

CV & sollicitatietips

Sollicitatietips (1) Oriëntatie

Zonder goede oriëntatie kun je geen goede keuzes maken en is het niet mogelijk je optimaal voor te bereiden op een sollicitatiegesprek. Bedenk wat voor functie je wilt gaan uitoefenen, denk hierbij aan; welke carrièrestap je wilt maken, welke wensen je graag vervult wilt zien en bij wat voor soort bedrijf je graag zou willen werken.

Een goed CV; daar begint het vinden van een geschikte baan mee! Zorg voor een up-to-date CV, aangepast op de vacature waarop je reageert. Formuleer bondig en helder, leg de nadruk op relevante werkervaringen en opleidingen. Bekijk als hulpmiddel ons voorbeeld CV of ons Engels voorbeeld CV.

Sollicitatietips (2) Zelfanalyse

Nu je jouw CV netjes hebt opgemaakt ga je zelf eens nadenken over waarom je CV er uitziet zoals hij eruit ziet. Niet qua lay-out, maar juist qua inhoud: Waarom heb je bepaalde keuzes gemaakt? Waarom heb je de dingen die je niet leuk vond toch doorgezet of waarom ben je hiermee gestopt? Wat heb je ervan geleerd en hoe heeft deze ervaring weer geleid tot het beïnvloeden van andere keuzes? Stel jezelf kritische vragen: Wie? Wat? Waarom? Wanneer? Etc.

Neem er eens rustig de tijd voor, loop je CV door en stel jezelf steeds dezelfde vragen, totdat je bij de kern komt. Overleggen met anderen kan, maar uiteindelijk ben jij toch degene die jezelf het beste kent. Op deze manier kom je erachter wat je echt leuk en belangrijk vindt in het leven.

Wanneer je dit duidelijk in kaart hebt gebracht ben je een stuk zelfbewuster en vergemakkelijkt dit het proces in het vinden van een nieuwe geschikte baan. Weet je daarentegen niet hoe jijzelf in elkaar zit dan is het vooral de sensitiviteit van onze consultants die een bepalend factor kan worden bij het vinden van een passende werkplek. Het komt echter een stuk krachtiger over als jezelf duidelijk kunt aangeven wat je wilt en waarom je dat wilt; alles draait om de argumentatie.

Als je bovenstaande goed doorlopen hebt; dan ben je tijdens een sollicitatiegesprek geen vragen meer aan het beantwoorden, maar ben je overtuigend aan het toelichten van wat jij als persoon zoekt en hoe je invulling kan geven aan de rol waarop je hebt gesolliciteerd.

Sollicitatietips (3) Het sollicitatiegesprek

Nadat wij jou, als kandidaat, succesvol hebben voorgesteld bij desbetreffende opdrachtgever zal je worden uitgenodigd voor een eerste gesprek. In de meeste gevallen zit je tegenover twee personen. Kom op tijd en zorg dat je de achtergrond van het bedrijf kent: de verschillende typen producten, de belangrijkste merken, in welke landen het bedrijf actief is, hoeveel personen er ongeveer werkzaam zijn in Nederland, Europa, wereldwijd, etc.

Zorg daarnaast dat je op de hoogte bent van het nieuws. Lees tenminste één week lang de krant voordat je aan het gesprek begint en neem op de webpagina van het bedrijf de laatste nieuwsberichten door.

Zorg dat je kunt vertellen over je sterke kanten. Natuurlijk dien je je sterke punten te kunnen beargumenteren met de inhoud van je CV. Dat is na de bovenstaande sollicitatietips al een stuk makkelijker geworden.

Bij het geven van voorbeelden en het vertellen over wat je gedaan hebt is het aan te raden de STAR-structuur aan te houden. Je geeft aan wat de Situatie was, welke Taak jij vervulde, welke Actie(s) jij hebt ondernomen en wat het Resultaat is geworden. Een duidelijke, heldere structuur leidt tot een goed sollicitatiegesprek.

Weten hoe je gekleed moet gaan naar een gesprek dan is hier een handige link: [Sollicitatiekleding](#)

Als laatste sollicitatietip is het ook handig om enkele vragen over het bedrijf of over desbetreffende functie te kunnen stellen. Hiermee toon je aan dat je zeer geïnteresseerd bent in het bedrijf en de functie. Wees kritisch en netjes, maar niet te bescheiden!

Sollicitatietips (4) De eerste indruk

Je eerste indruk is bijzonder belangrijk en wordt binnen de eerste minuut gecreëerd. Deze eerste indruk bestaat uit een aantal factoren die een belangrijke rol spelen. De allereerste indruk laat je achter met je gezicht en je handdruk; houdt oogcontact wanneer je een hand geeft en toon een vriendelijke glimlach. Gebruik je lach (ook met je ogen) nog enkele malen in het gesprek. 55% van de eerste indruk wordt bepaald door je lichaamshouding; het voorkomen en bewegen. Het is belangrijk dat je fris en verzorgd gekleed gaat. Stem je kleding af op het bedrijf, maar kies wel een outfit waarin je je niet ongemakkelijk voelt. Je stem heeft voor 38% invloed op de eerste indruk. Zorg dat je het gesprek ontspannen in gaat, praat rustig en neem kleine pauzes. De overige 7% wordt bepaald door je woordkeuze en door je zinsopbouw.

We hopen dat we je met deze sollicitatietips Vooruit geholpen.

Do's

- | | | |
|------------------------|---------------------|---------------------------|
| ✓ Zet je telefoon stil | ✓ Check de website | ✓ Dress for succes |
| ✓ Neem je ID mee | ✓ Check je route | ✓ Maak notities |
| ✓ Wees beleefd | ✓ Stel ook vragen | ✓ Maak oogcontact |
| ✓ Praat duidelijk | ✓ Ga op tijd slapen | ✓ Bedank voor het gesprek |

Dont's

- | | | |
|---|---------------------------------------|--------------------------------|
| ✗ Komt niet te laat | ✗ Klaag niet over je vorige werkgever | ✗ Wees niet negatief |
| ✗ Geen kauwgom in je mond | ✗ Ben niet arrogant | ✗ Laat de ander uitpraten |
| ✗ Beloof niets wat je niet waar kan maken | ✗ Ga niet als eerste zitten | ✗ Praat niet over je problemen |

Samen met jou op weg naar succes!