

Werkboek Studiekeuze

Hoe vind ik een studie die bij me past?

Inhoudsopgave

	Pagina
1. Inleiding	4
2. Kiezen, hoe doe je dat?	5
2.1 Kiezen en het besluitvormingsproces	7
2.2 De drie stappen in het keuzeproces	8
2.3 Kiezen: hoe doe je dat?	8
2.3.1 Hoe ben je tot je huidige studiekeuze gekomen?	8
2.3.2 Welke factoren zijn van invloed geweest op je studiekeuzetwijfels?	9
2.3.3 Positieve kanten van je huidige opleiding	10
2.3.4 Wat vind jij belangrijk bij je studiekeuze?	10
2.3.5 Belangrijkste factoren waar je rekening mee moet houden	11
2.4 Valkuilen bij het maken van een keuze	12
2.5 De zeven keuzestijlen	13
3. Kennis over jezelf	15
3.1 Eigenschappen	15
3.2 Capaciteiten	17
3.3 Waarden	19
3.4 Bepaal je menstype	20
3.5 Interesses	21
3.5.1 Activiteiten en leerervaringen	21
3.5.2 Inspiratiebronnen	22
3.5.3 Interesses voor opleidingen in kaart brengen	24
3.6 Persoonlijk profiel	25
4. Kennis over de mogelijkheden	27
4.1 Beschrijf je ideale situatie	27
4.2 Opleidingen zoeken	27
4.3 Checklist informatie verzamelen	28
4.3.1 Welke informatie?	28
4.3.2 Waar vind je de informatie die je nodig hebt?	28
4.3.3 Enkele naslagwerken	29
4.3.4 Interessante websites	29

5. Opstellen van een actieplan 30

5.1	T-model	30
5.2	In welke fase van het keuzeproces bevind je je nu?	32
5.3	Opstellen van een actieplan met tijdsplanning	33
5.4	Hoe nu verder?	33
5.4.1	Bezoek een opleiding of studie	33
5.4.2	Interview een student	34
5.4.3	Interview iemand uit het werkveld	34

6 Meer informatie nodig? 35

6.1	PITSstop – Plexus Informatie Trefpunt voor Studenten	35
6.2	Voorlichtingsdagen en open dagen	35
6.3	Begeleiding bij het maken van een keuze	36
6.3.1	Studieadviseur	36
6.3.2	Studiekeuze-/loopbaanadviseurs	36
6.3.3	Studentenpsychologen	36
6.4	Informatie over rechtspositie en financiën	36
6.4.1	Studenteninformatiecentrum	36
6.4.2	Studentendecanen	37
6.5	Informatie over mogelijke alternatieven	37

Dit werkboek is samengesteld door de Studenten Loopbaan Service Universiteit Leiden.

De Loopbaan Service is onderdeel van de afdeling Studie- en Studenten Ondersteuning van het Expertisecentrum SOZ.

© Studenten Loopbaan Service Universiteit Leiden 2012

1. Inleiding

Inleiding

‘Wat je ook in je dromen meent te kunnen doen, begin ermee! In stoutmoedigheid schuilen talent, kracht en magie.’

Goethe

Op verschillende momenten in het leven sta je voor belangrijke keuzes. Eén daarvan is de keuze van een opleiding. De meeste studenten hebben zich voordat ze gingen studeren grondig georiënteerd op hun studiekeuze. Toch blijkt dat veel studenten in het eerste jaar van de opleiding twijfelen of ze wel een goede keuze hebben gemaakt. Sommigen vinden de opleiding te zwaar, anderen vinden de opleiding te vaag of het is heel anders dan ze zich hadden voorgesteld.

De Studenten Loopbaan Service Universiteit Leiden biedt daarom dit werkboek aan voor studenten die overwegen van opleiding te veranderen of twijfelen aan hun studiekeuze.

In dit werkboek wordt ingegaan op de factoren die een belangrijke rol spelen bij het keuzeproces. Door verschillende opdrachten krijg je inzicht in je persoonskenmerken, interesses en capaciteiten die in dat proces een rol spelen. Verder krijg je veel tips over hoe je het keuzeproces op een goede manier kunt doorlopen.

Veel succes!

