

# Verslag evaluatieonderzoek ACT in LOB

Tom Luken

Amsterdam

Luken Loopbaan Consult

10 december 2018

## Inhoud

Inhoud	2
Inleiding	3
Kader	3
Doel, doelgroep en onderzoeksopzet en –verloop	3
Resultaten	4
Discussie en conclusie	8
Literatuur	9
Bijlagen	10
Bijlage 1. De vragenlijst	10
Bijlage 2. Antwoorden op open vraag 5 (Toelichting op 'Wat remt je gebruik van de toolkit?')	12
Bijlage 3. Antwoorden op open vraag 5 (Hoe kijk terug op de training destijds?)	14
Bijlage 4. Antwoorden op open vraag 6 (Hoe kijk je nu naar de toolkit?)	16
Bijlage 5. Antwoorden op open vraag 7 (Zou je een of ander vervolg wensen op de training en/of de toolkit? Zo ja, wat?)	18
Bijlage 6. Antwoorden op open vraag 9 (Wat zou je verder aan Albert en mij willen laten weten?)	20

## Inleiding

### Kader

Vijf jaar geleden won het projectvoorstel 'ACT in LOB' de prijsvraag 'Verken de grenzen', die door Noloc en NSvP was uitgeschreven. Daarmee konden Albert de Folter en ik in 2014 de toolkit 'ACT in LOB' ontwikkelen. Doel was een innovatieve aanvulling te bieden op het bestaande instrumentarium voor keuzebegeleiding (LOB), geïnspireerd door de acceptatie en commitment benadering (ACT).

In 2015 kwam de website 'ACT in LOB' online en verscheen ons boek 'Beelden van mijn toekomst' (De Folter & Luken, 2015). Sindsdien hebben Albert en ik 10 trainingen voor het gebruik van de toolkit verzorgd, waarvan zeven landelijk en drie regionaal/incompany. 72 decanen en (studie)loopbaanbegeleiders hebben meegedaan aan deze trainingen.

Aanvankelijk lag het in mijn bedoeling om de effecten van de toolkit wetenschappelijk te onderzoeken in het kader van een proefschrift. Inmiddels is het promotieonderzoek, in goed overleg met promotor, copromotor en Albert de Folter, gestaakt. De belangrijkste reden daarvoor is dat het niet gelukt is om voldoende materiaal te verzamelen om de effecten van de toolkit op wetenschappelijk verantwoorde wijze te onderzoeken. Een nadere toelichting is beschikbaar op <https://lukenloopbaanblog.wordpress.com>.

### Doel, doelgroep en onderzoeksopzet en –verloop

Nu een wetenschappelijk effectonderzoek niet haalbaar bleek, is een klein evaluatieonderzoek uitgevoerd. Doel is om op gestructureerde wijze informatie te verzamelen over de ervaringen met en beoordelingen van de toolkit, de training en het onderliggende gedachtegoed.

De doelgroep bestaat uit de 72 keuzebegeleiders die aan de 10 georganiseerde trainingen hebben deelgenomen. De toolkit wordt overigens ook gebruikt door keuzebegeleiders die niet hebben deelgenomen aan de trainingen, maar omdat het materiaal vrij en open beschikbaar is, hebben wij geen zicht op deze gebruikers.

In onze contacten met scholen is drukte en gebrek aan tijd een terugkerend thema. Om toch een zo groot mogelijke respons te bevorderen is een enquête opgesteld die kort en eenvoudig is. De vragenlijst bestaat uit negen vragen en is opgenomen als bijlage 1. De enquête is via Google Forms afgenomen.

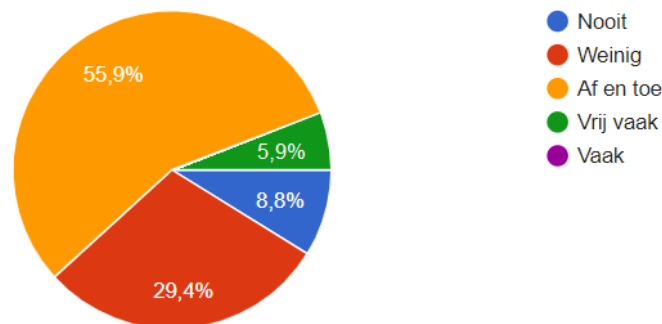
De link naar de vragenlijst is op 31 oktober 2018 gestuurd aan de e-mailadressen van 72 personen die deel hebben genomen aan de trainingen. Acht mails kwamen onbestelbaar retour, omdat de persoon niet meer op het adres werkte. Van drie kon het actuele adres worden achterhaald. Dus uiteindelijk is de link naar de vragenlijst door 67 mensen ontvangen. Op 14 november is een reminder gestuurd. Op 27 november is de vragenlijst gesloten.

Uiteindelijk hebben 34 personen de vragenlijst ingevuld. Twee personen hebben gereageerd door te zeggen dat zij kort na de cursus ander werk zijn gaan doen en daarom de vragenlijst niet op zichzelf van toepassing achten. De respons kan berekend worden op bruto  $34/72 = 47\%$  of netto  $36/67 = 54\%$ .

## Resultaten

### 1. In hoeverre maak je gebruik van de toolkit 'ACT in LOB'?

34 reacties



Verreweg de meeste respondenten maken daadwerkelijk gebruik van de tools. De toolkit blijkt echter niet intensief gebruikt te worden. 85% gebruikt de toolkit 'weinig' of 'af en toe'. Geen enkele respondent heeft 'vaak' geantwoord. Geheel onverwacht is dit niet, gezien het feit dat de toolkit is ontworpen voor gebruik naast andere methoden. In het navolgende komen nog andere oorzaken voor het weinig intensieve gebruik ter sprake.

