



Funded by
the European Union



↑ studiøshift

THE NON-FORMAL CAREER COUNSELING GUIDE



DEVELOPED BY



AANGEPASTE VERSIE VOOR LEERLINGEN MET SPECIFIEKE ZORGNODEN

Algemene aanpassingen (voor begeleiders)

- Gebruik eenvoudige en korte zinnen
- Lees instructies luidop voor
- Voorzie extra tijd
- Werk met verbale antwoorden, tekeningen, symbolen of stickers
- Bied één opdracht tegelijk aan
- Gebruik voorbeelden uit het dagelijkse leven
- Vermijd druk: er zijn geen juiste of foute antwoorden

INTRODUCTIE

Deze gids helpt leerlingen zichzelf beter te leren kennen en te reflecteren over hun toekomst op een praktische manier.

Je zal:

- ontdekken waar je goed in bent
- ontdekken wat je leuk vindt
- onderzoeken wat voor jou belangrijk is
- beroepen en activiteiten ontdekken

Alle activiteiten kunnen:

- zelfstandig
- met een partner
- of in een kleine groep
- met behulp van een leerkracht of begeleider.

Het doel is niet om nu een beroep te kiezen, maar om zichzelf beter te leren kennen.

WIE BEN IK? – DE ZELFPUZZEL (AANGEPAST)

Doel: Bepaal je sterktes, zwaktes en passies. Ontdek je eigen mogelijkheden.

Taak: Vul de puzzel in.

Duur: 10 minuten of langer

! Begeleider noteert antwoorden indien nodig

WIE BEN IK?

MIJN STERKTES	WAT IK KAN DOEN	IK BEN TROTS ALS
IK VIND HET MOEILIJK OM	IK HEB HULP NODIG BIJ	

BEROEPENTEST: VRAGENLIJST LOOPBAANINTERESSES (AANGEPAST)

Doel: Ontdek welke activiteiten je leuk vindt, niet wat je goed kan.

Taak: Kies bij elke activiteit één van de 3 vakjes.

☺ Ik vind het leuk	Zet hier X als je deze activiteit leuk zou vinden
? Ik weet het niet	Zet hier X als je niet weet of je deze activiteit leuk zou vinden
☹ Ik vind het niet leuk	Zet hier X als je deze activiteit niet leuk zou vinden

Duur: 20 minuten of langer

BELANGRIJK: Hou geen rekening met of je dit kan. Denk enkel na of je dit leuk zou vinden.

GROEP A

Activiteit	Ik vind het leuk ☺	Ik weet het niet	Ik vind het niet leuk ☹
Werken met gereedschap (hamer, schroevendraaier)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kapotte voorwerpen herstellen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dingen maken of bouwen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Werken met planten of dieren	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Buiten in de frisse lucht werken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Met machines of auto's rijden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Voorbeeld beroepen: mecaniciens, schrijnwerker, tuinier, elektriciens, metselaar, chauffeur

GROEP B

Activiteit	Ik vind het leuk 😊	Ik weet het niet	Ik vind het niet leuk 😞
Berekeningen maken en werken met geld	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Met een computer werken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mappen en documenten organiseren	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dingen bijhouden en opslaan	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Formulieren en tabellen invullen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Instructies opvolgen en uitvoeren	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Voorbeeld beroepen: boekhouder, computeroperator, administratief medewerker, kassier, archief medewerker

Activiteit	Ik vind het leuk 😊	Ik weet het niet	Ik vind het niet leuk 😞
Kinderen helpen bij het leren	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Zorgen voor zieke of oudere mensen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Luisteren en mensen helpen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Samenwerken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Activiteiten voor anderen organiseren	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vrijwilligerswerk doen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Voorbeeld beroepen: zorgkundige, opvoeder, sociaal werker, instructeur

GROEP D

Activiteit	Ik vind het leuk 😊	Ik weet het niet	Ik vind het niet leuk 😞
Bestuderen hoe iets werkt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Experimenten en tests uitvoeren	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Moeilijke problemen oplossen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Planten en dieren observeren	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
In een laboratorium werken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Nieuwe technologieën ontdekken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Voorbeeld beroepen: laboratorium techniker, bioloog, onderzoeksassistent, analist

