

SKILLS® werk- en participatietrainingen

Een stevige stap naar werk en participatie

Wat is SKILLS®?

SKILLS® is een bewezen en wetenschappelijk onderbouwde methode, ontwikkeld en ruim 15 jaar onderzocht door TNO. De trainingen helpen mensen om hun weg te vinden naar werk, scholing of participatie – passend bij hun talenten en mogelijkheden.

Elke variant heeft een eigen focus en doelgroep:

- **JOBS Boostcamp** – Hoe vind ik werk? (voor langdurig werklozen)
- **WorkSkills** – Hoe vind ik een passende opleiding of baan? (voor jongeren <21 en voortijdig schoolverlaters)
- **LifeSkills** – Hoe doe ik optimaal mee? (voor mensen met een arbeidsbeperking richting werk, participatie of zorg)
- **CareerSkills** – Hoe vergroot ik mijn kansen op werk? (voor werknemers met weinig perspectief op de reguliere arbeidsmarkt)
- **Train-de-Trainer** – Hoe geef ik zelf SKILLS-trainingen? (voor consultants, coaches en trainers)

Voor wie?

Voor inwoners die een grote afstand tot werk ervaren en voor professionals die hen begeleiden. SKILLS helpt waar motivatie, vaardigheden en zelfvertrouwen een impuls nodig hebben.

Wat levert het op?

Na afloop beschikt iedere deelnemer over:

- **Een persoonlijk stappenplan** met concrete actiepunten richting werk, scholing of participatie.
- Sterke **sollicitatie- en werkzoekvaardigheden**, zoals netwerken, social media inzetten, jezelf pitchen en omgaan met twijfels bij werkgevers.
- **Algemene vaardigheden**: keuzes maken en opvolgen, effectief communiceren, doelgericht werken en omgaan met tegenslag.
- **Sociale steun** vanuit de groep: deelnemers helpen en motiveren elkaar tijdens én na de training.

Het resultaat: meer zelfvertrouwen, meer regie en meer kans op duurzaam werk of participatie.

Werkwijze

De SKILLS-aanpak combineert het versterken van vaardigheden met het vergroten van zelfsturend en probleemoplossend vermogen. Trainers werken doelgericht met:

- actief leren en oefenen in realistische situaties
- voorbereid zijn op obstakels en leren omgaan met tegenslagen
- sociale steun binnen de groep
- vertrouwen om écht nieuwe stappen te durven zetten

SKILLS is geen 'softe' aanpak: deelnemers en trainers werken hard, mét oog voor de harde realiteit.

Praktisch

- Duur: 5 dagdelen
- Groepsgrootte: 10–16 deelnemers
- Trainers: altijd 2 gecertificeerde SKILLS-trainers

👉 Nieuwsgierig naar de JOBS®-methodiek? Bekijk de korte introductievideo op onze website.