deur LOUISE POSTHUMA

Gallo Images/Getty Images

Nuwe werk, nuwe uitdaging

Moenie vir jou nuwe werk bang wees nie – sien dit liewer as 'n nuwe begin!

Dis 'n groot verandering in 'n mens se lewe as jy by 'n nuwe werk begin. Die aand voor die groot dag sit jy met vlinders in jou maag. Jy is skielik weer onseker oor jou voorkoms en die volgende oggend ry jy met natgeswete handpalms die nuwe roete werk toe.

Om van werk te verander, is een van die vyf stresvolste ervarings in 'n mens se lewe. Boonop kan die eerste dag en selfs weke baie senutergend wees.

Jy kan dit egter vir jouself makliker maak en vinniger by jou nuwe werksplek aanpas.

"Ek bly liewer by my huidige werk as om te verander," vertel Delia* (32) van Johannesburg.

"Dit is vir my baie traumaties om by 'n nuwe werk in te stap. Alles is so vreemd. Jy moet jou nuwe kollegas leer ken en jy moet jouself bewys. Ag, nee wat, ek bly liewer by my huidige werk waar ek almal al goed ken as om te skuif."

Delia se huidige werk bied egter vir haar geen uitdagings nie en daar is geen sprake van 'n bevordering of beter salaris nie. Hoewel sy goed gekwalifiseerd is, is sy net te bang om groener weivelde te soek.

Dit is heeltemal normaal om verbouereerd en bang te wees voor jy met 'n nuwe werk begin, sê kenners. Dis immers 'n onbekende terrein en mense voel veiliger in bekende omgewings waar hulle al 'n plekkie vir hulself ingerig het.

Die meeste mense hou ook van roetine en as jy skielik 'n nuwe roete moet ry, in 'n nuwe parkeerplek moet stop en jouself by 'n vreemde lessenaar moet tuismaak, verlang jy na die bekende. Soos die ou sêding egter lui: 'n Verandering is so goed soos 'n vakansie.

Om van werk te verander is dalk net wat jy nodig het om ander aspekte in jou lewe weer opnuut te waardeer.

Kenners sê jy moet 'n nuwe werk as 'n nuwe begin sien. Die nuwe uitdaging kan jou energie gee en jou 'n verdere hupstoot in jou loopbaan gee.

"Dit is verbasend hoeveel mense hul eerste dag by 'n nuwe werkplek as 'n onaangename herinnering of ervaring beskou," sê Dalena Bouillon, die besturende direkteur van CareerLink Recruitment.

Dalena sê dit is belangrik om goed vir jou eerste werksdag te beplan.

Al het jy moontlik verskeie moeilike onderhoude suksesvol geslaag en al is jy as die beste kandidaat gekies, beteken dit nie jy kan heeltemal ontspan nie.

"Dit is eerste indrukke wat tel en hoewel jy 'n goeie indruk op die onderhoudvoerders gemaak het, moet jy nou ook met die res van die span begin saamwerk om te bewys dat jou nuwe werkgewer die regte besluit gemaak het om jou aan te stel," maan Dalena.

Voor die tyd

Volg die volgende stappe voor jou eerste werksdag om die spanning effens te verlig:

- Bel jou nuwe werkgewer en bedank hom vir die geleentheid wat jy gebied word.
- Vra of daar enige leeswerk of voorbereiding is wat jy vir die eerste werksdag kan doen.
- Bevestig wie die persoon is by wie jy op jou eerste werksdag moet aanmeld en ook hoe laat jy daar moet wees.
- Vind uit watter inligting die maatskappy van jou gaan nodig kry en watter dokumentasie jy moet saamvat.
- Maak seker wat jou werksure en etenstye gaan wees.
- Beplan solank wat jy vir die eerste dag gaan aantrek. Die goue reël is om by die maatskappy se algemene kleredrag in te skakel. Jy sou met jou onderhoud jou toekomstige kollegas

gesien en 'n goeie idee gekry het van wat die aanvaarbare kleredrag is. As jy heeltemal verlore voel, onthou dat 'n netjiese voorkoms altyd 'n professionele indruk skep.

Die groot dag

Dalena meen jy kan jou eerste werksdag 'n sukses maak deur 'n paar praktiese en basiese beginsels toe te pas:

- Moenie die huis verlaat sonder om ontbyt te eet nie. Jy gaan beslis die energie nodig kry.
- Maak seker jy kom betyds daar aan. Wees liewer 'n halfuur te vroeg as selfs net 'n paar minute laat.
- Stap met 'n glimlag op jou gesig die gebou binne. Hou jou kop omhoog en maak oogkontak met die mense om jou.
- Meld by die regte persoon aan.
- Wees vriendelik en hoflik met elkeen wat jy ontmoet, van die ontvangsdame tot die skoonmaker.
- Moenie huiwer om jouself voor te stel as ander dalk vergeet om dit te doen nie.
- Moenie huiwer om vrae te vra nie. Maak van die begin af seker hoe dinge gedoen moet word. By 'n nuwe werk is daar nie iets soos dom vrae nie.

