vakgebied. Gewoon, om nieuwe inspiratie op te doen. En om in contact te blijven met de maatschappij. "Je wereld wordt er groter door en je komt nog eens op andere gedachten." ▶

Ga naar lezingen, workshops en bijeenkomsten waar je inspiratie kunt opdoen.



'Dankzij mijn stage heb ik nu een baan'

Carine de Bruijn (46):

"Nadat mijn vorige werkgever me ontsloeg, koos ik eerst voor de zorg van mijn gezin. Ik twijfelde of ik daarna als zelfstandige aan de slag zou gaan. Om dat uit te zoeken nam ik een jobcoach in de arm. In drie gesprekken met haar kwam ik erachter wat ik echt wilde: een baan in de marketing en communicatie, gecombineerd met het schrijven van teksten, want in schrijven ligt mijn passie. Ik ben een opleiding tot webredacteur gaan volgen. Via die opleiding kreeg ik een stageplaats bij een tijdschrift. Dat werd de opstap naar mijn huidige baan als contentmanager. Ik deed tijdens de stage veel ervaring op en kon mijn ambities aan de praktijk toetsen. Zo wist ik écht waarover ik het had toen ik mijn eerste sollicitatiebrief schreef. Een vriendin vroeg me waarom ik geen videopitch meestuurde, maar dat ligt me niet. Ik deed waar ik het beste in ben: schrijven. En dat werkte."

Zoek een 'werk-vind-maatje' in plaats van dat je alles alleen doet, aldus sollicitatiecoach Aaltje Vincent. "Iemand met wie je kunt oefenen voor een eventueel sollicitatiegesprek en die daarbij pittige kritiek durft te leveren."
Deze persoon kan ook helpen met je cv opstellen. Ervaring leert, aldus Vincent, dat wie zijn eigen cv maakt slechts voor 30 procent uit de verf komt.
"Dat komt doordat mensen hun vak altijd heel gewoon vinden. Ze zijn 'onbewust bekwaam': ze *zijn* wel bekwaam, maar ze *weten* het niet. Een werk-vind-maatje kan je bewust maken van je verborgen kwaliteiten."
Je kunt natuurlijk ook een professionele coach raadplegen. Dat wordt steeds vaker gedaan – en met succes. Een coach kan helpen 'bewust bekwaam' te worden, zodat je in je cv ook de vaardigheden noemt die voor jezelf doodnormaal zijn. In het beste geval schrijf je samen met je coach precies die brief waardoor een potentiële werkgever al na een paar seconden denkt: hé, die wil ik spreken!

Zorg dat je opvalt want een werkgever krijgt misschien wel honderden brieven binnen op een vacature. Hoe kun je jouw brief eruit laten springen? Bijvoorbeeld door iets persoonlijks te vertellen, zoals iets over je favoriete hobby, sport of het vrijwilligerswerk dat je doet. Ignace de Haes, studieloopbaanbegeleider, is een groot voorstander van deze zogeheten storytelling. Volgens hem kan de liefhebberij van een sollicitant een verborgen kwaliteit onthullen die goed van pas komt bij de baan waarnaar hij/zij solliciteert. Een andere tip voor een goede sollicitatiebrief komt van personeelswerver Erik van 't Wout: "Bel voordat je solliciteert áltijd nog even naar het bedrijf of de instelling. Vaak kom je dan achter informatie die niet in de vacaturetekst staat." Achterliggende gedachte: hoe meer je weet, hoe beter je in je brief kunt inspelen op de behoefte van het bedrijf.

Stuur een videopitch mee om extra op te vallen. Ofwel: presenteer jezelf met je eigen filmpje in je (digitaal verstuurde) cv. Je mogelijke werkgever leest dan niet alleen je brief en cv, maar ziet jou ook nog eens in levenden lijve.
Rik Sinkeldam is videocoach bij Spotcv.nl en coacht mensen die bij hem een videopitch komen laten maken. "We bouwen via een gesprek eerst vertrouwen op", zegt hij. "Dan pas gaan we filmen. Versprekingen halen we er later uit. Door zo'n pitch laat je zien dat je meegaat met de tijd en niet achter de geraniums zit. En zo komt het ook over."
Bovendien: beelden zeggen vaak meer dan woorden, weet Sinkeldam uit ervaring. "Als op je cv staat dat je 60 bent, maar op je pitch blijk je een leuke vlotte kerel te zijn of een eigentijdse dame, dan neemt dat bij een werkgever in één klap alle eventuele vooroordelen weg over je leeftijd."

