

Loopbaanoriëntatie en -begeleiding

Loopbaankaarten

Printversie



Vernieuwonderwijs
inspiratie en innovatie

Verantwoording

© 2017 Vernieuwonderwijs, Utrecht

Alle rechten voorbehouden. Mits de bron wordt vermeld is het toegestaan om zonder voorafgaande toestemming van de uitgever deze uitgave geheel of gedeeltelijk te kopiëren dan wel op andere wijze te verveelvoudigen.

Auteur: Wessel Peeters
Michiel Lucassen

Informatie

Vernieuwonderwijs

Telefoon: Wessel: 06 271 35 888
Michiel: 06 507 43 986
Internet: www.vernieuwonderwijs.nl
E-mail: info@vernieuwonderwijs.nl
Twitter: [@vernieuwonderwijs](https://twitter.com/vernieuwonderwijs)

Voorwoord

In dit document treft u hulpmiddelen aan om vmbo leerlingen te ondersteunen bij loopbaanoriëntatië en -begeleiding. De hulpmiddelen zijn gebaseerd op de loopbaancompetenties, waar leerlingen in het vmbo onderwijs aan werken om een meer weloverwogen keuze voor hun vervolgopleiding te kunnen maken. In dit document treft u aan:

Theoretische informatie

Een korte theoretische achtergrond over de loopbaancompetenties.

Loopbaankaarten

Met behulp van deze loopbaankaarten (4 per competentie) kunnen leerlingen werken aan hun loopbaancompetenties. Het gaat om inspiratiekaarten: mogelijk is verdere uitwerking van de opdrachten of goede begeleiding nodig om leerlingen de opdrachten tot een goed resultaat te komen. Ook is er een introductiekaart toegevoegd om leerlingen op weg te helpen. Alle pagina's met kaarten zijn voorzien van snijlijnen, zodat u deze makkelijk kunt printen, snijden en eventueel plastificeren.

Bronvermelding

Vermelding van de bronnen die zijn gebruikt bij de totstandkoming van dit document.

Dit document vormt de onderdeel van een reeks. Voor de interactieve pdf versie, meer hulpmiddelen of meer achtergrondinformatie kunt u terecht op www.vernieuwenderwijs.nl/lob.

Inhoudsopgave

| | |
|----------------------------------|----|
| Voorwoord | I |
| 1 Theoretische informatie | |
| 1.1 Loopbaancompetenties | 1 |
| 2 Loopbaankaarten | |
| 2.1 Introductie | 2 |
| 2.2 Introductiekaart | 3 |
| 2.3 Motivatiereflectie | 5 |
| 2.4 Kwaliteitenreflectie | 7 |
| 2.5 Werkexploratie | 9 |
| 2.6 Loopbaansturing | 11 |
| 2.7 Netwerken | 13 |
| 3 Bronvermelding | |
| 3.1 Literatuurlijst | 14 |

1 Theoretische informatie

1.1 Loopbaancompetenties

Om leerlingen goed te ondersteunen bij het maken van een weloverwogen keuze voor een vervolgopleiding is het volgens Kuijpers et al. (2006) belangrijk dat leerlingen aan loopbaanzelfsturing leren doen: de leerlingen van vandaag de dag moeten zich meer zelfsturend in hun loopbaan gaan opstellen – en dat vervolgens blijven doen in de loop van hun carrière (Boer, Jager, & Smulders, 2003), om zo een ‘arbeidsidentiteit’ te gaan ontwikkelen. Deze wordt als volgt omschreven (Meijers, Kuijpers, & Bakker, 2006, p. 11): *Een arbeidsidentiteit is het vermogen antwoord te geven op twee vragen (...) ‘Wat betekent arbeid voor en in mijn leven?’ en: ‘Wat wil ik via mijn arbeid betekenen voor anderen?’ Uit het onderzoek blijkt dat de arbeidsidentiteit sterk doorwerkt in onder meer de leermotivatie. De combinatie vraagt niet alleen zelf-kennis, maar ook kennis over welk werk er zoal is. Daarom moeten leerlingen ook in zoveel mogelijk verschillende praktijksituaties leren, zodat de jongere die kennis kan integreren tot een antwoord op de vraag: In welk werk kan ik mijn capaciteiten en ambities het best ontplooien?.* Het actief werken aan een arbeidsidentiteit vormt volgens Kuijpers et al. dan ook een basis voor het maken van een weloverwogen keuze van een vervolgopleiding.

Om actief te werken aan de arbeidsidentiteit, hebben de leerlingen specifieke vaardigheden nodig: competenties. Aan deze competenties dient systematisch, door middel van reflectie, te worden gewerkt (Kuijpers, Meijers, & Bakker, 2006). Kuijpers et al. (2006) onderscheiden op basis van grootschalig onderzoek op vmbo en mbo scholen de volgende vijf loopbaancompetenties:

Kwaliteiten (‘Wat kan ik?’)

