



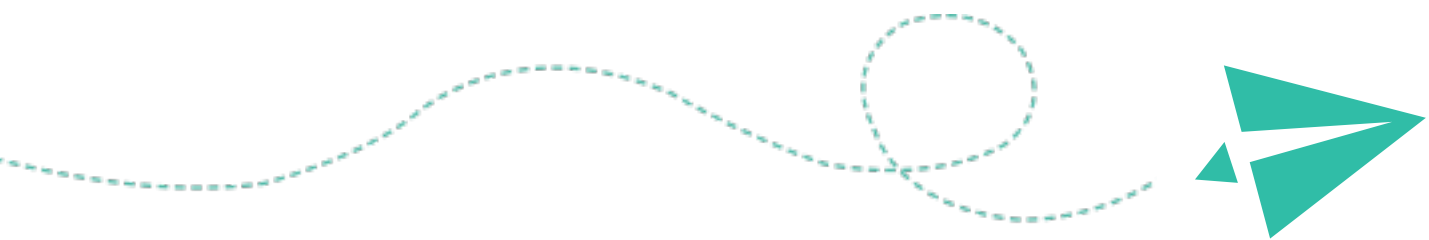
# De handleiding

Aukje Meens



# INHOUDSOPGAVE

1. Over 100% Jezelf	3
2. Doelgroep	3
3. Inhoud boek	4
3.1 Hoofdstukken	
3.2 Opbouw hoofdstukken	
3.3 Online leeromgeving	
4. Het gebruik van 100% Jezelf	10
4.1 4 tips hoe de student 100% Jezelf kan gebruiken	
4.2 4 tips hoe de begeleider 100% Jezelf kan gebruiken	
4.3 Planning	
5. Aanvullingen	22



# 1. OVER 100% JEZELF

Met dit werkboek ontdekken studenten wie ze zijn, wat hun talenten zijn, wat zij nu en later willen bereiken en welk beroep daarbij past. Antwoorden op deze vragen zorgen dat studenten hun loopbaanproces kunnen sturen om aan te sluiten bij wat zij willen bereiken!

Het werkboek is praktisch van aard en het sluit aan bij de belevingswereld van de student. Ook zijn de vijf loopbaancompetenties verwerkt in drie beroepsbeelden; zelfbeeld, beroepsbeeld en opleidingsbeeld. Aanvullend op het werkboek is er een online leeromgeving gevuld met materiaal zoals kennisclips, testen en oefeningen voor studenten.

## 2. DOELGROEP

Het werkboek 100% Jezelf richt zich op de loopbaanontwikkeling en studieloopbaanbegeleiding voor studenten in het MBO. Het werkboek is voor alle opleidingen en niveaus bruikbaar.

# 3. INHOUD BOEK

## 3.1 Hoofdstukken



### Hoofdstuk 1: Inleiding

In dit hoofdstuk wordt een korte uitleg gegeven over welke doelen studenten bereiken met het werkboek, hoe het werkboek is opgebouwd en hoe de hoofdstukken zijn ingedeeld.



### Hoofdstuk 2: Kennismaken

Het uitgangspunt van dit hoofdstuk is dat studenten elkaar, de docenten en hun studieloopbaanbegeleider leren kennen.



### Hoofdstuk 3: Het kwalificatiedossier

Dit hoofdstuk is facultatief. Je kunt zelf bepalen of je studenten dit hoofdstuk laat maken. In dit hoofdstuk maken studenten kennis met het kwalificatiedossier en hoe dit in hun eigen opleiding is opgebouwd.



### Hoofdstuk 4: Ken jij jezelf?!

In dit hoofdstuk staat het ontwikkelen van een zelfbeeld centraal. Er wordt aandacht besteed aan o.a. de persoonlijkheid, de sterke en zwakke kanten en hoe hun rol is in de groep.



### Hoofdstuk 5: Jouw beroep?!

Dit hoofdstuk richt zich op de mogelijke beroepen die studenten na hun opleiding kunnen uitvoeren. Er wordt aandacht besteed aan o.a. vacatures bekijken, solliciteren en gesprekken voeren met ouderejaars studenten en studenten die zijn afgestudeerd.



### Hoofdstuk 6: Ken jij je opleiding?

Door dit hoofdstuk krijgen studenten inzicht in hun opleiding. Ze zoeken o.a. uit hoe de opleiding in elkaar zit, wat voor (extra) begeleiding de opleiding kan bieden en wat de mogelijkheden zijn als de opleiding is afgerond.



### Hoofdstuk 7: Zit je op koers?

Voor studenten is het belangrijk dat ze hun eigen ontwikkeling volgen. In dit hoofdstuk staan de diverse hulpmiddelen en begeleidingsmogelijkheden centraal die hen daarbij kunnen helpen. Er wordt aandacht besteed aan o.a. een loopbaangesprek voeren, een portfolio maken en een intervisiegesprek voeren.



### Hoofdstuk 8: Ben je loopbaanvaardig genoeg?

In dit hoofdstuk staan een vijftal loopbaanvaardigheden centraal: plannen, presenteren, netwerken, feedback geven en ontvangen en de 21st century skills. Door middel van opdrachten ontwikkelen studenten zich in deze vaardigheden.

## 3.2 Opbouw hoofdstukken

Elk hoofdstuk (vanaf hoofdstuk 3) heeft een vaste opbouw. Zo start ieder hoofdstuk met een korte inleiding en mindmap. Daarna maakt de student een test en diverse opdrachten. Aan het eind van ieder hoofdstuk beschrijven ze het resultaat dat zij hebben bereikt. Hieronder lichten we kort deze onderdelen toe:

### Inleiding

Een hoofdstuk start met een korte uitleg over wat er in het hoofdstuk centraal staat.

### Mindmap

Studenten maken een mindmap waarin zij de voorkennis over het onderwerp van het hoofdstuk zichtbaar maken. Het is belangrijk om aan het begin van het schooljaar aandacht te besteden aan het maken van een mindmap.

Een mindmap is een schema met begrippen en teksten. Een thema staat in het midden centraal. Daar omheen staan begrippen die daarmee te maken hebben. Om elk begrip (of kopje) in de mindmap plaats je begrippen die met het centrale thema en dat kopje te maken hebben.