De medewerkers van de Studenten Loopbaan Service Universiteit
Leiden

2. Kiezen, hoe doe je dat?

Omdat het bewuste zo snel overvoerd raakt moet je bij het kopen van een huis of andere ingewikkelde snelle beslissingen niet nadenken, stelt sociaal psycholoog Ap Dijksterhuis. “Ovenwanten kopen kan het bewuste aan.”

Onbewust nadenken

BEWUSTZIJN IS PODIUM VOOR ONBEWUSTE MODULES VAN ONZE GEEST

Uit: NRC Handelsblad, 15-3-2005

ALS HIJ ME ten huwelijk vraagt, wat zal ik dan zeggen? En trouwens, moet ik nou die auto kopen of niet? Wel of geen kinderen nemen? De erfenis in aandelen beleggen of een huis kopen? Mijn baan opzeggen en een tzaziki-restaurantje op Samos beginnen of toch maar braaf doorwerken?

En voor wie bereid is over alles te twijfelen: hoe neem je het beste een beslissing, als het over zoiets belangrijks gaat? Is het beter om op je gevoel af te gaan en intuïtief te handelen, desnoods na er een nachtje over geslapen te hebben? Of moet je toch echt rechtop aan een tafel gaan zitten met een vel papier waarop je de voor- en nadelen van alle alternatieven noteert?

Die laatste methode heeft de schijn mee, zegt Ap Dijksterhuis, hoogleraar sociale psychologie aan de Universiteit van Amsterdam. Over iets heel belangrijks zomaar even snel te beslissen hoort niet, lijkt het. Een paar jaar geleden moest Dijksterhuis, zoals zoveel Amsterdamse huizenbezitters, binnen vijf minuten de beslissing nemen om zijn huidige appartement in het centrum te kopen. ‘Het was niet per se een slechte beslissing’, schrijft hij in zijn recente wetenschappelijke artikel *Think different: The merits of unconscious thought in preference development and decision making*. ‘Ik weet nu dat het een goede beslissing was - maar het voelde als een beslissing die op een slechte manier genomen was.’ Dijksterhuis besloot het experimenteel te onderzoeken: wat is beter, bewust nadenken of ‘onbewust nadenken’, zoals hij het formuleert.

Tot in de jaren zeventig van de vorige eeuw waren ‘beslissingsdeskundigen’ - psychologen, economen, filosofen - er nog van overtuigd dat je het eerste moest doen. Een nette balans van plusjes en minnetjes opmaken en dan een weloverwogen, verstandige keuze maken. De achttiende-eeuwse Amerikaanse politicus, uitvinder en denker Benjamin Franklin raadde zijn kennissen een verticaal in tweeën gevouwen vel papier aan, met ‘Voor’ boven de ene kolom geschreven en ‘Tegen’ boven de andere. Ouderwets en degelijk. Alleen heeft waarschijnlijk iedereen die op die manier beslissingen neemt, wel eens de ervaring gehad dat de plusjes en minnetjes niet uitkomen; dat je er in een van de kolommen nog iets bij moet verzinnen, omdat je anders gedwongen wordt een beslissing te nemen waar je niet achter staat.

[...]

Blijft dus de vraag: wanneer moet je nu nadenken en wanneer doe je er beter aan je gevoel te volgen?

Dat is nu precies wat de Amsterdamse psycholoog Dijksterhuis probeert te onderzoeken. Het moderne onbewuste is al jaren vertrouwd werkterrein voor hem. In 1998 had hij zijn eerste grote succes op dat gebied: het artikel *The relation between perception and behavior, or how to win a game of Trivial Pursuit*. Daarin toonde hij aan dat mensen die de opdracht hebben gekregen om een paar minuten lang typische kenmerken van professors op te schrijven, beter worden in het beantwoorden van Triviantvragen. Het omgekeerde gebeurt als de opdracht luidt om aan voetbalfans te denken; dan beantwoorden mensen de vragen slechter.

Dat gedrag onbewust kan worden aangestuurd - dat mensen bijvoorbeeld, zonder zich er bewust van te zijn, langzamer gaan lopen als ze over ouderen hebben zitten nadenken - was al bekend, maar dit was het eerste onderzoek waaruit bleek dat ook denkstrategieën door omstandigheden buiten jezelf in gang gezet kunnen worden.