Deze competentie gaat over het onderzoeken waar je goed in bent en minder goed in bent. Als je weet waar je goed in bent en wat je kwaliteiten zijn, ga je nadenken over hoe je deze kwaliteiten kunt inzetten om je doelen in het werk te behalen.

Motieven (‘Wat wil ik en waarom wil ik dat?’)

Motievenreflectie gaat over de wensen en de waarden die van belang zijn voor je loopbaan. Bij motievenreflectie onderzoek je wat werkelijk belangrijk is voor je in het leven. Je denkt na over wat je voldoening geeft en wat je nodig hebt om prettig te kunnen werken.

Werkexploratie (‘Waar vind ik werk dat bij me past?’)

Werkexploratie gaat over het onderzoeken van werk en op waar de kansen op de arbeidsmarkt zijn. Bij deze competentie ga je ontdekken wat bepaald werk van je vraagt, welke kennis en vaardigheden je hiervoor nodig hebt. Maar ook welke waarden in dit werk van belang zijn; komen deze overeen met jouw waarden? Werkexploratie gaat ook over hoe je geschikt werk kunt zoeken. Bijvoorbeeld hoe je een sollicitatiebrief schrijft, informatie kunt verzamelen en een gesprek kunt voeren.

Loopbaansturing (‘Hoe bereik ik dat?’)

Loopbaansturing heeft te maken met keuzes maken en het onderzoeken van de gevolgen van die keuzes. Bij loopbaansturing ga je acties ondernemen om je eigen loopbaan te sturen. Bijvoorbeeld een bepaalde opleiding volgen waardoor je een beroep kunt uitoefenen dat bij je past. Of door met anderen te gaan praten over wat je wilt en kunt. Je plant de activiteiten die je wilt ondernemen. En je organiseert de hulp die je hierbij nodig hebt. Loopbaansturing heeft te maken met het heft in eigen hand te nemen en initiatief te tonen.

Netwerken (‘Wie kan me daarbij helpen?’)

De loopbaancompetentie ‘netwerken’ gaat over contacten opbouwen en onderhouden die je helpen in je loopbaan. Deze contacten gebruik je bijvoorbeeld om op de hoogte te blijven van ontwikkelingen op de arbeidsmarkt en welke mogelijkheden er allemaal zijn. Je kunt je contacten uit je netwerk ook gebruiken om daadwerkelijk een nieuwe baan te vinden. Het blijkt dat je de meeste kans hebt om een nieuwe baan te vinden, wanneer contacten uit je netwerk je hierbij helpen.

Meer achtergrondinformatie? Kijk dan op www.vernieuwenderwijs.nl/lob.

2 Loopbaankaarten

2.1 Toelichting loopbaankaarten

Met behulp van deze loopbaankaarten (4 per competentie) kunnen leerlingen werken aan hun loopbaancompetenties. Het gaat om inspiratiekaarten: mogelijk is verdere uitwerking van de opdrachten of goede begeleiding nodig om leerlingen de opdrachten tot een goed resultaat te laten komen. Ook is er een introductiekaart toegevoegd om leerlingen op weg te helpen. Alle pagina's met kaarten zijn voorzien van snijlijnen, zodat u deze makkelijk kunt printen, snijden en eventueel plastificeren.

De kaarten zijn zo opgezet dat leerlingen zelf kunnen kiezen aan welke opdracht zij gaan werken. Het is aan te raden dat leerlingen gebruik maken van de **vragenlijst loopbaancompetenties**, zodat zij meer inzicht krijgen in hun eigen competenties. Ook is het sterk aan te raden dat leerlingen bij iedere opdracht de genomen stappen én de resultaten daarvan vastleggen in hun loopbaandossier. Dit laatste staat om praktische redenen niet op iedere opdracht vermeld: bespreek dit dus goed met uw leerlingen.



Opdracht

Na het examen ga je naar een nieuwe opleiding. Om goed te kunnen kiezen is het belangrijk dat je leert waar je goed in bent en wat je leuk vindt en wat voor werk en opleiding daar bij passen. Door deze opdracht ga je meer leren over de LOB-competenties.

In gaat individueel bedenken welke opdrachten het beste bij jou passen. Dit werk je uit in een kort profiel over jezelf waarin je dit kunt aangeven.



Stap voor stap

1. Zoek de LOB competenties op het internet op. Snap je ze? Zorg dat je elke competentie zo goed snapt dat je ze in je eigen woorden kunt uitleggen.
2. Schrijf voor jezelf op in welke competenties je heel goed bent en in welke je nog veel moet leren. Bespreek dit met een klasgenoot: valt er iets op?
3. **Optioneel:** maak de **vragenlijst**. Hoe staat het er bij jou voor met de 5 loopbaancompetenties? Aan welke competenties kun je extra werken?
4. Bedenk in welke volgorde je aan de slag wil met de competenties. Met welke opdracht ga je beginnen? Maak in overleg met je docent een planning.



Beroep gespot

Motivatie



Opdracht

Iedere dag kom je verschillende beroepen tegen. Zo krijg je bijvoorbeeld les van een leraar, heb je op excursie uitleg gehad van een medewerker, ben je na school in de winkel geholpen door iemand en heeft de buschauffeur je uiteindelijk naar huis gebracht. Er zijn veel beroepen!