Dit kun je doen door de volgende stappen te doorlopen:

1. Neem bladzijde 9 in het werkboek klassikaal door. Hier staat een stappenplan om een mindmap te maken vermeld.
2. Maak een eerste mindmap gezamenlijk op een groot vel papier of op het (digitale) schoolbord.
3. Laat studenten vervolgens zelf een mindmap maken over bijv. zichzelf of over hun hobby's. Hierdoor leren ze de opbouw van een mindmap kennen.
4. Vervolgens maken studenten de eerste mindmap in het werkboek 100% Jezelf.



Tip: Geef studenten de eerste paar keer de tijd om een mindmap te maken, zodat ze kunnen wennen aan de manier van werken. Laat ze bovendien de mindmaps in groepjes bespreken, zodat ze leren dat elke mindmap er weer anders uit ziet.

## Een test (in hoofdstuk 4 t/m 6)

De testen geven de student een beeld van zichzelf, de toekomstige beroep of de opleiding. Met de uitslag bepaalt de student (evt. in samenwerking met de (loopbaan)begeleider) welke onderdelen van het hoofdstuk hij/zij gaat doornemen. Dit kan betekenen dat een student alle onderdelen of enkele onderdelen gaat uitvoeren. Dit is afhankelijk van wat de student verwacht te leren en van dat wat jij denkt dat de student kan leren. Voorbeeld: In hoofdstuk 4 wat gaat over het ontwikkelen van zelfbeeld. De volgende onderdelen worden besproken: de persoonlijkheid, de sterke en zwakke punten, de leerstijl, het eigen gedrag en dat van anderen en de rol in de groep. Sommige studenten gaan alle onderdelen doornemen, andere studenten misschien alleen het onderdeel 'de sterke en zwakke kanten' en 'het eigen gedrag en dat van anderen'.

## Opdrachten

Elk onderdeel start vaak eerst met een stukje uitleg en daarna volgt een test, een invuloefening, een samenwerkingsopdracht of een onderzoek, etc.

Opdrachten die vaker worden uitgevoerd zijn:

### Venn diagram

Met een Venn diagram geven studenten visueel weer wat de verschillen en overeenkomsten zijn (bijvoorbeeld op blz. 12-13). In het werkboek maken studenten deze opdracht zelfstandig en soms samen met een andere student. Er zijn steeds 3 stappen die studenten doorlopen bij het maken van deze opdracht:

1. Ze schrijven de verschillen op in de buitenste cirkels
2. Ze schrijven de overeenkomsten op in de middelste cirkel
3. Ze bespreken het ingevulde Venn diagram na met andere studenten.

### **Wat doe je als studenten het lastig vinden om een Venn diagram in te vullen?**

- Op de website [www.oabdekkers.nl/100procentjenzelf](http://www.oabdekkers.nl/100procentjenzelf) staan voorbeelden van een ingevulde Venn diagram. Dit kan studenten helpen om zelf een Venn diagram in te vullen.
- Je kunt studenten ook samen laten werken aan een Venn diagram. Ze moeten dan samen de opdracht uitzoeken en uitvoeren.

## Schaalvragen

In diverse opdrachten komen schaalvragen terug (bijvoorbeeld op blz. 48). Het is de bedoeling dat studenten bepalen aan de hand van een schaal (meestal 1 t/m 5) waar zij vinden dat ze staan. Een schaalvraag wordt bijvoorbeeld gebruikt om aan te geven in hoeverre studenten vinden dat ze kunnen samenwerken.

Vinden jouw studenten het lastig om een cijfer te kiezen? Ga dan gezamenlijk bepalen wat je onder de cijfers verstaat. De uiterste cijfers (1 en 5) zijn vaak bekend. Bepaal gezamenlijk wat jullie onder de overige cijfers (2, 3 en 4) verstaan.

## Likes/dislikes

In enkele opdrachten wegen studenten voor- en nadelen af door aan te geven wat ze 'liken' (wat ze prettig vinden) en 'disliken' (wat ze niet prettig vinden). Deze opdracht komt o.a. terug in hoofdstuk 5 (blz. 86). De like/dislike opdracht helpt studenten om een duidelijk beeld te krijgen van wat ze bijvoorbeeld kunnen bespreken met hun (loopbaan)begeleider en wat niet. Wanneer je studenten deze opdracht samen laat maken, zorgt dit ervoor dat studenten nieuwe inzichten opdoen door de ervaringen en bevindingen van andere studenten.

## Jouw resultaat

Elk hoofdstuk eindigt met de paragraaf 'Jouw resultaat'. Deze paragraaf staat in het teken van drie opdrachten waarmee de student het hoofdstuk evalueert. Hieronder geven we aan hoe je deze opdrachten tijdens de les kunt uitvoeren:

### 1. Mindmap aanvullen

Met deze opdracht zien studenten in wat ze geleerd hebben van dit hoofdstuk. Ze vullen namelijk de mindmap in het begin van het hoofdstuk aan met wat ze geleerd hebben. Zorg dat studenten dit met een andere kleur pen of potlood invullen, zodat de verschillen zichtbaar zijn.

### Hoe pak je deze opdracht aan?

- Bespreek klassikaal of in groepjes welke onderwerpen aan bod zijn gekomen, wat studenten in het hoofdstuk gedaan hebben en wat ze geleerd hebben.
- Naar aanleiding van het gesprek hebben studenten ideeën opgedaan om de mindmap aan te vullen met nieuwe takken en begrippen.



Tip: Vinden jouw studenten het moeilijk om aan te geven wat ze geleerd hebben van het hoofdstuk? Laat studenten dan na elke les de mindmap aanvullen. Aan het eind van het hoofdstuk kan de uitgewerkte mindmap een hulpmiddel zijn om een groepsgesprek te starten.