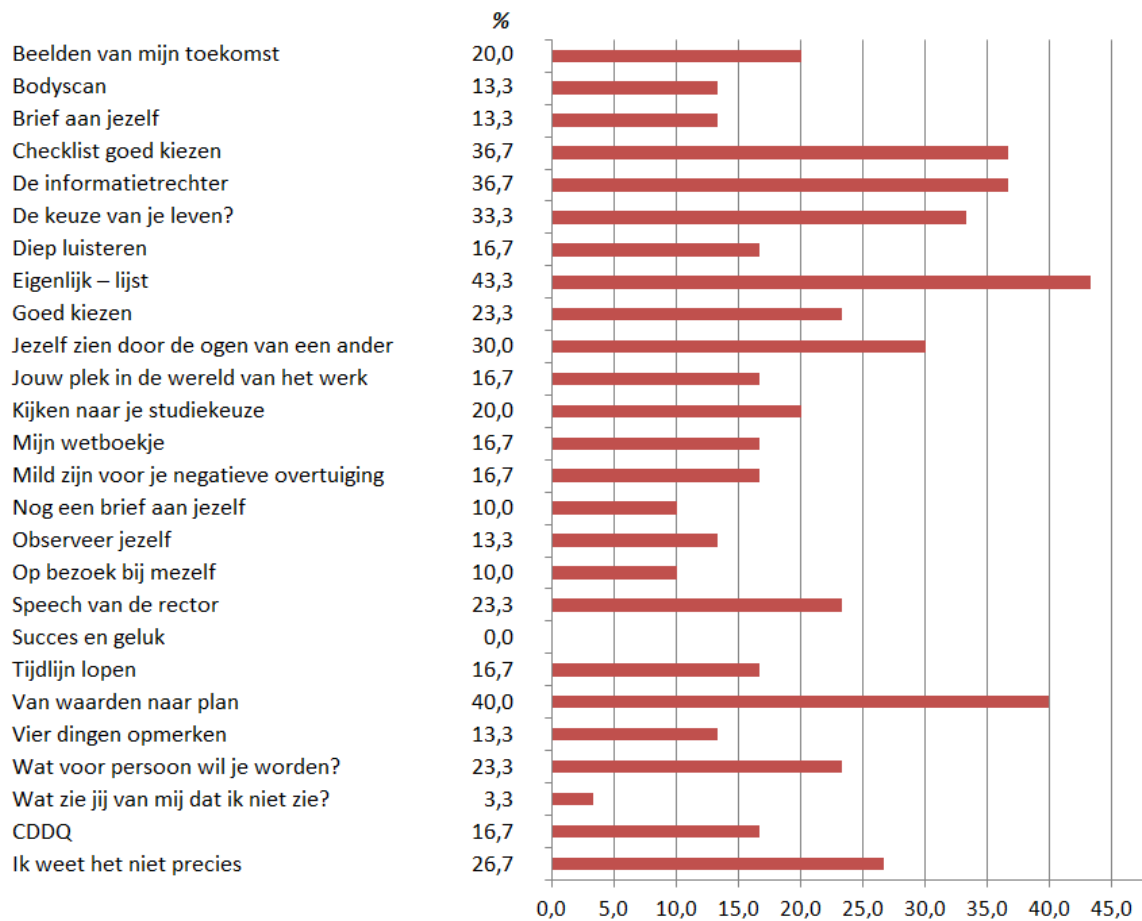
### 2. Welke tool(s) uit de toolkit gebruik je?

30 reacties

Opvallend is dat de keuzegerichte tools (bijvoorbeeld Checklist goed kiezen, De Informatietrechter, Van waarden naar plan) verreweg het vaakst gebruikt worden: gemiddeld door 28,3% van de respondenten. De ontwikkelingsgerichte tools (bijvoorbeeld Brief aan jezelf, Succes en geluk, Tijdlijn lopen) worden duidelijk minder gebruikt: gemiddeld door 16,9%. De voorwaardenscheppende tools (Bodyscan, Diep luisteren, Vier dingen opmerken) worden het minst gebruikt: gemiddeld door 14,4%.

Tevens opvallend is het geringe gebruik van de CDDQ (de online test voor het onderzoeken van de moeilijkheden die de leerling ervaart bij de studiekeuze). Respondent 28 legt een rechtstreeks verband met de kosten. Ook van een andere decaan, die de toolkit gebruikt zonder aan de training te hebben deelgenomen (en dus niet meedeed aan de enquête), hoorden we dat zij graag de CDDQ had gebruikt, maar dat de directie de kosten niet wilde betalen "omdat hiervoor geen potje was". Respondent 29 heeft een eigen tool ontwikkeld op

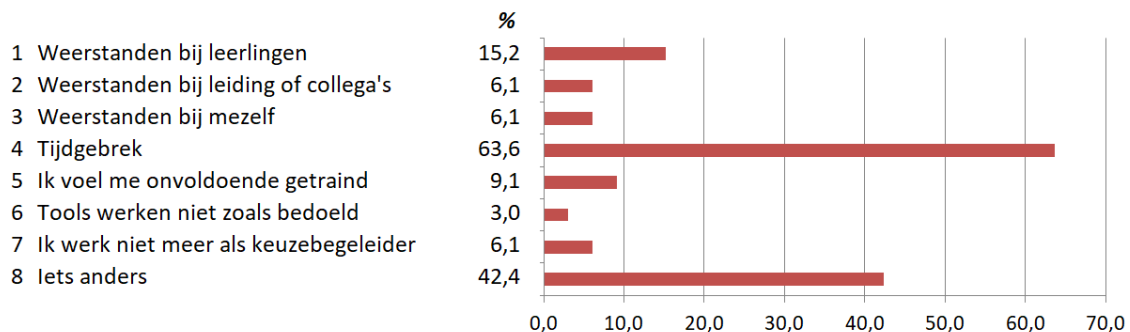
basis van de CDDQ. Hoewel de kosten van het gebruik van de CDDQ relatief bescheiden zijn (€ 3,- per leerling), blijken deze, althans voor sommigen, een belemmering te vormen.



