

AI HANDBOEK

V O O R J O U W L O O P B A A N

Welkom bij het AI-Handboek voor Loopbaanontwikkeling!

Dit handboek helpt je om AI, en met name ChatGPT, slim in te zetten voor je carrière. Of je nu op zoek bent naar een nieuwe baan, je talenten wilt ontdekken of jezelf wilt ontwikkelen, AI kan je hierbij ondersteunen.

Dit handboek biedt praktische tips en strategische inzichten om jouw loopbaan naar een hoger niveau te tillen.

Met behulp van AI kun je sneller inzichten verkrijgen, betere keuzes maken en effectiever werken aan je professionele groei. Dit handboek biedt een gestructureerde aanpak om AI slim in te zetten voor jouw loopbaan.

Ik zie het als een aanvulling op de coachingsessie die wij samen hebben. Dit helpt je om zelfstandig aan de slag te gaan met bepaalde acties.

Je kunt dit gebruiken voor jouw hele loopbaanproces. Ik begin eerst met wat algemene uitleg over het gebruik van ChatGPT en 10 slimme prompts waar je meteen mee aan de slag kunt. Daarna ga ik uitgebreider in op het vinden van je talenten en passies. Vervolgens leer je hoe je effectief vacatures kunt vinden en je sollicitatie hierop af kunt stemmen. Tot slot staan we stil bij het onderhandelingsproces.

Veel succes ermee!

Groet
Nadia



AI HANDBOEK

VOOR JOUW LOOPBAAN

10 slimme prompts voor ChatGPT

De arbeidsmarkt is voortdurend in beweging, maar met de juiste tools kun je je carrière effectief sturen. ChatGPT is niet zomaar een chatbot; het is een slimme assistent die je kan helpen je loopbaan naar een hoger niveau te tillen. Of je nu je CV wilt optimaliseren, beter wilt solliciteren of nieuwe groeikansen zoekt, deze slimme prompts (oftewel opdrachten die je geeft aan ChatGPT) maken van ChatGPT jouw persoonlijke loopbaancoach.

Hoe gebruik je ChatGPT effectief?

Om het beste resultaat te krijgen, is het belangrijk om ChatGPT op de juiste manier te gebruiken. Hier zijn een paar tips:

- **Geef context:** Beschrijf je situatie zo specifiek mogelijk. Hoe meer details je geeft, hoe beter het antwoord.
- **Omschrijf de taak duidelijk:** Leg precies uit wat je wilt bereiken, bijvoorbeeld: "Schrijf een motivatiebrief voor een marketingfunctie."
- **Vraag om een format:** Wil je een lijst, een voorbeeldtekst of een checklist? Geef dit aan.
- **Vraag om aanpassingen:** Is het antwoord niet perfect? Vraag om verbeteringen of een alternatieve versie.
- **Experimenteer:** Probeer verschillende prompts om te ontdekken wat het beste werkt voor jouw situatie.
- **Ga het gesprek aan:** Ga in gesprek met ChatGPT, stel vervolgvragen en geef antwoord. Verbeter het als het niet klopt.



AI HANDBOEK

V O O R J O U W L O O P B A A N

1. Ontdek je talenten en sterke punten

Prompt: "Analyseer mijn werkervaring en hobby's om mijn unieke talenten en sterke punten te ontdekken. Ik heb gewerkt als [beroep] en hou van [hobby's/interesses]. Wat zijn mijn onderscheidende kwaliteiten?"

2. Vind passende loopbaanopties

Prompt: "Op basis van mijn ervaring als [beroep] en mijn vaardigheden in [vaardigheden], welke interessante carrièremogelijkheden zijn er voor mij, inclusief minder voor de hand liggende opties?"

3. Optimaliseer je cv

Prompt: "Check mijn cv (hieronder gekopieerd) en geef concrete verbeterpunten om het te laten aansluiten bij een vacature als [functie]. Zorg dat het opvalt voor recruiters en ATS-systemen."

4. Verbeter je LinkedIn-profiel

Prompt: "Analyseer mijn LinkedIn-profiel (zie onderstaande tekst) en geef suggesties om mijn samenvatting en kopregel te verbeteren zodat ik beter gevonden word door recruiters."

5. Vind verborgen vacatures

Prompt: "Welke creatieve manieren kan ik gebruiken om vacatures te vinden die niet op jobboards staan, specifiek voor de sector [sector]?"