Dijksterhuis heeft sindsdien nog tientallen artikelen gepubliceerd over wat ‘het onbewuste’ zoal blijkt te kunnen. [...]

In augustus mag hij in Washington de Early Career Award van de American Psychological Association (APA) in ontvangst gaan nemen, een prijs voor succesvolle, veel publicerende jonge onderzoekers. Ap Dijksterhuis is 36. Het is voor het eerst dat een Nederlander deze prijs krijgt.

De Early Career Award is een oeuverprijs, maar Dijksterhuis denkt dat zijn artikel Think different bij de toekenning een grote rol heeft gespeeld. In de onderzoeken die hij erin beschrijft, gaf Dijksterhuis zijn proefpersonen (studenten) op een computerscherm grote hoeveelheden informatie over een aantal verschillende appartementen of potentiële kamergenoten. Sommige van de huizen en medebewoners waren duidelijk beter dan andere, maar de informatie werd zo snel en in willekeurige volgorde gepresenteerd dat dat niet direct in het oog sprong. Een deel van de proefpersonen moest meteen na het lezen van alle informatie een voorkeur uitspreken, een deel kreeg de instructie er een paar minuten zorgvuldig over na te denken, en een laatste groep werd een paar minuten van hun woonproblemen afgeleid met een getallenspelletje. Die laatste groep, die niet bewust kon nadenken maar wel even de tijd had om alle informatie te laten bezinken, presteerde het beste. Die studenten beoordeelden de appartementen en kamergenoten het meest accuraat - die vonden huizen en mensen met veel eigenschappen die in het algemeen als positief worden gezien, beter dan huizen en mensen met weinig van dergelijke eigenschappen.

[...]

Ons bewuste denkvermogen heeft volgens de huidige inzichten een zeer beperkte capaciteit. Het bewuste kan sterk focussen, maar als er veel informatie is of als er sprake is van tijdsdruk, raakt het snel overvoerd. Het onbewuste daarentegen kan heel veel aan. Het pikt de hele dag door dingen op waarvan we ons pas later bewust worden, het kan complexe vaardigheden zoals autorijden of blind typen op de automatische piloot leren uit te voeren. En het kan grote hoeveelheden informatie verwerken en integreren, denkt Dijksterhuis. Die informatie wordt in korte tijd 'netjes gemaakt': gecategoriseerd en op zijn waarde beoordeeld. Het onbewuste schept helderheid. En dat kan het weliswaar heel snel, maar het weet niet onmiddellijk het goede antwoord - zelfs 'intuïtie', als je het zo wilt noemen, heeft even tijd nodig. "Ik denk dat als onmiddellijke oordelen juist zijn, ze altijd gebaseerd zijn op heel veel kennis en ervaring", zegt Dijksterhuis. "Dan heeft het onbewuste al tijd gehad om de relevante informatie te verwerken. Maar die hypothese moet ik nog wel testen."

Opvallende uitkomst van Dijksterhuis' onderzoek is dat het bewuste denken het onbewuste denken zo duidelijk in de weg zit - hij toont dat nog veel explicieter aan dan Wilsons oude studies. De groep studenten die in Dijksterhuis' onderzoek de opdracht kreeg om een zorgvuldige afweging te maken, had immers de gelegenheid om zowel bewust als onbewust na te denken. Toch deed die groep het slechter dan de groep die alleen onbewust kon nadenken omdat hun bewuste denkvermogen werd bezig gehouden met spelletjes. "Ja, het onbewuste is op zich bezig met een goed proces, maar het bewuste steekt een stok in het wiel", zegt Dijksterhuis daarover.

[...]

Ovenwanten

Maar we moeten vooral niet de conclusie trekken dat het bewuste helemaal niets kan, benadrukt Dijksterhuis. "Bij kleine, overzichtelijke beslissingen kan het soms heel goed presteren. Als je ovenwanten moet kopen, bijvoorbeeld. Ovenwanten kan het bewuste aan."

