



“ Het stimuleren van  
ouderbetrokkenheid bij  
loopbaanbegeleiding in het  
voortgezet onderwijs. ”

# LESBRIEF

## DECANEN EN MENTOREN





Ouders spelen een zeer belangrijke rol in de loopbaanoriëntatie van leerlingen. Uit diverse onderzoeken en literatuurstudies komt steeds weer naar voren, dat het keuzebesluit uiteindelijk vooral thuis genomen wordt.

Onder de ouders bevindt zich een groep, die zich in het begeleiden van het keuzeproces van het eigen kind onzeker voelt, dan wel het keuzeproces van hun kind voornamelijk overlaat aan externe deskundigen en daarmee thuis het keuzeproces minder aandacht geeft. Voor beide groepen kunnen handreikingen op dit vlak van pas komen ter resultaatverhoging. Het is voor ouders regelmatig een zoektocht hoe je thuis structuur kunt geven aan de keuzebegeleiding van zoon/ dochter en verdieping van het keuzeproces kunt realiseren. Ook mentoren/ decanen kunnen vanuit hun loopbaanprofessie ouders voorzien van hulpmiddelen en tips om op weg te komen.

Deze lesbrief is tot stand gekomen en bedoeld om decanen en mentoren voortgezet onderwijs vooruit te helpen met tips en hulpmiddelen aanvullend op hun eigen loopbaanbegeleiding werkzaamheden. De inhoud concentreert zich op: wat komt er kijken bij keuzes maken? Hoe kan je als school ouders betrekken bij lob? Hoe help je ouders bij het voeren van een reflectiegesprek met hun kind? Hoe bespreek je interesses en eigenschappen? Hoe werk je met je kind toe naar een actieve en kritische loopbaanhouding?

Deze lesbrief is ontwikkeld bij loopbaanbegeleiding (lob), die onderdeel uitmaakt van de samenwerkingsregio Voorkoming Voortijdig Schoolverlaten IJssel-Vecht. Wij hopen hiermee een waardevolle bijdrage te leveren aan het vergroten van de ouderbetrokkenheid bij de loopbaanoriëntatie van hun kind. De werkgroep bestaat uit loopbaanadviseurs van Landstede, Deltion College, Alfa-college en het voortgezet onderwijs regio Hardenberg.

Het ontwikkelde lesbriefmateriaal is te downloaden vanaf de website:

[www.aanvalopschooluitval.nl](http://www.aanvalopschooluitval.nl) - zie regio 10 IJssel-Vecht of kies 'voorbeeldprojecten', kijk bij thema 'loopbaanoriëntatie en -begeleiding'.

Meer weten?

Bel of mail de projectleider of -leden:

#### **Alfa-college, Loopbaanbegeleiding**

dhr. J. Godeke (projectleider)                      tel: 06 - 537 08 326                      email: [j.godeke@alfa-college.nl](mailto:j.godeke@alfa-college.nl)

#### **Deltion College, Studenten Succes Centrum**

Mw. J. de Jong (projectlid)                      tel: 038 - 853 4000                      email: [jjong@deltion.nl](mailto:jjong@deltion.nl)

#### **Landstede, Infoshop**

Mw. K. ten Caat (projectlid)                      tel: 088 - 850 8660                      email: [ktencaat@landstede.nl](mailto:ktencaat@landstede.nl)

Dhr. G. Niemeijer (projectlid)                      tel: 0800 - 0245 666                      email: [gniemeijer@landstede.nl](mailto:gniemeijer@landstede.nl)

<b>Inleiding</b> .....	4
<b>Inhoudsopgave</b> .....	5
<b>1. Theoretische achtergrond</b> .....	6
1.1 Keuzefases .....	6
1.2 Keuzestijlen .....	8
<b>2. Hulpmiddelen mentoren / ouders</b> .....	9
2.1 PowerPointpresentatie ouderbetrokkenheid .....	9
2.2 Workshop met mentoren en ouders .....	9
2.3 Verspreidingsflyer “Help uw kind kiezen!” .....	10
2.4 Tips voor ouders voor loopbaangesprekken thuis .....	10
2.5 Organiseer een beroepenmarkt .....	12
2.6 Speeddaten ouder en kind over beroepen en werkervaring.....	13
2.7 Beroepen meeloopdag met ouderparticipatie .....	13
<b>3. Websites en literatuur</b> .....	14
3.1 Handige sites .....	14
3.2 Literatuurtips .....	14
<b>4. Bijlages</b> .....	17
4.1 Workshop opzet en casussen .....	17
4.2 Vragenlijst bij loopbaangesprekken thuis .....	19
4.3 Vragenlijst bij een interview met een beroepsbeoefenaar .....	21
4.4 Vragenlijst bij opendagen bezoek .....	22
4.5 Flyer “Help uw kind kiezen! “ .....	24
4.6 Loopbaan place- to-be-mat .....	24
4.7 Loopbaandobbelsteen .....	25
4.8 Loopbaankalender .....	25



# 1. THEORETISCHE ACHTERGROND

## 1.1 Keuzefases

Vanwege de jonge leeftijd waarop leerlingen in het voortgezet onderwijs loopbaankeuzes moeten maken, die bepalend zijn voor vervolgstappen in de vervolgopleiding is het handig te realiseren dat het proces van kiezen tijd nodig heeft en niet voor iedere jongere op dezelfde wijze verloopt.

