

Webinar Sollicitatiegesprek: voorbereidingsopdracht

Succesverhalen volgens de STARR methode

Inleiding

Tijdens een sollicitatiegesprek krijg je vaak de vraag gesteld of je een succesverhaal kunt beschrijven. Het doel van deze vraag is om er achter te komen wat jouw sterke kanten zijn en waar je energie van krijgt. De interviewer wil een goed beeld krijgen van jouw kwaliteiten. Een van de meest gebruikte methoden om je kwaliteiten uit te vragen tijdens een gesprek, is de STARR. Deze opdracht helpt je om successen/prestaties in korte bewoordingen te vertellen ter ondersteuning van je sterke eigenschappen en je motivatie. Hieronder lees je de uitleg over deze methode en daarna kun je er zelf mee aan de slag.

Werkwijze

- Lees eerst de uitleg hieronder.
- Op de twee pagina's daarna tref je twee tabellen aan om in te vullen.
- Beschrijf minimaal twee situaties (eigen werkzaamheden/eigen acties) uit je werk of privéleven waar je trots op bent, en gebruik daarvoor de tabellen.
- Beschrijf deze situaties zo uitvoerig mogelijk en beschrijf wat je hebt gedaan en waarom je er trots op bent.

Uitleg STARR methode

Een succes of prestatie is iets, waar je naar eigen oordeel trots op bent; iets waarop je met plezier terugkijkt. Het is best mogelijk dat een ander het succes minder belangrijk vond, maar daarom was de ervaring voor jezelf niet minder belangrijk. Het kan gaan over 'grote' successen (af ronding studie, geslaagd project, wereldreis) maar even zo goed over de 'kleine' successen (duidelijk overbrengen van je standpunt, een geslaagde samenwerking met een collega, het opruimen van een zolder).

Als je het lastig vindt om een succesverhaal te benoemen, helpt het soms om te denken aan een periode in je werk (of privéleven) waarin je tegen een probleem aan liep. Er kwamen problemen in je project, waardoor het vertraging opliep bijvoorbeeld. Hoe heb je dat opgelost? Wat heb je gedaan om de situatie te verbeteren of te veranderen?

De 'STARR' helpt om inzicht te krijgen in die vaardigheden, die je gebruikt hebt om je persoonlijke successen en prestaties te bereiken. Dit is van belang, omdat deze **kernvaardigheden** - samen met interesse, ervaring en persoonlijke eigenschappen - in hoge mate bepalen of er sprake zal zijn van een **optimale match met jouw toekomstige functie**.

Kies enkele (liefst recente) voorbeelden uit je werk, maar ook uit je sociale omgeving, de familiekring, je studietijd of vrijwilligerswerk waarbij je iets met plezier en een goed resultaat hebt bereikt.

Uiteraard kun je extra succesverhalen uitwerken, om nog meer kwaliteiten te ontdekken of extra voorbeelden paraat te hebben om te gebruiken bij je sollicitatiegesprek.

Webinar Sollicitatiegesprek: voorbereidingsopdracht

STARR staat voor:

STARR	Toelichting
Situatie	In welke situatie speelt het voorval zich af? Waar/met wie was je, wat waren de omstandigheden die relevant zijn om te weten. Wat maakte het spannend/ lastig?
Taak	Wat was jouw taak, jouw rol in deze situatie? Waar was jij verantwoordelijk voor?
Acties	Welke aanpak heb je gebruikt, wat heb je gedaan? Wees concreet, benoem stuk voor stuk al je acties. Hier blijken je vaardigheden uit.
Resultaat	Wat was de uitkomst? Welk resultaat heb je bereikt?
Reflectie	Als je er nu op terugkijkt, wat zou je dan anders doen? Had het resultaat beter gekund, had je het sneller kunnen doen, waar kun je jezelf verbeteren als een situatie als deze nog eens zou voorkomen? Hiermee laat je zien dat je zelf reflecterend vermogen hebt en erop gericht bent om jezelf te blijven ontwikkelen.

Als je je voorbeeld hebt beschreven, kijk dan eens naar welke kwaliteiten je hiermee aantoont en schrijf deze voor jezelf op. Dit is ook hoe de interviewer luistert naar jouw verhaal, die haalt uit jouw voorbeeld welke vaardigheden jij in huis hebt. Kun je goed samenwerken? Ben je zelfstandig? Oplossingsgericht? Communicatief? Flexibel? Etc.

Tijdens een sollicitatiegesprek worden vaak vragen gesteld over de kwaliteiten die in de vacaturetekst en/of op je cv staan. Dan is de vraag bijvoorbeeld: 'Heb je een voorbeeld van hoe resultaatgericht je bent?' of 'Kun je een situatie beschrijven waaruit blijkt dat je goed kunt plannen?'. Zorg dat je voor de benodigde kwaliteiten voor de vacature goede voorbeelden hebt. Wellicht kun je daar de voorbeelden uit de pagina's hierna ook voor gebruiken, er blijken altijd meer kwaliteiten uit één situatiebeschrijving. Vaak heb je aan drie goede voorbeelden voldoende om het sollicitatiegesprek in te gaan.

Webinar Sollicitatiegesprek: voorbereidingsopdracht

Situatie 1

SITUATIE
TAAK/ROL
ACTIES
RESULTAAT
REFLECTIE

Kwaliteiten die ik hiermee aantoon:

Webinar Sollicitatiegesprek: voorbereidingsopdracht

Situatie 2

SITUATIE
TAAK/ROL
ACTIES
RESULTAAT
REFLECTIE

Kwaliteiten die ik hiermee aantoon: