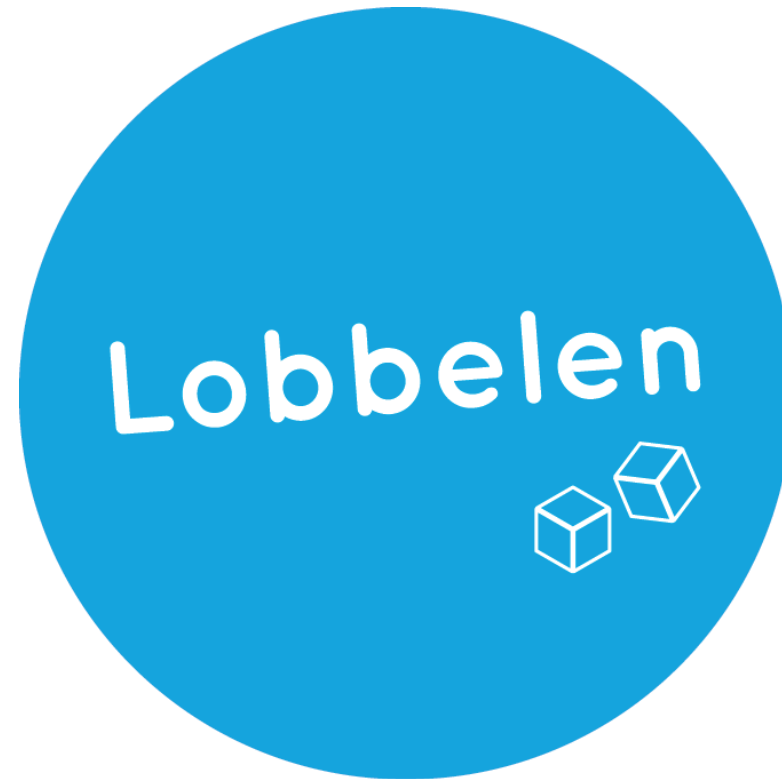


HANDLEIDING LOBBELEN DE INSTRUMENTVARIANT MET ACHT STENEN



Ontwikkel je loopbaancompetenties

INHOUDSOPGAVE

I.	ACHTERGROND.....	3
II.	DE ACHT LOBBELSTENEN.....	4
III.	LOBBELEN.....	6
IV.	DRIE LOBBEL VORMEN.....	7
V.	TOELICHTING OP LOBBEL TOEPASSINGEN.....	9
VI.	DE LOOPBAANCOMPETENTIES.....	10

I. ACHTERGROND

Wat is Lobbelen?

- Lobbelen speel je met speciale dobbelstenen; lobbelstenen!
- Je gooit de lobbelstenen en geeft betekenis aan je eigen ervaringen.
- Zo kom je tijdens het lobbelen op een leuke manier snel écht in gesprek.
- En, leer je op een praktische en speelse wijze meer over jezelf en jouw loopbaancompetenties.
- Lobbelen is gebaseerd op het gedachtegoed van Prof. Dr. Marinka Kuijpers en ontwikkeld door Nard Kronenberg.

Waar helpt Lobbelen bij?

- Lobbelen zet je aan het denken over je ervaringen, brengt een gesprek op gang en geeft je inzichten in wat je kunt en wilt.
- Lobbelen kan faciliteren in 1-op-1 begeleidingsgesprekken voor functioneren, stage of loopbaan, kan een loopbaangesprek in de klas op gang brengen en helpt ook om thuis aan de keukentafel ongedwongen een gesprek over je loopbaan te voeren.
- Lobbelen geeft je handvatten om op een interactieve wijze in gesprek te gaan over je toekomst en loopbaan, zonder daar de nadruk op te leggen.
- Lobbelen helpt om jezelf en elkaar te leren kennen.

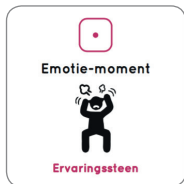
II. DE ACHT LOBBELSTENEN

De instrumentvariant Lobbelen bestaat uit 8 lobbelstenen.

Twee stenen zijn basisstenen: de vertelsteen en de ervaringssteen. Eén van deze twee wordt als eerste gegooid. De vragen die via de andere stenen volgen haken steeds aan op het verhaal of ervaring van de eerste steen.



- 1) **De vertelsteen** bevat termen met iconen van laagdrempelige onderwerpen waarover je iets kunt vertellen.