Hieronder volgt een grove schets van fases in het keuzeproces:

Kiezen is min of meer een proces “van breed naar smal toewerken”. Loopbaankeuzes komen in een mensenleven bij de meesten van ons regelmatig terug. Handig is daarbij te realiseren, dat kiezen tijd kost, zowel gevoels- als verstandaspecten bevat, dat het niet altijd letterlijk een vooraf gepland stappenplan volgt, maar wel min of meer wederkerende fases kent:

### ***Fase 1: Het besef te moeten kiezen***

Dit is een fase van opstarten met daarbij gevoel van onzekerheid, twijfel of nog niet openstaan voor het aan de slag gaan met kiezen

### ***Fase 2: Accepteren van onzekerheid***

Hierin met het kind toewerken naar acceptatie van onzekerheid. Kiezen is zelden 100% zeker weten. Maar meer een proces van ontdekken van jezelf en voorzichtig oriënteren op de beroepenwereld.

Onzekerheid gewoon ruimte blijven geven in deze zoektocht, het kan immers een creatieve open fase zijn.

### ***Fase 3: Verkennen/ op zoek gaan***

Nu breekt een fase aan van het breed oriënteren op de mogelijkheden in de beroepenwereld, die raakvlakken hebben met de persoonskenmerken van het kind. Conclusies trekken hoeft nog geenszins. Verdiep het onderzoek naar jezelf, wat voor type persoon ben ik, hoe kies ik, over welke talenten en vaardigheden beschik ik, waar ben ik goed in en wat interesseert mij? Mogelijk past bij twijfelaars het doen van een interesseonderzoek.

## TIPS VOOR OUDERS!

### **FASE 1**

Omdat er meestal nog ruim tijd is, stel het onderwerp “aan de keukentafel” aan de orde. Bijv: Hoe ga je het kiezen aanpakken? Wat vind je daarbij lastig? Wat kan ik voor je betekenen?

Informeer naar de geplande loopbaan-oriëntatie activiteiten van de school, zodat je weet wanneer thuis en school elkaar kunnen versterken.



### **FASE 2**

Laat de realiteit af en toe even los en droom met je kind over zijn/haar toekomst (geen ja maar, alles mag).



### **FASE 3**

Stimuleer het kind om te oriënteren. Wijs ze tijdig op de geplande open dagen van scholen (en van bedrijven en instellingen, die interessant zijn)

Handig voor thuis: dergelijke data op de lobkalender zetten (zie bijlage). Praat met het kind over sterke kanten en interesses.





# 1. THEORETISCHE ACHTERGROND

## *Fase 4: Vergelijken*

Nu langzamerhand alternatieven vergelijken, kritisch kijken, en redenen en voor en tegens kunnen aangeven van de keuzealternatieven.

### FASE 4

Bezoek samen met het kind 1 tot 3 opleidingen en toon belangstelling. Help het kind informatieve, inhoudelijke vragen te stellen (zie hulpmiddel elders in deze lesbrief en bijlage). Stimuleer het kind meeloopdagen te volgen. Blijf thuis in gesprek rond zo'n moment en stel gerichte vragen en biedt inzicht in alle opgedane indrukken. Helpvooreenberoepeninterview het kind via uw netwerk in contact te komen met een beroepsbeoefenaar (zie 4.3 in deze lesbrief).



### FASE 5

Help het kind gevoel en denken te combineren en ordenen en bespreek eventuele onzekerheden op relativerende wijze. Wees extra alert nu en zoek, indien grote twijfel blijft en thuis praten weinig vernieuwing en verdieping meer brengt tijdig contact met de loopbaanwereld op school. Blijf hierin samen met uw kind optrekken (samen op hetzelfde niveau informatie verzamelen praat thuis beter door).



### FASE 6

Blijf naast uw kind er scherp op letten dat ook de praktische zaken goed geregeld worden en het kind nieuwsgierig blijft naar "wat in loopbaanland langs komt!". Houd deadlines van aanmelden en intake-afspraken in de gaten.

## *Fase 5: Beslissen*

De overgang van "niet weten wat je wil" naar de overtuiging van "wat je wil" is vaak moeilijk aan te wijzen. De beslissing valt soms onbewust. Beslissen is naast "het nu weten" ook het doorvoelen ervan. Kinderen, die nog steeds niet kunnen beslissen en waar de tijd begint te dringen zijn gebaat bij extra hulp van professionele begeleiders op hun eigen school (decaan, mentor) en loopbaanadviseurs van een mbo.

## *Fase 6: Uitvoeren*

Een beslissing hebben genomen voelt vaak als een opluchting. Er ontstaat energie en daadkracht voor de nabije nieuwe fase in de loopbaan.

Vergelijkbaar is het keuzefases model "DRINK" (Bernard Nijstad) hetgeen neerkomt op:

**DOELEN** scherpstellen (wat wil ik, wat is belangrijk en wat niet, wat is mogelijk). Dan een aantal mogelijkheden **REDUCEREN** (categoriseer en reduceer opties tot een hanteerbaar aantal aan de hand van de doelen).

**INFORMATIE** inwinnen (gericht informatie verzamelen, zowel mondeling als schriftelijk).

**NADENKEN** en navoelen wat het beste past (de tijd nemen en grondig uitzoeken/verwerken, met anderen in je omgeving doorpraten) En tenslotte **KIEZEN** (beslissing nemen, knoop doorhakken en verder verdiepen)

TIPS VOOR OUDERS!

# 1. THEORETISCHE ACHTERGROND

## 1.2 Keuzestijlen

Iedereen heeft zijn eigen manier van kiezen ontwikkeld. De één weegt de mogelijkheden tegen elkaar af, de ander gokt weer liever en weer een ander vraagt graag advies aan een ander. Het is belangrijk te weten hoe een jongere meestal kiest en ook welke valkuilen en risico's daarbij horen.