Dijksterhuis weet inmiddels precies waar je wel en niet over moet nadenken voordat je het koopt. "Bij dingen die wat duurder zijn - een bed, een tafel, een paar schoenen ook nog wel - zie je dat mensen tevredener zijn als ze er minder lang over nadenken. Maar als je bijvoorbeeld een handdoek koopt, of een t-shirt dat je onder een overhemd draagt, dan ben je tevredener als je wel goed nadent. Of een cd of een boek, dat zijn dingen waarbij je je meestal ook niet afvraagt of ze ergens goedkoper zijn en hoelang ze meegaan. Ik koop wel eens gedachteloos zes boeken waarvan ik er drie nooit meer lees, of een paar cd's tegelijk - die geef je dan een half jaar later weer aan iemand voor zijn verjaardag. Als je geconcentreerd een boek koopt dat je echt wilt lezen, ben je veel tevredener."

Zijn conclusie is dan ook: bij ingewikkelde beslissingen moet je niet nadenken, bij relatief eenvoudige wel. Het is een conclusie die Sigmund Freud een eeuw geleden ook al had getrokken. Dijksterhuis heeft het citaat als motto boven zijn artikel gezet: 'Bij het nemen van een beslissing van ondergeschikt belang heb ik het altijd nuttig gevonden alle voor- en nadelen af te wegen', schreef de Weense psychoanalyticus. 'Echter, bij wezenlijke zaken... zou de beslissing vanuit het onbewuste moeten komen, van ergens binnenin onszelf.'

[...] Door: Ellen de Bruin

2.1 Kiezen en het besluitvormingsproces

Kiezen is het bepalen van één keuze-alternatief uit een gegeven aantal mogelijkheden. Als de keuze gericht is op belangrijke persoonlijke zaken zoals een studie, werk of een levenspartner dan is er zelden sprake van een keuze-moment, maar meestal van een kort of langdurig keuzeproces.

Om een juiste studiekeuze te kunnen maken zouden de volgende voorwaarden vervuld moeten zijn:

- de opleidingen waaruit gekozen kan worden zijn volledig bekend;
- de consequenties van de keuze zijn volledig bekend;
- de kiezer beschikt over een methode om voor- en nadelen van de keuzemogelijkheden goed tegen elkaar af te wegen;
- de kiezer beschikt over een duidelijk geformuleerd doel van waaruit hij kan bepalen wat het beste alternatief is.

Vooraf de laatste drie genoemde voorwaarden zijn echter moeilijk te realiseren. Kiezen is namelijk geen zuiver rationele bezigheid. Het gaat bij kiezen om een emotioneel proces van wikken en wegen, dat uiteindelijk tot een overtuiging leidt.

In het besluitvormingsproces kun je de volgende fasen onderscheiden:

Fase 1. Het besef te moeten kiezen

Het besef te moeten kiezen kan spanning met zich meebrengen, onaangename gevoelens. Twijfelen is niet prettig: 'Past de studie wel bij mij', 'is de studie niet te zwaar voor mij', 'vind ik het beroep waarvoor ik opgeleid wordt wel interessant?' Probeer je open te stellen voor deze gevoelens, dan ontstaat er een positieve spanning die je in staat kan stellen om je studieloopbaanproblemen op te lossen.

Fase 2. Acceptatie van de keuze-onzekerheid

In dit stadium zul je de onzekerheid moeten accepteren, zodat je je actief kunt gaan inzetten voor de oplossing van het keuzeprobleem. Bij studieloopbaanproblemen gaat het vaak om een veelheid van alternatieven. Door jezelf een onbevengende verkenning van de mogelijkheden toe te staan benut je de ontstane onzekerheid optimaal.

Fase 3. Vrijblijvend exploreren

De keuze-alternatieven worden zonder directe gevolgen vrijblijvend onderzocht. Je leeft je in hoe het zal zijn en wat het zal betekenen om een alternatief echt te realiseren. Hoeveel vind je interessant aan deze opleiding? Is de vorm van onderwijs passend voor jou? Stel dat je die studie kiest, wat betekent dat dan voor inspanning, wonen, beroeps-perspectief, omgang met andere studenten, aanzien? Vanuit verschillende gezichtspunten worden de alternatieven bezien.

Fase 4. Vergelijken

In deze fase ga je de verschillende keuze-alternatieven met elkaar vergelijken. Je komt verder als je expliciet kunt benoemen wat voor jou belangrijke criteria zijn. Vaak worden deze criteria impliciet benoemd doordat je je sterk verbonden voelt met één alternatief of keuze. Een gesprek met anderen die jou goed kennen kan nu nuttig zijn. Zij kunnen misschien benoemen wat jij onderbelicht of zelfs misschien niet wilt zien. Dit kan je keuzeproces doen versnellen.