- 2) **De ervaringssteen** bevat termen met iconen van onderwerpen die diepgaander zijn.

Vijf stenen zijn gericht op de loopbaancompetenties: de kwaliteitsteen, de passiesteen, de werksteen, de actiesteen en de netwerksteen. Elk van deze stenen bevat vragen die je aan het denken zetten.



- 3) **De passiesteen** vragen over jouw motieven.



- 4) **De kwaliteitsteen** vragen over jouw kwaliteiten.



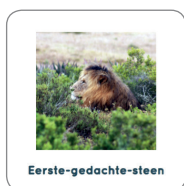
5) **De werksteen** vragen over jouw werk en studie.



6) **De actiesteen** vragen over jouw plannen en prestaties.



7) **De netwerksteen** vragen over jouw netwerk en hoe je dat in kunt zetten.



8) **De eerste-gedachte-steen** bevat foto's die een gedachte oproepen.

III. LOBBELEN

Van start

Haal de stenen uit het zakje.

Het zakje kan je gebruiken om de stenen op te werpen, zo maken ze niet zoveel geluid.

De spelregels

- 1) Gooi de vertel- of de ervaringssteen.



- 2) Vertel kort iets over de situatie of ervaring.



- 3) Je gesprekspartner(s) vraagt(vragen) door.



Je hebt 3 minuten de tijd om je verhaal te vertellen na het werpen van de ervarings- of vertelsteen.

Daarna heb je 1 tot 3 minuten de tijd voor het beantwoorden van de vragen gericht op de loopbaancompetenties.

Luister naar het verhaal van de 'gooier'. Vraag door. Vul het verhaal van de gooier niet in.

- 4) Gooi de overige stenen één voor één (bij voorkeur in de volgorde: passiesteen, kwaliteitssteen, werksteen, actiesteen, netwerksteen).
- 5) Beantwoord de vraag steeds gekoppeld aan je eerste verhaal.
- 6) Gooi de eerste-gedachte-steen als laatste.
- 7) Vertel welke gedachte er bij je opkomt bij deze foto gekoppeld aan de situatie of ervaring?
- 8) Tot slot deel je een eventuele (her)ontdekking, een inzicht en/of actie.

IV. DRIE LOBBEL VORMEN

Lobbelen kan je alleen of met anderen spelen en je kan het anderen laten spelen. Jij faciliteert dan het spel. De spelregels zijn voor alle vormen hetzelfde. De dynamiek, diepgang en opbrengst zijn anders.

Voor elke Lobbel-vorm geven we een aantal toepassingen.

1. IKZELF: een interne Lobbeldialoog

- De interne Lobbeldialoog speel je alleen.
- Neem voordat je begint de Lobbel-stappen door.
- Noteer wat in je opkomt, hierbij zijn de vragen leidend.
- Bepaal na afloop van de Lobbel-stappen of je iets over jezelf te weten bent gekomen en wat je gaat doen.

2. IK EN ANDER(EN): de Lobbeldialoog

- De Lobbeldialoog speel je met twee of meer personen.
- Neem voordat je begint de Lobbel-stappen door.
- Kies of de 'gooier' alle vragen achter elkaar beantwoordt (dit heeft de voorkeur) of dat je na elke steen start met een nieuwe 'gooier'.
- Persoon één start als 'gooier'.
- De andere(n) perso(o)n(en) zijn gesprekspartner(s) en houden de tijd in de gaten.
- Bepaal na afloop van de Lobbel-stappen of je iets over jezelf te weten bent gekomen en wat je gaat doen.
- Indien relevant ruil je van rol. Persoon twee start dan als 'gooier'.

Bijvoorbeeld: een BPV-stagegesprek, 1-op-1 begeleiding van een professionele loopbaancoach, intervisie van een schoolcoach met docent, thuis aan de keukentafel

3. ANDERE(N) LATEN SPELEN: de begeleiding van Lobbelen

- De begeleiding van Lobbelen is erop gericht om anderen met Lobbelen te ondersteunen.
- Neem voordat je begint de Lobbel-stappen door. Kies voor een 'gooier' die alle vragen achter elkaar beantwoordt (dit heeft de voorkeur) of kies ervoor om na elke vraag te starten met een nieuwe 'gooier'.
- Leg de anderen het doel van Lobbelen en de Lobbel-stappen uit. Geef duidelijk aan hoe groot de groepjes zijn, of de 'gooier' wisselt na elke steen of na alle zes stenen en hoeveel tijd iedereen heeft voor elke stap en vul niet in voor de ander en neem gesprek niet over.
- Je bent klaar om te Lobbelen! Houd de tijd bij en zorg dat men in de groep tijdig wisselt.
- Laat de spelers noteren wat in hen opkomt, hierbij zijn de vragen leidend.
- Laat de spelers na afloop van de Lobbel-stappen bepalen of ze iets over zichzelf te weten zijn gekomen en wat ze gaan doen.

