

De UPYourself-leerlijn en loopbaan (LOB)

Hoe de doorlopende leerlijn voor sociaal-emotionele vaardigheden aansluit op de wettelijke loopbaaneisen in het mbo.


25

lessen van één lesuur, in zeven lespakketten

6 van 8

loopbaaneisen geraakt, waarvan drie sterk

4 van 5

kernvaardigheden die werkgevers het belangrijkst vinden (WEF 2025)

+11

percentiepunten schoolprestaties na SEL-programma's (Durlak e.a., 2011)

In één oogopslag

Een pakket scoort alleen sterk als de lessen het element zelf behandelen. Zo ziet een team waar de leerlijn het LOB-programma draagt en wat het eigen programma invult.

Capaciteiten- en motievenreflectie	☒ Sterk	P004 werkt er direct aan. P001, P002, P003, P005 en P006 voegen elk een kwaliteit of waarde toe waar de student op reflecteert.
Kritische denkvaardigheden	☒ Sterk	Alle drie de wettelijke onderdelen worden direct geoefend, in P001, P002, P004, P005 en P006.
Loopbaansturing en netwerken	☐ Gedeeltelijk	De leerlijn traint zelfsturing en de gespreks- en relatievaardigheden die netwerken vraagt. Planning en netwerkcontacten krijgen vorm in SLB en bpv.
Werkexploratie en doorstroom	☐ Geen	Lopen via bpv, open dagen en het bestaande LOB-programma.

Conclusie. Opleidingsbreed ingezet wordt UPYourself de vaste reflectielijn binnen SLB, met per student bewijs voor het loopbaandossier. De leerlijn dekt capaciteitenreflectie, motievenreflectie en kritische denkvaardigheden sterk. Werkexploratie en doorstroom blijven in het bestaande LOB-programma en de bpv.

Wat de wet vraagt

Zorgplicht

De WEB (art. 1.3.5) verplicht mbo-instellingen mogelijkheden te bieden voor loopbaanoriëntatie en -begeleiding.

Inhoud

Bijlage 1 van het EKB beschrijft de generieke eisen voor loopbaan. Ze staan in ieder kwalificatiedossier en gelden voor alle niveaus.

Kritische denkvaardigheden

Horen sinds 1 augustus 2016 bij loopbaan (Stb. 2016, 224), omschreven in drie onderdelen (Stb. 2019, 163).

Inspanningsverplichting

Geen examen. De instelling legt de eisen vast in de onderwijs- en examenregeling (OER); de student toont zijn inspanning aan via een loopbaandossier.

Matrix loopbaan per lespakket

Wettelijke eis

001

002

003

004

005

006

007

Onderbouwing

De vijf loopbaancompetenties

EKB WEB, bijlage 1

Capaciteitenreflectie

Welke capaciteiten zijn van belang voor mijn loopbaan?



P004 laat de student zijn zelfbeeld, sterke en zwakke kanten en groei onderzoeken. De andere pakketten voegen elk een kwaliteit toe: omgaan met emoties, feedback, druk en tegenslag, de eigen rol in een team.

Motievenreflectie

Welke wensen en waarden zijn van belang voor mijn loopbaan?



P004: wie ben ik, wat vind ik belangrijk en wat drijft me. P001: eigen gedachten en waarden herkennen. P006: bewust kiezen. De vertaling naar werkwaarden maakt de student met de SLB'er.

Werkexploratie

Onderzoek naar werk en mobiliteit.



De leerlijn onderzoekt geen beroepen, werkvelden of arbeidsmarkt.

Loopbaansturing

Planning en beïnvloeding van het leer- en werkproces.



Versterkt zelfsturing: doorzetten bij tegenslag, minder uitstelgedrag, problemen gestructureerd aanpakken. De loopbaanplanning zelf volgt in SLB.

Netwerken

Contacten opbouwen en onderhouden op de arbeidsmarkt.



Oefent contact leggen en onderhouden, bijvoorbeeld met de praktijkbegeleider. Het netwerk op de arbeidsmarkt organiseert de opleiding.

Overige loopbaaneisen

EKB WEB, bijlage 1

Kiezen en vervolgstappen

Eigen kwaliteiten en motieven vergelijken met wat werk vraagt.