## 2. Hoe ga je nog meer leren?

Studenten kruisen in deze opdracht aan in welke onderdelen van het hoofdstuk ze zich nog verder willen verdiepen of waar ze nog meer over willen leren. Je kunt studenten helpen bij het maken van een keuze op de volgende drie manieren:

- Bekijk samen met studenten de mindmap die aan het begin van het hoofdstuk staat. Bij welke onderdelen staat veel geschreven? Bij welke onderdelen staat er nog weinig geschreven? De onderdelen waar nog weinig over opgeschreven is kunnen aangekruist worden.
- Vraag aan studenten welke onderdelen van het hoofdstuk ze interessant vonden en waar ze veel van geleerd hebben. Als ze nog meer over dit onderdeel/onderwerp te weten willen komen kunnen ze dit onderdeel kiezen.
- Het doorlopen van een hoofdstuk zorgt ervoor dat studenten antwoorden krijgen op de vragen die ze hebben over hun (studie)loopbaan. Ook kan het ervoor zorgen dat er verdiepende vragen ontstaan. Studenten krijgen nu de kans om deze vragen verder uit te zoeken. Het onderdeel waar de vraag over gaat wordt dan aangekruist.

## 3. De stappen per onderdeel opschrijven

Studenten geven concreet aan wat ze gaan doen om zich verder te verdiepen in het onderdeel. Dit doen ze door dit in stappen aan te geven.

### Hoe pak je deze opdracht aan?

- Laat studenten in groepjes of klassikaal benoemen waarom ze een onderdeel hebben aangekruist. Wat willen ze leren of waar willen ze zich verder in verdiepen? Hetgeen studenten benoemen, schrijven ze op bij het kopje 'onderdeel/onderwerp'.
- Studenten mogen vervolgens zelf opschrijven welke stappen ze nemen om het doel te bereiken. Studenten kunnen hierin elkaar helpen.
- Wanneer je klassikaal de leerdoelen van studenten bespreekt, komen studenten erachter welke leerdoelen andere studenten hebben opgesteld. Wanneer studenten hetzelfde leerdoelen hebben, kunnen zij afspreken om hier samen aan te werken.



NB: Verwacht in eerste instantie niet meteen dat studenten drie leerdoelen kunnen opschrijven en uitvoeren. Start aan het begin van het jaar met één leerdoel en breidt dit door het jaar heen verder uit.

Blijf het gehele jaar tijd vrij maken om aandacht te besteden aan de opgestelde leerdoelen. Zo voorkom je dat studenten geen aandacht meer hebben voor de leerdoelen.

#### Extra opdracht

Hoofdstuk 4 t/m 6 eindigt met een extra opdracht: Deze opdracht wordt klassikaal uitgevoerd in een aparte les. Studenten laten met deze opdracht zien wat zij geleerd hebben van dit hoofdstuk door bijv. een presentatie te geven.

## 3.2 Online leeromgeving

Als aanvulling op het werkboek hebben wij een online leeromgeving ontwikkeld. Deze is te openen via het de volgende website: [www.oabdekkers.nl/100procentjzelf](http://www.oabdekkers.nl/100procentjzelf). Je kunt voor je opleiding een inlogcode aanvragen door een e-mail te sturen naar: [bureau@oabdekkers.nl](mailto:bureau@oabdekkers.nl).

In het werkboek verwijzen we regelmatig naar de online leeromgeving. In de online leeromgeving kun je het volgende vinden:

- Filmpjes van studenten die verschillende opleidingen volgen. Zij geven aan hoe ze denken over zichzelf, de opleiding en het beroepenveld en wie of wat hen heeft geholpen.
- Informatieve filmpjes die aansluiten bij het werkboek en soms de uitleg uit het werkboek vervangen.
- Testen om zichzelf, het beroep en de opleiding beter te leren kennen, extra informatie, online modules en oefeningen om zich verder te verdiepen.

De online leeromgeving start met een openingspagina waarin de icoontjes van de acht hoofdstukken zichtbaar zijn. Studenten kunnen vervolgens kiezen naar welk hoofdstuk ze gaan. Bij elke pagina van een hoofdstuk kiezen studenten uit de volgende vier onderdelen; opdrachten, video's, voorbeelden (van opdrachten) en extra informatie (tips en hyperlinks). Op deze manier staat alles geordend wat ervoor zorgt dat de student zijn/haar weg weet te vinden in de online leeromgeving.

# 4. HET GEBRUIK VAN 100% JEZELF

## 4.1 4 tips hoe studenten dit werkboek kunnen gebruiken

100% Jezelf is een werkboek dat studenten zelfstandig kunnen gebruiken. Door de korte stukken tekst en de afwisselende opdrachten worden studenten gemotiveerd om te werken aan hun eigen studieloopbaan. Hier volgen tips hoe studenten het werkboek kunnen gebruiken.

### **Tip 1: Laat studenten zelf hun loopbaanroute bepalen.**

Het is belangrijk om uit te gaan van de vragen die studenten zelf hebben over hun loopbaanontwikkeling. Op basis daarvan kun je samen met studenten bepalen welke hoofdstukken of onderdelen van het werkboek helpen om antwoorden te krijgen op deze vragen. Hierdoor zijn studenten gemotiveerd om aan de slag te gaan met de opdrachten. Je kunt dit in eerste instantie klassikaal aanpakken en later individueel per student. Dit is afhankelijk van hoe studenten om kunnen gaan met de vrijheid.

### **Tip 2: Zorg dat studenten samenwerken.**

Studenten kunnen elkaar helpen met de vragen die zij hebben over hun loopbaan. Zo delen ze ervaringen en bevindingen met elkaar. Dit helpt de studenten om nieuwe ideeën op te doen en om een scherper beeld te ontwikkelen over hun eigen (studie)loopbaan.

Vinden jouw studenten het samenwerken nog lastig? Start dan met het uitvoeren van korte samenwerkingsopdrachten. Maak de opdrachten groter en complexer als de samenwerking steeds beter verloopt. Stel tijdens het samenwerken veel open vragen, zodat studenten zelf nadenken over mogelijke oplossingen.