AI HANDBOEK

V O O R J O U W L O O P B A A N

6. Onderzoek interessante bedrijven

Prompt: "Welke bedrijven in [branche] staan bekend om hun goede werkcultuur en doorgroeimogelijkheden? Hoe kan ik ze benaderen zonder dat er een vacature openstaat?"

7. Schrijf een sterke sollicitatiebrief

Prompt: "Schrijf een krachtige sollicitatiebrief voor een functie als [functie] bij [bedrijf]. Verwerk hierin mijn ervaring met [ervaring] en mijn passie voor [thema]. Houd het beknopt en overtuigend."

8. Oefen een sollicitatiegesprek

Prompt: "Speel de rol van een recruiter die mij interviewt voor de functie van [functie]. Stel lastige maar relevante vragen en geef feedback op mijn antwoorden."

9. Netwerken als een pro

Prompt: "Welke berichten kan ik sturen naar iemand op LinkedIn die werkt bij [bedrijf] om op een laagdrempelige manier een gesprek aan te knopen?"

10. Onderhandel over salaris en voorwaarden

Prompt: "Hoe kan ik op een professionele manier onderhandelen over een hoger salaris voor een functie als [functie] in de sector [sector]? Welke argumenten kan ik gebruiken?"



AI HANDBOEK

VOOR JOUW LOOPBAAN

1. Jouw talenten

Wat mooi dat je op zoek bent naar jouw talenten! Vaak zijn we ons niet eens bewust van onze sterkste punten, terwijl ze ons zoveel energie en richting kunnen geven. Gelukkig kun je met een slimme tool als ChatGPT een eerste verkenning doen. In deze gids neem ik je stap voor stap mee om jouw top 3 talenten te ontdekken en ermee aan de slag te gaan.

- Kopieer onderstaande prompts en plak deze in een nieuwe chat met ChatGPT.
- Beantwoord de 15 vragen eerlijk en intuïtief op een schaal van 1 tot 5 (waarbij 1 staat voor 'helemaal niet plezierig' en 5 voor 'extreem plezierig'). Op basis van jouw
- antwoorden krijg je een inschatting van je top 3 talenten.

Neem de tijd om deze vragen te beantwoorden. Hoe eerlijker je bent, hoe beter het beeld van jouw talenten zal zijn!



AI HANDBOEK

V O O R J O U W L O O P B A A N

De prompt: Kopieer en plak dit in ChatGPT "Stel je voor dat jij mijn talentcoach bent en mij helpt bij het ontdekken van mijn talenten. Ik wil mijn talenten verkennen aan de hand van de 34 talenten uit de Gallup Clifton Strengths-test. Stel mij de 15 vragen hieronder, één voor één, en ik geef antwoord op een schaal van 1 tot 5. Op basis van mijn antwoorden geef jij aan welke drie talenten het sterkst naar voren komen en geef je daarbij een korte toelichting in het Nederlands. Hier zijn de vragen:

1. Ik vind het makkelijk om nieuwe mensen te leren kennen en voel me op mijn gemak in sociale situaties.
2. Ik heb vaak innovatieve oplossingen voor complexe problemen.
3. Ik stel doelen en werk gestructureerd om deze te bereiken.
4. Mensen komen regelmatig naar mij toe voor advies en begeleiding.
5. Ik motiveer en enthousiasmeer anderen om samen doelen te bereiken.
6. Ik geniet ervan om data en informatie te analyseren en patronen te ontdekken.
7. Ik kan goed omgaan met mijn eigen emoties en die van anderen in stressvolle situaties.
8. Ik ben betrouwbaar en anderen kunnen altijd op mij rekenen.
9. Ik zoek actief naar kansen om te leiden en invloed uit te oefenen.
10. Ik werk graag nauwkeurig en let op details.
11. Ik ben nieuwsgierig en stel veel vragen om meer te weten te komen.
12. Ik voel me comfortabel in leiderschapsrollen en neem graag verantwoordelijkheid.
13. Ik ben empathisch en ondersteun anderen wanneer ze dat nodig hebben.
14. Ik neem snel beslissingen, zelfs onder druk.
15. Ik ben overtuigend en kan anderen gemakkelijk enthousiasmeren voor mijn ideeën.

Geef aan het einde van het gesprek mijn top 3 talenten en leg uit wat ze betekenen in het Nederlands."



