



LESBRIEF 5

Leerlingen

LES 5 - UIT HET OOG IS UIT HET HART

Blijf in beeld en laat af en toe wat van je horen

Netwerken kun je leren

Vanaf je geboorte hoor je bij anderen, jouw 'sociaal netwerk'. Dat netwerk groeit vanzelf omdat je steeds nieuwe mensen leert kennen met wie je contact houdt. 'Netwerken' doet iedereen van nature. Dat begint met nieuwsgierigheid en interesse in de ander en met willen geven en delen.

Je kent elkaar en daarom sta je ervoor open om aan de mensen die je kent hulp te vragen en te geven. Dat de mensen die je kent voor je klaar staan, dát maakt je netwerk waardevol. Waarom? Omdat de mensen die om je heen staan voor een heel groot deel bepalen welke dingen jij op welke manier in je leven bereikt.

Ze hebben ook invloed op wat jij later wordt. Wie zou jij moeten en willen (leren) kennen om een goede keuze te maken voor een opleiding, beroep en loopbaan? Weten wie je kent is daarom net zo belangrijk als weten wat je talenten zijn en wat je in je leven wilt bereiken. Wie jij kent en wie jou kent, het juiste netwerk hebben, is dus belangrijk om je doelen in het leven te bereiken. Je bent wie je kent.

Maar wat is het juiste netwerk? Dat hangt ervan af wat je wilt bereiken, van je wensen en doelen. Als je weet wat je wilt, dan kun je ervoor zorgen dat je de juiste mensen kent die je verder kunnen helpen. Je leert in deze lesbrieven hoe je dat aanpakt en krijgt inzicht in de vijf vragen die je moet beantwoorden om gericht te kunnen netwerken voor de loopbaan die je wenst:

- Wat wil ik? Weet waarom je iets wilt.
- Wat kan ik? Weet wat je kunt.
- Waar kan ik dat doen? Weet waar je dat via je netwerk vindt.
- Hoe kan ik dat doen? Weet hoe je dat doet.
- Wie kan mij daarbij helpen? Weet wie je daarbij in jouw netwerk kan helpen.

De antwoorden op deze vragen kunnen je dus enorm helpen om mensen te leren kennen die je bij al die andere vragen op weg kunnen helpen. Je kunt je netwerk dus 'zomaar' laten groeien met de mensen die je toevallig tegenkomt. Maar je kunt het toeval ook een beetje helpen en ervoor zorgen dat je de juiste mensen tegenkomt en leert kennen. En zij jou. Want jij bent ook waardevol voor anderen. Ook jij kunt hulp aan anderen geven of mensen in contact brengen met de interessante mensen die jij kent.

Netwerken is het elkaar helpen als de ander dat nodig heeft en erom vraagt. Waarom? Omdat je elkaar kent en dus wat voor elkaar over hebt. Netwerken doe je altijd samen. Hoe je dat allemaal uitzoekt en aanpakt, dat leer je in deze lesbrieven. Netwerken kun je leren. Zorg dat ook jij er handig in wordt. Je hebt er heel je leven lang plezier van.

De regels van relatieonderhoud

Bij elke relatie die je hebt of begint, doorloop je aldoor de kringloop van het netwerken, de 3 B's: Bouwen, Bevestigen en Benutten. Die kringloop herhaalt zich steeds. Als je nieuwe mensen ontmoet kun je kiezen om te bouwen aan een relatie waar je in de toekomst een beroep op kunt doen. Om te zorgen dat de mensen om je heen iets voor je kunnen doen moet je van je laten horen, bevestigen dat er een relatie tussen jullie is. En je kunt jouw relaties om hulp vragen (benutten).

Nu kan het lijken dat we in de lessen 4, 5, 6 en 7 met alle oefeningen de volgorde van de drie B's door elkaar halen. Dat is niet zo, de volgorde van alle oefeningen klopt. Juist omdat netwerken een kringloop is en we al een netwerk hebben vanaf onze geboorte, beginnen we nooit op 'nul'. Daarom beginnen we in les 4 met oefenen met het benutten van de relaties die je hebt. Daarna laten we je ervaren wat je kunt doen om relaties te houden. Verder besteden we aandacht aan het ontmoeten van nieuwe mensen. En in de laatste les nemen we je mee naar verschillende plekken waar je (on)bekenden ontmoet.

Mensen vergeten je als ze jou een tijdje niet hebben gezien of gesproken. Je verdwijnt uit hun gedachten als je niet regelmatig iets van je laat zien of horen. Er zijn immers altijd anderen die zij wél regelmatig zien en spreken en die krijgen dan meer aandacht. Laat je een tijdje niets van je horen, dan ben je niet meer één van de eerste personen aan wie anderen denken als ze iets leuks willen gaan doen.