### **Tip 3: Zorg dat studenten klassikaal of in groepjes regelmatig gesprekken voeren over hun studieloopbaan.**

De opdrachten in het werkboek zorgen ervoor dat studenten nadenken over zichzelf, de toekomstige beroepen en de opleiding. Naast het maken van opdrachten is het voeren van gesprekken van belang. Dit kan gedaan worden door jou als (loopbaan)begeleider. Ook kunnen studenten onderling hun loopbaanontwikkeling bespreken. Door het uitwisselen van ervaringen en vragen over o.a. de stage en de opleiding helpen studenten elkaar verder in de loopbaanontwikkeling.

#### Tip 4: Laat studenten gebruik maken van hun smartphone en laptop in hun loopbaan.

Studenten zijn erg gemotiveerd als ze gebruik mogen maken van hun smartphone of laptop. Op diverse manieren kunnen studenten gebruik maken van een smartphone of laptop in hun loopbaanontwikkeling:

- In de online leeromgeving ([www.oabdekkers.nl/100procentjeczelf](http://www.oabdekkers.nl/100procentjeczelf)) kunnen studenten zich verdiepen en verbreden in hun loopbaanvaardigheden. In de online leeromgeving zijn filmpjes te bekijken over de loopbaanonderwerpen, er is extra informatie te vinden over loopbaanonderwerpen en vaardigheden, er zijn extra testen opdrachten te vinden en er kunnen online modules worden gevolgd.
- Door verschillende opdrachten in het werkboek krijgen studenten de kans om het loopbaanonderwerp te onderzoeken. Bijvoorbeeld: In hoofdstuk 5 gaan studenten zoeken naar vacatures om toekomstige beroepen te onderzoeken/ Door de diverse vacatures komen studenten te weten welke taken er in het beroep worden uitgevoerd en welke persoonskenmerken er worden gevraagd. Dit onderzoek voeren studenten uit op internet.

## 4.2 4 tips hoe (loopbaan)begeleiders dit werkboek kunnen gebruiken

### Tip 1: Zorg voor structuur.

Dit werkboek is zoals eerder te lezen gestructureerd opgebouwd voor studenten. Zorg dat je in de les ook structuur biedt aan studenten. Dit begint bij de start van de les door gebruik te maken van de drieslag:

- Wat gaan we vandaag doen in deze les?
- Wat zijn de doelen die we gaan behalen?
- Waarom is dit belangrijk?

Studenten weten op deze manier wat ze kunnen verwachten van jouw les. Ook kun je hierdoor tussentijds en aan het eind van de les evalueren op basis van de gestelde doelen.

### **Tip 2: Maak een koppeling tussen studieloopbaanbegeleiding en BPV.**

Studenten lopen tijdens de opleiding stage in het toekomstige beroepenveld. De ervaringen helpen studenten om erachter komen of dat de sector en de toekomstige beroepen bij hen passen. In diverse opdrachten die te maken hebben met het zelfbeeld, beroepsbeeld, opleidingsbeeld en loopbaanvaardigheden wordt er verwezen naar stage-ervaringen.

Ook kan de app Mijn-Job hierin helpen. Mijn-Job is een app voor de stagebegeleiding in het mbo. Zowel studenten als docenten krijgen op deze manier inzicht in welke werkzaamheden die in het kwalificatiedossier staan beschreven studenten uitvoeren tijdens hun stages. Tijdens de gehele studieloopbaanbegeleiding kunnen de werkzaamheden en ervaringen die gedeeld worden via een chat een middel zijn om in gesprek te gaan met studenten over hun loopbaan. Benieuwd naar de app? Kijk dan op [www.mijn-job.nl](http://www.mijn-job.nl) voor meer informatie.

### **Tip 3: Evalueer samen met studenten.**

Het is voor de loopbaanontwikkeling van studenten belangrijk dat studenten inzien op welke punten ze een grote groei hebben gemaakt en op welke punten ze zich nog verder kunnen ontwikkelen. Het werkboek helpt studenten hierbij door de mindmaps aan het begin en het eind van het hoofdstuk te laten maken. Vervolgens bepalen studenten zelf wat zij willen doen om zich verder te verdiepen in de loopbaanonderwerpen.

Op basis van de ingevulde resultaten kun je met studenten gesprekken voeren. Waarom willen ze deze doelen bereiken? Wat hebben ze al gedaan aan het leerdoel? Wat gaat goed in de ontwikkeling en waar lopen studenten tegen aan? Door aandacht te blijven besteden aan de opgestelde doelen, zorg je dat studenten geactiveerd blijven om aan de leerdoelen te werken.

### **Tip 4: Stem met je collega's het programma voor studieloopbaanbegeleiding af.**

Door een gezamenlijke aanpak zorg je voor een eenduidig programma. Als begeleider stem je hierdoor lessen beter op elkaar af, worden ideeën uitgewisseld en is de communicatie naar studenten eenduidig.

### **Wil je meer informatie over studieloopbaanbegeleiding?**

Het boek 'Aan de slag met studieloopbaanbegeleiding' geeft een overzicht van alle facetten van studieloopbaanbegeleiding (beleid, organisatie, de rol van de studieloopbaanbegeleider, fasen in de studieloopbaanbegeleiding, typen gesprekken en gespreksvaardigheden, etc.). Er wordt meer informatie gegeven over de verschillende soorten gesprekken die gevoerd worden met studenten, tips en technieken om gericht met de student in gesprek te gaan en hoe ervoor gezorgd kan worden dat de deelnemer zelf met zijn ontwikkeling aan de slag gaat. Meer informatie is te vinden op: <http://onderwijsboek.nl/aan-de-slag-met-studieloopbaanbegeleiding>.