Het duidelijk overheersende gebruik van keuzegerichte tools illustreert de druk op het keuzeproses ten koste van voorwaardenscheppende en ontwikkelingsgerichte processen.

### 3. Wat remt je gebruik van de toolkit?

33 reacties



64% van de respondenten geeft aan dat tijdgebrek de reden is om de toolkit niet te gebruiken. Dit is in overeenstemming met verhalen over druk en hectiek die we van veel keuzebegeleiders in het voortgezet onderwijs horen. Op talrijke scholen is sprake van veel

veranderingen en van improviseren bij onvoorziene gebeurtenissen zoals uitval van collega's.

De andere vooronderstelde redenen spelen een relatief geringe rol. Voor 42% van de respondenten speelde 'iets anders' een rol. Hierover meer bij de volgende vraag.

#### 4. Toelichting op 'Wat remt je gebruik van de toolkit?'

28 respondenten (82%) hebben een toelichting geschreven op de vraag wat hun gebruik van de toolkit remt. Om de lezer in staat te stellen zich een volledig beeld te vormen zijn de gegeven toelichtingen integraal en letterlijk opgenomen als Bijlage 2. Dit gebeurt eveneens bij de andere open vragen. Passages die de identiteit van de respondent zouden kunnen onthullen, zijn vervangen door xxxxxxx.

Ook bij de gegeven toelichtingen speelt tijdgebrek een grote rol. Negen respondenten besteden in hun reactie expliciet aandacht aan problemen op dit punt.

Ons algemene beeld is dat de remmen op het gebruik niet zozeer in de tools zelf liggen. Daarentegen wijzen meerdere antwoorden erop dat bij een aantal respondenten het werken met de toolkit onvoldoende is ingeslepen en daardoor is weggezakt. Tevens blijkt in een aantal gevallen de inbedding in schoolcultuur en werkprocessen onvoldoende te hebben plaatsgevonden.

#### 5. Hoe kijk je terug op de training destijds?

Maar liefst 33 respondenten (97%) heeft deze vraag beantwoord. Zie bijlage 3.

De feedback is vrijwel uitsluitend (zeer) positief. Meerdere reacties noemen de training leerzaam. Reflectie en mindfulness zijn daarbij terugkerende onderwerpen. Ook blijkt de training door verscheidene deelnemers ervaren te zijn als eye-opener en gewaardeerd vanwege het nieuwe perspectief dat geboden werd op loopbaanontwikkeling en -begeleiding.

Een vraag is of de training qua omvang en intensiteit voldoende was. Acht respondenten geven hierop een expliciet antwoord: 7 zeggen voldoende, 1 vond het duidelijk onvoldoende. Enkele reacties bij vraag 4 (van bijvoorbeeld respondent 21 en 28) wijzen er niettemin op dat een uitvoeriger training een intensiever gebruik van de toolkit had kunnen bevorderen. Dit wordt bevestigd door het feit dat 14 respondenten aangeven behoefte te hebben aan een vervolg (zie vraag 7).

#### 6. Hoe kijk je nu naar de toolkit?

31 respondenten (91%) hebben een antwoord geschreven. Zie bijlage 4.

Ook hier overheersen (zeer) positieve reacties. De toolkit biedt volgens veel respondenten een goed, aanvullend gereedschap dat helpt om op een nieuwe manier naar de studiekeuze te kijken en op een andere manier met studieloopbaanbegeleiding om te gaan. Wel blijkt ook hier dat een aantal respondenten zich nog onvoldoende vertrouwd voelt met de tools om ze

goed in te kunnen zetten. Ook zijn er enkele opmerkingen over de taligheid van een aantal tools en over de vormgeving die niet bij iedereen in de smaak valt.

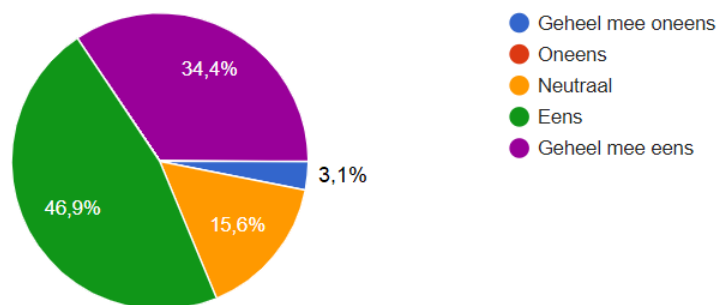
## 7. Zou je een of ander vervolg wensen op de training en/of de toolkit? Zo ja, wat?

Op vraag 7 zijn 28 antwoorden gegeven (82%). Veertien respondenten wensen een of ander vervolg. Zeven respondenten hebben daar geen behoefte aan.

Wat betreft de inhoud van een mogelijk vervolg: verdieping, intervisie, oefenen met de tools en toepasbaar maken/integreren in de bestaande praktijk worden elk door drie respondenten expliciet genoemd. Verder zijn er uiteenlopende ideeën zoals werken met acteurs, verdere ontwikkeling van tools, aandacht voor HBO studenten, zicht krijgen op waarden zonder te vervallen in abstracte talige discussie, kennis opfrissen en aandacht voor mentoren.

## 8. Wat vind je van de stelling "ACT biedt waardevolle vernieuwingsmogelijkheden voor LOB, waarvan meer gebruik gemaakt zou moeten worden"?

32 reacties



Een grote meerderheid van 81% is het (geheel) eens met de stelling. Eén persoon heeft 'geheel mee oneens' aangegeven, maar gezien de overige antwoorden van deze persoon (respondent 30), die positief zijn over ACT in LOB, is mogelijk sprake van een vergissing bij het beantwoorden. Hoe dan ook is een grote meerderheid nog steeds positief of enthousiast over ACT in LOB.