Fase 5. De beslissing

De overgang van niet weten wat je wilt naar de overtuiging wat je wel wilt, is vaak moeilijk aan te wijzen. Vaak valt de beslissing onbewust, om vervolgens uit te groeien naar een standpunt dat energie geeft en tot actie aanzet in de gekozen richting. Ook kom je nu met de overtuiging naar buiten, je gaat er al meer over praten. Niet omdat je al 100% overtuigd bent van je besluit, maar omdat je achter je keuze gaat staan als resultaat van de interne discussie die je hebt gevoerd.

Fase 6. De uitvoering

Als je uiteindelijk een beslissing hebt genomen, leidt dat meestal tot energie. Obstakels die de realisatie in de weg staan kunnen worden opgeruimd. Deze laatste fase van de uitvoering kenmerkt zich door een grote daadkracht en blijdschap.

2.2 De drie stappen in het keuzeprocés

Om het keuzeprocés zo inzichtelijk mogelijk te maken, is het handig om de volgende drie stappen te doorlopen:

stap 1: ken jezelf: wat zijn je capaciteiten, eigenschappen, waarden, menstype en interesses?

stap 2: ken de mogelijkheden: welke studies en opleidingen, beroepen zijn er allemaal?

stap 3: bepaal je eigen strategie: maak een persoonlijk stappenplan en/of een actieplan

Wat je dus nodig hebt om te kunnen kiezen is kennis over jezelf, kennis over de mogelijkheden en hoe kies je daar nu uit op een goede manier. Welke acties onderneem je? Hiervoor is veel informatie nodig. Het is uitermate belangrijk dat je deze informatie verzamelt en dat je je goed voorbereidt. Hoe meer relevante informatie en hoe beter de voorbereiding hoe beter je een keuze kunt maken en hoe groter de kans dat je ook goed kiest.

2.3. Kiezen: Hoe doe je dat?

2.3.1. Hoe ben je tot je huidige studiekeuze gekomen?

Ga bij jezelf na hoe en waarom je tot je huidige opleidingskeuze gekomen bent.

Beschrijf dit proces hieronder zo gedetailleerd mogelijk (bijvoorbeeld met wie je erover gesproken hebt, of je naar de voorlichtingsdagen geweest bent, enz).

2.3.2 Welke factoren zijn van invloed geweest op je studiekeuzetwijfels?

Hieronder volgt een lijst met verschillende factoren die in meer of mindere mate van invloed geweest kunnen zijn op je (on)tevredenheid/twijfel omtrent je studiekeuze. Geef met een kruisje in een van de hokjes aan of deze factoren wel of niet op jou van toepassing zijn.

FACTOREN	JA	NEE
ik vind de opleiding te theoretisch		
ik vind de opleiding te vaag		
ik vind mijn vooropleiding onvoldoende		
ik vind dat er te weinig colleges zijn		
ik weet niet wat ik later kan met deze opleiding		
ik heb moeite met concentratie tijdens college		
ik denk dat deze opleiding te zwaar voor me is		
ik heb weinig contact met medestudenten		
mijn docenten liggen me niet zo		
ik kan niet goed plannen		
ik ben snel afgeleid		
ik heb geen goede studiemethode		
ik studeer niet efficiënt		
ik kan mezelf niet voldoende motiveren		
ik heb te weinig doorzettingsvermogen		
ik had een andere verwachting van de opleiding		
ik heb geen interesse in deze opleiding		
ik twijfel aan mijn capaciteiten		
ik ben erg gespannen voor een tentamen		
ik voel me eenzaam in een nieuwe omgeving		
ik ben erg beïnvloedbaar		
ik ben gauw moe		
mijn gemoedstoestand beïnvloedt mijn studie		
ik heb geen goede huisvesting		
ik voel me onder druk staan door de studiefinanciering		
ik voel me onder druk staan door de verwachtingen van anderen		
ik heb geen zin in het beroep waar deze opleiding toe opleidt		

Zijn er nog andere factoren die van invloed zijn op het niet bevallen van je huidige opleiding?