Maar het gaat nog verder. De mensen die je vergeten, zullen je op den duur ook minder snel willen en kunnen helpen. Na een tijdje weten ze niet meer zo goed wie je bent, waar je mee bezig bent en wat voor vragen je hebt. Je wordt iemand die ze niet meer zo goed kennen en hebben daardoor ook minder zin om je te helpen. Mensen denken nu eenmaal minder graag mee met iemand die ze niet zo goed kennen. Sterker nog, iemand die je niet kent, vind je van nature vaak eerder 'stom' dan 'interessant'. Andersom is dat ook zo. Je helpt liever iemand die je heel goed kent dan iemand die je nog maar heel vaag kent. De oplossing? Doe je best om contacten te onderhouden. Dat is niet altijd even gemakkelijk.

Thuis, op school, op je werk, op straat, bij je hobby of sportclub, overal kom je vanzelf anderen tegen. Omdat je elkaar toch regelmatig ziet, kost het weinig moeite om die mensen te laten onthouden dat jij er ook nog bent. Ze spreken je en snappen waarmee je bezig bent en waar je naar zoekt. Je kunt ze daardoor gemakkelijk een vraag stellen.

Er zijn mensen die jij niet zo goed kent en die je niet zo vaak tegenkomt, maar waarvoor jij wel veel interesse hebt. Dat kan omdat zij ergens heel veel van weten, dat je ze bewondert of heel interessant vindt vanwege hun beroep of omdat je ze gewoon heel leuk vindt. Met die mensen moet je juist heel bewust contact onderhouden. Mensen die jouw interesse opwekken kunnen jou nu en in de toekomst mogelijk helpen. Daarom is het verstandig om meer aandacht te besteden aan het contact met juist die mensen.

Maar er is *nóg* een reden om goed contacten te onderhouden met de mensen die je minder vaak ziet. De mensen die je minder goed kent kunnen je namelijk soms veel beter helpen dan de mensen die je goed kent. Hoe beter twee mensen elkaar kennen, des te groter is de kans dat ze veel dezelfde mensen als jij kennen. Ze kennen dan ook veel dezelfde *soort* mensen: met dezelfde levensstijl, interesses en ideeën. Voor netwerken geldt dat hoe meer dezelfde mensen jij en iemand anders samen goed kennen, des te minder deze relatie je in contact kan brengen met nieuwe ideeën. Dat komt doordat je vaak hetzelfde als de ander hoort en leest. Daardoor ontdek je weinig nieuwe mogelijkheden of interesses bij jezelf.

Je wordt gemakkelijker iets wijzer van 'bekenden' die verder van je afstaan. Dat noemen we de 'kracht van zwakke relaties'. De mensen die je minder goed kent lijken vaak minder op je, hebben daarom andere, en daardoor, verfrissende ideeën en hebben een ander netwerk dan jij. Ze kennen dus juist andere mensen dan de mensen die jij kent. En die mensen weten en kunnen weer andere dingen dan jijzelf of de mensen die jij kent.

Kortom, mensen die minder op je lijken, jouw kennissen, kunnen je gemakkelijker op onverwachte ideeën brengen en kunnen je dus beter helpen. Bijvoorbeeld met jouw studie-, beroeps- en loopbaankeuzes. Maar... de mensen die je minder goed kent vraag je juist minder gemakkelijk zomaar om hulp.

Om mensen die je minder goed kent iets te mogen en kunnen vragen, moet je ervoor zorgen dat ze jou (een beetje) blijven kennen. Je moet daar meer je best voor doen dan bij je vrienden. Je moet dus bewust je relaties onderhouden met de mensen die niet zo veel op jou lijken. Het is waardevol om lijstjes te maken van mensen met wie je niet zo vaak contact hebt en deze mensen regelmatig iets van je te laten horen of zien. Je moet iets gaan doen.

Opdracht 5.1 – Wat doet iemand die netwerkt?

Denk eens aan iemand die jij een echte netwerker vindt. Iemand die gemakkelijk en veel contact legt én onderhoud. Wie in jouw omgeving is heel attent? Dat kan een bekend iemand zijn van radio of televisie, maar dat kan natuurlijk ook iemand zijn uit je eigen netwerk, iemand die jij kent.

Schrijf hieronder op aan wie je denkt en waarom je vindt dat hij een echte netwerker is. Denk vooral aan wat iemand doet.