Je gaat individueel reflecteren op de beroepen die je de afgelopen dagen bent tegen gekomen. Welke beroepen lijken je leuk? Welke beroepen lijken je niet leuk? Waarom?



Stap voor stap

1. Schrijf voor jezelf op welke beroepen je de afgelopen dagen bent tegen gekomen. Probeer tussen de 5 en 10 beroepen op te schrijven.
2. Schrijf bij ieder beroep op wat je er leuk en minder leuk aan lijkt. Het aantal plus- en minpunten mag per beroep best verschillen!
3. Schrijf bij ieder beroep op welke opleiding je nodig hebt om dit beroep uit te oefenen. Weet je het niet? Maak dan gebruik van het internet.
4. Welk 3 beroep hebben de meeste pluspunten? Welke opleiding is daar voor nodig? Lijkt dit jou leuk? Schrijf per beroep kort op wat je er van vindt.



Bezoek een open dag

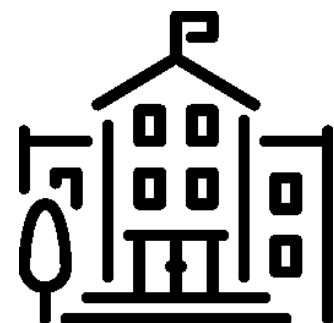
Motivatie



Opdracht

Om een goede indruk te krijgen van een vervolgopleiding op een school kan het erg helpen om een open dag te bezoeken. Wel is het belangrijk om te beseffen dat scholen er op zo'n dag op hun best uit zien en dat het één indruk is. Het is daarom belangrijk om je goed voor te bereiden.

Je gaat samen met één of meerdere klasgenoten kijken welke open dagen wanneer zijn én bedenken wat je er te weten wilt komen over de verschillende opleidingen.



Stap voor stap

1. Zoek op het internet op wanneer MBO scholen bij jou in de buurt open dag hebben. Welke scholen spreken je aan? Noteer de datums in je agenda.
2. Bespreek met klasgenoten naar welke open dagen zij willen gaan. Zitten er dezelfde tussen? Hebben zij nog andere gevonden? Vul je agenda aan.
3. Bedenk welke opleidingen je wilt gaan bekijken op de open dagen. Welke opleidingen spreken jou het meeste aan? Welke ken je nog niet zo goed?
4. Bedenk wat samen met klasgenoten wat je wilt vragen aan studenten en docenten op de open dagen. Neem deze vragen mee naar de open dag.



Wakker worden in een nachtmerrie

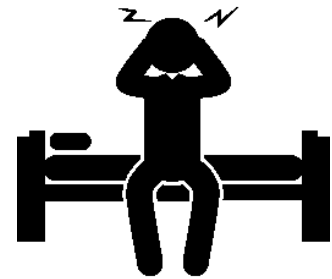
Motivatie



Opdracht

Stel je voor: je wordt over 10 jaar wakker in een nachtmerrie. Het leven is verschrikkelijk! Misschien ben je alleen terwijl je getrouwd zou willen zijn... misschien werk je achter een computer op kantoor terwijl je met je handen wilt werken. Kortom: alles zit tegen...

Je gaat individueel een verhaal schrijven over 1 dag in jouw 'ergste' nachtmerrie over 10 jaar. Hoe ziet het leven eruit? Wat voor beroep heb je? Wat doe je zoal op die dag?



Stap voor stap

1. Schrijf voor jezelf op wat je het ergst mogelijke zou vinden over 10 jaar. Denk aan: waar woon je, hoe is je gezin, soort werk, soort collega's, vrije tijd etc.
2. Bedenk hoe een doorsnee dag er uit ziet in deze nachtmerrie. Probeer zoveel mogelijk 'bijzondere' dingen in het verhaal te stoppen!
3. Schrijf nu het verhaal. Zorg er voor dat het minimaal 1A4 lang is. Probeer er een goed begin, middenstuk en einde in te maken.
4. Lees samen met enkele klasgenoten de verhalen van elkaar. Reageer op elkaar. Schrijf kenmerken op die voor jou belangrijk zijn voor je werk (leven).



Mijn leven over 10 jaar

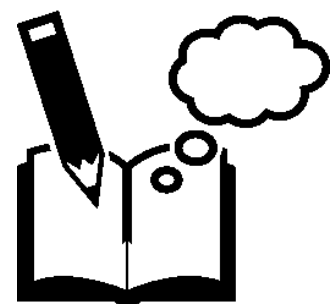
Motivatie



Opdracht

Je zit op de middelbare school, gaat daarna waarschijnlijk nog een opleiding volgen en gaat daarna nog verder leren óf aan het werk.. maar waar werk je dan naartoe? Heb je al een idee hoe je wilt dat jouw toekomst er uit ziet? Misschien in ieder geval over welke dingen je belangrijk vindt?