## 9. Wat zou je verder aan Albert en mij willen laten weten?

Vraag negen heeft 25 reacties opgeleverd (74%). Zie bijlage 6. Dit zijn vrijwel uitsluitend allerlei positieve geluiden, met uitingen van tevredenheid, dank en aanmoediging.

## 10. Naam (facultatief)

24 respondenten (71%) hebben hun naam ingevuld.

### Discussie en conclusie

Hoewel we vrijwel uitsluitend positieve en enthousiaste reacties krijgen op de toolkit en het onderliggende gedachtegoed, is de omvang van het gebruik in de praktijk bescheiden. Als belangrijkste factor daarbij zien we dat denkbeelden en praktijken van de toolkit in een aantal opzichten haaks staan op de heersende cultuur in onderwijs en studieloopbaanbegeleiding, die er onder meer op is gericht dat jongeren vroeg in hun leven duurzame, verstrekkende loopbaankeuzen maken.

Bovenstaande manifesteert zich op verschillende wijzen. Heel concreet in gebrek aan tijd en rust, waar veel deelnemers herhaaldelijk melding van maken. Het manifesteert zich ook in de onderbenutting van voorwaardenscheppende en ontwikkelingsgericht tools. Deze worden veel minder gebruikt dan onderdelen die direct op de studiekeuze gericht zijn. Één van de doelen van de toolkit was het verlichten van de druk die leerlingen ervaren op de studiekeuze. Het is duidelijk dat de toolkit hierin slechts een bescheiden invloed kan hebben. Tot slot manifesteert het zich in de moeilijkheid die verscheidene respondenten noemen om de tools in te bedden in de bestaande praktijken. In mondelinge toelichtingen merken wij vaak dat er bij keuzebegeleiders en leerlingen/studenten sprake is van enige 'drempelvrees' ten aanzien van de niet direct keuzegerichte onderdelen.

Hoewel de impact van de toolkit kwantitatief gering is, hebben Albert en ik op basis van onze ervaringen in de afgelopen jaren en reacties van betrokkenen geconcludeerd, dat wij een waardevolle impuls tot vernieuwing van studiekeuzebegeleiding hebben geleverd. Nog regelmatig ontvangen wij berichten van professionals die op de een of andere manier geraakt en geïnspireerd zijn door elementen van de toolkit en het onderliggende gedachtegoed. Dit evaluatieonderzoek bevestigt de positieve impact van ons project op een aantal keuzebegeleiders. De Hogeschool van Amsterdam biedt een concreet voorbeeld van innovatie, mede geïnspireerd door ons project (Oudega, Kruithof, Prins, & Luken, 2018). Via de leergang 'Psychologie van de studiekeuze' aan deze hogeschool maken decanen nog regelmatig kennis met ACT in LOB en de toolkit (Molenaar, 2017). Door middel van vakpublicaties wordt een toenemend aantal mensen, ook in het buitenland, geïnformeerd over ACT in LOB en de toolkit (bijv. Luken & De Folter, 2017; 2018; in press).

Of de geboden impuls tot vernieuwing van keuzebegeleiding op basis van ACT doorzet, is een nog onbeantwoorde vraag. Dat dit wenselijk is, wordt onderschreven door de antwoorden op vraag 8 in dit onderzoek. Vrijwel unaniem zijn de respondenten van mening dat ACT waardevolle vernieuwingsmogelijkheden biedt voor LOB, waarvan meer gebruik gemaakt zou moeten worden. In 2016 en 2017 hebben we geprobeerd een masterclass te organiseren, rond de wensen die ook in dit evaluatieonderzoek naar voren komen: verdieping, intervisie, oefening en inbedding. Maar in beide gevallen is dit niet gelukt. Het bleek niet mogelijk om hiervoor voldoende deelnemers op één plaats en tijd bij elkaar te brengen. Albert en ik zullen ons opnieuw bezinnen op een mogelijk vervolg op basis van de nu verzamelde gegevens. Mede omdat ik bezig ben mij terug te trekken uit het werk in



verband met pensionering zijn onze mogelijkheden echter beperkt. Of ACT in LOB doorzet, zal vooral afhangen van de vraag of de respondenten uit dit onderzoek ermee doorgaan en of er professionals en/of een marktpartij opstaan die de ontwikkelde toolkit gaan herzien of nieuwe manieren vinden om ACT in het onderwijs en LOB in te zetten. We zijn er van overtuigd dat het de moeite meer dan waard is.

## Literatuur

Folter, A. de, & Luken, T. (2015). *Beelden van mijn toekomst: Een ACT toolkit voor loopbaanoriëntatie en –begeleiding*. Arnhem: Nederlandse Stichting voor Psychotechniek.

Luken, T., & De Folter, A. (2017). Gluren bij onze noorderburen: Een nieuwe toolkit voor onderwijsloopbaanbegeleiding uit Nederland. *Caleidoscoop*, 29(2), 28-36.

Luken, T., & De Folter, A. (2018). ACT as innovation for career guidance. *Newsletter IAEVG (International Association for Educational and Vocational Guidance)*, 81, 3-7.

Luken, T., & De Folter, A. (in press). Acceptance and Commitment Therapy Fuels Innovation of Career Counselling. In N. Arthur, R. Neault, & M. McMahon (Eds.), *Career Theory and Models at Work: Ideas for Practice*. Canadian Education and Research Institute for Counselling (CERIC).

Molenaar, L. (2017). Waarom is kiezen toch zo complex? Leergang 'Psychologie voor de studiekeuzer' voor decanen. *Bij de Les*, 7, 18-19.

Oudega, M., Kruithof, H., Prins, S., & Luken, T. (2018). Effecten van een nieuw studiekeuzetraject. *Tijdschrift voor Hoger Onderwijs*, 36(1), 5-22.