2.3.3 Positieve kanten van je huidige opleiding

Noem een aantal factoren die positief zijn aan je huidige opleiding.

1.

2.

3.

4.

2.3.4 Wat vind jij belangrijk bij je studiekeuze?

Zoek je vooral een leuke studie of houd je er ook rekening mee dat je er later wel werk mee moet kunnen vinden? Ga je eerst op zoek naar een stad en dan pas naar een studie?

Er zijn veel redenen waarom je voor een bepaalde studie kunt kiezen. En die zijn voor iedereen weer anders.

Vul de test in door bij elke uitspraak aan te geven hoe belangrijk dit punt voor jou is. Zet een cirkel om het getal dat het meest past bij jouw mening.

Kies bijvoorbeeld voor een 1 als je de uitspraak heel onbelangrijk vindt en een 5 als je de uitspraak heel belangrijk vindt.

(1 = heel onbelangrijk, 2 = onbelangrijk, 3 = neutraal, 4 = belangrijk, 5 = heel belangrijk)

1	1	2	3	4	5	De stad waar je gaat studeren
2	1	2	3	4	5	Na je studie weinig kans op werkloosheid
3	1	2	3	4	5	Een moeilijke studie kiezen
4	1	2	3	4	5	Het advies van je schooldecaan of leraar
5	1	2	3	4	5	Na je studie werk krijgen dat aansluit bij jouw interesses
6	1	2	3	4	5	De plaats waar de onderwijsinstelling gevestigd is
7	1	2	3	4	5	De mening van je ouders
8	1	2	3	4	5	Interessante vakken tijdens je studie
9	1	2	3	4	5	De afstand tussen de plaats waar je gaat studeren en je huidige woonplaats
10	1	2	3	4	5	Goede carrièremogelijkheden
11	1	2	3	4	5	Een studie kiezen die een uitdaging voor je is
12	1	2	3	4	5	Een baan krijgen die goed betaalt
13	1	2	3	4	5	Een studie kiezen waar je hart naar uitgaat

14	1	2	3	4	5	De hoogst haalbare opleiding volgen
15	1	2	3	4	5	De mening van je vrienden
16	1	2	3	4	5	De regio waar je gaat studeren
17	1	2	3	4	5	De verwachting van je familie
18	1	2	3	4	5	Met de studie veel kanten opkunnen
19	1	2	3	4	5	Een studie kiezen die het beste aansluit bij datgene wat je kunt
20	1	2	3	4	5	Vooraf iets gaan doen wat je leuk vindt

Vul nu de onderstaande tabel in. De nummers in de kolom 'vraagnummer' corresponderen met de vetgedrukte nummers die bij de uitspraken staan. In de kolom 'toegekende scores' vul je de getallen in die je bij de uitspraken hebt omcirkeld. Nadat je de scores bij elkaar opgeteld hebt noteer je ze in de kolom 'totaal'. Vervolgens maak je hiervan een 'rangorde'; de hoogste score krijgt een 1 en de laagste een 5.

Keuzemotief	Vraagnummer	Toegekende scores	Totaal	Rangorde
Interesse	5 + 8 + 13 + 20	.. + .. + .. + ..		
Capaciteiten	3 + 11 + 14 + 19	.. + .. + .. + ..		
Toekomstperspectief	2 + 10 + 12 + 18	.. + .. + .. + ..		
Invloed van anderen	4 + 7 + 15 + 17	.. + .. + .. + ..		
Locatie	1 + 6 + 9 + 16	.. + .. + .. + ..		

Interesse:

Als 'interesse' bij jou op 1 staat, dan laat je je bij de studiekeuze vooral leiden door je interesses. Plezier in het leren staat voor jou voorop.

Capaciteiten:

Als 'capaciteiten' bij jou op 1 staat, dan wil je alles uit jezelf halen en kies je een studie die daartoe de meeste mogelijkheden biedt.

Toekomstperspectief:

Als 'toekomstperspectief' bij jou op 1 staat, dan geef je de voorkeur aan een studie met goede vooruitzichten. Een studie zie jij vooral als een goede investering in de toekomst.

Invloed van anderen:

Als 'invloed van anderen' bij jou op 1 staat, dan speelt de mening van anderen een belangrijke rol voor jou. Je luistert naar de suggesties van anderen en laat hierdoor je keuze beïnvloeden.