Bijvoorbeeld omdat die persoon veel belt, kaartjes stuurt, met veel mensen praat of gemakkelijk nieuwe mensen leert kennen (en hoe dan?). Wat zie of hoor je deze mensen (veel) doen?



Ik vind een echte netwerker omdat hij:

.....

.....

.....

.....

Wat doe je zelf om met anderen in contact te blijven?

.....

.....

.....

.....

Iemand met wie je contact onderhoudt denkt eerder aan je

Het aantal mensen waarvan je wat belangrijke kenmerken kunt onthouden ligt rond de 150 personen, het zogenaamde Dunbar-getal. Van deze groep mensen weet je meer dan alleen hun naam. Je weet bijvoorbeeld iets over hun beroep, of ze kinderen hebben, van autorijden houden of juist niet of iets anders kenmerkends, zoals datgene wat ze belangrijk vinden of nastreven en wat hun standpunt is in een bepaalde kwestie. Deze groep netwerkleiden vormt een belangrijk stuk sociaal kapitaal. Met deze mensen kun je, omdat je hen wat beter kent, relaties makkelijker onderhouden en ook daadwerkelijk iets ruilen.

Andersom werkt dat ook zo. Jouw netwerkleiden onthouden ook van 150 mensen net dat beetje meer. Jij bent dus het liefst een van die 150 in iemand anders zijn hoofd. Het liefst bij mensen die relevant zijn voor de vragen rondom jouw studieloopbaan. Maar daar moet je wel wat voor doen, namelijk contact onderhouden.

Je kiest hoe vaak je dat doet en hoe hangt onder meer af van jouw voorkeur en die van de ander.

Dat betekent dat je dus niet alleen regelmatig met iemand belt omdat je die erg aardig vindt. Je onderhoudt met die persoon ook bewust contact omdat hij jou in de toekomst kan helpen.

Houd regelmatig contact en zorg dat relaties niet verwateren, want dan wordt het lastiger om een beroep op die mensen te doen. Zorg dat je letterlijk en figuurlijk in beeld blijft bij deze mensen. Dus dat ze weten waarmee je bezig bent en je beter kunnen helpen.

Opdracht 5.2 – Iemand met wie je contact onderhoudt denkt eerder aan je

In de vorige opdracht bedacht je al wat je kunt doen om met (nieuwe) mensen in contact te blijven. We gaan nu verder kijken naar het contact onderhouden.

- a. Wat kun je nog meer doen om contact te houden met de mensen die je kent?

.....

.....

.....

.....

Activiteit	Dat doe ik - graag - liever niet	Hoe vaak Elke dag Soms Bijna nooit	Met wie <i>Mensen die ik heel goed ken</i> <i>Mensen die ik goed ken</i> <i>Mensen die ik een beetje ken</i>	Waarom wel/niet	Wat levert het op?
<i>Koffiedrinken</i>	<i>Liever niet</i>			<i>Dat vind ik overdreven</i>	
<i>Bellen</i>	<i>Graag</i>	<i>Soms</i>	<i>Oom</i>	<i>Gemakkelijk, we kletsen wat</i>	<i>Plezier</i>
<i>E-mailen</i>	<i>Graag</i>	<i>Soms</i>	<i>Stagebegeleider vorige stage</i>	<i>Dat is snel en gemakkelijk</i>	<i>Zo blijft hij op de hoogte van wat ik zoek</i>



Nu jij:

Activiteit	Doe ik wel/niet	Hoe vaak	Met wie	Waarom wel/niet	Wat levert het op?

Opdracht 5.3 – Nee, daar heb ik geen contact meer mee, die ken ik niet zo goed meer

Je herkent het vast wel, je wilt al een hele tijd iemand bellen, maar het komt er steeds niet van. En voor je het weet is het maanden geleden en durf je die persoon eigenlijk niet zo goed meer te bellen.

Of: Je bent verhuisd en sprak met je vriend of vriendin uit je vorige klas af dat je echt contact met elkaar zou houden. In het begin deed je dat beiden ook trouw, maar dat werd steeds minder. Je sprak jouw vriend of vriendin het laatste jaar bijna niet meer. Dit noemen we ‘verwaterde relaties’.

Ook jij hebt vast wel een paar verwaterde relaties. Schrijf hieronder op wie dat zijn en waarom je volgens jou geen (of veel minder) contact hebt.

Voorbeeld:

Naam persoon	Wanneer voor het laatst contact	Waarom
Maarten	1 jaar geleden	Hij is verhuisd en woont nu ver weg. Ik kom hem niet meer zomaar tegen en we hebben nooit gebeld.

