

# En nu? De eerste stap als je bent vastgelopen in je werk

Voor IT & Business professionals die merken dat hun loopbaan hen is overkomen



Petra Heesink

Strategisch Loopbaancoach — IT & Business Professionals  
[mindbodyflowcoaching.nl](http://mindbodyflowcoaching.nl)

## **Je hebt het goed voor elkaar.**

Goede baan. Goed salaris. Gezin, een hond of kat en genoeg vakantiedagen om even bij te tanken. Van de buitenkant klopt het plaatje.

Maar ergens op de weg hiernaartoe is er iets blijven liggen.

Want als je eerlijk bent — niet tegen anderen, maar gewoon tegen jezelf, even, in de auto op weg naar werk — dan weet je het al. Het klopt niet meer helemaal. Het geeft je niks meer. Je bent vooral bezig met volhouden en aanpassen. En die gedachte die steeds vaker opkomt en die je steeds moeilijker wegduwt:

*Is dit het nou? Blijf ik dit doen tot mijn pensioen?*

Je stelt je niet aan. Je bent niet ondankbaar. En je hoeft dit niet eerst groter te laten worden voordat je er iets mee mag doen.

Deze guide helpt je benoemen wat er speelt. Niet met grote theorieën of een lijst met droombanen. Maar met vijf herkenbare signalen — in jouw eigen woorden — die laten zien waar je nu staat.

Omdat benoemen het begin is van bewegen.

*Petra*

## Hoe gebruik je deze guide?

Lees de vijf signalen door en beantwoord de reflectievraag die erbij staat.

Hoe eerlijker je durft te zijn, hoe waardevoller de uitkomst voor je zal zijn.  
Je doet dit voor jezelf, niet voor een ander.

Er zijn dus ook geen goede of foute antwoorden. Alleen jouw antwoorden.





"Het is niet dat je  
niet weet wat je  
wilt.

Je bent alleen  
vergeten dat jouw  
loopbaan van jou  
mag zijn."

-Petra-











Als je jezelf herkent in een of meer van deze signalen — dan weet je het eigenlijk al.

Niet omdat je ondankbaar/ontevreden bent met wat je nu hebt. Maar omdat je te lang hebt gedaan wat logisch was, wat veilig voelde en wat van je verwacht werd. En omdat je ergens onderweg bent vergeten dat jouw loopbaan van jou mag zijn.

Je hoeft dit niet groter te laten worden en je hoeft niet te wachten tot het echt niet meer gaat. Je mag dit nu al serieus nemen.

De eerste stap is simpel: een gesprek. Niet met je manager, je partner of je vriendin — want die hebben allemaal een mening, een belang of een verwachting. Maar met iemand die alleen maar luistert, de juiste vragen stelt en geen stake heeft in de uitkomst. Gewoon zeggen wat er speelt. Dat is al genoeg om te beginnen.

**[\[Reserveer hier jouw gratis Loopbaanstrategie gesprek - 45 minuten, online, vrijblijvend\]](#)**

## Over Petra

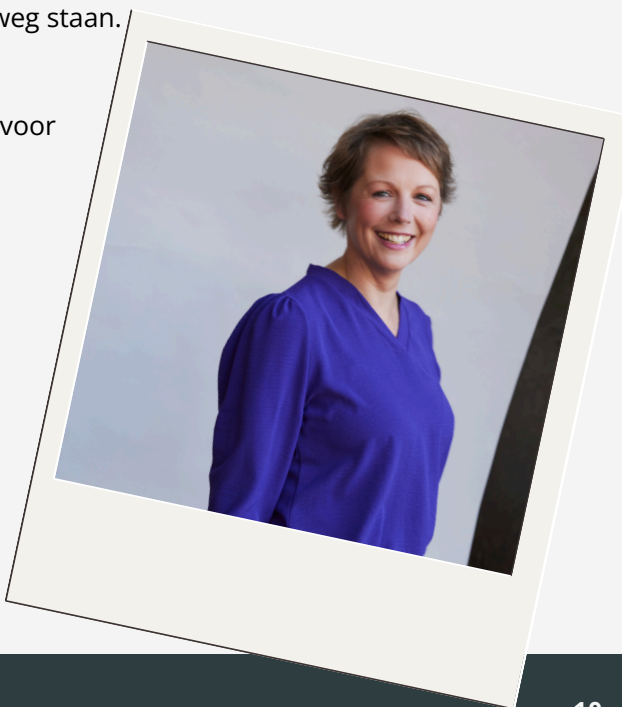
Ik weet hoe het voelt om in een loopbaan te zitten die ooit logisch was — en op een dag te beseffen dat je hem nooit echt zelf hebt gekozen.

Ik heb ruim 15 jaar in de IT gewerkt. Niet omdat ik het zo had gepland, maar omdat het zo was gegroeid. Elke keer als het gevoel van "is dit het nou?" bovenkwam, veranderde ik van werkgever. Probleem opgelost — dacht ik.

Tot mijn functie werd opgeheven en iemand me vroeg: "Wat wil jij eigenlijk met de rest van je carrière?" Dat was de vraag die ik jarenlang had ontweken.

Sindsdien begeleid ik IT & Business professionals die merken dat hun loopbaan hen is overkomen — en die hun werk weer willen ervaren als een bewuste keuze. Niet met droombanenlijstjes of persoonlijkheidstests, maar door te werken aan eigenaarschap, positionering en de interne blokkades die keuzes in de weg staan.

Petra Heesink —  
Strategisch Loopbaancoach voor  
IT & Business Professionals





Klaar voor de volgende stap?

PLAN **HIER** JOUW GRATIS LOOPBAANSTRATEGIE GESPREK  
**MINDBODYFLOWCOACHING.NL**

 **LINKEDIN.COM/IN/PETRAHEESINK**  
SOEST, UTRECHT

© PETRA HEESINK — MIND BODY FLOW COACHING