Locatie:

Als locatie bij jou op 1 staat, dan is de plaats waar je gaat studeren erg belangrijk voor jou. In eerste instantie kies je uit waar je gaat studeren en dan ga je pas na wat daar mogelijk is.

2.3.5. Belangrijkste factoren waar je rekening mee moet houden

Noem de drie belangrijkste factoren waar je rekening mee moet houden bij een eventuele keuze voor een nieuwe opleiding (denk hierbij aan de uitkomst van de voorgaande opdrachten).

- 1.
- 2.
- 3.

2.4 Valkuilen bij het maken van een keuze

Bij het maken van een studiekeuze zijn er een aantal valkuilen waar we je in de nu volgende opsomming voor willen waarschuwen. Probeer voor jezelf eerlijk na te gaan of je je tot sommige valkuilen laat verleiden.

Haastige spoed

Vind je het een vervelend gevoel niet te weten wat je volgend jaar gaat doen, dan is het verleidelijk om zo snel mogelijk een keuze te maken zodat de rust weerkeert. Bedenk dat haastige spoed zelden goed is! Een goede keuze maken kost tijd. Het is erg frustrerend om in een nieuwe opleiding dezelfde twijfels tegen te komen, als waar je nu mee rondloopt.

Uitstelgedrag

Wanneer je moeite hebt met kiezen is het verleidelijk om de keuze uit te stellen, eerst je eindexamen, zomerbaantje, vakantie en dan maar eens gaan kiezen. Dat is wat aan de late kant en de kans dat je te haast kiest is daardoor aanwezig.

Een andere vorm van uitstellen is het kiezen van een algemene, brede opleiding waar je nog veel kanten mee uit kunt. Dergelijke studies hebben echter een breed aanbod, waarbinnen je duidelijke keuzes moet maken. In de hoop het maken van een keuze te ontlopen of uit te stellen, veroorzaakt je dus alleen nog maar meer keuzemomenten voor jezelf! Er is niets mis met het kiezen van een brede opleiding als je generalist bent en goed zelf je pad kunt uitstippelen. Maar als je vooral duidelijkheid nodig hebt en niet goed kunt kiezen, dan is een brede studie wellicht geen verstandige keuze.

Vanzelfsprekendheden

Het is gebruikelijk uit te gaan van vanzelfsprekendheden als: 'met een VWO-diploma ga je naar de universiteit'. Er is een verschil tussen het HBO en het WO onderwijs. Het kan best zo zijn dat de ene vorm van onderwijs beter bij je past dan de andere. Of dat je door een deel van het onderwijsaanbod niet te bekijken een opleiding misloopt die heel goed bij je past. Ga dus niet uit van deze 'vanzelfsprekendheden'.

De perfecte studie

Ga niet op zoek naar een studie die 100% ideaal is, voor de meeste mensen bestaat die helaas niet. Er zal altijd wel een onderdeel zijn dat minder leuk is. Natuurlijk moet het merendeel van de studie wel bij je passen.

Voor en tegen

Het werkt niet om een lijst met opleidingen te onderzoeken en degenen die je niet bevallen weg te strepen tot er een overblijft: je kiest dan namelijk niet vóór een studie, maar tégen de anderen!

180° draaien

Aangezien je huidige opleiding -om welke reden dan ook- tegenvalt, is de verleiding groot om iets volledig anders te kiezen en een omzwaai van 180 graden te maken.

Sta dan van tevoren goed stil bij de vraag of die nieuwe keuze echt bij je past, of dat je de keuze maakt uit onvrede met je huidige opleiding.

Je hebt je huidige opleiding wel ooit gekozen op grond van je belangstelling. Is je interesse echt verdwenen of sloot de opleiding er niet op een goede manier op aan? Dan kun je beter op zoek gaan naar een soortgelijke opleiding die beter aansluit bij je verwachtingen, dan iets volslagen anders te kiezen.