AI HANDBOEK

V O O R J O U W L O O P B A A N

Wat betekenen jouw talenten? Super! Je hebt nu een globaal beeld van je top 3 talenten. Maar wat betekenen ze precies? Gelukkig kan ChatGPT ook dat uitleggen! Gebruik deze prompt: "Wat betekent het talent [jouw talent]?" Bijvoorbeeld: Wat betekent het talent 'Strategisch denken' en hoe kan ik dit inzetten?

De talenten uit de Gallup Clifton Strengths-test zijn onderverdeeld in vier categorieën:

- Realiseren – talenten die helpen om dingen voor elkaar te krijgen.
- Beïnvloeden – talenten waarmee je impact maakt op anderen.
- Relaties bouwen – talenten die samenwerking en verbinding versterken.
- Strategisch denken – talenten die je helpen patronen en mogelijkheden te zien.

ChatGPT zal jou precies uitleggen in welke categorie jouw talenten vallen en hoe je ze kunt gebruiken.



AI HANDBOEK

V O O R J O U W L O O P B A A N

Jouw talenten in actie Nu je weet wat jouw talenten zijn, is het tijd om ze in de praktijk te brengen. Stel jezelf deze vragen:

- Terugblik: Wanneer heb je jouw talent(en) succesvol ingezet? Wat leverde dit op? Nu:
- Hoe kun je jouw talent(en) in je huidige werk of dagelijks leven verder ontwikkelen? Noem twee concrete acties.

Wil je nog meer inzichten? Stel dan aanvullende vragen aan ChatGPT, zoals:

- Hoe kan ik deze talenten benutten in mijn werk? Wat zijn
- mogelijke valkuilen bij mijn talenten? Hoe kunnen mijn talenten
- bijdragen aan teamwerk en samenwerking?

Top, je hebt een waardevolle eerste stap gezet in het ontdekken en benutten van jouw talenten!



AI HANDBOEK

VOOR JOUW LOOPBAAN

2. Jouw passie

Passie is een sterke, aanhoudende interesse of toewijding aan een bepaald onderwerp, activiteit of vakgebied. Het is wat je motiveert en energie geeft, zelfs zonder externe beloningen.

Hoe merk je dat je iets met passie doet?

- Je verliest de tijd uit het oog wanneer je ermee bezig bent.
- Je voelt intrinsieke motivatie en enthousiasme.
- Je wilt constant leren en groeien in dat gebied.
- Je voelt voldoening en energie in plaats van uitputting.

Hoe kom je erachter wat jouw passie is?

1. Reflecteer op je interesses: Waar praat je graag over? Hoe besteed je jouw vrije tijd het liefst?
2. Probeer nieuwe dingen uit: Doe vrijwilligerswerk, neem hobby's of volg cursussen.
3. Gebruik AI: vraag suggesties voor carrières die passen bij jouw vaardigheden en interesses.
4. Vraag feedback: Anderen kunnen ook zien waar jij in uitblinkt en wat je energie geeft.

Voorbeeldprompts:

- "Welke carrières passen bij mijn interesses in [onderwerp] en mijn sterke punten in [vaardigheden]?"
- "Welke activiteiten heb ik in het verleden gedaan die mij het meeste energie gaven?"
- "Welke overlap zie je tussen mijn hobby's en mogelijke carrièrepaden?"
- "Wat zijn minder voor de hand liggende loopbaanopties op basis van mijn passie voor [onderwerp]?"
- "Welke vaardigheden kan ik ontwikkelen om van mijn passie een carrière te maken?"

Ga in gesprek met ChatGPT, geef antwoorden op de vervolgvragen en probeer echt tot jouw passies te komen.



AI HANDBOEK

VOOR JOUW LOOPBAAN

3. Waarden

Waarden vormen de basis van je keuzes en motivatie in je werk. Als je werk aansluit bij jouw persoonlijke waarden, ervaar je meer voldoening, motivatie en werkplezier. Wanneer je werkt in een omgeving die niet past bij jouw waarden, kan dit leiden tot stress en ontevredenheid.

Hoe ontdek je jouw werkwaarden?

1. Reflecteer op je ervaringen: Wanneer voelde je je het meest tevreden in je werk? Wat maakte die momenten zo speciaal?
2. Maak een waardenlijst: Schrijf minimaal 10 waarden op die voor jou belangrijk zijn in je werk (zoals autonomie, samenwerking, innovatie, stabiliteit, impact, etc.).
3. Prioriteer je waarden: Kies uit je lijst de vijf belangrijkste waarden en rangschik deze op volgorde van belang.
4. Vergelijk met je huidige of vorige werk: Welke van deze waarden kwamen in jouw eerdere banen of huidige functie naar voren? Welke ontbraken?
5. Gebruik AI voor inzichten: Vraag AI om carrièremogelijkheden die passen bij jouw kernwaarden.

