

Loopbaanbegeleiding

Liesbeth Brosens | loopbaanbegeleider sinds 2021

Methodologisch kader en verdiepende professionele achtergrond

1. Kernkader: vijf loopbaancompetenties van Marinka Kuijpers

De loopbaanbegeleiding is inhoudelijk georiënteerd op de vijf loopbaancompetenties zoals beschreven door Marinka Kuijpers en toegelicht door VDAB. Het kader ondersteunt reflectie over het eigen functioneren, oriëntatie op mogelijkheden en autonome loopbaankeuzes.

Motievenreflectie. Bewustwording van wensen, waarden, drijfveren, betekenisvol werk en voorwaarden voor professionele voldoening.

Kwaliteitenreflectie. Herkennen en onderzoeken van eigen kwaliteiten, competenties, ontwikkelpunten en feedback uit relevante werkcontexten.

Werkexploratie. Onderzoeken van functies, arbeidsomgevingen, jobinhoud, sectoren en reële mogelijkheden op de arbeidsmarkt.

Loopbaansturing. Formuleren van richtinggevende keuzes, ontwikkeldoelen en concrete stappen die de cliënt zelfstandig kan opnemen.

Netwerken. Inzicht verwerven in relevante contacten en netwerken om feedback, informatie en loopbaankansen te verkennen.

2. Verdiepende achtergrond: eigen B4B Methode

Binnen haar professionele achtergrond brengt Liesbeth Brosens verschillende kennisdomeinen samen onder haar eigen **B4B Methode**. De hieronder beschreven onderdelen van **MIND Counseling** en **BODY MIND** zijn een toelichting van die aanvullende expertise. Zij worden niet als afzonderlijk door VDAB gevalideerde of goedgekeurde loopbaanmethodieken voorgesteld. De beschrijvingen maken onderscheid tussen gesprekstechnieken, reflectiehulpmiddelen en kennis uit therapeutische of somatische contexten.

2.1 MIND Counseling — gespreksgerichte en reflectieve verdieping

A. Krachten, waarden en zelfinzicht

Talent-, succes- en waardengerichte reflectie. Onderzoek van persoonlijke sterktes, betekenisvolle succeservaringen, waarden, normen en mogelijkheden. Draagt als reflectiethema bij aan motieven- en kwaliteitenreflectie.

Kernkwadranten van Ofman. Een praktisch reflectiemodel om kernkwaliteiten, valkuilen, uitdagingen en allergieën te bespreken. Het model is een gespreksinstrument; het geldt niet als gevalideerde diagnostische test.

Reflectie- en competentieoefeningen. Gestructureerde zelfreflectie over vaardigheden, werkervaring, leerervaringen en externe feedback, met de cliënt als eigenaar van de interpretatie.

Zelfsturing. Aandacht voor eigen keuzeprocessen, haalbare acties, persoonlijke verantwoordelijkheid en het evalueren van de volgende loopbaanstap.

Levenslijn- en tijdslijn oefeningen. Narratieve ordening van ervaringen, belangrijke overgangen, betekenisvolle keuzes en terugkerende thema's in het werkleven.

Positieve psychologie. Wetenschappelijk onderzoeksdomein rond onder andere sterktes, welbevinden, veerkracht en motivatie. De onderbouwing varieert per afzonderlijke interventie.

B. Loopbaanverkenning en toekomstbeelden

Ikigai. Reflectiekader om persoonlijke interesses, betekenis, mogelijkheden en maatschappelijke bijdrage te verkennen. De populaire viercirkelweergave is geen wetenschappelijk gevalideerde beroepskeuzetest en staat niet gelijk aan de volledige Japanse betekenis van ikigai.

Richard N. Bolles – Welke kleur heeft jouw parachute?. Praktijkgericht loopbaan- en sollicitatieboek met oefeningen rond interesses, vaardigheden, werkomgeving en persoonlijke voorkeuren. Te beschouwen als inspiratiebron, niet als zelfstandig gevalideerde methodiek.

Visionboard, onder meer bekend via John Assaraf. Visueel hulpmiddel om wensen en professionele toekomstbeelden bespreekbaar te maken. Claims dat visualisatie op zichzelf loopbaanresultaten veroorzaakt, zijn niet vastgesteld.

C. Gespreksvoering, motivatie en verandering

Gerard Egan – The Skilled Helper. Een gestructureerd hulpverlenings- en gespreksmodel dat huidige situatie, gewenste situatie en handelingsmogelijkheden onderzoekt. Het model biedt processtructuur, zonder op zichzelf een garantie op effectiviteit te zijn.

Oplossingsgericht werken. Gespreksbenadering rond gewenste verandering, uitzonderingen, aanwezige hulpbronnen en kleine uitvoerbare stappen. Onderzoek naar oplossingsgerichte benaderingen is beschikbaar, maar effectiviteit is contextafhankelijk.

Motiverende gespreksvoering. Evidence-based gespreksstijl, vooral onderzocht bij gedragsverandering, gericht op het verkennen van ambivalentie en versterken van eigen motivatie en autonomie. Toepassing op loopbaanvragen vraagt contextuele afstemming.