Bijvoorbeeld: Klassikaal leerlingen met elkaar in gesprek laten gaan, binnen je team medewerkers met elkaar in gesprek laten gaan of als vriendenactiviteit

V. TOELICHTING OP LOBBEL TOEPASSINGEN

Klassikaal: leerlingen gaan met elkaar in gesprek

Als je leerlingen MET elkaar in gesprek wil laten gaan, kun je op diverse manieren insteken. Je kunt al spelen met één spel, waarbij één persoon de vertel- of ervaringssteen gooit en ieder tweetal een ervaring met elkaar uitwisselt. Met een zandloper of stopwatch wordt na 2 minuten de kwaliteitssteen gegooid en die vraag wordt beantwoord en eventueel wordt hier op doorgevraagd, dan de passiesteen en zo verder. Een soort van speeddaten. Tot slot laat je de leerlingen noteren wat het gesprek heeft opgeleverd.

Beschik je over meer sets dan één, dan kun je groepjes maken en ieder in hun eigen groepje met elkaar aan de slag laten gaan.

1-op-1 begeleiding: professionele loopbaancoach

Lobbelen is ook een prima instrument dat ingezet kan worden door de Loopbaanprofessional voor zijn of haar cliënten. Om snel tot de kern te komen van wat iemand drijft, belangrijk vindt, waar hij voor gaat of staat kunnen de Lobbelstenen een prima hulpmiddel zijn. Het mooie is dat zowel onderwerp als vragen random verschijnen. De ervaringssteen is voor de loopbaanadviseur de meest geschikte om te gebruiken.

Intervisie: Schoolcoach/docenten

Lobbelen is bij uitstek het instrument voor alle opgeleide schoolcoaches LOB en docenten die de basistraining LOB hebben gevolgd. Zij zijn bekend met het gedachtegoed van de vijf loopbaancompetenties en Lobbelen kan behalve met leerlingen ook onderling door schoolcoaches en docenten benut en ingezet worden om de vaardigheid in het stellen van vragen verder te versterken.

Functioneringsgesprek: HRM-professional

Lobbelen als HRM-instrument. Ook als HRM-professional is kennis en vaardigheid op gebied van loopbaancompetenties een must. In gesprekken met medewerkers tot de kern komen van wat iemand drijft, belangrijk vindt, waar iemands kwaliteiten liggen of juist niet, is onderdeel van het werk. Lobbelen kan helpen dit inzicht te versnellen waardoor voor beide partijen geen kostbare tijd verloren gaat.

VI. DE LOOPBAANCOMPETENTIES

Lobbelen is gebaseerd op het gedachtegoed van Prof. Dr. Marinka Kuijpers. Zij is de grondlegger van de loopbaancompetenties.

Hier onder zijn de loopbaancompetenties kort toegelicht. Kijk voor meer informatie op www.loopbaangroep.nl.



Motievenreflectie:

nadenken en praten over ervaringen om wensen en waarden te ontdekken



Kwaliteitenreflectie:

nadenken en praten over ervaringen om te ontdekken waar je goed in bent



Werkexploratie:

onderzoeken van eisen, waarden, kansen en ontwikkelingen in werk



Loopbaansturing:

stappen nemen om meer kansen te krijgen op werk dat bij je past door leren, experimenten, oefenen, onderhandelen, organiseren en laten zien wat je kunt



Netwerken:

contacten opbouwen en onderhouden voor loopbaanontwikkeling

LOBBELEN

ik lobbel
jij lobbelt
wij lobbelen
ik heb gelobbeld
na het lobbelen
rolt de kubus
naar de nieuwe stip op de horizon
mooi toch
dat lobbelen
een nieuw perspectief

(Hay Freriks)