Je gaat individueel je leven over 10 jaar in beeld brengen. Dit ga je doen door over verschillende dingen na te denken en door deze vervolgens in een poster te verwerken.



Stap voor stap

1. Schrijf voor jezelf op wat je bereikt wil hebben over 10 jaar. Denk aan: welke opleiding(en) heb je gedaan, welk beroep heb je, waar woon je etc.
2. Plaats een portretfoto- of tekening midden op een vel A3 of A4 papier. Dit vormt het startpunt van de poster waarin je alles gaat verwerken.
3. Verwerk je toekomstbeeld in de poster op A4 of A3 formaat. Zorg er voor dat je alleen beelden gebruikt, dus géén woorden: laat de beelden spreken.
4. Presenteer je poster aan klasgenoten: hoe zie jij je toekomst? Schrijf kenmerken op die voor jou belangrijk zijn voor jouw toekomst.



Roddelen

Kwaliteiten



Opdracht

Het is belangrijk dat je je eigen kwaliteiten kent: het helpt bij het maken van keuzes in je loopbaan, zowel op school als richting je vervolgopleiding. Je kwaliteiten benoemen is vaak wel erg lastig. Daarom krijg je bij deze opdracht hulp van je klasgenoten: zij kunnen vaak goed je kwaliteiten benoemen.

Je gaat met 2 klasgenoten een groepje vormen. Om de beurt gaan twee van jullie 'roddelen' over de derde persoon. Zij bespreken de kwaliteiten van die persoon.



Stap voor stap

1. Vorm een groepje met 2 klasgenoten die jou (best) goed kennen. Het hoeven niet je beste vrienden te zijn maar het is wel handig als ze jou goed kennen.
2. Bepaal wie nummer 1, 2 en 3 worden. Zorg er voor dat je allemaal pen en papier of een device bij de hand hebt, zodat je dingen kunt opschrijven.
3. Nummer 1 en 2 gaan nu **5 minuten** bespreken wat de kwaliteiten van nummer 3 zijn. Nummer 3 reageert niet en schrijft de besproken kwaliteiten op.
4. Na 5 minuten mag nummer 3 reageren: wat viel je op? wat herken je? waar ben je verbaast over? heb je nog vragen? Herhaal nu stap 3 voor een ander.



Het afscheid

Kwaliteiten



Opdracht

Zo... Je hebt jarenlang gewerkt en mag nu eindelijk met pensioen. Je hebt mooie tijden gehad, veel geleerd, maar nu is het dan voorbij. Er wordt nog een mooi feestje georganiseerd, waar een collega een afscheidsbrief voorleest. Een mooie brief met bijzondere woorden.

Je gaat individueel een brief schrijven. Wat zou je willen dat jouw collega's over jou vertellen? Wat wil je dat zij zich van jou herinneren? Schrijf de brief dus alsof jij een collega bent!



Stap voor stap

1. Maak eerst een woordspin met de belangrijkste dingen die je wil dat over jou gezegd worden. Controleer met een medeleerling of het compleet is.
2. Schrijf de brief. Denk eraan: het is als collega's onder elkaar. Het mag dus best ook een beetje grappig zijn! Ga ook goed in op jouw eigenschappen.
3. Lees de brief voor aan een groepje klasgenoten. Iedereen geeft een reactie: past dit bij jou? Waarom wel/niet? Schrijf de reacties voor jezelf op.
4. Markeer in de brief welke onderdelen klasgenoten bij jou vinden passen. Om welke kwaliteiten gaat dit? Schrijf deze kwaliteiten voor jezelf op.



Mijn metafoor

Kwaliteiten



Opdracht

Je kunt metaforen gebruiken om iets te vertellen over iemand. Bijvoorbeeld: "als jij een dier was, dan was je een hond: je bent trouw en doet alles voor je vrienden." Op die manier kun je kwaliteiten van iemand duidelijk maken. Daar ga je deze opdracht mee aan de slag.

Je gaat met een klasgenoot zo veel mogelijk metaforen over een elkaar bedenken. Denk bijvoorbeeld aan: dieren, dingen, landen, films en nog veel meer!



Stap voor stap

1. Vorm een duo met een klasgenoot die je goed kent. Kies dus bij voorkeur iemand waar je regelmatig mee om gaat, een vriend of vriendin.
2. Bedenk voor elkaar, individueel, 3 metaforen. Schrijf bij iedere metafoor op waarom je deze bij je vriend of vriendin vindt passen.
3. Vertel nu aan elkaar om de beurt 1 metafoor en waarom je bij die persoon vindt passen. Reageer ook op elkaar en stel vragen als je die hebt.
4. Wat vind je van de 3 metaforen. Welke verbaast je? welke vind je logisch? Schrijf ieder voor jezelf op wat je van de verschillende metaforen vindt.



De beste versie van..

Kwaliteiten



Opdracht

Er zijn heel veel verschillende beroepen. Ieder beroep vraagt om verschillende kwaliteiten: dingen je goed moet kunnen om het beroep uit te kunnen oefenen. Waar moet een slager goed in zijn? En een grafisch vormgever? En wat past er dan bij jou?