## 4.3 Planning

Er is een grote diversiteit in de uitvoering van (studie)loopbaanbegeleiding in het mbo. Sommige opleidingen kiezen ervoor om studieloopbaanactiviteiten te standaardiseren, door klassikale lessen aan te bieden waarbij elke les een ander loopbaanonderwerp centraal staat. Andere opleidingen kiezen voor een persoonsgerichte leerroute, waarbij ze aansluiten bij de behoeften en de vragen van studenten. 100% Jezelf kan op diverse manieren worden ingezet in het onderwijs. Hieronder leggen we drie manieren globaal uit:

- **Individuele leerroutes:** Studenten kunnen zelfstandig werken in 100% Jezelf. Het werkboek ondersteunt studenten om zelf een leerroute te bepalen. Als (loopbaan) begeleider kun je regelmatig individuele gesprekken voeren. In de gesprekken kun je aandacht besteden aan de individuele vragen en kun je ervoor zorgen dat studenten zich verder gaan verdiepen in de onderwerpen van het werkboek 100% Jezelf.
- **Klassikale en individuele leerroutes:** Aan het begin van een schooljaar start je met een klassikale leerroute om studenten kennis te laten maken met studieloopbaanbegeleiding. Vanaf hoofdstuk 4 kun je studenten de kans geven om zelf de leerroutes te laten bepalen, die aansluiten bij de vragen en behoeften die studenten zelf hebben in de studieloopbaan.
- **Klassikale leerroute:** 100% Jezelf is te gebruiken tijdens klassikale studieloopbaanuren. Door de diversiteit aan opdrachten zijn studenten afwisselend zelfstandig, in groepjes of klassikaal opdrachten aan het maken. Tijdens de lessen kun je studenten zowel klassikaal als ook individueel begeleiden. Om een goede invulling te geven aan de studieloopbaanlessen, waarbij alle onderwerpen van het boek aan bod komen is het belangrijk om een jaarplanning te maken. Hieronder staat een voorbeeld van een jaarplanning vermeld.

De planning op de volgende bladzijdes is een mogelijke planning voor een studiejaar. Daarin worden de hoofdstukken 1 t/m 7 afgewisseld met hoofdstuk 8 waarin de student aan de slag gaat met loopbaanvaardigheden.

Week	Hoofdstuk	Paragraaf	Opdrachten	Studieloopbaan onderdeel
1	H1 H2	2.1 Waar kom je vandaan	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Studenten lezen hoofdstuk 1 door.</li> <li>• Studenten vullen een mindmap in (zie blz. 5 voor meer informatie).</li> <li>• Studenten maken een Venn diagram waarin zij de verschillen en overeenkomsten tussen het mbo en de vooropleiding zichtbaar maken (zie blz. 6 voor meer informatie).</li> </ul>	Kennismaking (inleidend)
2	H2	2.2 Medestudenten 2.3 Docenten	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Studenten gaan in groepjes vragen aan elkaar stellen om elkaar te leren kennen. Extra: een quiz kan gemaakt worden over de hele klas.</li> <li>• Als groepsopdracht voeren studenten het spel 'over de streep' uit om elkaar te leren kennen.</li> <li>• Studenten leren de docenten kennen door vragen aan hen te stellen (huiswerkopdracht).</li> </ul>	
3	H2	2.4 Loopbaanbegeleider 2.5 Je studieloopbaan	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Studenten leren de (loopbaan)begeleider kennen door aan hem/haar vragen te stellen.</li> <li>• Studenten schrijven op wie in de omgeving hem/haar kan helpen.</li> <li>• Studenten maken de loopbaancompetentietest en beantwoorden vervolgens vragen over de test.</li> </ul>	
4	H8	8.1 Plannen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Studenten vullen de mindmap op blz. 181 in over de loopbaanvaardigheid plannen (zie blz. 5 voor meer informatie).</li> <li>• Studenten doorlopen een stappenplan om een individuele planning of groepsplanning te maken.</li> <li>• Op een schaal van 1 t/m 5 geven studenten aan in hoeverre ze de tips voor het plannen al uitvoeren (zie blz. 7 voor meer informatie).</li> <li>• De mindmap in het begin van hoofdstuk 8 vullen studenten aan met wat ze hebben geleerd (zie blz. 7 voor meer informatie).</li> </ul>	Loopbaanvaardigheden
5	H3	3.1 Wat is het kwalificatiedossier? 3.2 Hoe is het kwalificatiedossier opgebouwd?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Studenten vullen een mindmap over het kwalificatiedossier in (zie blz. 5 voor meer informatie).</li> <li>• De opbouw van het eigen kwalificatiedossier wordt in een schema ingevuld.</li> <li>• Studenten geven voorbeelden van kerntaken en werkprocessen uit het eigen kwalificatiedossier.</li> </ul>	Kwalificatiedossier

Week	Hoofdstuk	Paragraaf	Opdrachten	Studieloopbaan onderdeel
6	H3	3.3 Wat betekent het kwalificatiedossier voor jouw opleiding? 3.4 Jouw resultaten	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Studenten beantwoorden vragen over het kwalificatiedossier in hun eigen opleiding.</li> <li>• Vervolgens vullen studenten 'Jouw resultaat' in (zie blz. 7 voor meer informatie)</li> </ul>	Kwalificatiedossier
7	H8	8.2 Presenteren	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Studenten vullen mindmap op blz. 181 in over de loopbaanvaardigheid presenteren (zie blz. 5 voor meer informatie).</li> <li>• Studenten geven aan wat ze prettig en minder prettig vinden aan presenteren (likes/dislikes) (zie blz. 7 voor meer informatie).</li> <li>• Studenten schrijven een stappenplan op als voorbereiding op een presentatie.</li> <li>• Studenten geven een presentatie aan twee verschillende mensen (waarbij gefilmd wordt). Vervolgens vullen de toehoorders en de student zelf een feedbackformulier in (huiswerkopdracht).</li> <li>• Studenten vullen de mindmap in het begin van hoofdstuk 8 aan met wat is geleerd (zie blz. 7 voor meer informatie).</li> </ul>	Loopbaanvaardigheden
8	H4	4.1 Wat is een zelfbeeld? 4.2 Wat is jouw zelfbeeld?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Studenten vullen een mindmap in over het zelfbeeld aan het begin van hoofdstuk 4 (zie blz. 5 voor meer informatie).</li> <li>• Studenten maken een zelfbeeldtest en bepalen aan welke onderdelen van het hoofdstuk aandacht besteed moet worden.</li> </ul>	Zelfbeeld
9	H4	4.3.1 Persoonlijkheid	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Op een schaal van 1 t/m 5 geven studenten aan in hoeverre een eigenschap voor hen geldt.</li> <li>• Studenten maken drie Big Five testen in de online leeromgeving. De uitslagen worden vervolgens met elkaar vergeleken</li> <li>• Studenten geven per persoonlijkheidstype van het Enneagram aan in hoeverre deze bij hen past door cijfers van 1 t/m 9 in te vullen.</li> <li>• Studenten maken drie Enneagramtesten in de online leeromgeving. De uitslagen vergelijken ze vervolgens met elkaar.</li> </ul>	
10	H4	4.3.2 Sterke en zwakke punten	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Studenten bekijken de video 'The Butterfly Circus' in de online leeromgeving. Vervolgens beantwoorden ze vragen of hun eigen sterke en zwakke punten.</li> <li>• Studenten vullen zelf een sterkte-zwakte analyse in en vragen aan een medestudent of hij/zij dit over hen willen invullen.</li> </ul>	