Iemand die veel twijfelt bij het kiezen, doet er lang over en kan daardoor soms in tijdproblemen raken. Dit kan betekenen dat je te laat kiest of dat een ander al heeft gekozen voor jou. Kiest een jongere erg impulsief, dan kan later blijken dat hij niet op alles is voorbereid en dat een studie toch anders blijkt te zijn dan hij zelf had gedacht. Een keuze vooral op rationele gronden maakt dat dan kan blijken dat er op den duur weinig passie/ interne motivatie voor een keuze is.

Ook is het belangrijk te realiseren dat de keuzestijl van de ouder(s) anders kan zijn dan die van hun zoon of dochter waardoor ze op onbegrip van elkaar kunnen botsen. Door van de verschillende stijlen op de hoogte te zijn is het makkelijker je in te leven in het keuzeprocess van de ander.

## HERKENBARE KEUZESTIJLEN

### PASSIE

kiezen met je hart



### VERSTAND

vooral informeren en beredeneren



### IMPULSIEF

op het moment kiezen



### TIJDSDRUK

op het allerlaatste moment  
zonder veel basis kiezen



### WEEGSCHAAL

voors en tegens afwegen



### MEEGAAN MET ANDER

je keuze laten beïnvloeden door je naasten





## 2. HULPMIDDELEN MENTOREN / OUDERS

### 2.1 PowerPointpresentatie ouderbetrokkenheid

Er is een powerpointpresentatie beschikbaar voor presentatie aan ouders op ouderavonden over loopbaanbegeleiding in het vo. De inhoud bevat de volgende onderwerpen: keuzefasen– waar houd je rekening mee bij het kiezen – keuzestijlen – puberbrein – een goed gesprek – tips om te kiezen.

De presentatie kan gegeven worden aan ouders van tweede of derde jaars leerlingen. Na de presentatie kunnen de flyer “Help uw kind kiezen!” en de loopbaanplacemat/ dobbelsteen/ loopbaan kalender meegegeven worden.

### 2.2 Workshop door mentoren voor ouders

De workshop met ouders dient vooral om met hen te oefenen de keuzegesprekken met hun kind thuis “aan de keukentafel” te verdiepen.

#### ***Doelstelling***

De ouders te helpen te oefenen in het voeren van loopbaangesprekken met hun kind.

#### ***Doelgroep***

Ouders van tweede, derde, vierdejaars leerlingen vo.

#### ***Tijdsduur***

1 uur

#### ***Inhoud***

Introductie met de korte versie van de powerpointpresentatie en gespreksoefeningen voor ouders gericht op keuzegesprekken met het kind. Om de gesprekken te oefenen kan gebruik gemaakt worden van kant en klare casussen(zie bijlage).

#### ***Middelen***

Flapover, powerpointpresentatie(korte versie wat is kiezen? ( zie bijlage), internetaansluiting, loopbaanplacemat/ dobbelsteen/ loopbaankalender , keuzeflyer “Help uw kind kiezen! “(zie bijlages).

#### ***Uitvoering***

2 mentoren vo.

#### ***Minimale deelname***

10 belangstellende ouders

## 2. HULPMIDDELEN MENTOREN / OUDERS

### **Opzet van de workshop**

- 5 minuten Welkom, bedoeling en opzet programma toelichten
- 10 minuten Verkorte powerpoint 'wat is kiezen'
- 10 minuten Intro gespreksoefeningen met voorbeeldgesprek tussen ouder en kind aan de hand van [www.5vragen.nu](http://www.5vragen.nu)
- 20 minuten In groepjes uiteen: in twee a drietallen (rolverdeling; 1 ouder, 2 kind, 3 observator/ samenvatten- bij tweede situatie rollen wisselen ) 2 verschillende concrete keuze casussen van een scholier op papier meegeven en in de spelen, hulpvragen en tips bedenken en plenair later in de grote groep presenteren op flapover vel noteren.
- 15 minuten Plenair dilemma's en oplossingen bespreken en eventueel kort vraaggesprek in rollenspel doen.
- 5 minuten Afronding keuzeflyer Help uw kind kiezen! met tips/ loopbaanplacemat, dobbelsteen, loopbaankalender doornemen.

**Handige sites tonen** [www.beroepenbeeld.nl](http://www.beroepenbeeld.nl) / [www.werk.nl](http://www.werk.nl) / [www.roc.nl](http://www.roc.nl)

### **2.3 Flyer - Help uw kind kiezen!**

Voor het informeren en helpen van ouders vindt u in de bijlage de eenvoudig leesbare flyer "Help uw kind kiezen!". In deze folder geven wij de ouders tips om gesprekken met zoon/dochter over zijn/haar vervolgkeuze op gang te brengen.

Deze flyer is gratis verkrijgbaar bij de meewerkende mbo's.

### **2.4 Tips voor ouders om thuis loopbaangesprekken te voeren**

Het is voor ouders niet altijd vanzelfsprekend en makkelijk planbaar om loopbaanbegeleiding vanuit de thuissituatie te organiseren. Loopbaanbegeleidingssituaties en gesprekken kunnen vele vormen hebben, ieder kind reageert anders, iedere ouder heeft zijn eigen beginsituatie.

De kern van zorgzame loopbaanbegeleiding vanuit thuis is samengevat in de volgende tips:

- Activeer uw kind te praten met studenten en beroepsbeoefenaren.
- Werk langzamerhand toe naar een top drie van opleidingen.
- Bezoek samen met uw kind de open dagen.
- Stimuleer meelopen met een opleiding (in het examenjaar).
- Weeg in de beslisfase de laatste opties af, zet voors en tegens op een rijtje en neem de tijd voor een passende keuze.
- Maak uiteindelijk met verstand en gevoel een keuze!
- Versterk bij uw kind eigenschappen als: zelfvertrouwen, zelfstandigheid, doelgericht werken, inzet, doorzettingsvermogen, contactvaardigheid en stimuleer nieuwsgierigheid.