# Bijlagen

## Bijlage 1. De vragenlijst

1. In hoeverre maak je gebruik van de toolkit 'ACT in LOB'?

- Nooit
- Weinig
- Af en toe
- Vrij vaak
- Vaak

2. Welke tool(s) uit de toolkit gebruik je?

- Beelden van mijn toekomst
- Bodyscan
- Brief van jezelf
- Checklist goed kiezen
- De informatietrechter
- De keuze van je leven?
- Diep luisteren
- Eigenlijk – lijst
- Goed kiezen
- Jezelf zien door de ogen van een ander
- Jouw plek in de wereld van het werk
- Kijken naar je studiekeuze
- Mijn wetboekje
- Mild zijn voor je negatieve overtuiging
- Nog een brief aan jezelf
- Observeer jezelf
- Op bezoek bij mezelf
- Speech van de rector
- Succes en geluk
- Tijdlijn lopen
- Van waarden naar plan
- Vier dingen opmerken
- Wat voor persoon wil je worden?
- Wat zie jij van mij dat ik niet zie?
- CDDQ (de online test voor het onderzoeken van de moeilijkheden die de leerling ervaart bij de studiekeuze)
- Ik weet het niet (bijvoorbeeld gebruik eigen aanpassingen of andere namen)

3. Wat remt je gebruik van de toolkit?

- Weerstanden bij leerlingen
- Weerstanden bij leiding of collega's
- Weerstanden bij jezelf
- Tijdgebrek
- Ik voel me onvoldoende getraind voor het gebruik van de tools
- Tools werken niet zoals bedoeld
- Ik werk niet meer als keuzebegeleider
- Iets anders (graag hieronder toelichten)

4. Eventuele toelichting op 'Wat remt je gebruik van de toolkit?'

5. Hoe kijk je terug op de training destijds? Bijvoorbeeld: Wat was het meest waardevol voor je? Wat heb je gemist? Was de training voldoende om met de toolkit te werken?

6. Hoe kijk je nu naar de toolkit? Bijvoorbeeld: Wat vind je van de toolkit in zijn geheel? Wat mis je in of aan de tools? Welke tools zijn het meest waardevol voor je?

7. Zou je een of ander vervolg wensen op de training en/of de toolkit? Zo ja, wat?

8. Wat vind je van de stelling "ACT biedt waardevolle vernieuwingsmogelijkheden voor LOB, waarvan meer gebruik gemaakt zou moeten worden"?

- Geheel mee oneens
- Oneens
- Neutraal
- Eens
- Geheel mee eens

8. Wat zou je verder aan Albert en mij willen laten weten?

9. Naam (facultatief)

Heel veel dank voor het invullen!

## Bijlage 2. Antwoorden op open vraag 5 (Toelichting op 'Wat remt je gebruik van de toolkit?')

### Respondent

- 1 De tools lijken beter te passen op individuele, diepergaande trajecten. Het grootste deel van mijn werk als decaan bestaat uit groepsgewijze trajecten en voor heel veel leerlingen is dat ook voldoende, die gaan met veel plezier aan de slag en vinden hun weg. Voor degenen die veel meer begeleiding nodig hebben, bijvoorbeeld een aantal keer een gesprek van een uur, zijn de tools wel geschikt maar die tijd kan ik alleen bij uitzondering maken. Meestal verwijs ik een leerling die dat nodig heeft naar begeleiding buiten school.
- 2 Het gebruik van de toolkit vraagt om een wederzijdse vertrouwensband, maar als decaan ontmoet je lang niet alle leerlingen vaak genoeg om die op te bouwen. Verder is niet elke leerling ontvankelijk voor deze benaderingswijze.
- 3 Ik gebruik steeds meer tools, maar het integreren gaat langzaam
- 4 Ik werk minder als decaan, heb (daardoor?) niet alles paraat.
- 5 Tijdgebrek bij mijn leerlingen.
- 6 Sinds de zomer ben ik geen decaan meer. In de mentorles zal ik een paar tools gaan gebruiken, maar minder dan tijdens het begeleiden van leerlingen.
- 7 Ik werkte eigenlijk sowieso niet als keuzebegeleider, maar mocht toch aansluiten bij de workshop.
- 8 Het is vooral de tijd vinden om, in gesprek met een leerling, een geschikte werkvorm op te zoeken en die te gebruiken.
- 9 algemene inbedding van de methode. Dus ik zet het als tweedelijns decaan in waar ik denk dat het nodig of behulpzaam kan zijn echter ik zie niet alle leerlingen. De vele veranderingen in mijn school maken het moeilijk aandacht voor bredere toepassing te vinden. De mentoren zijn namelijk meest met de leerlingen bezig.
- 10 Er staan geweldige tools in. Het ontbreekt me soms aan tijd in de trajecten om het in te zetten. Ik voel me ook niet bedreven genoeg.
- 11 Tijdgebrek, al ben ik me bewust dat dat voor een deel ook met eigen keuzes te maken heeft. Nu we een toolkit gaan opzetten voor onze 4e en 5e jaars op basis van de loopbaancompetenties wil ik daar een onderdeel met opdrachten vanuit de ACT-toolkit aan toevoegen.
- 12 Zeker in drukke tijden grijp ik toch snel weer naar de bekende opdrachten. Gebruik wel veel meer ontspanningsoefeningen die ik al had.
- 13 Op dit moment geef ik geen training of coaching gebaseerd op ACT omdat ik fulltime aan het studeren ben ( master xxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxx)
- 14 nvt; ik voel me niet geremd om de toolkit te gebruiken, Haal eruit wat ik denk dat passend is op dat moment en voor betreffende client
- 15 andere therapie tools, niet werken met loopbaanvraagstukken
- 16 Na training relatief weinig studiekeuzeaanvragen gekregen. Daardoor heb ik het idee dat kennis naar mijn gevoel enigszins weggezakt is
- 17 Bij niet alle gesprekken die ik voer wil ik ACT inzetten, afhankelijk van de hulpvraag van de leerling. Ik merk ook dat het een beetje naar de achtergrond zakt.
- 21 ik moet het boek op mijn bureau leggen (nu dus gedaan!) want ik vergeet het gewoonweg om te gebruiken. en ook kan ik er nog eens meer in duiken. Echt goed lezen wat de oefeningen inhouden.
- 22 werk niet vaak als keuzebegeleider
- 23 Tijd  
En in schoolse setting is het vaak moeilijk om uit de hectiek te stappen.  
Als ik een eigen praktijk had denk ik dat ik er meer mee zou kunnen doen
- 24 Voor een studiekeuzegesprek heb ik 1 uur. Daarin gaat veel tijd zitten in het analyseren van de vraag en de opties. Ik geef wel opdrachten mee, maar kies daarbij meestal voor de HZO en een biografische opdracht. Ik merk daarbij niet dat ik oefeningen mis.
- 26 K heb inmiddels mijn eigen toolkit vanwege opleiding act
- 27 Doordat ik de meeste opdrachten van de act toolkit meestal individueel inzet of in iets aangepaste vorm. Heb ik niet altijd zicht op wat er gebeurt. Wel staan alle opdrachten klaar tot ieders beschikking. Ik heb ze gedigitaliseerd en ze ingevoegd in onze digitale omgeving. Er zit momenteel niet iets in het verplichte programma maar vooral facultatief.