Week	Hoofdstuk	Paragraaf	Opdrachten	Studieloopbaan onderdeel
11	H4	4.3.3 Leerstijl	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Studenten geven aan welke leerstijl zij denken dat het beste bij hen past.</li> <li>• In het werkboek maken studenten de leerstijltest van Kolb.</li> <li>• In de online leeromgeving maken studenten vervolgens nog twee andere leerstijltesten. De uitslagen worden met elkaar vergeleken.</li> </ul>	Zelfbeeld
12	H4	4.3.4 Mijn eigen gedrag en dat van anderen 4.3.5 Je rol in de groep (eerste twee opdrachten)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aan de hand van de 'NASA-casus' gaan studenten eerst individueel voorwerpen rangschikken. Vervolgens gaan ze in een groepje een gesprek voeren over de 'NASA-casus' en filmen ze het gesprek.</li> <li>• Studenten evalueren over hoe de samenwerking verliep.</li> <li>• Na het terugkijken van het filmpje gaan studenten samen reflecteren op basis van wat ze gezien hebben.</li> </ul>	Zelfbeeld
13	H4	4.3.5 Je rol in de groep 4.4 Jouw resultaten	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Studenten geven per groepsrol van de Belbin test aan in hoeverre deze bij hen past door cijfers van 1 t/m 9 in te vullen.</li> <li>• Studenten maken de Belbintest in het werkboek en vullen het resultaat in.</li> <li>• In de online leeromgeving maken studenten twee andere Belbintesten en vergelijken vervolgens de uitslagen.</li> <li>• In een groepsgesprek wordt er gekeken wie welke rol heeft in de groep.</li> <li>• Studenten vullen 'Jouw resultaat' in (zie blz. 7 voor meer informatie).</li> </ul>	Zelfbeeld
14	H4	Extra opdracht	Presentaties over het zelfbeeld worden aan elkaar gegeven. Studenten moeten deze presentatie voorafgaand aan de les voorbereiden.	Zelfbeeld
15	H8	8.3 Netwerken	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Studenten vullen de mindmap op blz 181 in over de loopbaanvaardigheid netwerken.</li> <li>• De student maakt het persoonlijke netwerk zichtbaar in de 'netwerkkkaart'.</li> <li>• Studenten gaan vervolgens vanuit het eigen netwerk een afspraak plannen met iemand buiten het netwerk. Ze maken voorafgaand een planning hoe ze dit aanpakken (huiswerkopdracht).</li> <li>• De mindmap in het begin van hoofdstuk 8 vullen studenten aan met wat ze hebben geleerd (zie blz. 7 voor meer informatie).</li> </ul>	Loopbaanvaardigheden



Week	Hoofdstuk	Paragraaf	Opdrachten	Studieloopbaan onderdeel
16	H5	5.1 Wat is een beroepsbeeld? 5.2 Wat is jouw beroepsbeeld?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Studenten geven aan welke kenmerken van een beroep ze belangrijk en minder belangrijk vinden voor de toekomst.</li> <li>• Studenten vullen een mindmap in over het beroepsbeeld (zie blz. 7 voor meer informatie).</li> <li>• In een groepje bespreken studenten welke kenmerken van de toekomstige beroepensector ze 'liken/disliken' (zie blz. 7 voor meer informatie).</li> <li>• Studenten maken een beroepsbeeldtest. Hierdoor komen ze weten in hoeverre het beroepsbeeld al is ontwikkeld.</li> </ul>	Beroepsbeeld
17	H5	5.3 Hoe ontwikkel je een beroepsbeeld? 5.3.1 Mensen uit het werkveld interviewen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Studenten gaan met elkaar in gesprek over welke redenen om een beroepsbeeld te ontwikkelen zij belangrijk vinden.</li> <li>• Studenten geven aan in welke beroepservaringen ze zich verder willen verdiepen.</li> </ul>	
18	H5	5.3.1 Mensen uit het werkveld 5.3.2 Vacatures	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Studenten bereiden de gesprekken met beroepsoefenaars voor door vragen op te stellen (de gesprekken met beroepsoefenaars en de evaluatie hierop zijn een huiswerkopdracht).</li> <li>• Studenten vullen profielbeschrijvingen in van 2 à 3 beroepen.</li> <li>• In groepjes zoeken studenten vacatures en bekijken wat het takenpakket is en om welke persoonskenmerken worden gevraagd. Vervolgens geven ze aan wat hen aanspreekt in de vacature.</li> </ul>	
19	H5	5.3.3 Stages (opdracht 2 en 3)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Studenten voeren als huiswerkopdracht het stappenplan uit om een stage te regelen.</li> <li>• In groepjes oefenen studenten het voeren van een sollicitatiegesprek.</li> <li>• Als voorbereiding op de stage zoeken studenten eerst uit wat er van hen verwacht wordt tijdens de stage.</li> </ul>	
20	H5	5.3.3 Stages (opdracht 4) 5.3.4 Oudejaars studenten die zijn afgestudeerd	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Studenten maken een poster over de laatste stage.</li> <li>• De posters die over de laatste stages gaan presenteren studenten aan elkaar.</li> <li>• Studenten gaan in gesprek met ouderejaars en studenten die zijn afgestudeerd. Als voorbereiding gaan ze vragen bedenken.</li> </ul>	