Je gaat eerst individueel en daarna samen met klasgenoten nadenken over de beste versie van een bepaald beroep. Daarna kijk je hoe dit past bij waar jij goed in bent.



Stap voor stap

1. Kies een beroep waar jij interesse in hebt. Vind je het moeilijk om te kiezen? Vraag dan advies van een klasgenoot, die kennen jou vaak best goed.
2. Bedenk 10 of meer kwaliteiten die nodig zijn voor dit beroep. Schrijf bij elke kwaliteit op: waarom vind je deze kwaliteit horen bij dit beroep?
3. Zet de belangrijkste kwaliteiten in een top 10. Schrijf bij elke kwaliteit op: waarom vind je dat deze kwaliteit op deze plek hoort?
4. Bespreek nu in tweetal: vinden jullie dat deze lijst nu klopt? Waarom wel/niet? Bespreek ook welke kwaliteiten bij je passen. Schrijf dit voor jezelf op.



Mijn werkervaring

Werkexploratie

LOB

Opdracht

Misschien heb je al een bijbaan, misschien heb je dat niet. Hoe dan ook, vaak heb je al wel werkervaring, soms ook zonder dat je het door hebt. Veel dingen die je doet, of het nu gaat om een bijbaantje, vrije tijd besteding of een hobby, geven jou werkervaring waar je van kunt leren.

Je gaat individueel opschrijven welke werkervaring je hebt en hierop reflecteren. Vervolgens ga je je bevindingen uitwisselen met klasgenoten.



Stap voor stap

1. Schrijf voor jezelf op wat voor werkervaring je hebt. Denk aan opassen, een groep les geven, mensen helpen met iets, een bijbaan etc.
2. Heb je moeite om werkervaring op schrijven? Vraag dan eens aan klasgenoten wat hun werkervaring is. Vraag eventueel je docent om hulp.
3. Schrijf per werkervaring op wat je er leuk en minder leuk aan vond. Schrijf ook op of je er later iets mee zou willen doen of niet (of met een deel er van).
4. Welke ervaring vond je het leukste? Wat vond je er zo leuk aan? Bedenk wat voor soort baan daar bij past, zoek dit op het internet op en schrijf dit op.

vernieuwenderwijs.nl



Een dag als...

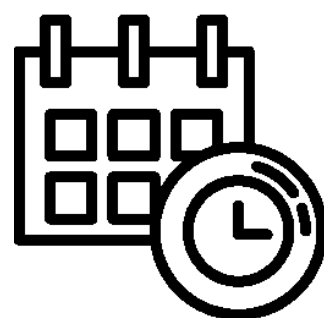
Werkexploratie

LOB

Opdracht

Stel, je wilt grafisch ontwerper worden: de hele dag werken met grafische programma's en mooie, creatieve producten maken.. maar ziet je werkdag er wel zo uit? Of ben je misschien ook wel een deel van de dag bezig met reclame maken voor jezelf? Kortom: hoe ziet een werkdag er uit.

Je gaat individueel of met klasgenoten bedenken hoe een werkdag van een bepaald beroep er uit ziet en dit vervolgens laten controleren door iemand met het beroep.



Stap voor stap

1. Kies een beroep wat je interessant lijkt. Bedenk vervolgens voor jezelf hoe een gemiddelde werkdag er uit ziet. Schrijf dit nauwkeurig op, dus incl. tijden.
2. Zijn er nog andere klasgenoten die het beroep ook interessant lijkt? Hoe denken zij dat een werkdag er uit ziet? Vergelijk de verhalen met elkaar.
3. Zoek contact met iemand die het beroep heeft. Is er misschien iemand in het netwerk van jou of een klasgenoot? Misschien kun je een bedrijf bellen?
4. Mail of bel de persoon met de vraag of hij of zij kan omschrijven hoe een gemiddelde werkdag er uit ziet. Wat vind je er van? Schrijf dit voor jezelf op.

vernieuwenderwijs.nl



Op stap met een beroep

Werkexploratie



Opdracht

Om te weten hoe een werkdag van bepaald beroep er uit ziet kan het enorm helpen om een dag mee te lopen. Dan zie je met eigen ogen hoe het er aan toe gaat en kun je ook nog veel vragen stellen. Ook leer je zo iemand vaak goed kennen. Een mooie manier om je netwerk uit te breiden!

Je gaat individueel óf met een klasgenoot een dag meelopen met iemand uit je netwerk of die van een ander. Hier ga je een verslag van maken en presenteren aan je klasgenoten.



Stap voor stap

1. Kies een persoon (beroep) uit het netwerk van je jezelf óf een klasgenoot waar je graag eens een dag mee zou willen meelopen. Wat lijkt je leuk?
2. Kijk of er nog klasgenoten zijn die het ook leuk zou lijken om een dag mee te lopen. Welke klasgenoten delen de zelfde interesse?
3. Leg contact met de persoon en vraag of het mogelijk is om een keer mee te lopen en op welke datums dat dan kan. Overleg met school of dat uit komt.
4. Bedenk voordat je gaat meelopen wat je de persoon allemaal wilt vragen. Spreek ook met je docent af wanneer je je ervaringen gaat presenteren.