- 28 Ik zou mij er nog meer in moeten verdiepen hoe en welke tools ik zou kunnen gebruiken. Dat heb ik nog niet voldoende gedaan.
- 30 Ik werk op andere manieren als psycholoog met Act, wrs is er veel overlap, vond de cursus heel leuk dat wel, maar werk meer met oefeningen uit voluit leven en van Russ Harris.
- 31 werk met oudere doelgroep en met adhd/as doelgroep
- 33 Ik ben er door verlof lang uit geweest, dus heb er nog niet veel gebruik van kunnen maken. Vooral bij xxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxx, maar nog niet op school.
- 34 Bij overgang naar nieuwe methode , maar ook dat mentoren weinig tijd hebben en zich niet verbonden voelen met LOB.  
Ik vind het juist wel fijne opdrachten, maar km er soms niet toe.

### Bijlage 3. Antwoorden op open vraag 5 (Hoe kijk terug op de training destijds?)

Respondent

- 1 Ik vond het theoretische gedeelte het interessantst, bv over reflecteren
- 2 De training was zeer waardevol en ook voldoende om met de toolkit te werken. Voor mij was een eye opener de benadering via onder meer mindfulness. Voor iemand als ik, met veel weerstand tegen zweverigheid, was dit echt geweldig goed en helemaal niet zweverig gebrachte kennis en ik heb er ook persoonlijk veel aan.
- 3 De combinatie van voelen en structureren van het keuzeproces vind ik zeer waardevol. Niets gemist. Voor mij was de training voldoende, want ik heb al de nodige ervaring in studiekeuze en loopbaanbegeleiding.
- 4 Meest waardevol is het besef dat je met dit soort gesprekken de leerling mogelijkheden biedt om verder te gaan/de draad weer op te pakken/zelf weer aan het stuur te gaan staan: Stap (al is het voor even) uit de ratrace van alledag en bepaal wat voor jou belangrijk en van waarde is.
- 5 Voldoende als basis. Verdieping is wenselijk.
- 6 Nuttig. De theorie was erg interessant en het oefenen met de tools was erg prettig - zo kon je de tools gemakkelijker inzetten in je eigen (les)praktijk.
- 7 Ik vond het interessant om delen van de toolkit zelf uit te proberen en te ervaren.
- 8 De training was prima. Voor bewustwording en voor oefening. Naast het concreet gebruik van werkvormen merk ik bij mezelf dat ik ook anders gesprekken inga en meer aandacht heb voor de rol van het onbewuste en de kernprocessen.
- 9 Erg waardevol
- 10 Nee de training is niet voldoende. Ik vond het erg waardevol. Er zou meer aandacht mogen komen om het ook in de praktijk te brengen en toe te passen.
- 11 De training was voor mij leerzaam vooral doordat ik er bewust van ben geworden dan het leeg maken van je hoofd voordat je over een onderwerp als LOB gaat praten, veel kan helpen.
- 12 Ik vond de training prima. Een goede mix tussen theorie en casuïstiek en veel oefenen.
- 13 Het gericht oefenen met de toolkit vond ik zeer waardevol. Ik heb een aantal oefeningen toegepast in een zelf ontwikkelde training 'xxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxx'. De theoretische verdieping vond ik verder erg interessant
- 14 Ik vond het een erg leuke training; meest waardevol was (toch) zelf ermee te oefenen. Was leuk geweest om dit bijv. ook samen met mensen die in de scholen werken te doen en nog ervaringen van hen te horen over de dagelijkse praktijk op school. Verder ben ik (nog steeds) nieuwsgierig naar relatie met ACT zoals dat bekend is in de psychologie (?)
- 15 Goed, leerzaam.
- 16 Waardevol om me te realiseren dat goede studiekeuze staat of valt met waar je in keuzeproces zit. Bewust stilstaan bij keuze en ook acceptatie van jezelf als zoekende puber
- 17 Training was voldoende, het heeft mij voor een aantal dingen de ogen doen openen.
- 18 Eye opener. Training was voldoende.
- 20 Ik vond het leuk en praktisch
- 21 Dagdeel sprak me het meeste aan, was ook concreter als ik het me goed herinner.
- 22 leuk en leerzaam
- 23 Training was voldoende  
Ik heb geleerd hoe te werken met de tools
- 24 erg lang geleden, maar het heeft me in elk geval niet aangezet om met de toolkit te werken.
- 25 Training was prima
- 26 Die feedback heb ik al gegeven.
- 27 Training was goed en gaf goede en veel inzichten, een opfriscursus/verdieping zou wel weer eens goed zijn.
- 28 Naast context vormen, het bespreken/oefenen met de tools