Week	Hoofdstuk	Paragraaf	Opgaven	Studieloopbaan onderdeel
21	H5	5.3.4 Ouderejaars studenten en studenten die zijn afgestudeerd	Studenten voeren gesprekken met ouderejaars studenten en studenten die zijn afgestudeerd. Vervolgens evalueren ze wat ze te weten zijn gekomen.	
22	H5	5.3.5 De media 5.4 Jouw resultaat	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Studenten vullen een mindmap in over wat ze geleerd hebben over het toekomstig beroep door de media (Zie aanvullingen blz. 22).</li> <li>• Studenten maken evt. en beroepskeuzetest als ze twifelen over de opleiding.</li> <li>• Studenten vullen 'Jouw resultaat' in (zie blz. 7 voor meer informatie).</li> </ul>	
23	H5	Extra opdracht	Studenten gaan een pitch van +/- 2 min. geven over waarom zij geschikt zijn voor het toekomstige beroep.	
24	H8	8.4 Vaardigheden van de 21e eeuw	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Studenten vullen de mindmap op blz 181 in over de vaardigheden van de 21e eeuw.</li> <li>• Ze vullen in welke vaardigheden van de 21e eeuw een rol spelen in het toekomstige beroep.</li> <li>• Op een schaal van 1 t/m 5 geven studenten aan in hoeverre een zij de vaardigheden van de 21e eeuw beheersen (zie blz. 7 voor meer informatie). Vervolgens geven ze aan in welke vaardigheid ze zich verder willen ontwikkelen.</li> <li>• Studenten vullen de mindmap in het begin van hoofdstuk 8 aan met wat ze hebben geleerd (zie blz. 7 voor meer informatie).</li> </ul>	Loopbaan-vaardigheden
25	H6	6.1 Wat is een opleidingsbeeld? 6.2 Wat jouw opleidingsbeeld? 6.3.1 Studiemotivatie	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Studenten vullen een mindmap in over het opleidingsbeeld (zie blz. 5 voor meer informatie).</li> <li>• Studenten maken een test over het opleidingsbeeld. Op basis van de uitslag bepalen ze aan welke onderdelen ze aandacht moeten besteden in het hoofdstuk.</li> <li>• Studenten geven in een studiemotivatietest aan in hoeverre ze gemotiveerd zijn voor de opleiding.</li> <li>• In de online leeromgeving gaan studenten de 'prestatiemotivatietest' maken om te kijken of ze intrinsiek (vanuit zichzelf) of extrinsiek (door iets of iemand) gemotiveerd zijn. Ze geven vervolgens aan wat de uitslag is, welke tips ze hebben gekregen en wat hun mening is over de uitslag.</li> </ul>	Opleidingsbeeld

Week	Hoofdstuk	Paragraaf	Opdrachten	Studieloopbaan onderdeel
26	H6	6.3.2 Het opleidingsprogramma 6.3.3 Toetsing en examinering	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Studenten onderzoeken hoe het opleidingsprogramma voor alle leerjaren eruit ziet.</li> <li>• Ze geven aan wat ze al weten over de toetsing en overgangseisen van het eerste leerjaar.</li> <li>• Studenten zoeken uit wanneer ze welke examens krijgen tijdens hun opleiding.</li> </ul>	
27	H6	6.3.4 Begeleiding 6.3.5 Werken en doorstuderen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Studenten komen te weten of ze mogelijk specialistische begeleiding nodig hebben.</li> <li>• Vervolgens gaan ze uitzoeken hoe de specialistische begeleiding is georganiseerd in de opleiding.</li> <li>• Klassikaal bespreken studenten wat de redenen kunnen zijn om door te studeren of te gaan werken. Vervolgens geven studenten individueel aan wat hun eigen redenen zijn om of door te studeren of om te gaan werken.</li> </ul>	
28	H6	6.3.6 Waar kan ik iets vinden 6.4 Jouw resultaten	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Studenten geven aan welke informatiebronnen voor hen interessant zijn om zich verder te verdiepen in het opleidingsbeeld.</li> <li>• Studenten vullen 'Jouw resultaat' in (zie blz. 7 voor meer informatie).</li> </ul>	
29	H6	Extra opdracht	Studenten gaan een ouderavond of een voorlichtingsbijeenkomst voorbereiden	
30	H8	8.5 Feedback geven en ontvangen 8.6 Jouw resultaten	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Studenten vullen de mindmap op blz. 181 in over de loopbaanvaardigheid feedback geven en ontvangen (zie blz. 5 voor meer informatie).</li> <li>• Aan de hand van rollenspellen oefenen studenten om elkaar feedback te geven en te ontvangen.</li> <li>• Studenten vullen de mindmap in het begin hoofdstuk 8 aan het met wat ze hebben geleerd. Vervolgens gaan ze de overige zaken van 8.6 Jouw resultaat invullen (zie blz. 7 voor meer informatie).</li> </ul>	Loopbaanvaardigheden
31	H7	7.1 Hoe krijg je inzicht in waar je staat in je ontwikkeling? 7.2 Hoe word je begeleid in je studieloopbaan?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Studenten vullen een mindmap in over de loopbaan van de student (zie blz. 5 voor meer informatie).</li> <li>• Studenten geven in een schema aan op welke manier zij begeleid worden in de opleiding en welke loopbaaninstrumenten er gebruikt worden. Zie volgende bladzijde voor vervolg.</li> </ul>	Loopbaanvaardigheden