Meelopen bij het MBO

Werkexploratie



Opdracht

Om te weten hoe het is om op een MBO opleiding te zitten kan het erg leerzaam zijn om een dag(deel) mee te lopen. Je kunt dan enkele lessen volgen, zien wat voor personen er op de school zitten, ervaren hoe sfeer in de school is etc. Zo kun je kijken of de school en opleiding bij je past.

Je gaat individueel of met klasgenoten een dag(deel) meelopen bij een MBO opleiding. Hier ga je vervolgens een verslag van maken en je deelt je ervaringen in de klas.



Stap voor stap

1. Zoek MBO scholen en opleidingen in de buurt die jou leuk lijken. Dit mogen ook best opleidingen zijn waar je erg over twijfelt: misschien is het wel iets!
2. Kies 3 opleidingen uit waar je een (dag)deel wilt meelopen. Zorg er voor dat het opleidingen zijn die van elkaar verschillen, zo leer je het meeste.
3. **Optioneel:** Je docent heeft accountgegevens van een systeem waar je je online kunt aanmelden om mee te lopen bij MBO opleidingen.
4. Is er geen online systeem of staat de opleiding er niet tussen? Neem dan zelf contact op met de school. Maak na het bezoek een verslag van je ervaring.



Mijn routekaart naar de toekomst

Loopbaansturing



Opdracht

De route naar je toekomst kun je niet voorspellen. Wel kun je bedenken wat je wilt en wat er voor nodig is om dat te bereiken. Je kunt je zo je eigen loopbaan sturen. Dat is precies waar je deze opdracht mee aan de slag gaat: een routekaart naar je eigen toekomst.

In gaat individueel bedenken hoe je wilt dat je loopbaan er de komende tijd uit gaat zien. Vervolgens ga je denken wat je nodig hebt om die route succesvol te kunnen volgen.



Stap voor stap

1. Bedenk wat voor een routekaart je wilt maken: een voor de komende periode, schooljaar of misschien wel komende jaren? Overleg dit met je docent.
2. Bedenk vervolgens waar je wilt dat de route je naar toe brengt, oftewel: waar wil je eindigen aan het einde van de periode?
3. Bedenken vervolgens welke belangrijke plekken (momenten) je tegen komt die invloed hebben op je eindbestemming: waar moet je rekening mee houden?
4. Verwerk stap 2 en 3 in een routekaart: teken een route, geef aan welke moment er belangrijk gaan zijn en hoe je daar rekening mee gaat houden.



Mijn persoonlijke gebruiksaanwijzing

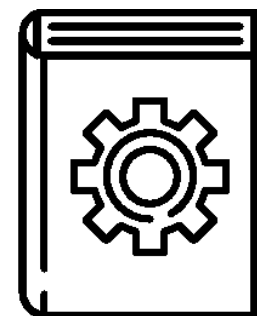
Loopbaansturing



Opdracht

Er zijn heel veel verschillende beroepen. Ieder beroep vraagt om verschillende kwaliteiten: dingen je goed moet kunnen om het beroep uit te kunnen oefenen. Waar moet een slager goed in zijn? En een grafisch vormgever? En wat past er dan bij jou?

Je gaat individueel een persoonlijke gebruiksaanwijzing maken. Hierin ga je opschrijven wat je kan en wat er nodig is om je dat zo goed mogelijk te laten doen.



Stap voor stap

1. Neem een opdracht in gedachte die je recent heb gemaakt waar je trots op bent én een opdracht die je recent hebt gemaakt en waar je juist van baalt.
2. In wat voor soort opdrachten ben jij goed? en in wat voor soort opdrachten ben jij minder goed? Schrijf je antwoorden op beide vragen op.
3. Kijkend naar je antwoorden kun je je bedenken: wat zijn je *sterke punten*? en wat zijn je *valkuilen*? Maak 2 rijtjes en schrijf bij beide enkele punten op.
4. Maak nu een handleiding van jezelf. Schrijf hierin concreet wat jij kan én wat er nodig is om dit voor elkaar te krijgen. **Optioneel:** maak een mooie lay-out!



Loopbaangesprek

Loopbaansturing



Opdracht

Het werken aan je loopbaan kan soms best lastig zijn. Je moet soms over lastige nadenken en moeilijk beslissingen nemen. Het kan daarbij erg helpen om met iemand te praten over je loopbaan, oftewel een loopbaangesprek te voeren.

Je gaat individueel een loopbaangesprek voorbereiden. Tijdens dit gesprek ga je met je docent (en klasgenoten) praten over één of meer loopbaancompetenties.