## 2. HULPMIDDELEN MENTOREN / OUDERS

Om in een loopbaangesprek thuis de jongere te activeren zelf aan de slag te gaan met zijn/haar denkproces over kiezen kunnen de volgende veelal open geformuleerde vragen handig zijn om uit te putten. Deze open vragen zijn kernvragen waar de keuzevoorbereiding om draait: Wie ben ik? Wat wil ik? Wat kan ik? Wat moet ik ervoor doen om mijn doel te bereiken?

### **Lijst met voorbeeldvragen**

In de bijlage is een uitgebreide vragenlijst gevoegd om het loopbaangesprek thuis op gang te brengen. Deze vragenlijst is ontwikkeld in het kader van wetenschappelijk onderzoek over de methodiek van bevorderen van loopbaancompetenties (bron: loopbaanwetenschapper dr. M. Kuijpers)

### **Praten helpt**

Het is belangrijk dat de ouder het kind steunt in de zoektocht naar een beroepsrichting. Informatie verzamelen, op internet kijken, samen open dagen bezoeken is belangrijk en nuttig, maar bij het proces van goed kiezen komt meer kijken.

- Praat regelmatig met uw kind over zijn opleidingskeuze (maar ook weer niet te vaak of te weinig).
- Luister actief, stel open vragen en reageer positief en geduldig op uw kind.
- Luister naar uw kind ook wanneer er in uw ogen onrealistische dromen/beelden worden geschetst en laat ze dit zelf onderzoeken.
- vul zelf niet teveel in, wees niet te sturend in het gesprek.
- Geef uw kind het gevoel dat u hem steunt in het keuzep proces van 'wensdromen naar werkelijkheid'.
- Versterk bij uw kind eigenschappen als: zelfvertrouwen, zelfstandigheid, doelgericht werken, inzet, doorzettingsvermogen, contactvaardigheid en stimuleer nieuwsgierigheid.

*Zie voor meer gesprekstips:*

[www.5vragen.nu](http://www.5vragen.nu)

[www.keuzecoach.nu](http://www.keuzecoach.nu)

## TIPS VOOR OUDERS!

### **Loopbaandobbelsteen**

Het betreft een loopbaandobbelsteen met aan elke zijde een vraag om uw leerling iets te laten vertellen over zijn/haar dag, kwaliteiten en leerpunten.

**Hoe te gebruiken:** Geef de leerling de dobbelsteen mee naar huis en laat hem in de komende twee weken de dobbelsteen twee keer gebruiken, vlak voor of vlak na het eten. Het liefst wanneer het hele gezin compleet is. Om beurten mogen de leden van het gezin de dobbelsteen gooien en degene naast hem de vraag stellen die boven ligt. Laat iedereen minstens 3 keer aan de beurt komen. De leerling kan van beide momenten een klein stukje schrijven wat hij over zichzelf te weten is gekomen tijdens dit gesprek en ook wat hij van een ander gezinslid te weten is gekomen wat hij nog niet wist.

In een volgende les kunt u als mentor/decaan bespreken wat de leerling heeft genoteerd en hierop doorvragen. Het is een mooie aanleiding om verdere vragen over het gezin te stellen: wat zijn waarden en normen, wat wordt bij jullie normaal gevonden, wat vind je van de eigenschappen van je vader/ zus, heb je die zelf ook of zou je die eigenschap graag willen hebben?

## 2. HULPMIDDELEN MENTOREN / OUDERS

### ***Loopbaanplace- to-be-mat***

Op een place-to-be-mat staan vragen die de leerling helpen te beantwoorden waar ze willen zijn of waar ze naar toe willen. Er staat een recept op, dat ouders helpt een goed gesprek te voeren aan de keukentafel.

***Hoe te gebruiken:*** Geef de placemat bij voorkeur mee bij een ouderavond over lob, waarin bijvoorbeeld ook de powerpoint Ouderbetrokkenheid wordt gedeeld. Het geeft de ouders wat handvatten om het gesprek aan te gaan en welke vragen ze kunnen stellen. Ze kunnen de placemat er gerust bijhouden.

Geef de ouders de opdracht mee binnen de komende drie weken het gesprek minstens een keer aan te gaan met hun zoon/ dochter. Geef hierbij aan dat je in een volgende lob les de leerlingen zult vragen of ze thuis ook met elkaar spreken over hun wensen en ideeën voor de toekomst en wat ze dit heeft opgeleverd.

### ***Loopbaankalender***

Op de kalender kunnen belangrijke keuzemomenten genoteerd worden, zoals open dagen van diverse scholen, plan- beslismomenten e.d.. Wijs de leerlingen ook op de open huizen van scholen zodat ze zelf de data in kunnen vullen. Wellicht hebt u een overzicht van open dagen in uw regio via een programma als dedecaan.net. Om de vasliggende voorlichtingsmomenten heen is het weer handig het gesprek aan te blijven gaan. Bijvoorbeeld: Waar ga je naar toe en waarom, welke vragen wil je beantwoord krijgen en wat levert het bezoek je uiteindelijk op.

## **2.5 Organiseer een Beroepenmarkt**

Organiseer een markt waarin ouders iets over hun beroep komen vertellen. Bedenk welke beroepen je aan de orde wilt laten komen en inventariseer welke beroepen de ouders van de betreffende derdejaars en/of vierdejaars uitoefenen. Wanneer er beroepen ontbreken, die ouders niet uitoefenen is het mogelijk om bedrijven te benaderen of een werknemer iets wil vertellen over zijn beroep. Verdeel het dagdeel in bijvoorbeeld 3 rondes, zodat de leerlingen 3 beroepen kunnen kiezen waar ze meer over willen weten. Het is handig om de ouders een aantal onderwerpen aan te leveren waar ze het over kunnen hebben in hun verhaal. Denk hierbij aan gevolgde vooropleiding, taken die ze doen, hoe ziet een dag en/of week eruit, met wie werk je samen, wat zijn momenteel de kansen op de arbeidsmarkt, wat zijn leuke en minder leuke aspecten, gevolgde bijscholingscursussen.