Onthou:

- Wees altyd bewus van die manier waarop jy kommunikeer en die boodskap wat jy aan ander uitdra.
- Hou jou oë oop en neem in wat om jou aangaan.
- Maak seker jy weet presies wat van jou verwag word. Vind so gou as moontlik uit presies hoe jou rol by die groter maatskappyprentjie inpas en wat die verwagtinge van jou is. Dit sluit in wat in jou werksbeskrywing staan asook die ongeskrewe verwagting van jou spesifieke rol.
- Wees konsidererend en professioneel.
- Gaan deur die maatskappy se algemene en belangrikste beleids- en proseduredokumente.
- Raak so vinnig as moontlik met die geskrewe moets en moenies bekend.
- Moenie die heeltyd die horlosie dophou nie. Besef en aanvaar dat daar gedurende jou eerste dag en eerste paar weke tye gaan wees wat jy vroeër op kantoor sal moet wees of later sal moet bly. Wees bereid om die ekstra tyd en moeite in te sit.
- Neem notas. Dit is bykans onmoontlik om al die name en inligting waarmee jy op die eerste dag oorval word te onthou. Trek vir jouself 'n vinnige basiese plan van die kantoor op en merk die mense se name en titels daarop af wat jy sover ontmoet het.
- Moenie op jou eerste werksdag dadelik dinge probeer verander nie.
- Dit is 'n wonderlike gevoel wanneer jy jou eerste werksdag oorleef het, maar onthou dat die volgende paar weke net so belangrik soos die eerste dag is.

Maak 'n indruk

Die eerste dag is verby en jy kan jouself op die skouer klop. Nou moet jy nog net 'n paar weke agter die rug kry voor jy kan asemhaal!

Volgens die webwerf www.cvtips.com is dit belangrik om jou werksdae te beplan. Gebruik net vyf minute in die oggend om jou dag te beplan. Dit sal jou help om jou doelwitte vinniger te bereik.

Volg die volgende wenke om jou posisie in die maatskappy nog stewiger te maak:

- Hou jou middagete kort.
- Skryf jou idees neer sodat jy dit nie vergeet nie en op die regte tyd met jou kollegas kan deel.
- Hou jou werksruimte skoon en netjies.
- Borsel jou tande ná middagete en hou asemverfrissers byderhand.

Woema in die werksplek

Selfs al voel jy gemakliker in jou nuwe omgewing, is dit steeds belangrik om jou entoesiasme by jou nuwe werk te wys.

- Neem aktief aan vergaderings deel.
- Hou aan vrae vra en maak seker jy verstaan wat gedoen moet word en hoe dit gedoen moet word.
- Gebruik teetye en etenstye om jouself aan jou nuwe kollegas voor te stel en hulle 'n bietjie beter te leer ken.
- Hou aan om notas te maak van die mense wat jy ontmoet en ook van alle ander belangrike inligting.
- Moenie jou vorige en huidige werksomstandighede, kollegas of bestuurder met mekaar vergelyk nie.
- Wees aanpasbaar. Jou nuwe pos en maatskappy gaan nie dieselfde wees as jou vorige werk nie. Moet dus nie jou ou manier van doen op jou nuwe werksomstandighede afdwing nie. Dit mag dalk nie van toepassing wees nie.
- Moenie beste vriende met jou nuwe kollegas probeer maak nie. Fokus aan die begin liewer daarop om 'n vriendelike en respekvolle verhouding met alle kollegas te hê voordat jy by 'n spesifieke groep begin inskakel.
- Bly objektief. Moet onder geen omstandighede aan enige kantoorskinderpraatjies deelneem nie.
- Doen meer as wat van jou verwag word.
- Maak seker jy is betyds by die werk en moenie by die deur uitstorm die oomblik wat dit tyd is om huis toe te gaan nie.
- As dit moontlik is, raak vrywillig by ander projekte betrokke, maar moet onder geen omstandighede jou hoofverantwoordelikhede afskeep nie.
- Wees positief. Moenie by jou nuwe kollegas oor jou baas, werk of medekollegas kla nie, selfs nie oor die ongeskikte mens wat oorkant jou sit nie. Hou jou kant skoon deur altyd professioneel te wees.
- Leer so vinnig en soveel as moontlik van jou nuwe bestuurder, afdeling, die maatskappy, dienste, kliënte en bedryf.
- Fokus daarop om 'n goeie reputasie op te bou. Kom jou beloftes na, hanteer inligting as vertroulik en behandel almal met respek.
- Wees altyd trots op die werk wat jy doen.
- Vra vir terugvoer, maar wees bereid om positiewe sowel as negatiewe terugvoer te aanvaar. Gee aandag aan enige kwessie wat verbeter kan word.
- Die belangrikste aspek is egter om steeds net jouself te wees en vertroue in jou vermoëns te hê. Sodra die eerste paar weke verby is, het jy klaar 'n ver pad na sukses gestap.

Wenke vir sukses deur iemand wat weet

Die skatryk sakeman Donald Trump is bekend vir sy verskeie ondernemings wêreldwyd. Sy wenke vir sukses is:

- As jy wil dink, kan jy netsowel groot dink.
- Luister na jou intuïsie – al lyk 'n saketransaksie hoe goed op papier, kan dit steeds faal.
- Dit is beter om te hou by dit wat jy ken en waarin jy goed is.
- Partykeer is die beste beleggings dié wat jy nié maak nie.
- Moenie ooreenkomste net vir die geld aangaan nie. Wees eerder passievol oor dit wat jy elke dag moet doen.
- Leer uit die verlede en beplan vir die toekoms, maar fokus op wat vandag en nou gebeur.
- Moenie net tevrede wees om 'n salaris te kry nie. Doen meer!
- Om 'n ego te hê, is nie noodwendig 'n slegte ding nie, veral nie in jou beroep nie.
- Wees dapper in jou beroep. VK