Naam persoon	Wanneer voor het laatst contact	Waarom



Opdracht 5.4 – Aan wie kun je hulp vragen over je studie- of loopbaankeuzes?

Als je les 4 hebt gedaan, dan dacht je al na over je LOB vraag. Daarmee gaan we nu verder. Heb je dat nog niet gedaan? Denk dan eens na over wie jou informatie zouden kunnen geven over de verschillende opleidingen en beroepen die jou leuk lijken.

Een vraag die je hebt voor je studie- en loopbaankeuze kan zijn dat je wilt weten welke beroepen er allemaal zijn waarbij je veel in de natuur werkt. Of je twijfelt nog tussen de ene of de andere studie omdat je het verschil niet zo goed weet. Je wilt meer informatie van mensen die daar les geven of die zelf de opleiding(en) volgen of volgden.

In deze opdracht ga je kijken wie in jouw netwerk je met die vraag kunnen helpen. Bijvoorbeeld omdat hij iets af weet van een bepaald onderwerp of dat die ander iets goed kan of iemand anders kent die voor jou interessant is en je verder kan helpen met je vraag. Ook geef je aan of de relatie naar jouw idee sterk genoeg is om deze persoon om een gunst te vragen en waarom je denkt dat dit zo is.

Eerst een voorbeeld:

Oom Jan kan mij helpen bij mijn LOB hulpvraag.

Op deze manier:

Hij is bioloog en werkt in een dierentuin. Ik zou later misschien ook wel in een dierentuin willen werken. Ik wil van hem graag horen hoe dat is en welke opleiding ik het beste kan kiezen.

Deze relatie is wel/niet sterk genoeg om deze persoon om een gunst te vragen (*geef aan wat van toepassing is*), omdat:
Ik spreek hem regelmatig. Hij komt eens per maand bij mij thuis langs of ik ga naar hem. Hij wil, als ik het leuk vind, mij meer vertellen over zijn werk in de dierentuin.

Nu jij:

..... kan mij wel/niet helpen bij mijn LOB hulpvraag.

Dat kan hij omdat:

.....

.....

.....

.....

Deze relatie is wel/niet sterk genoeg om die hulp te vragen (*geef aan wat van toepassing is*), omdat:

.....

.....

.....

.....

Persoon 2:

..... kan mij helpen bij mijn LOB hulpvraag.

Dat kan hij omdat:

.....

.....

.....

.....

Deze relatie is wel/niet sterk genoeg om die hulp te vragen (*geef aan wat van toepassing is*), omdat:

.....

.....

.....

.....

Persoon 3:

..... kan mij helpen bij mijn LOB hulpvraag.

Dat kan hij omdat:

.....

.....

.....

.....

Deze relatie is wel/niet sterk genoeg om die hulp te vragen (*geef aan wat van toepassing is*), omdat:

.....

.....

.....

.....

Bespreek de antwoorden nu met je klasgenoten.

Je mag elkaar daar best kritische vragen over stellen, bijvoorbeeld:

- Waarom denkt je klasgenoot dat hij geen contact met iemand kan opnemen?
- Heeft hij deze persoon al eens om hulp gevraagd? Zo ja, waar ging dat over?
- Wat zou er gebeuren als je het gewoon wél doet?
- Wat is het ergste dat kan gebeuren?



Opdracht 5.5 – En nu aan de slag!

Je hebt benoemd wie je uit je netwerk zou kunnen benaderen met jouw hulpvraag. Dit is best spannend om te doen. Dat kan zijn omdat je deze persoon minder goed kent, jij niet van bellen houdt of dat je de ander niet tot last wilt zijn.

Maar, de enige manier om te netwerken is om het gewoon te doén. En echt, je zult merken dat het steeds gemakkelijker wordt naarmate je het meer doet. Oefening baart kunst!

We gaan dus snel oefenen:

1. Je gaat met iemand die je kent contact maken. Je kunt hem al om hulp vragen, maar je kunt ook eerst de relatie bevestigen. Ga je eerst de relatie bevestigen, dan leg je contact en vraag je hoe het met de ander gaat. Je geeft dan aandacht. Doe je dat uitgebreider, dan levert het meer op. Je vraagt dan waar iemand mee bezig is en ga je na of jij de ander misschien ergens mee kunt helpen.
2. En/of: Je neemt contact op met iemand die je al een tijd niet hebt gezien of gesproken, maar die jou misschien wel kan helpen.
Deze persoon direct om hulp of een gunst vragen voelt dat misschien een beetje raar. Het is nu niet de bedoeling dat je direct een vraag stelt. Je neemt contact op om de relatie aan te halen (te bevestigen). Om te laten zien dat je er nog bent, zodat je in de toekomst misschien deze wél persoon om hulp voor je LOB kunt vragen.
(Let eens op hoe leuk mensen het vinden dat je weer contact opneemt.)