Zoek iemand die oog heeft voor je verborgen kwaliteiten.

3x niet doen

Te 'hard' solliciteren is geen goed idee. Begin sowieso niet aan het zoeken van een baan zolang je niet goed in je vel zit. Ga pas solliciteren wanneer eventuele woede is gezakt (bijvoorbeeld over je ontslag) en frustratie niet langer de boventoon voert. Maar... let op wanneer je er weer aan toe bent. Stort je dan niet als een bezetene op de banenmarkt. Sollicitatietrainer Tomas de Graaf licht het toe op zijn website (hetnieuwesolliciteren.nu). Veel mensen solliciteren zich een slag in de rondte vanuit het idee: hoe meer sollicitaties, hoe beter. Maar soms is het beter om wat meer tijd te nemen, bijvoorbeeld om na te denken over de vraag: wat wil ik eigenlijk écht? Is de baan waarop ik solliciteer wel een baan die goed bij me past? En heb ik er op dit moment de juiste kwaliteiten voor, of kan ik beter eerst een opfriscursus of vervolgopleiding doen om mezelf bij te spijkeren?

Hoge verwachtingen koesteren over je nieuwe baan is een no-go. Leg de lat niet te hoog. En streef vooral niet naar een baan voor

Streef vooral niet naar een baan voor onbepaalde tijd.

onbepaalde tijd; dat is langzamerhand een begrip uit de oude doos. Sollicitatiecoach Aaltje Vincent: "Als je op oudere leeftijd een baan wilt, wordt het nooit meer wat het was. Wees tevreden met een ander salarisniveau dan je gewend was. Stel je flexibel op en accepteer andere arbeidsvoorwaarden, ook als die wellicht minder gunstig zijn."

Focussen op mislukte sollicitaties is eveneens niet handig. Ga daarom niet overal vertellen dat je al 'duizend keer' hebt gesolliciteerd en 'duizend keer' bent afgewezen. Door dit steeds te benadrukken, ga je zelf geloven dat je nooit meer aan de bak komt. Vertel liever een positief verhaal over jezelf, in de trant van: ik heb helaas nog geen werk, maar ik ben bezig met die-en-die cursus en ik ben me daar-en-daarin aan het verdiepen. Daar krijg je om te beginnen energie van. Bovendien trek je op die manier meer positieve aandacht naar je toe dan wanneer je klaagt, aldus coach Tomas de Graaf. En daarbij geldt weer: hoe meer mensen je verhaal horen en in zich opnemen, hoe groter de kans dat het – via via, je weet het maar nooit – bij de juiste persoon terechtkomt. ■

Kijk voor tips en een voorbeeld sollicitatiebrief op **www.plusonline.nl/solliciteren**
Meer lezen over werk? Lees het dossier op **www.plusonline.nl/werken**



'Ik moest actief een nieuw netwerk opbouwen'

Jean-Michel Chavernac (55):

"Ik was ooit als wiskundige in een baan als ICT-consultant gerold, maar na een massa-ontslag kwam ik op straat te staan. Vanwege de recessie was de kans klein dat ik weer een baan zou vinden in dat vakgebied. Aan leraren was in die tijd wel behoefte. Ik had één kennis die bij het voortgezet onderwijs werkte; via haar kon ik een dagje meelopen met een wiskundedocent. Dat beviel me goed. Ik ben een eenjarige masteropleiding gaan doen en kwam tijdens die opleiding vrijwel uitsluitend in aanraking met onderwijsmensen. Het opbouwen van mijn nieuwe netwerk begon toen pas echt. Kort voordat ik mijn diploma haalde, tipte een bevriende leraar me dat zijn school met spoed een leraar wiskunde zocht. Ik werk er nu alweer drie jaar."