Voorbeeldprompts:

- "Geef mij een overzicht van de 30 belangrijkste werkwaarden."
- "Welke carrières passen bij mijn belangrijkste waarden: [waarde 1], [waarde 2] en [waarde 3]?"
- "Hoe kan ik mijn werk aanpassen zodat het beter aansluit bij mijn waarden?"
- "Welke bedrijven staan bekend om hun focus op [specifieke waarde]?"
- "Wat zijn voorbeelden van beroepen waarin [waarde] centraal staat?"

Door je waarden helder te hebben, kun je beter keuzes maken die leiden tot werk dat écht bij je past en je energie geeft.



AI HANDBOEK

VOOR JOUW LOOPBAAN

4. Werkomgeving

De juiste werkomgeving draagt bij aan je werkplezier, productiviteit en welzijn. Factoren zoals bedrijfscultuur, teamdynamiek, fysieke of hybride werkvormen en doorgroeimogelijkheden kunnen een groot verschil maken in hoe je je voelt op je werk.

Hoe ontdek je jouw ideale werkomgeving?

1. Reflecteer op eerdere ervaringen: Wanneer voelde je je het meest comfortabel en effectief op je werk? Was dat in een groot bedrijf, een startup of juist als zelfstandige? Of anders?
2. Identificeer je voorkeuren: Werk je graag in een dynamische omgeving of heb je liever structuur en routine? Geef je de voorkeur aan formele of informele communicatie?
3. Werkritme en flexibiliteit: Heb je behoefte aan vaste werkuren of flexibiliteit, zoals hybride werken? Hoe belangrijk is een goede werk-privébalans voor jou? En hoe zit dat eruit?
4. Beantwoord de volgende vragen:
 - In welke sector of branche voel jij je het meest op je gemak?
 - Wil je werken in een klein, middelgroot of groot bedrijf?
 - Wat voor type collega's en leidinggevenden passen bij jou?
 - Welke mate van autonomie heb je nodig om goed te functioneren?
 - Hoe belangrijk is doorgroeien en ontwikkeling voor jou?
 - Past een hiërarchische of platte organisatie beter bij jou?
 - Werk je graag in een vooruitstrevende omgeving of zoek je stabiliteit?
 - Geef je de voorkeur aan individueel werken of hecht je waarde aan teamwork?
5. Vergelijk je antwoorden met je huidige werkomgeving: Welke elementen komen overeen en welke ontbreken?
6. Gebruik AI voor inzichten: Vraag AI om suggesties voor bedrijven of functies die passen bij jouw werkomgevingsvoorkeuren.



AI HANDBOEK

VOOR JOUW LOOPBAAN

Voorbeeldprompts:

- "Welke bedrijfsculturen passen het beste bij mijn voorkeuren voor autonomie en samenwerking?"
- "Wat zijn voorbeelden van organisaties waar innovatie en creativiteit centraal staan?"
- "Welke sectoren bieden de meeste mogelijkheden voor remote werken en flexibiliteit?"
- "Hoe kan ik mijn werkomgeving aanpassen om beter aan te sluiten bij mijn behoeften?"
- "Welke bedrijven staan bekend om een sterke focus op persoonlijke ontwikkeling en doorgroeimogelijkheden?"
- "Wat zijn kenmerken van een gezonde werkcultuur en hoe herken ik deze in vacatures?"

Door je ideale werkomgeving helder te krijgen, kun je gericht zoeken naar functies en bedrijven die bij je passen en die je werkgeluk bevorderen.



AI HANDBOEK

VOOR JOUW LOOPBAAN

5. Vacatures

Het vinden van de juiste vacature kan een uitdaging zijn. Maar niet met de juiste strategie en tools!

Waar vind je vacatures?

