

## Lob in de Bpv



# curio

Rianne Kramer

curio



2



## Visie op loopbaanontwikkeling

### Loopbaanontwikkeling doe je met hart, hoofd en... voeten

- ervaringen om te voelen wat bij je past
- reflectie en onderzoek voor het vormen van een zelf-werkbeeld
- stappen zetten om te ontwikkelen

curio

## ‘Lob is van iedereen!’

Ieder 2/3 tal krijgt één van de 1 LOB competenties.

Lees door wat deze competentie inhoudt en bedenk met elkaar hoe je in de BPV studenten kan ondersteunen bij hun loopbaanontwikkeling, - oriëntatie en –begeleiding op de gekregen competentie.

Daarna delen we de opbrengst.



curio

## Het Lob Lemniscaat

### Loopbaangesprek begeleider



5

curio

Je verhaal tevoorschijn luisteren

6

curio

# Belemmering tijdens luisteren

Herkenbaar?

## Belemmering bij luisteren:

- **Desinteresse:** wanneer je met je gedachten niet bij bent of je niet aandachtig luistert door de fysieke omgeving
- **Geruststellen :** de negatieve emoties teniet te doen
- **Adviseren :** oplossingsgericht zijn in plaats van inleven en de ander laten groeien en ontwikkelen
- **Van onderwerp veranderen :** het gesprek overnemen met eigen verhaal
- **Onderbreken :** de ander niet laten uitpraten

## 'de kracht van niet doen...' Ineke Hurkmans

*n.b. Onderzoek toont aan dat iemand gemiddeld 17 seconden luistert voordat hij de ander onderbreekt.*

curio

# Reflectief luisteren in 5 stappen

- **Luisteren en stel open verdiepende vragen**  
Probeer je te verplaatsen in de ander, wees nieuwgierig  
Houdt oogcontact en focus op wat de ander te vertellen heeft.
- **Terugreflecteren**  
Erken wat de ander zegt door terug te vertellen wat je hebt gehoord zonder interpretatie of iets te veranderen. De verteller vult aan waar nodig.
- **Ontdek wat het belangrijkste is**  
Wat is het belangrijkste dat je me wilde zeggen van wat je vertelde?  
De luisteraar luistert en vat samen
- **Help de ander te ontdekken wat hij/zij zou willen doen**  
Is er iets wat jij wilt doen aan wat je vertelde?  
Opnieuw luisteren en terugreflecteren
- **Afronden**  
Vraag of de ander nog iets wil toevoegen. Is er nog iets wat je zou willen zeggen?

curio

## Kies een fotokaart uit die past bij een mooie werkervaring die je recent hebt meegemaakt



9

curio

## Samen terugkijken en ander laten reflecteren

Klein verhaal



## Ervaring aan de hand van een fotokaart

### In gesprek over een ervaring

Bespreek in 2-tal : (2 x 6 minuten)

Leg aan je gesprekspartner uit waarom je deze afbeelding hebt gekozen. Vertel over wat het met je heeft gedaan en wat je hebt geleerd.

De ander zet reflectief luisteren in.

Voor dit gesprek maken we gebruik van het eerste deel (A en B) van het LOB lemniscaat.

11

curio

## Opbrengst van lobgesprek



Hoe heb je reflectief luisteren ingezet en welke vragen werken wel of niet?

12

curio



Hoe zou je dit model vaker kunnen inzetten in de begeleiding van studenten en leerlingen?

Wat kan dit opleveren?



13

curio

## De LOB waaier als hulpmiddel



Welk gouden vraag ga jij vaker stellen aan een student of leerling?

Tip: neem eens een filmpje op (met toestemming)

14

curio

Waar heb jij je in ontwikkeld vandaag en wat neem je mee terug de praktijk in?



Meer weten over dit onderwerp?

[r.kramer@curio.nl](mailto:r.kramer@curio.nl)

Rianne Kramer – trainer, coach en docent.

# bedankt



## Achtergrondinformatie over de vijf loopbaancompetenties



Positioneringsdocument Loopbaanleren Curio  
 Onderwijsvisie Curio  
 Onderwijskundige uitgangspunten sector zorg en welzijn

[Podcast Marinka kuijpers Loopbaangroep](#)

[MBO/VMBO studenten over LOB](#) Youngworks

Teams: LOB community



## Loopbaancompetentie 1 – Kwaliteitenreflectie

Kwaliteitenreflectie gaat over het inzicht krijgen in je talenten, vaardigheden en kwaliteiten. Studenten leren wat ze goed kunnen en hoe ze deze vaardigheden kunnen ontwikkelen.

*Wat zou je kunnen doen in de BPV om studenten hierin te ondersteunen?*

curio

## Loopbaancompetentie 2 – Motievenreflectie

Motievenreflectie gaat over het ontdekken van je persoonlijke drijfveren, interesses en waarden. Studenten leren nadenken over wat hen motiveert en wat belangrijk voor hen is in werk en leven.

*Wat zou je kunnen doen in de BPV om studenten hierin te ondersteunen?*

curio

## Loopbaancompetentie 3 – Werkexploratie

Werkexploratie draait om het onderzoeken van mogelijkheden in de arbeidsmarkt.

Studenten ontdekken welke beroepen en sectoren bij hen passen.

*Wat zou je kunnen doen in de BPV om studenten hierin te ondersteunen?*

curio

## Loopbaancompetentie 4 – Loopbaansturing

Loopbaansturing gaat over het nemen van regie over je loopbaan.

Studenten leren keuzes maken en stappen zetten richting hun toekomst.

*Wat zou je kunnen doen in de BPV om studenten hierin te ondersteunen?*

curio

## Loopbaancompetentie 5 – Netwerken

Netwerken gaat over het leggen en onderhouden van contacten die je verder kunnen helpen in je loopbaan. Studenten leren hoe ze anderen kunnen betrekken bij hun loopbaanontwikkeling.

*Wat zou je kunnen doen in de BPV om studenten hierin te ondersteunen?*

curio