GROEP E

Activiteit	Ik vind het leuk 😊	Ik weet het niet	Ik vind het niet leuk 😞
Met mensen praten om hen iets te verkopen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Een groep of team leiden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Een evenement organiseren	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Anderen overtuigen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Belangrijke beslissingen maken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Een nieuw project starten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Voorbeeld beroepen: verkoper, manager, reisagent, eventplanner, ondernemer

GROEP F

Activiteit	Ik vind het leuk 😊	Ik weet het niet	Ik vind het niet leuk 😞
Tekenen, schilderen of boetseren	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Zingen of een instrument bespelen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
verhalen schrijven	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Foto's of video's maken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Versieringen maken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Nieuwe en originele dingen maken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Voorbeeld beroepen: artiest, muzikant, fotograaf, designer, acteur

JOUW RESULTATEN

Je begeleider berekent de resultaten per groep.

MIJN LOOPBAANINTERESSES:

Groep	Soort activiteit	Hoeveel ☺ ?	Resultaat
A	Praktische activiteiten		
B	Cijfers en computers		
C	Anderen helpen		
D	Onderzoek en wetenschap		
E	Bedrijfsleven en leiderschap		
F	Kunst en creativiteit		

Resultaten interpreteren:

- 5-6 smileys ☺ = Jij vindt deze activiteiten echt heel leuk!
- 3-4 smileys ☺ = Jij vindt deze activiteiten leuk.
- 0-2 smileys ☺ = Jij vindt deze activiteiten niet zo leuk.

PERSOONLIJKE WAARDEN – WAT BELANGRIJK IS VOOR MIJ

Doel: Verwoorden wat je belangrijk vindt.

Taak: Kies 3 waarden.

Duur: 10 minuten of langer

Lijst met waarden:

Mijn familie - de band met mijn familie

Vrienden - goede vrienden hebben

Geld - genoeg geld hebben

Mijn eigen baas zijn - een eigen bedrijf hebben

Nieuwe dingen leren - bijleren is belangrijk

Anderen helpen - zinvol bezig zijn

Avontuur - nieuwe en spannende dingen ontdekken

Creatief bezig zijn - nieuwe dingen maken (kunst, uitvindingen)

Orde - alles is georganiseerd

Natuur - buiten in de natuur zijn

Macht - anderen leiden en respect krijgen

De 3 belangrijkste waarden voor mij:

1.....

2.....

3.....

VRIJWILLIGERSWERK ACTIVITEITEN

Doel: Ontdekken bij welke activiteiten je graag zou helpen.

Taak: Vraag leerlingen “Wil je dit graag proberen?” “Ja / Nee / Misschien”

Duur: 10 minuten of langer



Afval verzamelen (wanneer je gaat wandelen)



Ouderen helpen in je buurt



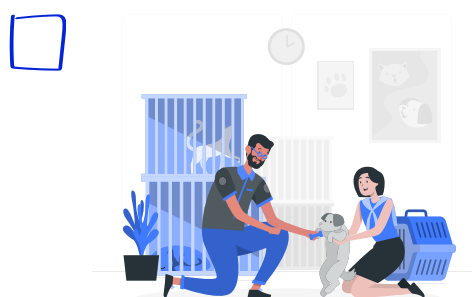
Recycleer activiteiten



Activiteiten voor kinderen begeleiden



Kleren verzamelen en doneren aan mensen in nood



Helpen in een dierenasiel



Vrijwilligerswerk in een woonzorgcentrum



Contacten leggen met kinderen in een opvangcentrum

MIJN LOOPBAANPROFIEL

Doel: Samenvatten wat je geleerd hebt.

Duur: 30 minuten of langer

Wie ben ik?

Mijn sterktes:

Wat ik leuk vind (top 3 interesses):

Wat zijn mijn waarden?

-
-
-

Waar sta ik nu?

Waar wil ik over 3 jaar staan? (Welke school? Welke studierichting?)

Wat kan ik doen om over 3 jaar mijn doel te bereiken? (Bijvoorbeeld: studeren, hulp vragen, ...)