P006 oefent opties afwegen en een keuze onderbouwen. De toepassing op studie- of beroepskeuze maakt de SLB'er.

Doorstroomoriëntatie

Oriëntatie op hbo, volgend mbo-niveau en ondersteuning.



Valt buiten de leerlijn.

Kritische denkvaardigheden

Stb. 2016, 224; Stb. 2019, 163

Informatie beoordelen

Bronnen op waarde schatten; feiten, beweringen en aannames onderscheiden.



P006 behandelt dit direct. P007 laat de student een vraagstuk van meerdere kanten bekijken.

Perspectief nemen

Het perspectief van anderen kunnen innemen.



Empathie (P001), actief luisteren (P002) en omgaan met meningsverschillen (P005).

Eigen denken

Nadenken over hoe eigen opvattingen en beslissingen ontstaan.



P001 onderzoekt eigen reacties, P004 zelfpraat en zelfbeeld. P003 en P006 via reflectie op reacties en keuzes.

Sterk: de lessen behandelen het element zelf en de student oefent ermee

Gedeeltelijk: oefent een vaardigheid die de eis noemt; de docent maakt de koppeling

Geen aantoonbare bijdrage

Kleur van het pakketnummer is de fase (pagina 4)

De vaardigheden waar werkgevers om vragen

De wet vraagt dat de student reflecteert op de capaciteiten die van belang zijn voor zijn loopbaan. Het World Economic Forum onderzoekt onder werkgevers wereldwijd welke dat zijn. Zij verwachten dat 39 procent van de huidige vaardigheden van werknemers tussen 2025 en 2030 verandert of veroudert. De leerlijn traint vier van de vijf belangrijkste kernvaardigheden direct, en de vijfde via communicatie en samenwerken.

Positie	Kernvaardigheid (WEF 2025)	Pakket	Hoe de leerlijn eraan werkt
1	Analytisch denken	P006	Feiten van aannames scheiden, redeneerfouten herkennen, problemen gestructureerd aanpakken.
2	Veerkracht, flexibiliteit en wendbaarheid	P003	Stress herkennen en reguleren, veerkracht opbouwen.
3	Leiderschap en sociale invloed	P002 P005	Communiceren, feedback geven, samenwerken en conflicten oplossen in een team.
4	Creatief denken	P007	Vaste denkpatronen loslaten en nieuwe ideeën ontwikkelen.
5	Motivatie en zelfbewustzijn	P004 P001	Zelfbeeld, persoonlijke groei, eigen emoties en waarden herkennen.
top 10	Empathie en actief luisteren	P001 P002	Les empathie; actief luisteren en non-verbale communicatie.

Zo past de leerlijn in SLB

Zelfkennis is de basis van LOB: wie niet weet wat hij kan, wat hij belangrijk vindt en hoe hij met druk omgaat, kan geen onderbouwde loopbaankeuze maken. Een voorbeeld van hoe de SLB'er elk pakket laat doorlopen in het loopbaangesprek en het dossier:

Pakket	Competentie	Vervolg vraag in het SLB-gesprek	Bewijs in het dossier
P004 Zelfvertrouwen & Zelfbewustzijn	Capaciteiten, motieven	Welke sterke kanten zet je in op je bpv? Wat vind je belangrijk in werk, en past je opleiding daarbij?	Opdrachten zelfbeeld en groei
P001 Emotioneel Bewustzijn	Motieven, kritisch denken	Welke situaties op stage geven je energie en welke kosten energie?	Reflecties op emoties en reacties
P002 Effectieve Communicatie	Capaciteiten, netwerken	Welke feedback kreeg je van je praktijkbegeleider en wat doe je ermee?	Feedbackopdrachten
P003 Veerkracht & Stressmanagement	Capaciteiten, sturing	Hoe ga je om met druk in toetsweken of op stage?	Eigen stresssignalen en aanpak
P005 Samenwerken & Conflictvaardigheden	Capaciteiten, netwerken	Welke rol pak je in een team, en welke rol vraagt je beroep?	Reflectie op groepsrol
P006 Kritisch Denken & Probleem Oplossen	Sturing, kritisch denken	Welke keuze staat je dit jaar te wachten, en hoe betrouwbaar is je informatie?	Onderbouwde keuze met afweging

Aantoonbaar in de OER

De lessen kunnen als vaste LOB-activiteit in de onderwijs- en examenregeling worden opgenomen. De reflectieopdrachten uit het werkboekje dienen als bewijs per student in het loopbaandossier. De voortgang per klas laat zien dat de lessen zijn gegeven.