1. Vacaturesites: Websites zoals Indeed, LinkedIn Jobs, Nationale Vacaturebank en Monsterboard bieden een breed scala aan vacatures.
2. Bedrijfspagina's: Veel bedrijven plaatsen vacatures op hun eigen website. Het is waardevol om bedrijven die je aanspreken direct te volgen.
3. Netwerken: Een groot percentage van de vacatures wordt nooit online gepubliceerd. Maak gebruik van LinkedIn en professionele netwerken om in contact te komen met recruiters en bedrijven.
4. Sociale media: Volg bedrijven op LinkedIn, Twitter en Facebook om updates over nieuwe vacatures te krijgen.
5. Uitzend- en recruitmentbureaus: Gespecialiseerde bureaus kunnen je helpen bij het vinden van vacatures die bij jouw vaardigheden passen.
6. AI-gestuurde vacaturetools: Gebruik AI-tools zoals ChatGPT om vacatures te vinden op basis van jouw cv en voorkeuren.

Vacatures analyseren, stap voor stap

Niet elke vacature is direct een perfecte match. Door AI te gebruiken kun je vacatureteksten efficiënter analyseren en bepalen welke functie het beste bij jou past.

1. Doel van de functie: Wat is het doel van de functie en het bedrijf?
2. Rol & functie: Wat is de functietitel en wat voor type persoon zoekt het bedrijf?
3. Waarden & cultuur: Wat is de bedrijfscultuur en hoe wordt er samengewerkt?
4. Vaardigheden & kwaliteiten: Welke opleiding, ervaring en eigenschappen zoekt het bedrijf?
5. Taken & werkzaamheden: Wat ga je in deze functie precies doen?
6. Omgeving & voorwaarden: Hoe groot is het bedrijf? Wat zijn de werktijden, locatie en het salaris?

AI HANDBOEK

VOOR JOUW LOOPBAAN

Gebruik AI om vacatures te beoordelen

- Zoekstrategie optimaliseren: gerichte zoekwoorden en suggesties voor de beste vacaturesites.
- Vacature-analyse: scannen van een vacature en de belangrijkste elementen samenvatten.
- Match-score: Laat AI beoordelen hoe goed jouw cv en vaardigheden aansluiten op een vacature.
- Informatie aanvullen: vindt belangrijke details die in de vacature ontbreken en stel gerichte vragen aan de recruiter.

Voorbeeldprompts:

- "Welke vacatures passen bij mijn ervaring in [branche] en mijn vaardigheden in [vaardigheden]?"
- "Welke alternatieve functietitels kan ik gebruiken om vergelijkbare vacatures te vinden?"
- "Welke bedrijven in [sector] hebben momenteel openstaande functies die aansluiten bij mijn profiel?"
- "Vergelijk deze vacature met mijn cv (uploaden of link naar LinkedIn) en beoordeel hoe goed ik aansluit."
- "Analyseer deze vacature en geef me een overzicht van de belangrijkste functie-eisen en taken."
- "Welke zoekwoorden kan ik gebruiken om betere resultaten te krijgen op vacaturesites?"
- "Welke netwerktips kan ik toepassen om verborgen vacatures te vinden in [branche]?"
- "Welke vragen kan ik stellen aan de recruiter om ontbrekende informatie over deze vacature te verkrijgen?"

Door AI slim te gebruiken in het zoeken en analyseren van vacatures, kun je gericht solliciteren en de kans op een succesvolle match vergroten.



AI HANDBOEK

VOOR JOUW LOOPBAAN

6. CV

Een goed cv is essentieel bij het solliciteren. AI kan je helpen bij het ontwerpen, structureren en optimaliseren van je cv, zodat het opvalt bij werkgevers en ATS-systemen (Applicant Tracking Systems).

Populaire Nederlandse AI-tools hiervoor:

1. Canva: Gebruiksvriendelijke tool met cv-sjablonen en ontwerpmogelijkheden.
2. CVster: helpt bij het maken en optimaliseren van een cv met professioneel design, tegen een kleine vergoeding.

Hoe AI je helpt bij het maken van een cv

- Automatische opmaak: met het kiezen van een professioneel en visueel aantrekkelijk design.
- Suggesties voor inhoud: bij het genereren van sterke bullet points op basis van je vaardigheden en werkervaring.

Voorbeeldprompts:

- "Maak een professioneel cv voor een functie als [functie] met de nadruk op mijn ervaring in [branche]." *(Voeg direct de link toe naar de betreffende vacature en geef een overzicht van jouw werkervaring.)*
- "Hoe kan ik mijn cv optimaliseren zodat het beter aansluit op vacatures in [branche]?"
- "Welke trefwoorden moet ik opnemen in mijn cv om beter door ATS-systemen herkend te worden?"