- 29 Positief. Meest waardevol: meer leren kijken naar wat kiezen voor leerling betekent. Geeft handvatten om verder te kijken met leerling dan alleen opleidingen, beroepen. Meer naar hoe je als persoon met keuzes omgaat. Training was voldoende. Een intervisie moment na een half jaar was op zich wel fijn geweest om ervaringen te delen en als stimulans om er mee aan de slag te gaan.
- 30 ik werk zelf niet specifiek met loopbaanbegeleiding, maar vond het heel leuk te zien hoe ACT daarin kan worden gebruikt
- 31 goede intro
- 32 Meet oefenen had ik waardevol gevonden.  
Training was wat afstandelijk. Jammer want het was een kleine groep die zich meer geleend had voor persoonlijkheid
- 33 Goed! Inspirerend, oefenen. Was voldoende.
- 34 Zeker, maar misschien is het soms de waan van de dag dat de toolkit ondersneeuwt. Omdat dat juist een meer SLOW methode is.  
Maar ook waar leg je de opdrachten vast voor leerlingen

## Bijlage 4. Antwoorden op open vraag 6 (Hoe kijk je nu naar de toolkit?)

### Respondent

- 1 De toolkit is maar gedeeltelijk bruikbaar in mijn situatie; zie hierboven voor de dingen die ik gebruik. De checklist is een vast punt in mijn programma geworden maar dan als tussenstop in 6vwo: wat heb je allemaal al gedaan en wat kun je nog doen?
- 2 Ik mis er eigenlijk niets aan. Het meest waardevol zijn wel de tools die ik ook klassikaal kan inzetten zonder al te veel weerstand te ontmoeten.
- 3 Goed kiezen ervaar ik als het meest waardevol. Het is veel tekst, maar het helpt echt om op een andere manier naar het keuzeproces te kijken. En dat is volgens mij het allerbelangrijkst.
- 4 Goed en aanvullend gereedschap bij de gesprekken met leerlingen. Als keuzebegeleider en als counselor. Ik weet niet wat ik mis.
- 5 Goed als basis. Ik zou de tools graag aangepast inzetten in een groepje voor leerlingen met keuzestress.
- 6 De iets kortere en praktischere tools vind ik prettig om mee te werken omdat je die breder in kunt zetten en leerlingen sommige tools een beetje 'vaag' vinden (is mijn ervaring). Het mooist is als je aan de hand van de cddq de leerlingen in groepjes in kunt delen en ze daarna verschillende tools kunt aanbieden. Individueel werken ze ook wel goed, maar aangezien ik nu geen decaan meer ben zal ik deze voorlopig niet gebruiken helaas.
- 8 De toolkit is ook een andere benadering van gesprekken ingaan met leerlingen.  
Meest waardevolle tools: zie opsomming bij vraag 2.  
We hebben in een training voor mentoren een hele middag gewerkt met de toolkit. De achterliggende gedachte en geoefend met een aantal werkvormen. Voor veel mentoren een eye-opener. Zij denken nog vaak vanuit een puur rationele benadering van studiekeuze. Dus dat was al winst.
- 9 Zie bovenstaand. Ik kijk echt telkens wat nodig is. Af en toe pas ik de opdracht iets aan
- 10 Het is een super waardevol instrument. Ik zou het graag meer willen inzetten bij jongeren die veel stress en druk ervaren in hun leven. Er vallen steeds meer jongeren uit in het systeem, omdat ze de druk niet aan kunnen. Ik ontmoet ze dagelijks in praktijk.
- 11 o.b.v. de beperkte ervaring nog moeilijk te zeggen.
- 12 Ik vind het prima bruikbaar. Mag qua lay-out iets moderner en ook meer geschikt voor andere doelgroepen dan scholieren.
- 13 Nu ik zelf weer verder ben met toepassing van ACT kijk ik weer met andere ogen naar de toolkit. Als ik weer een training ga geven, dan ga ik de toolkit opnieuw bekijken. Vooral het stuk over waarden en het zelf. Ik vind het soms nog lastig om daar concreet vorm aan te geven.  
Jezelf zien door de ogen van een ander en van waarde naar plan vond ik de meest waardevolle oefeningen. Deze oefeningen had ik bij de door mij gevolgde ACT trainingen bij Seetruie nog niet gehad.
- 14 ik ben er erg blij mee! Ik gebruik de toolkit als een soort van cafetariamodel, naast mijn eigen methodieken. Meest waardevol: bodyscan, jouw plek in de wereld van werk, wat voor persoon wil je worden, van waarden naar plan, informatietrechter
- 15 kan ik nu onvoldoende overzien
- 16 Breed pakket waar ik zelf nog zoekende ben
- 17 Ik gebruik de opdrachten met waarden en van waarden naar plan veel. Die werkt heel fijn om met de leerling in gesprek te gaan. Ik heb nog steeds het idee dat ik een aantal tools niet goed in de vingers heb.
- 18 Toolkit is prima.
- 20 Gedachten opschrijven en je voorstellen dat die van een andere persoon zijn en de oefening met de stoel, waarin je jezelf voorstelt in de stoel tegenover je. Vooral diffusie dus.
- 21 heel helder qua instructies/ Prima dus.
- 22 handig en waardevol, ook voor andere doelgroepen (loopbaankeuzes)
- 23 Toepasbaarheid op school  
Evt. in klas setting
- 24 gebruik 'm niet.