Wat de opleiding zelf organiseert

Werkexploratie, doorstroomoriëntatie en een netwerk op de arbeidsmarkt lopen via bpv, open dagen, gastlessen en het bestaande LOB-programma. De leerlijn levert de reflectie: een student die weet wat hij kan en wil, haalt meer uit een stage of open dag.

De zeven lespakketten

Fase 1 Fundament

7 lessen

P001 Emotioneel Bewustzijn

3 lessen. Emoties herkennen en labelen, empathie, zelfregulatie.

P002 Effectieve Communicatie

4 lessen. Actief luisteren, non-verbaal, feedback, communiceren bij conflict.

Fase 2 Verdieping

11 lessen

P003 Veerkracht & Stressmanagement

3 lessen. Stress herkennen en reguleren, veerkracht.

P004 Zelfvertrouwen & Zelfbewustzijn

3 lessen. Zelfbeeld, zelfpraat, persoonlijke groei.

P005 Samenwerken & Conflictvaardigheden

5 lessen. Groepsrollen, meningsverschillen, conflictoplossing.

Fase 3 Meesterschap

7 lessen

P006 Kritisch Denken & Probleem Oplossen

4 lessen. Feiten en aannames, redeneerfouten, keuzes onderbouwen.

P007 Creativiteit & Innovatief Denken

3 lessen. Denkpatronen loslaten, nieuwe ideeën, meerdere kanten.

Elk pakket bevat video's, werkvormen, een werkboekje met opdrachten en reflectievragen, een online leeromgeving en een docentenhandleiding. De fasen bouwen op elkaar voort.

Praktische inzet

Planning

Bijvoorbeeld in het SLB- of mentoruur. Volgorde en spreiding over de leerjaren stemmen we af op het rooster en het LOB-programma van de opleiding.

Docent

Een docentenhandleiding per les, een kick-off voor het team bij de start, en direct contact per telefoon en e-mail.

Niveaus

De onderwerpen zijn voor elke student even relevant, ongeacht niveau. Het taalgebruik passen we aan op de doelgroep.

Mbo-context

Voorbeelden zijn afgestemd op het mbo. Situaties uit de eigen beroepspraktijk of de bpv verwerken we in overleg.

Voortgang

De opleiding volgt de voortgang op klas- en instellingsniveau.

Privacy

Verwerkersovereenkomst beschikbaar. Studenten en docenten loggen in via Entree Federatie van Kennisnet.

Wat onderzoek zegt over het effect

De leerlijn volgt het CASEL-raamwerk voor sociaal-emotioneel leren (SEL). Een meta-analyse van 213 schoolprogramma's met ruim 270.000 leerlingen (Durlak e.a., 2011) vond betere sociaal-emotionele vaardigheden, beter gedrag en minder emotionele klachten. De schoolprestaties lagen gemiddeld 11 percentielpunten hoger.

Het mbo zat niet in die studie; het gaat om een algemeen effect van SEL in het onderwijs. De effecten waren het sterkst bij gestructureerde programma's met actieve werkvormen en expliciete leerdoelen, gegeven door de eigen docenten. Die kenmerken zijn het uitgangspunt van de leerlijn.

Past dit bij jullie LOB-programma?

We lopen de matrix graag samen met jullie SLB-team door en stemmen de inzet af op rooster en OER.

martijn@upyourself.nl

+31 6 41216052

1. Wet educatie en beroepsonderwijs, art. 1.3.5.

2. Examen- en kwalificatiebesluit beroepsopleidingen WEB, bijlage 1; gewijzigd bij Stb. 2016, 224 en Stb. 2019, 163.

3. Expertisepunt LOB: LOB in het mbo; Jongerenwelzijn en LOB. Youngworks voor Expertisepunt LOB (2021), Jongeren over kansen voor LOB.

4. World Economic Forum (2025), The Future of Jobs Report 2025.

5. Durlak, J.A., Weissberg, R.P., Dymnicki, A.B., Taylor, R.D. & Schellinger, K.B. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. Child Development, 82(1), 405-432.