De beroepenmarkt biedt ouders een concreet aanknopingspunt om met hun kind over hun eigen beroep te praten, te bevragen over welke beroepen ze informatie hebben gekregen en wat ze hiervan vonden. Ook draagt het bij aan de betrokkenheid van de ouders bij de school.

## 2. HULPMIDDELEN MENTOREN / OUDERS

### 2.6 Speeddaten ouder en kind over beroepen en werkervaring

Loopbaanbegeleiden via speeddaten tussen ouder en kind is een vrij eenvoudig te organiseren vorm van stimuleren tot actief loopbaangedrag richting het ontwikkelen van een beroepsbeeld. Ook speeddaten over beroepen en werkervaringen kan een praktische, boeiende en kort maar krachtige manier zijn om kinderen en ouders met elkaar bezig te laten zijn in het simuleren van actief keuzegedrag van hun kind.

De leerling interviewt de ouder rond het thema: werken, beroepsinhoud, beroepsbeleving. Het biedt een breed beeld over werken en daarnaast oefent de leerling direct zijn gesprekstechnieken.

#### *Wat vooraf te regelen?*

- Print de lesbrief voor de leerlingen. Print zoveel antwoordenbladen (zie bijlage) als nodig zijn voor het aantal speeddate gesprekken dat leerlingen gaan voeren.
- Contact de ouders van de leerlingen. Eventueel kan dit leerjaar breed gedaan worden. Overleg daarover met andere mentoren. Hoe meer ouders van de partij zijn, hoe beter. Boor daarnaast ook andere contacten aan: wie wil iets over zijn beroep vertellen aan de leerlingen?
- Spreek een datum af met de ouders. Dit kan eventueel 's avonds; zo hoeft niemand vrij te nemen en het is een mooie invulling van een ouderavond.
- Vraag ouders eventueel wat materiaal mee te nemen van hun werk ter illustratie. Denk daarbij aan folders, maar ook een paspop met ontwerptekeningen van nieuwe kleding, ter illustratie van een modeontwerpster.
- Laat de leerlingen hun vragen voorbereiden voor de speeddate (zie bijlage)
- Maak een speeddate opstelling. Maak rijen van de tafels en stoelen zoals in het voorbeeld. Laat de leerlingen na rij 1 doorgaan naar het begin van rij 2, etc.
- Geef elke ouder een naambordje, waarop ook het beroep staat.
- Zorg dat alle leerlingen hun lesbrief en een pen meenemen.

In de bijlage treft u hierover kant en klaar lesmateriaal aan.

### 2.7 Beroepen meeloopdag met ouderparticipatie

Het doel van de meeloopdag is: leerlingen bewust maken van de beroepsbeelden die zij hebben. Leerlingen weten vaak niet welke beroepen er zijn. Tevens hebben zij niet in de gaten wat een beroep inhoudt. Om leerlingen een beter beeld te geven van een beroep organiseren wij een meeloopdag.

Leerlingen hebben allemaal een idee van het beroep van iemand uit de naaste omgeving (een ouder/oom/buurman/oma). Van dit beroep heeft de leerling zich vooraf een beeld gevormd. Na zo'n meeloopdag word gekeken of het beroepsbeeld klopt.

## 2. HULPMIDDELEN MENTOREN / OUDERS

Naast de inhoud van het beroep maakt de leerling kennis met beroepsvaardigheden en beroepshoudingen. Tijdens zo'n dag staat hij/zij stil bij de volgende zaken:

- Wat komt er allemaal kijken als je een baan hebt?
- Hoe presenteer je je, en hoe zit het met afspraken nakomen?
- Moet je goed met mensen om kunnen gaan?

In de bijlages treft u hierover kant en klaar lesmateriaal aan.

## 3. WEBSITES EN LITERATUUR

Ook voor ouders is het in de thuissituatie in het kader van meepuzzelen met zoon/dochter handig om over informatiebronnen te beschikken. In dit hoofdstuk treft u een opsomming van handige loopbaansites en literatuur.

### 3.1 Handige sites

- [www.mbstad.nl](http://www.mbstad.nl)
- [www.beroepeninbeeld.nl](http://www.beroepeninbeeld.nl)
- [www.nationaleberoepengids.nl](http://www.nationaleberoepengids.nl)  
(informatieve site over beroepen)
- [www.kansopwerk.nl](http://www.kansopwerk.nl)
- [www.kansopstage.nl](http://www.kansopstage.nl)
- [www.roc.nl](http://www.roc.nl)  
(Informatie over alle roc's - mbo onderwijs, beroepenfilmmpjes per sector).
- [www.techniekinbeeld.nl](http://www.techniekinbeeld.nl)
- [www.keuzecoach.nu](http://www.keuzecoach.nu)  
(keuze film, keuze spel)

### 3.2 Literatuurtips

Hieronder vermeld twee boeken die handig zijn om te gebruiken als ouders.

#### ***Help, mijn kind moet kiezen + loopbaanwijzer***

Auteur: Hans Kock

Hulp bij studiekeuze voor ouders met een zoon of dochter op havo, vwo of vmbo-tl

In het boek 'Help mijn kind moet kiezen' krijgen ouders handvatten om op een zinvolle en effectieve manier hun zoon of dochter te helpen bij de studiekeuze na havo, vwo of vmbo-tl.