Stap voor stap

1. Bedenk over welke van de loopbaancompetentie(s) je het met je docent het wilt hebben: waar heb je aan gewerkt? waar wil je aan werken?
2. Bekijk **deel A** van het **'formulier loopbaanreflectiegesprek'**. Lees dit goed door. Snap je wat de bedoeling is? Vraag eventueel hulp aan je docent.
3. Vul deel A in. Geef het vervolgens (digitaal) aan je docent. Hij kan dit dan doorlezen als voorbereiding op het loopbaangesprek.
4. Er zal binnenkort een loopbaangesprek plaatsvinden. Zorg er voor dat je deel A voor het gesprek nog eens goed leest en van het gesprek een verslag maakt.



Loopbaandossier

Loopbaansturing



Opdracht

Om goed bezig te zijn met je loopbaan, is het belangrijk om bewust stil te staan bij je loopbaan(competenties). Naast het hebben van een portfolio kan het daarom handig om een loopbaandossier te hebben en bij te houden: een document waar je regelmatig reflecteert op je loopbaan.

Je gaat individueel aan je loopbaandossier werken. Dit doe je door stil te staan bij wat je de afgelopen tijd hebt gedaan en wat je dus hebt geleerd over de loopbaancompetenties.



Stap voor stap

1. Bedenk wat je de afgelopen weken hebt gedaan: welke momenten in of buiten school zijn je bijgebleven? Kies vervolgens 1 of 2 momenten uit.
2. Schrijf op waarom de momenten je zijn bijgebleven. Wat maakte de momenten zo bijzonder? Wat was er anders dan de andere dingen de afgelopen weken?
3. Hebben deze momenten bijgedragen aan je loopbaan (denk goed na: vaak is dat zeker het geval)? Over welke loopbaancompetenties gaat dat?
4. Verwerk de momenten bij de bijbehorende loopbaancompetenties in je loopbaandossier. Voeg eventueel bijbehorende foto's of filmpjes toe.



Mijn netwerk

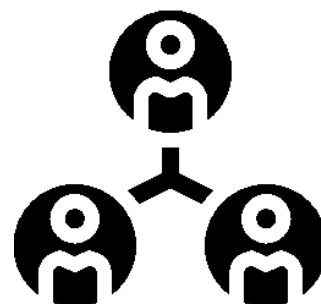
Netwerk



Opdracht

Iedereen heeft een netwerk om zich heen. Dit zijn de mensen die je kent: familieleden, vrienden, kennissen etc. Deze mensen kennen jou goed en kunnen jou helpen bij het ontdekken van je kwaliteiten, valkuilen etc. Je netwerk is dan ook erg belangrijk bij het maken van keuzes.

In deze opdracht ga je individueel je eigen netwerk in kaart brengen. Zo krijg je een duidelijk overzicht van je netwerk en optioneel ook die van je klasgenoten.



Stap voor stap

1. Schrijf voor jezelf op wie je kennissen, vrienden en familieleden zijn waar je contact mee hebt. Schrijf bij iedereen zijn of haar beroep en opleiding op.
2. Je weet misschien niet alles. Vraag daarom aan je netwerk welk beroep zij hebben en wat voor opleiding zij hebben gedaan. Vul zo je lijst aan.
3. Werk nu je netwerk uit. Zie het als een uitgebreide stamboom: geef per persoon het volgende aan: naam, beroep, opleiding en hoe je ze kent.
4. **Optioneel:** wissel je netwerk uit met klasgenoten en maak er één groot netwerk van. Dit kan handig zijn als je bijvoorbeeld iemand wilt interviewen!



Interview met iemand uit een ander netwerk

Netwerk



Opdracht

Om te weten hoe een werkdag van een beroep er uit ziet, welke opleiding je er voor moet hebben gedaan, wat je goed moet kunnen voor een opleiding etc. is het erg handig om iemand daar vragen over te stellen, oftewel een interview af te nemen. Daar ga ja deze opdracht aan werken.

Je gaat individueel een interview afnemen bij iemand uit het netwerk van een klasgenoot. Dit interview neem je af bij iemand waarvan je het beroep interessant lijkt.



Stap voor stap

1. Kies een persoon (beroep) uit het netwerk van je klasgenoot. Kies een beroep wat je interessant lijkt en waar je later misschien ook wel iets mee wilt.
2. Bedenk wat je de persoon wilt vragen. **Bijvoorbeeld:** leuke/minder leuke dingen aan het beroep, gevolgte opleiding en kwaliteiten die nodig zijn.
3. Leg contact met de persoon en maak een afspraak om een keer bij hem of haar langs te gaan. Bereid je interview goed voor: lees je vragen goed door.
4. Neem het interview op en vraag ook of je het op je telefoon mag opnemen. Type de vragen en antwoorden naderhand uit. Hoe lijkt het beroep je?



LinkedIn

Netwerk



Opdracht

Veel mensen maken gebruik van de website LinkedIn. LinkedIn is een gratis sociale netwerksite die zich specifiek richt op professionals. Mensen leggen hier connecties, delen dingen die (mee)maken op het werk en ook staan er regelmatig vacatures of advertenties van werkzoekende.

In deze opdracht ga je individueel een LinkedIn profiel aanmaken en deze zo ver je kan vullen met informatie. Vervolgens ga je connecties zoeken.