Probeer uit en geef instructies om het aan te passen. Net zo lang tot het bij jou past en je tevreden bent. Gebruik ChatGPT vooral voor de goede teksten en Canva of CVster voor de mooie opmaak. Je kunt ook binnen ChatGPT de GPT CV Writer-de CV Expert zoeken. Deze feedback vind ik tot nu toe het beste als het gaat over CV's.



AI HANDBOEK

VOOR JOUW LOOPBAAN

7. Sollicitatiebrief

Een sollicitatiebrief is je kans om jezelf op een persoonlijke en overtuigende manier te presenteren. Het maken ervan is niet altijd makkelijk, dus laat AI je op weg helpen.

Hoe AI je helpt bij het schrijven van een sollicitatiebrief

- Structuur en opbouw: bij het opstellen van een overzichtelijke en pakkende sollicitatiebrief.
- Taal en toon aanpassen: suggesties om je brief formeler of juist informeler te maken, afhankelijk van het bedrijf.
- Personaliseren: bij het aanpassen van je brief aan de specifieke vacature en organisatie.
- Controle en optimalisatie: bij het verbeteren van spelling, grammatica en zinsopbouw.

Populaire Nederlandse AI-tools voor sollicitatiebrieven

1. Canva – Voor het maken van visueel aantrekkelijke brieven.
2. CVster – Voor het opstellen en optimaliseren van een sterke sollicitatiebrief, tegen een kleine vergoeding.

Voorbeeldprompts:

- "Schrijf een overtuigende sollicitatiebrief voor een functie als [functie] bij [bedrijf]." *(of kopieer direct de link naar de vacature zelf & deel je LinkedInprofiel en geef de instructie dit mee te nemen in de brief)*
- "Hoe kan ik mijn sollicitatiebrief laten aansluiten op de kernwaarden van [bedrijf]?"
- "Welke sterke openingszin kan ik gebruiken voor mijn sollicitatiebrief?"
- "Hoe maak ik mijn motivatie concreet en onderscheidend in mijn sollicitatiebrief?"

Probeer uit en geef instructies om het aan te passen. Net zo lang tot het bij jou past en je tevreden bent

AI HANDBOEK

V O O R J O U W L O O P B A A N

8. LinkedIn

LinkedIn is het platform om jezelf te presenteren aan werkgevers en recruiters. AI kan je helpen bij het optimaliseren van je profiel, het schrijven van posts en het uitbreiden van je netwerk.

Hoe AI je kan helpen bij LinkedIn

- Profieloptimalisatie: bij het schrijven van een samenvatting en het aanscherpen van je functiebeschrijvingen.
- Netwerken: suggesties voor waardevolle connecties en berichten voor netwerkverzoeken.
- Contentcreatie: bedenken en formuleren van LinkedInposts om jezelf als expert te positioneren.

Praktische stappen voor een sterk LinkedInprofiel

1. Schrijf een krachtige samenvatting: Beschrijf wie je bent, waar je voor staat en wat je te bieden hebt.
2. Optimaliseer je werkervaring: Gebruik actiegerichte taal en concrete resultaten.
3. Gebruik de juiste zoekwoorden: Zorg ervoor dat recruiters je profiel kunnen vinden op basis van relevante trefwoorden.
4. Wees actief: Reageer op berichten, deel inzichten en bouw aan je netwerk.

Vraag AI om feedback op je profiel en suggesties voor verbeteringen.





Loopbaancoach · Vertrouwenspersoon · HR adviseur

AI HANDBOEK

V O O R J O U W L O O P B A A N

Voorbeeldprompts:

- "Schrijf een sterke LinkedInsamenvatting voor mijn functie als [functie] in de [branche]."
- "Welke zoekwoorden kan ik toevoegen aan mijn LinkedInprofiel om beter gevonden te worden door recruiters?"
- "Geef me ideeën voor LinkedInposts om mijn expertise in [vakgebied] te tonen."
- "Hoe kan ik een effectief netwerkbericht schrijven om in contact te komen met mensen in [branche]?"

Met een geoptimaliseerd LinkedInprofiel en een actieve aanwezigheid vergroot je je zichtbaarheid en kansen.



AI HANDBOEK

V O O R J O U W L O O P B A A N

9. Sollicitatiegesprek

Een sollicitatiegesprek is dé kans om jezelf te presenteren en je toekomstige werkgever te overtuigen van je kwaliteiten. AI kan je helpen met de voorbereiding, het oefenen van veelgestelde vragen en het versterken van je antwoorden.