Ze krijgen allerlei informatie over het keuzeprocess en de informatie die daarbij belangrijk is. Zo krijgen ze zicht op het Nederlandse onderwijssysteem en via een indeling in beroepensectoren maken ze kennis met verschillende opleidingen. Ze maken ook opdrachten met het doel meer zicht te krijgen op de belangstelling en competenties van hun zoon of dochter. Diezelfde zoon of dochter maakt in een eigen werkboekje, de Loopbaanwijzer, ook een aantal opdrachten en gezamenlijk gaan ze aan de slag in het uitgestippelde keuzetraject.

De ouders krijgen tips om een goede invulling te kunnen geven aan de gesprekken met hun zoon of dochter. 'Overzicht' en 'Inzicht' zijn de kernwoorden van dit boek.



## 3. WEBSITES EN LITERATUUR

### ***Puberbrein binnenstebuiten***

Auteur: Huub Nelis & Yvonne van Sark

Wat beweegt jongeren van 10 tot 25 jaar?

Hoe ontwikkelen de hersenen zich bij jongeren tussen 10 en 25 jaar? Wat betekent dat voor hun vaardigheden en gedrag? Waarom is er zo veel opvoedingsonzekerheid en onwetendheid bij ouders en professionals in een tijd dat jong zijn de norm lijkt? Hoe moeten we omgaan met risicogedrag en met het mediagebruik van jongeren? Is er een verschil tussen internetvrienden en echte vrienden?

Jongeren krijgen steeds meer vrijheden en verantwoordelijkheden, maar hun brein is pas rond hun 25e volgroeid. Dit boek maakt inzichtelijk hoe jongeren zich tussen hun 10e en 25e jaar ontwikkelen en toont aan waarom ze juist vanaf de tienerleeftijd vragen om duidelijke grenzen en goede begeleiding. Pubers hebben, misschien nog wel meer dan kinderen, structuur en kaders nodig. Ouders, docenten, marketeers, werkgevers en beleidsmakers: lees dit boek! Het resultaat zal zijn dat u allen voorgoed anders gaat kijken naar die slungelige, giebelende, roekeloze en dynamische jongeren.

## 4.1 Workshop met mentoren en ouders

### *Opzet van de workshop*

- 5 minuten Welkom, bedoeling en opzet programma toelichten
- 10 minuten Verkorte powerpoint 'wat is kiezen'
- 10 minuten Intro gespreksoefeningen met voorbeeldgesprek tussen ouder en kind aan de hand van [www.5vragen.nu](http://www.5vragen.nu)
- 20 minuten In groepjes uiteen: in twee a drietallen (rolverdeling; 1 ouder, 2 kind, 3 observator/samenvatten - bij tweede situatie rollen wisselen). Twee verschillende casussen op papier meegeven en in de rollenspelen hulpvragen en tips bedenken. Daarna plenair presenteren en noteren op bijvoorbeeld een flapover vel noteren.
- 15 minuten Plenair dilemma's, oplossingen bespreken en eventueel een kort vraaggesprek in rollenspel doen.
- 5 minuten Afronding keuzeflyer Help uw kind kiezen! met tips / loopbaanplacemat, dobbelsteen, loopbaankalender doornemen.  
**Handige sites tonen [www.beroepenbeeld.nl](http://www.beroepenbeeld.nl) / [www.werk.nl](http://www.werk.nl) / [www.roc.nl](http://www.roc.nl)**

### *Voorbeeldcasussen*

Om mentoren op weg te helpen bij het gedeelte gespreksoefening door ouders zijn naast eigen de volgende casussen te gebruiken

#### ***Beschrijving 1:***

Samantha zit in klas 4 vmbo-theoretische leerweg, het is nu 10 mei en zij heeft nog geen keuze gemaakt voor een vervolgopleiding. Ze is druk bezig met Facebook en met haar smartphone. Ze heeft veel vriendinnen en gaat veel uit. Nadenken over een vervolgopleiding boeit haar niet. De moeder van Samantha is druk aan het zoeken en oriënteren op diverse opleidingen die zij goed vindt passen bij Samantha. Zij vertelt op ieder moment dat zij Samantha ziet, over wat zij vindt dat Samantha moet gaan doen.

#### ***Beschrijving 2:***

Robin zit in klas 4 vmbo-beroepsgerichte leerweg. Hij heeft de richting motorvoertuigen gekozen, maar heeft moeite met de praktijkopdrachten. Hij twijfelt of het voor hem haalbaar is om verder te gaan met motorvoertuigen of dat hij beter naar een andere richting kan kijken. Robin zou echter niet weten welke richting dan en hij vindt motorvoertuigen wel leuk.

Neem tijd voor het oefenen van het gesprek, waardoor het ook daadwerkelijk een interactieve bijeenkomst wordt, waarin alle betrokkenen inzet hebben.

**TIP!**

## 4. BIJLAGES

### **Beschrijving 3:**

Addis zit in klas 4 vmbo-beroepsgerichte leerweg. Hij heeft de richting handel en administratie gekozen. Addis verzuimt veel, maakt toetsen onvoldoende en gaat het niet halen. Vader en moeder hebben een opleiding in het land van herkomst gevolgd en hebben niet voldoende zicht op het onderwijssysteem in Nederland, de mogelijkheden die Addis heeft als hij zakt en de stappen die Addis kan zetten.

### **Beschrijving 4:**

Anne zit in klas 4 vmbo-theoretische leerweg, ze doet de richting zorg en welzijn. Ze vindt eigenlijk geen enkele mbo-opleiding leuk. Ze wil wel naar de havo, maar heeft daar niet de cijfers voor. Ze denkt zelf dat ze met een mbo opleiding niets kan bereiken en ze wil geen 'standaard' beroep. Het buitenland/ reizen spreekt haar wel aan.