Acceptance and Commitment Therapy (ACT). Psychologisch kader rond acceptatie, cognitieve defusie, waarden, aandacht en toegewijd handelen. In een loopbaangesprek kunnen waarden en omgaan met belemmerende gedachten als gespreksthema dienen; therapeutische ACT-behandeling valt buiten loopbaanbegeleiding.

Rationeel-Emotieve Therapie (RET/REBT). Cognitief-gedragsmatig model waarin de relatie tussen gebeurtenissen, overtuigingen en reacties wordt onderzocht. Loopbaanrelevant als reflectie op rigide overtuigingen; behandeling van psychische klachten is een andere dienstverlening.

D. Patronen, relaties en context

Schematherapie. Therapeutisch kader rond schema's, copingreacties en terugkerende patronen. Vermeld als achtergrondkennis; geen zelfstandig onderdeel van gesubsidieerde loopbaanbegeleiding en geen diagnose of behandeling binnen dit traject.

Transactionele Analyse (TA). Conceptueel kader om communicatie, interactie en rollen te bespreken. Wetenschappelijke onderbouwing verschilt per concept en toepassing; niet als diagnostisch instrument voorgesteld.

Hechtingstheorie. Onderzoekstraditie rond relationele veiligheid en gehechtheid, voornamelijk uit ontwikkelingspsychologie. Relevante achtergrond voor gevoeligheid voor relaties en context; geen middel om uit loopbaangedrag hechtingsstijlen te diagnosticeren.

Contextueel werken. Aandacht voor sociale context, rollen, verwachtingen, familiegeschiedenis en loyaliteiten. Interpretaties blijven hypothesen voor reflectie, geen vaststelling van onderliggende gezinsdynamieken.

Window of Tolerance. Psycho-educatief beeld om subjectieve stress, overbelasting en ervaren zelfregulatie te bespreken. Geen gevalideerde meetlat voor zenuwstelseltoestanden.

Polyvagaaltheorie. Theoretische interpretatie van autonome regulatie die in coachingspraktijken wordt gebruikt; centrale fysiologische claims zijn wetenschappelijk betwist. Daarom uitsluitend als achtergrondconcept en niet als bewezen verklarings- of behandelmodel.

2.2 BODY MIND — perceptieve en somatisch geïnformeerde verdieping

Binnen de door Liesbeth Brosens beschreven praktijk worden onderstaande benaderingen **uitsluitend gespreksondersteunend, reflectief en zonder fysieke aanraking** benaderd. Geen manuele behandeling, massage of manipulatie maakt deel uit van deze beschrijving.

Perceptieve coaching. Aandacht voor de eigen waarneming, het opmerken en verwoorden van ervaringen, ervaren spanning en betekenisgeving in relatie tot persoonlijke keuzes. Een overkoepelende wetenschappelijke validatie als specifieke loopbaanmethodiek kan niet worden verondersteld.

Somato-Psycho Pedagogie (S-PP). Ervaringsgerichte benadering die de samenhang tussen subjectief lichaamsbewustzijn, beleving en reflectie verkent. De hier bedoelde toepassing gebeurt zonder aanraking; dat is niet hetzelfde als een bevestiging dat S-PP door VDAB als zelfstandige loopbaanmethodiek is aanvaard.

Somatische counseling. Gespreksmatige verkenning van hoe de cliënt fysieke sensaties, spanning en emoties ervaart en zelf verwoordt. In deze praktijk zonder aanraking; niet bedoeld als medische, psychotherapeutische of lichaamsgerichte behandeling.

3. Positionering ten opzichte van loopbaanbegeleiding

De vijf loopbaancompetenties vormen in dit overzicht het expliciete loopbaankader. De onder MIND Counseling en BODY MIND beschreven kennis en instrumenten zijn aanvullende professionele achtergrond. Ze zijn niet automatisch onderbouwd of toegelaten als zelfstandige methodiek binnen het stelsel van loopbaancheques of het toekomstige loopbaankrediet. Vooral therapeutische werkwijzen en somatische benaderingen vragen een afzonderlijke, duidelijke afbakening. Ook een werkwijze zonder aanraking is niet om die reden automatisch conform.

Bronnen en kader (geraadpleegd op 22 oktober 2026)

VDAB — Wat zijn loopbaancompetenties?

<https://www.vdab.be/orienteren/loopbaanbegeleiding/veelgestelde-vragen/loopbaancompetenties>

VDAB — Loopbaanbegeleiding: vormen en methodieken.

<https://extranet.vdab.be/loopbaanbegeleiding/loopbaanbegeleiding-vormen-en-methodieken>

Vlaamse overheid — Loopbaankrediet voor loopbaanbegeleiders, criteria voor wetenschappelijk onderbouwde methodieken.

<https://www.vlaanderen.be/werken/veranderen-van-werk/loopbaankrediet/loopbaankrediet-voor-loopbaanbegeleiders>

Gebruikersdocument — Methodieken Loopbaanbegeleiding.docx (aangeleverde praktijkinventaris).

Deze tekst beschrijft methodieken en achtergrondkennis. Zij is geen attest van wetenschappelijke validatie of formele conformiteitsbeoordeling door VDAB of de Vlaamse overheid.