



Met deze extra tips haal je nog meer uit het webinar

Bang om te solliciteren?

Wil je extra tips over hoe om te gaan met faalangst in verschillende situaties? Je leest meer in [het artikel 'Bang voor een nieuwe baan?'](#).

Test jezelf

Met een sterk zelfbeeld, sta je steviger in je schoenen. Of anders gezegd: wees je bewust van wie je bent, waar je goed in bent, wat je toevoegt en waar je naar op zoek bent. Wil je meer weten over jezelf of wil je een bevestiging van je kwaliteiten? [Je vindt op werk.nl verschillende testen.](#)

Boeken

Aan de hand van eigen ervaringen uit haar jeugd, haar pubertijd en de rest van haar leven, vertelt Marja Ruijterman in 'Placebo's en fluitende fietsen' over de kracht van gedachten. En in 'De kunst van het falen' vervangt Arjan van Dam de angst om fouten te maken door het geloof dat je ergens beter in kunt worden.

Oefenen

Oefenen helpt! Herhaling ook. Pak regelmatig de '8 tips voor positieve gedachten' van faalangstdeskundige Marja Ruijterman er nog eens bij. Je vindt ze als bijlage aan het webinar gekoppeld, zodat je ze kunt downloaden. Elke dag 10 minuten oefenen geeft al resultaat.

Volg ook onze andere webinars

Wil je meer weten over werk zoeken, solliciteren, netwerken of hoe je jezelf presenteert? [Bekijk het overzicht van webinars](#) en meld je direct aan. Of volg een [webinar dat al is geweest](#).

Heb je nog vragen? Stuur dan een e-mail naar: webinar@uwv.nl.

Alvast veel succes!

Met vriendelijke groet,
UWV Webinar team