## 4.2 Vragenlijst bij loopbaangesprekken thuis

Om in een loopbaangesprek thuis de jongere te activeren zelf aan de slag te gaan met zijn/haar denkproces over kiezen kunnen de volgende veelal open geformuleerde vragen handig zijn om uit te putten. De groepen vragen zijn onderverdeeld in wat in loopbaantermen heet de diverse loopbaancompetenties, je bent namelijk in staat goed te kiezen als je voldoende zicht hebt op je :

- Kwaliteiten
- Motieven, passie en ambitie
- Onderzoeken van opleidings-en arbeidsinformatie
- Loopbaansturing en studiesturing
- Netwerken benutten

### ***Kwaliteitenreflectie***

- Aan de hand van concrete ervaringen (stage, praktijklessen, bijbanen etc.): wat ging er goed?
- Wat deed jij goed? Ben je daar ook op andere momenten goed in (binnen of buiten school)?
- Ben je daar altijd al goed in geweest?
- Waar kreeg of krijg je complimenten over?
- Hoe zou je moeder/ vader of een vriend(in) jou omschrijven

### ***Reflectie op motieven, passie en ambitie***

- Wat vind je leuk/ interessant?
- Waar heb je een hekel aan?
- Waar wil je moeite voor doen?
- Wat is voor jou echt belangrijk?
- Aan de hand van een ervaring: Waar heb je je druk om gemaakt,?
- Wat zegt dit over wat je belangrijk/interessant/moeilijk vindt?
- Is dit iets wat voor jou in leren of werk ook belangrijk is?
- Wat zegt dit over wat je (in werk) voor anderen wil betekenen?
- Wat deed je vroeger al graag en doe je dat nog steeds graag?
- Waarom denk je dat dit zo dicht bij je staat?

### ***Onderzoeken van opleidings-en arbeidsinformatie***

- Het gaat om het achterhalen van hoe werk in de concrete praktijk er uit ziet .
- Welke activiteiten komen voor in het werk?
- Waar moet je goed in zijn?
- Hoe voeren mensen hun werk uit? Wat vinden zij belangrijk?
- Hoe gaan mensen met elkaar om in dit werk? Is dit ook de manier waarop jij (in werk) met mensen wil omgaan?
- Hoe ziet een werkdag eruit?
- Bij welke bedrijven kun je dit beroep uitoefenen?

## 4. BIJLAGES

### ***Loopbaansturing en studiesturing***

- Wat kun je doen om je doel te bereiken?
- Wat moet je doen om dichterbij je toekomstdroom of ambitie te komen?
- Wat ga je ontdekken/oefenen? Hoe, waar en wanneer wil je dat doen? (binnen en buiten school)
- Welke bewijzen ga je verzamelen om te tonen dat je de capaciteiten/kwaliteiten hebt of dat je gemotiveerd bent?
- Welke stappen ga je hierin nemen?

### ***Netwerken benutten***

- Wie kan je daarbij helpen? Het gaat om het bedenken, het contact leggen, en het contact onderhouden met mensen die je in je loopbaan kunnen helpen/ondersteunen.
- Hoe kun je contacten opbouwen en onderhouden met beroepsbeoefenaren?
- Wie (bijv. van stageplek) heb je nodig om je doelen te realiseren?
- Wie ken je al?
- Wat voor persoon heb je nodig?

## 4.3 Vragenlijst bij een interview met een beroepsbeoefenaar

Veel “verkeerde” opleidings-/ beroepskeuzes ontstaan door onvoldoende kennis over de inhoud van een beroep. Een beroepskeuze voorbereiden betekent naast andere acties ook informatie over beroepen en werkvelden verzamelen. Een gesprek met iemand, die een beroep daadwerkelijk uitoefent of heeft uitgeoefend kan handig zijn om een keuze grondig voor te bereiden.

Je vindt mensen met voor jou interessante beroepen vaak dichterbij in je omgeving dan je denkt. Vraag maar eens rond of benader een bedrijf in je omgeving met de vraag of je een beroepengesprek kunt afspreken. Onderstaande vragen zijn voorbeeldvragen, die je tijdens zo’n interview kunt stellen.

### *Handige vragen*

- Beroep/ functie:
- Welke taken voert iemand in dit beroep doorgaans uit?
- Hoe ziet een werkweek er doorgaans uit?
- Welke vooropleiding is er voor nodig?
- Welke belangrijkste persoonlijke eigenschappen heb je er voor nodig?
- Welke kennis heb je er voor nodig?
- Welke vaardigheden heb je er voor nodig?
- Wat zijn de prettige kanten eraan?
- Wat zijn de minder prettige/ zware kanten eraan?
- Hoe is de werkgelegenheid de komende jaren?
- Hoe groot is de kans op een fulltime of parttime baan?
- Wat zijn de doorgroeimogelijkheden?

# 4. BIJLAGES

## 4.4 Vragenlijst bij opendagenbezoek

Door onderstaande vragen te stellen tijdens een bezoek aan mbo-voorlichtingsmomenten, kunnen de leerling en de ouder inzicht in een opleiding verdiepen.

Opleiding:

Schooltype:

Niveau:

Leerweg:

### ***Toelating***

- Welke vooropleiding is nodig om toegelaten te worden?
- Welk vakkenpakket/welke vakken zijn bij toelating vereist?
- Hoeveel kans op toelating is er, als je hier niet aan voldoet?
- Zijn er bijzondere extra toelatingseisen, zo ja welke?

### ***Opbouw van de opleiding***

- Uit welke onderdelen bestaat de opleiding?
- Wanneer kies je voor een afstudeerrichting/ specialisatie?
- Hoeveel vrije keuzeruimte is er?