Ik ga actie ondernemen naar (naam persoon).

Dit ga ik doen:

.....

.....

.....

.....

5.6 Huiswerkopdracht

Je nam in deze les daadwerkelijk actie en oefende met het uit je netwerk antwoorden krijgen op je LOB hulpvraag. Als huiswerkopdracht ga je antwoord geven op de volgende vragen:

Hoe was het om deze actie uit te voeren?

.....

.....

Heeft de actie opgeleverd wat je ervan had verwacht en gehoopt?

Ja/nee, want:

.....

.....

.....

.....

Wat is er sindsdien gebeurd? Ondernam de persoon met wie jij contact legde bijvoorbeeld weer actie naar jou?

.....

.....

Wat zie je nu als volgende actie naar dezelfde persoon of naar iemand anders?

.....

.....

Wat kun je nog meer doen om contact te houden met de mensen die je kent?

.....

.....

.....

.....

Je kunt jouw acties opschrijven in je netwerkactieplan. Zo houdt je overzicht op wat je wil doen en al doet met jouw netwerk.



Je netwerkactieplan

Wat ga je doen om jouw relaties te onderhouden?

Vul in de bovenste rij in met **wie** je iets gaat doen.

Vul in de eerste kolom in, **wanneer** (welke week of maand) je iets gaat doen.

Vul in de lege vakjes in deze matrix in **wat** je gaat doen.

Met wie ga je iets doen								
Wanneer ga je iets doen								
T1	Wat ga je doen?							
T2								
T3								
T4								
T5								

Wist je dat

- Er tegenwoordig veel meer manieren zijn waarop je jou relaties kunt onderhouden dan vroeger?
- Nog niet lang geleden had bijna niemand een mobiele telefoon, bestond e-mail niet en kon je niet bellen via Skype.
- De meest bekende Nederlandse vorm van de bevestiging van een relatie is het sturen van een kerstkaartje.
- Mensen vaak langer nadenken over een e-mail, kaartje of sms dan de tijd die ze nodig hebben om dat ook echt te doen?

Begrippenlijst

Bouwen van relaties	Het ontmoeten van nieuwe mensen of het opnieuw (beter) leren kennen van mensen met wie het contact verwaterd is.
Bevestigen van relaties	De relaties die we hebben onderhouden door op verschillende manieren te laten zien dat we nog bestaan én dat we aan die mensen denken.
Benutten van relaties	De relaties die we hebben hulp vragen en hulp geven.
Kracht van Zwakke relaties	De mensen die je minder goed kent kunnen je goed helpen. Juist omdat ze andere dingen kunnen, weten en andere mensen dan jij kennen.
Verwaterde relaties	De relaties die je met mensen hebt die je al een tijd niet meer zag of sprak. Je kent de mensen wel, maar eigenlijk weet je niet meer echt goed wie het zijn en wat ze ook al weer doen.



UITLEG BIJ DE CREATIVE COMMONS-LICENTIES

De materialen en kennis die La Red levert in het kader van dit project worden beschikbaar gesteld onder een Creative Commons-licentie. Dit betekent dat alle scholen het materiaal vrijelijk kunnen gebruiken, maar dat het niet commercieel verhandeld mag worden en er ook geen afgeleide producten van gemaakt mogen worden. De naam van La Red B.V. wordt in al het materiaal vermeld met deze licentie erbij.

De iconen van de Creative Commons hebben de volgende betekenis.



Naamsvermelding. We staan anderen toe om dit werk waar wij auteursrecht op hebben te kopiëren, distribueren, vertonen, en op te voeren maar uitsluitend als wij vermeld worden als maker.

Onze naam mag als volgt vermeld worden: ontwikkeld door La Red B.V. in opdracht van de VO-raad (www.lared.nl en www.vo-raad.nl).



Niet-commercieel. Anderen mogen dit werk kopiëren, vertonen, distribueren en opvoeren, mits niet voor commerciële doeleinden.



Geen Afgeleide Werken. Anderen mogen dit werk kopiëren, distribueren, vertonen en opvoeren mits het werk in de originele staat blijft. Het is niet toegestaan dat anderen dit werk gebruiken als basis voor nieuw materiaal.