Week	Hoofdstuk	Paragraaf	Opdrachten	Studieloopbaan onderdeel
31	H7	7.1 Hoe krijg je inzicht in waar je staat in je ontwikkeling? 7.2 Hoe word je begeleid in je studieloopbaan?	Vervolg: <ul style="list-style-type: none"> <li>Aan de hand van vragen geven studenten aan hoe zij begeleid worden in hun studieloopbaan.</li> </ul>	Loopbaanvaardigheden
32	H7	7.2.1 Klassikale loopbaanbegeleiding	Studenten maken een keuze uit twee opdrachten of ze maken beide opdrachten. Bij de eerste opdracht geven ze het nut van de klassikale begeleiding aan. Bij de tweede opdracht zoeken studenten in groepjes uit hoe de klassikale begeleiding is ingericht.	
33	H7	7.2.2 Individuele loopbaanbegeleiding	<ul style="list-style-type: none"> <li>Studenten maken een keuze uit twee opdrachten. Bij de eerste opdracht gaan ze een voortgangsgesprek voorbereiden. Bij de tweede opdracht gaan ze een zelf aangevraagd gesprek voorbereiden. Beide voorbereidingen worden gedaan aan de hand van het driepuntenplan. Ze bespreken vervolgens de voorbereidingen na met een andere student.</li> <li>In een groepje denken studenten na over wat ze met hun loopbaanbegeleider kunnen bespreken in individuele gesprekken. Vervolgens geven ze aan waar een loopbaanbegeleider hen goed in kan helpen (likes) en waar een loopbaanbegeleider minder goed in kan helpen (dislikes) (zie blz. 7 voor meer informatie).</li> </ul>	
34	H7	7.3 Welke loopbaaninstrumenten worden er gebruikt? 7.3.1 Het persoonlijk ontwikkelingsplan 7.3.2 Portfolio	<ul style="list-style-type: none"> <li>Studenten vullen in wat ze in hun persoonlijk ontwikkelingsplan kunnen opnemen.</li> <li>Studenten maken vervolgens een eigen persoonlijk ontwikkelingsplan.</li> <li>Studenten gaan bewijsmateriaal verzamelen voor het portfolio. Ze gaan tijdens de les bijv. een poster maken of een filmpje maken waarin een kwaliteit van hen zelf is te zien.</li> </ul>	

Week	Hoofdstuk	Paragraaf	Opdrachten	Studieloopbaan onderdeel
36	H7	7.3.5 Het reflectieverslag	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Twee studenten gaan elkaars reflectieverslag lezen. Ze markeren in welke mate ze aandacht besteden aan de vier reflectiegebieden. Vervolgens bespreken ze met elkaar aan welke gebieden er meer aandacht mag besteden.</li> <li>• Studenten gaan een reflectieverslag schrijven aan de hand van het stappenplan. Een andere student mag dit nakijken met een checklist. Vervolgens schrijven studenten op of ze het prettig vinden om aan de hand van het stappenplan een reflectieverslag te schrijven.</li> </ul>	
37	H7	7.3.6 Intervisie 7.4 Jouw resultaat	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Groepen van 4 t/m 6 studenten gaan een groepsgebesprek met elkaar aan waarin intervisie wordt toegepast.</li> <li>• Na de intervisie gaat iedere student voor zich reflecteren wat hij/zij vond van de intervisie.</li> <li>• De studenten vullen Jouw resultaat in (zie blz. 7 voor meer informatie).</li> </ul>	
38		Eindreflectie	Bespreek in een klassengesprek; wat studenten tot nu toe geleerd hebben in hun studieloopbaan, waar studenten zich in hebben ontwikkeld en waar studenten zich nog verder in willen ontwikkelen.	Loopbaanvaardigheden

# 5. AANVULLINGEN

## Bladzijde 71

Hier start de paragraaf 4.3.5 Je rol in de groep.

## Bladzijde 111-112

Er missen twee pagina's uit het werkboek. Deze staan op de volgende bladzijde van deze handleiding vermeld.

## 5.3.5 Media

De meeste beroepen komen weleens voorbij in de media. Televisie, sociale media, en tijdschriften zijn onder andere heel handig voor extra informatie over beroepssectoren. Hoe kunnen deze media jou helpen in het ontwikkelen van je beroepsbeeld?

- Radio, televisie, kranten en tijdschriften. Artikelen uit kranten en actualiteitenprogramma's op tv (bijv. het journaal) gaan vaak in op de ontwikkelingen binnen een sector. Ze geven bijv. aan als er nieuwe ontdekkingen zijn gedaan. Jij komt zo te weten waar jij later mee te maken gaat krijgen. Door documentaires te kijken over beroepen in jouw sector krijg je een beeld van werkzaamheden die gedaan worden en zie je hoe de sfeer is binnen een team. In tijdschriften (bijv. vakbladen) worden vaak beroepsoefenaars geïnterviewd die vertellen over hun ervaringen in het beroep.
- Internet. Internet is de grootste informatieverzameling die er is, dus ook voor beroepen! Het is niet vanzelfsprekend dat informatie op internet waar is. Websites van de overheid, van opleidingen en van grote bedrijven geven duidelijke informatie over een beroep. Ook geven de volgende websites een duidelijk beeld van beroepen: [www.nationaleberoepengids.nl](http://www.nationaleberoepengids.nl), [www.bekijkjetoekomstnu.nl](http://www.bekijkjetoekomstnu.nl) en onze website [www.oabdekkers.nl/100procentjenzelf.nl](http://www.oabdekkers.nl/100procentjenzelf.nl).
- Sociale media. Met sociale media kun je meer te weten komen over jouw sector. Via Twitter kun je bekende personen uit jouw sector volgen. Zo krijg je een beeld wat zij meemaken in het beroep. Ook kun je @BeroepeninBeeld volgen. Deze organisatie twittert over diverse beroepen. Met LinkedIn kun je een netwerk opbouwen van personen die jij kent in jouw sector. Via hen kun je veel te weten komen over beroepen. Ook kun je met LinkedIn bedrijven volgen waar jij later kunt gaan werken (zie blz. 203 voor meer informatie over netwerken en LinkedIn).



## OPDRACHT

Op de volgende bladzijde ga je een mindmap invullen waarin je laat zien welke media jij hebt gebruikt om je beroepsbeeld te vormen. De volgende vragen kunnen je helpen om de mindmap in te vullen.

- Van welke media maak jij gebruik om meer te weten te komen over de toekomstige beroepssector? Lees de tekst hierboven om een beeld te krijgen van de media en wat voor informatie het je kan opleveren.
- Wat ben jij te weten gekomen door de media over bijvoorbeeld je beroepsbeeld, de keuzemogelijkheden van je opleiding en de werkzaamheden tijdens je stage?