Hoe AI je kan helpen bij sollicitatiegesprekken

- Voorbereiden op veelgestelde vragen: van voorbeeldantwoorden tot het structureren van je antwoorden.
- Oefenen met een gesimuleerd gesprek: oefen met AI in de rol van interviewer
- Analyseren van vacatureteksten: haal de kernpunten uit de vacature en stem je antwoorden hierop af.
- Non-verbale communicatie verbeteren: AI-tools met videoanalyse kunnen je helpen om lichaamstaal en stemgebruik te optimaliseren.

Praktische stappen om een sollicitatiegesprek voor te bereiden

1. Onderzoek het bedrijf en de functie: Gebruik AI om de missie, visie en recente ontwikkelingen van het bedrijf te analyseren.
2. Oefen veelvoorkomende vragen: Denk aan vragen zoals “Vertel eens iets over jezelf” en “Wat zijn je sterke en zwakke punten?”
3. Gebruik de STAR-methode: Structuur je antwoorden met Situatie, Taak, Actie en Resultaat.
4. Bereid vragen voor de werkgever voor: Goede vragen tonen je interesse en voorbereiding. PLUS jij wilt ook weten of dit de werkgever is die past bij jou! Wat wil je hiervoor weten?
5. Oefen met AI: Laat AI een rollenspel doen als interviewer om je antwoorden te verfijnen.



AI HANDBOEK

V O O R J O U W L O O P B A A N

Voorbeeldprompts:

- "Welke veelgestelde vragen kan ik verwachten in een sollicitatiegesprek voor [functie]?"
- "Help me een krachtig antwoord te formuleren op de vraag: Wat zijn je sterke en zwakke punten?"
- "Welke vragen kan ik stellen aan een werkgever om te laten zien dat ik goed voorbereid ben?"
- "Speel een sollicitatiegesprek na voor een functie als [functie] bij [bedrijf]." Dit werkt het allerbeste met de spraakfunctie. Net een echt gesprek ;)

Door AI slim in te zetten, kun je je sollicitatiegesprek met meer zelfvertrouwen en overtuigingskracht voeren, waardoor je je kansen op succes vergroot.

Laat je verrassen en inspireren door het oefengesprek met ChatGPT. Die raad ik echt van harte aan!



AI HANDBOEK

V O O R J O U W L O O P B A A N

10. Onderhandeling

Salarisonderhandelingen kunnen spannend zijn, maar een goede voorbereiding vergroot je kansen op succes. AI kan je helpen bij het onderzoeken van gangbare salarissen, het formuleren van overtuigende argumenten en het oefenen van gesprekken.

Hoe werkt salarisonderhandeling bij bedrijven?

- Interne salarisstructuren: Bedrijven hanteren vaak salarisschalen en beoordelingssystemen om lonen vast te stellen. Factoren zoals ervaring, vaardigheden en locatie spelen een rol.
- Benchmarking: Werkgevers baseren salarissen op marktgegevens, concurrentie en de financiële situatie van het bedrijf.
- Secundaire arbeidsvoorwaarden: Naast salaris zijn vaak zaken als bonussen en opleidingsbudgetten onderhandelbaar.

Hoe kun je salarisonderzoek doen?

1. Gebruik online salarisdatabases: Websites zoals Glassdoor, Payscale en Loonwijzer geven inzicht in wat gangbaar is voor jouw functie en branche.
2. Netwerken: Vraag binnen je netwerk naar gangbare salarissen en arbeidsvoorwaarden.
3. Vacatureanalyses: Sommige vacatures vermelden salarisindicaties die je een richtlijn geven.
4. AI-tools: Gebruik AI om trends en salarisbereiken te analyseren op basis van functietitels.

Hoe AI je kan helpen:

- Salarisbenchmarking: verzamel informatie over salarissen in jouw sector.
 - Onderhandelingsoefeningen: oefen verschillende scenario's en mogelijke tegenargumenten.
 - Tactieken en strategieën: tips voor effectieve communicatie en het overtuigend brengen van je argumenten.
- 

AI HANDBOEK

V O O R J O U W L O O P B A A N

De 10 meest gemaakte Do's en Don'ts bij Salarisonderhandelingen

Do's:

1. Bereid je goed voor: Verzamel data over salarissen en secundaire arbeidsvoorwaarden voordat je in gesprek gaat.
2. Wees zelfverzekerd: Geloof in je eigen waarde en communiceer dit met overtuiging.
3. Oefen je gesprek: Train verschillende scenario's met AI of een sparringpartner.
4. Begin met een iets hoger bedrag: Dit geeft ruimte voor onderhandeling zonder dat je onder je gewenste salaris belandt.
5. Benadruk je prestaties en toegevoegde waarde: Geef concrete voorbeelden van je bijdragen aan vorige werkgevers.
6. Houd rekening met de bedrijfscultuur: Pas je onderhandelingstechniek aan op de organisatie waar je solliciteert.
7. Vraag niet alleen om salaris: Onderhandel ook over secundaire voorwaarden zoals verlof, bonussen of flexibele werktijden.
8. Luister actief: Wees bereid om te luisteren naar de argumenten van de werkgever en hierop in te spelen.
9. Toon dankbaarheid: Bedank de werkgever altijd voor het aanbod, ook als je besluit verder te onderhandelen.
10. Zorg dat je het schriftelijk vastlegt: Vraag een bevestiging van het overeengekomen salaris en arbeidsvoorwaarden per e-mail of contract.



AI HANDBOEK

VOOR JOUW LOOPBAAN

Don'ts:

1. Onvoorbereid het gesprek ingaan: Zonder kennis van de marktwaarde sta je zwakker in de onderhandeling.
2. Direct het eerste aanbod accepteren: Er is vaak ruimte voor verbetering, dus vraag om tijd om na te denken.
3. Je onderhandelingspositie onderschatten: Zelfs als je denkt dat je weinig onderhandelingsruimte hebt, kun je vaak nog over secundaire voorwaarden praten.
4. Te veel focussen op salaris: Een goed pakket omvat meer dan alleen geld, zoals doorgroeimogelijkheden en werkomstandigheden.
5. Emotioneel worden: Blijf professioneel en zakelijk, zelfs als het gesprek niet loopt zoals je wilt.
6. Vragen om een absurd hoog bedrag: Dit kan onrealistisch overkomen en je kansen op een deal verkleinen.
7. Negatieve uitspraken doen over vorige werkgevers: Dit kan een slechte indruk maken op je potentiële werkgever.
8. Te veel praten en te weinig luisteren: Onderhandelen is een dialoog, dus laat de werkgever ook zijn standpunt toelichten.
9. Ultimatums stellen: "Als ik dit niet krijg, dan neem ik de baan niet" kan averechts werken.
10. Vergeten te onderhandelen: Veel mensen accepteren het eerste aanbod zonder zelfs maar een poging te wagen om te verbeteren.

Met deze do's en don'ts vergroot je de kans op een succesvolle onderhandeling en zorg je ervoor dat je het maximale uit je salarisonderhandeling haalt.

Voorbeeldprompts:

- "Wat is het gemiddelde salaris voor een [functie] in [locatie] en welke argumenten kan ik gebruiken om een hoger salaris te onderhandelen?"
- "Schrijf een script voor een salarisonderhandeling waarin ik mijn ervaring en prestaties benadruk en onderbouw waarom ik een hoger salaris verdien."
- "Hoe reageer ik professioneel als een werkgever mijn salarisverzoek afwijst?"
- "Geef me een voorbeeld van een sterk openingsstatement voor een salarisonderhandeling."

AI HANDBOEK

VOOR JOUW LOOPBAAN

Dit handboek heeft je laten zien hoe je AI kunt inzetten om je loopbaan te verbeteren.

Van het ontdekken van je passie en het vinden van vacatures tot het optimaliseren van je cv, LinkedIn-profiel en het voorbereiden op sollicitatiegesprekken. Door AI slim in te zetten, kun je sneller en effectiever stappen zetten in je carrière.

Jouw volgende stappen:

1. Experimenteer met AI: Gebruik de prompts in dit handboek en ontdek hoe AI jou kan ondersteunen.
2. Pas je cv en LinkedIn-profiel aan: Optimaliseer je online aanwezigheid en vergroot je zichtbaarheid.
3. Bereid je sollicitaties goed voor: Gebruik AI om je sollicitatiebrieven en gesprekken te verbeteren.
4. Blijf leren en groeien: AI en de arbeidsmarkt veranderen continu. Blijf jezelf ontwikkelen en benut nieuwe kansen.

 Nu aan de slag! Zet vandaag nog je eerste stap en laat AI je helpen bij het bouwen van een succesvolle en bevredigende carrière!

Veel succes! 

Laat mij gerust weten als je mijn hulp kunt gebruiken.

Groet,
Nadia