Stap voor stap

1. Ga naar de website www.linkedin.com. Maak hier vervolgens een account aan.
Let op: je moet 16 jaar of ouder zijn.
2. Vul nu je account met informatie. Bedenk je daarbij dat alles openbaar is en dat het een professioneel netwerk is (dus géén privé dingen).
3. Als je je account zo ver je kunt hebt gevuld, dan is het tijd om connecties te zoeken. Wie ken je van je familie, vrienden of kennissen? of via je baan?
4. Houd je LinkedIn regelmatig bij: verwerk ervaringen, leg connecties etc.
Tip: installeer de app op je mobiele telefoon, dit maakt het makkelijker.



Jij op het internet

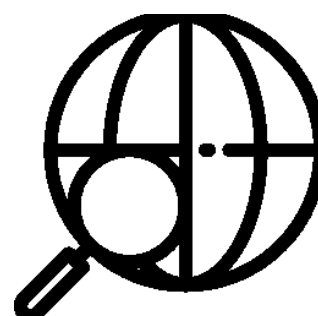
Netwerken



Opdracht

Online kun je veel vinden. Het is daarom voor werkgevers steeds gebruikelijker om iemand op google op te zoeken als die persoon op gesprek komt voor een mogelijke baan (ook van een bijbaantje!). Het zelfde geldt voor een stage of andere soorten werk. Hoe sta jij online?

Je gaat individueel zoeken wat er online over jou te vinden is en waar wenselijk en mogelijk daar verandering in aan brengen. Zo kom je online bekend te staan zoals je wilt.



Stap voor stap

1. Ga naar www.google.nl en zoek je eigen voor- en achternaam. Ben je online te vinden? Wat kun je allemaal van jou vinden?
2. Denk nu vanuit een je docent, stagebegeleider of toekomstige werkgever: wat zou hij niet van jou willen zien? en wat juist wel?
3. Onderneem als dat nodig is actie: pas de privé settings van social media aan, verwijder oude dingen of vraag iemand dit te doen etc.
4. **Optioneel:** wil je juist wel dat mensen bijvoorbeeld gemaakt werk van jou vinden (portfolio)? Bedenk dan hoe je dit online zichtbaar kunt maken.



3 Bronvermelding

3.1 Literatuurlijst

Boer, R. d., Jager, A., & Smulders, H. (2003). Beroepsdilemma's als sleutel tot betekenisvol leren. Wageningen: Stoas

Meijers, F., & Kuijpers, M. (2008). Loopbaanleren. Onderzoek en praktijk in het onderwijs. Antwerpen: Garant Uitgevers nv.

Meijers, F., & Wardekker, W. (2002). Career learning in a changing world. International journal for the advancement of counselling 24(3), 149-167.

Meijers, F., Kuijpers, M., & Bakker, J. (2006, 02). Over leerloopbanen en loopbaanleren: Loopbaancompetenties in het (v)mbo. Opgeroepen op 3 1, 2014, van Het platform beroepsonderwijs: <http://www.utwente.nl/igs/tccr/tccr%20publicaties/leerloopbanen.pdf>

Meijers, F., Kuijpers, M., & Winters, A. (2010). Loopbaanbegeleiding en loopbaandialogen in het onderwijs. 's-Hertogenbosch: ECBO.

Meijers, F., Kuijpers, M., & Winters, A. (2013, 7 11). Opgeroepen op 1 19, 2014, van Meijers onderzoek en advies: <http://www.frans-meijers.nl/files/download.php?id=145>

Meijers, F., Marinka, K., & Winters, A. (2010, juli). ecbo. Opgeroepen op 3 1, 2014, van ecbo: <http://www.ecbo.nl/ECBO/downloads/publicaties/A00574.pdf>

Vernieuwonderwijs.nl is een website van en voor docenten die een interesse hebben in onderwijsinnovatie, in het bijzonder in combinatie met technologie en het doen van onderzoek en waar mogelijk met een praktische insteek.

Op deze website vind je updates over de nieuwste innovaties, artikelen over de achtergronden er van en tools als apps, website's en programma's met bijbehorende uitleg zodat je het direct kunt toe passen binnen je eigen onderwijspraktijk. Ook werken we met gastschrijvers: iedereen is welkom om een gastartikel te plaatsen over een idee, ervaring of onderzoek. Dit alles om je te inspireren om te innoveren; onderwijsinnovatie is leuk en dat mag gedeeld worden!

Naast het doen van onderzoek en het schrijven van artikelen geven we ook lezingen en workshops over de onderwerpen waarover we schrijven. Ook ondersteunen we organisaties en bedrijven bij onderwijsvraagstukken. Op onze website kunt u vinden met wie we hebben samengewerkt.

Vernieuwonderwijs

Telefoon: Wessel: 06 271 35 888
 Michiel: 06 507 43 986
Internet: www.vernieuwonderwijs.nl
E-mail: info@vernieuwonderwijs.nl
Twitter: @vernieuwonderwijs



Vernieuwonderwijs
inspiratie en innovatie