### ***Lesprogramma***

- Hoeveel contacturen krijg je gemiddeld per week?
- Hoe is de onderlinge verdeling theorielessen, praktijklessen, projecten, stage?
- Hoeveel uur per week ben je kwijt aan zelfstudie?

### ***Inhoud van de opleiding***

- Wat voor theorie- / instructielessen worden er gegeven?
- Wat voor praktijklessen / projecten zijn er?
- Wat voor vaardigheidstrainingen zijn er?

### ***Beroepspraktijkvorming /stage***

- Wanneer loop je stage?
- Hoe kom je aan een stageplaats?
- Hoeveel procent van de opleiding bestaat uit stage?

### ***Begeleiding***

- Hoe is het systeem van begeleiden?
- Hoe wordt je geholpen bij problemen?



### ***Toetsing en diplomering***

- Hoe wordt de studievoortgang getoetst?
- Op welke manieren wordt er getoetst?
- Kun je ook doubleren?
- Hoe haal je je diploma?
- Kun je een opleiding ook langzamer of sneller doen?

### ***Arbeidsmarkt***

- Welke functie(s) kun je uitoefenen na deze opleiding?
- Hoe is de werkgelegenheid de komende jaren?

### ***Doorstuderen***

- In welke opleiding kun je doorstuderen na deze opleiding?
- Hoe groot is het percentage gediplomeerden dat doorstudeert?

Wat betreft vervolg op mbo niveau 4:

- Moet je voor doorstuderen in het hbo een speciaal lesprogramma volgen?
- In welke hbo-opleidingen krijg je leertijdreductie op grond van dit mbo-4 diploma?



## 4. BIJLAGES

### 4.5 Flyer: Help uw kind kiezen!

**HELP UW KIND KIEZEN!**

**Leerplicht Voortijdig Schoolverlaten**  
regio Noord-veluwe

**Succes!**

**Handige informatiebronnen**  
waarmee uw kind gesprekken over beroepen kan gaan voeren:

1. Waarom heeft u dit beroep / deze functie gekozen?
2. Hoe komt u tot deze keuze (gedenken)?
3. Welke taken voort u uit?
4. Hoe ziet een werkdag er voor u uit?
5. Welke vooropleiding is er voor nodig?
6. Welke belangrijke persoonlijke eigenschappen heb je er voor nodig?
7. Waar moet je goed in zijn?
8. Wat zijn de prettig en minder prettig/zware kanten aan het beroep?
9. Hoe is de werkpleg/omgeving de komende jaren?

**Handige bronnen**  
Om informatie over de arbeidsmarkt, beroepsbeelden en beroepsfilmpjes vinden kunt u zoeken op:  
[www.beroepsinbeeld.nl](http://www.beroepsinbeeld.nl)  
[www.cbdieren.nl](http://www.cbdieren.nl)  
[www.karrierenieuw.nl](http://www.karrierenieuw.nl)  
[www.kim.nl](http://www.kim.nl)  
[www.m.bostad.nl](http://www.m.bostad.nl)

**Saaiwegwerk**

- Activeer uw kind te praten met studiaman en beroepsbeoelbaren.
- Werk toe aan een lijstje van opties/keuzes.
- Bespreek de mogelijkheden met een adviseur (in het museum).
- Weeg in de beslissing de laatste opties af, zet voors en tegens op een rijtje en neem de tijd voor een passende keuze.
- Maak uiteindelijk met verstand en gevoel een keuze!

**Menselijke schalen**  
 Dalton College | Nita College  
 Lelystad | Finster-Wilde  
 Mendo /Itag

### 4.6 Loopbaan place-to-be-mat

**EEN PRETTIG GESPREK! AAN DE KEUKENTAFEL**

**YOUR PLACE-TO-BE-MAT WAAR WIL JIJ ZIJN?**

**Wat vind je later belangrijk in je werk?**

**Wat zijn jouw interesses?**

**Waar doe jij moeite voor?**

**Wie vind jij inspirerend?**

**Waar ben jij goed in?**

**Het reflectie recept**

1. Warm het gesprek op met een compliment
2. Meng vervolgens uw zoon of dochter's kwaliteiten met een paar eetlepels vertrouwen
3. Stel een handje open vragen en luister goed naar de antwoorden van je kind
4. Maak het gesprek af met een snufje informatie over eventuele vervolgstappen
5. Serveer met een glimlach

*Succes!*

project **Stivier** en **LOS** | **VO ZAAD**

Dit project is een uitgave van Project Structuur LOS van de VO van de gemeenten van het noordoostelijk gebied.

## 4.7 Loopbaan-kalender

**Gelukkig nieuwjaar!**

IK WEEF AL  
WET  
IK WORD...  
MEZELF!

labke

**Januari**

1	2
3	4
5	6
7	8
9	10
11	12
13	14
15	16
17	18
19	20
21	22
23	24
25	26
27	28
29	30
31	

**Valentijnsdag**  
14 februari

Wat heb je vandaag geleerd?

project: **Stimberg IOS** | **VO**RAAD

## 4.8 Loopbaan-dobbelsteen

**Wat zeggen anderen dat jij goed kan?**

**Wat vond je moeilijk vandaag?**

**Welke eigenschappen vind je belangrijk?**

**Wat kan je goed?**

**Wat heb je vandaag geleerd?**

**Waar ben je trots op vandaag?**

Aantal deelnemers: minimaal 2 (ouder en een kind), maar het liefst met het hele gezin.  
Locatie: aan de keukentafel.  
Tijdstip: Vlak voor of na het eten.  
Veel plezier!

project: **Stimberg IOS** | **VO**RAAD







