

# Oefening 1: Jouw interesse kwadrant

Deze oefening is gebaseerd op het boek 'What Color is Your Parachute?' (Bolles, 2019). De oefening is ervoor bedoeld om te ontdekken welke onderwerpen jou interesseren. Ook brengt het in kaart waar je al veel expertise in hebt.

**Het resultaat van deze oefening:** het geeft jou een indicatie welke type sectoren en/of vakgebieden bij jou zouden passen op basis van je interesses.

We gaan van start!

## Wat heb je geleerd in je vorige banen?

Schrijf op wat je in je vorige banen aan kennis hebt opgedaan. Beperk jezelf niet door te denken dat je over het onderwerp nog niet zoveel weet. Dat is nu nog niet relevant.

Voorbeelden: *boekhouden, werken in een magazijn, logistieke automatiseringssoftware, hoe je leiding moet geven, in het openbaar spreken, culturen van andere landen, recruitment, etc.*

## Welke interesses, hobby's en kennis heb jij, uit fascinatie, opgedaan naast je werk?

Cursussen die je hebt gedaan, type boeken/artikelen die je graag leest, hobby's die je graag beoefent, andere dingen die je graag in je vrije tijd doet of leert.

Voorbeelden: *koken, tuinieren, interieurontwerp, naaien, schilderen, reizen, online marketingcursus etc. (noem hier minimaal vijf dingen).*

## Welke werkvelden, sectoren, industrieën spreken jou aan?

Zet een kruisje naast de sector die jou intuïtief aanspreekt. Kies er maximaal zeven uit.

Agrarisch & milieu		Fashion & styling		Media en journalistiek	
Architectuur & design		Fast Moving Consumer Goods		Non-profit	
Automotive		Financiën		Onderwijs	
Banken		Gezondheidszorg & farmacie		Onderzoek	
Betting & gaming		Handel, groothandel, detailhandel		Politiek	
Beveiliging & politie		Horeca		Reizen & recreatie	
Bouw		ICT		Techniek	
Chemie, olie, energie		Juridische dienstverlening		Transport & logistiek	
Defensie		Kunst, cultuur & entertainment		Vastgoed & makelaardij	
Dieren en verzorging		levenswetenschappen		Voeding & beweging	
Erotiek		Luchtvaart & zeevaart		Werving & selectie	
Facilitaire dienstverlening		Marketing & communicatie		Zakelijke dienstverlening	

## Plot al jouw interesses die je net hebt aangekruist in het kwadrant hieronder

Voor veel mensen is het lastig om te bepalen of ze ergens veel of weinig expertise in hebben. Wees niet te streng voor jezelf en ook niet te bescheiden. Als je twijfelt, zet het dan in het bakje 'veel expertise'.

Enthousiasme	Onderwerpen waar je <b>weinig</b> enthousiasme maar <b>veel</b> expertise in hebt	Onderwerpen waar je <b>veel</b> enthousiasme en <b>veel</b> expertise in hebt
	Onderwerpen waar je <b>weinig</b> enthousiasme en <b>weinig</b> expertise in hebt	Onderwerpen waar je <b>veel</b> enthousiasme maar <b>weinig</b> expertise in hebt

Expertise

Wat valt jou op aan je interessekwadrant? Geeft het je bepaalde inzichten?

## Maak een top 3 van de onderwerpen in het bakje 'veel enthousiasme, veel expertise'

Dit zijn onderwerpen waar jij een goede kans mee maakt op de arbeidsmarkt en bovendien liggen daar jouw interesses. Schrijf deze onderwerpen op in jouw Persoonlijke Carrière Canvas onder het kopje 'Mijn interesses'. Benoem ook twee onderwerpen die je bij 'veel enthousiasme maar weinige expertise' hebt genoteerd. Deze zijn ook de moeite om te onderzoeken. Noteer ook deze onderwerpen voor jezelf op je Persoonlijke Carrière Canvas.