- 25 ziet er goed uit. Ook zeker bruikbaar.
- 27 Voor gemotiveerde leerlingen die er mee bezig willen zijn ze heel goed en bruikbaar.
- 28 Ik zou de CDDQ ook wel willen gebruiken. Maar dat brengt kosten met zich mee. Tot nu toe maak ik daar andere keuzes in
- 29 Positief. Ik merk wel dat sommige opdrachten veel tekst hebben voor leerlingen. Dat schrikt hen soms af. De uitleg is qua tekst soms wat langdradig.  
Meest waardevol: eigenlijk lijst en dat leerling op een vel papier (met een groot hoofd) al zijn gedachten opschrijft en vervolgens tegen zichzelf gaat praten. Ik weet niet of deze opdracht ook een naam heeft, maar die deden we tijdens de training en pas ik gemakkelijk toe in begeleiding.
- 30 tof hoor
- 31 wil ze wel digitaal.illustraties vind ik echt vreselijk..
- 32 Waardevolle aanvulling op een groter geheel aan studiekeuzemateriaal
- 33 Heldere instructie. Verder dus nog weinig ervaring. Kijken naar je studiekeuze vind ik waardevol. Die heb ik in trainingen meerdere keren gebruikt. Leuk detail: één keer viel een jongere in slaap! :)
- 34 Misschien suggesties voor een degelijke interessetest. Er is zoveel in omloop dat ik daar voor mijn gevoel soms te weinig zicht op heb.  
En leerlingen vinden ook dat wel fijn als houvast.  
Als jongeren zijn de opdrachten uit de toolkit soms ook nog wel ingewikkeld. Moeilijk om dan al abstract na te denken wat je EIGENLIJK vindt.

## Bijlage 5. Antwoorden op open vraag 7 (Zou je een of ander vervolg wensen op de training en/of de toolkit? Zo ja, wat?)

### Respondent

- 1 als het zou kunnen: misschien toch meer toegepast op de rol van decaan als groepsbegeleider, aanjager, stimulator, klankbord. met theoretische onderbouwing, want daar word ik echt blij van.
- 2 Op dit moment niet.
- 3 Ik ben altijd in voor meer verdieping. Mijn wens is dat het veel meer in het onderwijs geïntegreerd wordt. Helaas vinden ze te vaak dat ze het al heel goed doen. Waardoor ze niet open staan voor andere/betere zienswijzen.
- 4 Nee, althans nu niet. Ik weet uit ervaring dat het voor laten doen door twee acteurs (die kunnen vaak zo lekker overdrijven maar ondertussen wel raak schieten) en vervolgens de cursist zelf laten oefenen, heel goed werkt.
- 6 Er was eerst sprake van een masterclass, daar had ik me destijds voor opgegeven omdat het me erg leuk leek. Nu is dat voorlopig niet meer van toepassing, maar misschien in de toekomst?
- 7 Het zou wel fijn zijn als er terug werd gekomen op de oefeningen een paar weken of maanden of ergens later in het jaar, ze verwateren toch een beetje en dan weet je niet precies meer wat je hebt gedaan.
- 8 Ik heb vorig jaar geïnformeerd naar de vervolg-bijeenkomst op de trainingen. Dus daar heb ik wel belangstelling voor.  
Verder oefenen met werkvormen.  
Bekijken of er nog andere werkvormen ontwikkeld kunnen worden.
- 9 Ik zou mogelijk een herhaling of verdieping interessant vinden. Ook om iemand mee te nemen
- 10 Ja absoluut en dat echt ook naar de ervaring en toepassing gaan.
- 11 Opdrachten en gebruik toolkit/training volstaan voor zover ik kan beoordelen.
- 12 Ja misschien meer in de vorm van intervisie, casuïstiek bespreking en iets meer richten ook op HBO studenten
- 13 Hoe krijg je zicht op waarden waardoor je gemotiveerd stappen gaat zetten zonder te vervallen in een abstracte talige discussie? Dit onderwerp intrigeert mij.
- 14 Ik ben benieuwd of er nog nieuwe tools beschikbaar zijn gekomen..
- 15 Nee
- 16 Ja, meer oefening met bepaalde tools
- 17 Eventueel toch nog meer oefenen, maar volgens mij hebben jullie daar al eens een training voor aangeboden?
- 18 Nee, nu nog niet, misschien over een jaar.
- 21 weet ik zo even niet
- 22 niet perse
- 24 nee.
- 25 eerst niet
- 27 Verdieping/opfris bijeenkomst en toepasbaar maken in de praktijk.
- 28 Misschien. Vooral het gebruik van de tools.
- 29 Intervisie of opfrisbijeenkomst.
- 30 nee dank je, ik heb genoeg trainingsopties meer specifiek voor mijn vak
- 31 voor volwassenen
- 33 Intervisie zou leuk zijn om ervaringen te delen, maar kunnen we zelf als decanen eventueel hier ook regelen.

- 34 Zeker.  
Ik denk dat het waardevoller is dan andere methodes. Of het zou meer geïntegreerd moeten worden in andere methodes. Maar ook scholing voor mentoren is dan gewenst. In mn eentje kan ik niet de toolkit gebruiken voor 700 bovenbouwleerlingen



- 30 Ga zo door
- 31 succes en bedankt voor kennismaking
- 33 Ik heb net xx ook daar heb ik ACT in meegenomen. Niet natuurlijk gericht op LOB, maar heb wel sommige theorie gebruikt en sommige oefeningen iets anders geformuleerd. Ook algemene ACT oefeningen. Dus bedankt! :)
- 34 Fijn dat je nog een herinnering stuurde! Nog meer tools om ook klassikaal de toolkit in te zetten. Ik vind het jammer dat de tijd ontbreekt om nog meer vrijheid in de toolkit te voelen.