1e keus en alternatief

Als je interesse uitgaat naar een studie waar je voor moet loten, hou dan de dead-line goed in de gaten. Er is natuurlijk een kans dat je wordt uitgeloot. Het is dus goed om een alternatief achter de hand te hebben. Kijk goed naar wat het is dat je aanspreekt in de opleiding en onderzoek of dat ook in een andere opleiding terug te vinden is. Op deze manier kun je een alternatief vinden. Probeer genoeg informatie over dit alternatief te krijgen, zodat je zeker weet dat de opleiding je genoeg te bieden heeft. Als het altijd een 'tweede keus' zal blijven omdat je niet bent ingeloot, is het verstandig om te overwegen of je dat wel wilt en kunt volhouden.

Levenservaring

Wanneer je er eigenlijk best een jaartje tussenuit zou willen krijg je vaak te horen dat dat niet verstandig is omdat je dan uit het studieritme raakt. Door naar deze raad te luisteren kun je een interessante ervaring mislopen. Een jaar niet studeren en in plaats daarvan reizen en/of werken kan je veel zelfkennis opleveren en tevens je studiemotivatie vergroten doordat je ontdekt dat de interessantste banen over het algemeen toch zijn weggelegd voor de mensen met een diploma.

Grenzen verleggen

Kijk je alleen naar het onderwijsaanbod in je eigen omgeving? Dan kun je die fantastische opleiding die heel goed bij je interesses aansluit mislopen! De ervaring leert dat wanneer je iets echt graag wilt je er ook meer voor over hebt!

Realistisch

Overweeg je toch verder te gaan met je huidige opleiding omdat je daar nu toch al een eind in gevorderd bent, bedenk je dan goed hoe lang die nog gaat duren en wat je er nog voor moet doen: ga je dat werkelijk volhouden met de twijfels (en misschien zelfs een achterstand) waar je nu al mee zit?

Tradities (doorbreken)

Het lijkt gemakkelijk om met je studiekeuze binnen gebaande (familie) paden te blijven. “Mijn opa en moeder zijn ook arts” of “mijn hele familie zit in de handel” zijn vaak gehoorde keuzeargumenten. Bedenk echter dat ieder mens anders is en dat jouw belangstelling doorslaggevend zou moeten zijn.

Hobby en beroep

Eigenlijk wil je van je hobby (bijvoorbeeld sport of kunst) je vak maken, maar je twijfelt aan de mogelijkheden op de arbeidsmarkt hiermee. Bedenk dan dat je motivatie en belangstelling voor de gekozen opleiding of het vak hele belangrijke factoren zijn in het slagen van je latere carrière! (Bedenk evenwel ook dat je je hobby als zodanig kwijt bent).

2.5 De zeven keuzestijlen

Hieronder volgt een beschrijving van zeven keuzestijlen die je kunt toepassen. Herken jij je eigen keuzestijl?

1. Logisch-rationele kiezer

In deze keuzestijl ligt de nadruk op logische, verstandige en redelijke argumenten bij het nemen van een beslissing. Je moet de keuze goed plannen, argumenten verzamelen en kijken wat het meest logisch en rationeel voordelig lijkt in de gegeven situatie.

Valkuil: Beslissingen kunnen kil en onpersoonlijk worden, alsof het een simpel rekensommetje betreft en je helemaal geen gevoel meer hebt bij wat je kiest. Ook bestaat het gevaar van eindeloos informatie verzamelen en blijven afwegen.

Uitdaging: Meer ruimte maken voor gevoelsargumenten en subjectieve belevingen van wat je fijn vindt of graag wilt, of dit nu logisch, verstandig en voordelig is of niet.

2. Emotionele kiezer

Emotionele kiezers luisteren bij beslissingen vooral naar hun hart en hun eigen gevoelens. Wat voelt goed en waarvan krijg je pijn in je buik?

Valkuil: Beslissen op basis van gevoelens is dat emoties nogal veranderlijk zijn. Emotionele kiezers zijn daardoor vaak nogal wispelturig en hun keuzes lijken de grillen van hun veranderlijke emotionele buien te volgen.

Uitdaging: Meer ruimte maken voor objectieve informatie en argumenten voor en tegen een beslissing.

3. Impulsieve kiezer

Voor impulsieve kiezers lijkt kiezen vaak helemaal niet zo moeilijk. Ze doen gewoon wat het eerst in hen opkomt of spontaan het beste lijkt. Waarom moeilijk doen als het makkelijk kan? Bovendien is de eerste indruk toch meestal het meest waardevol of betrouwbaar?

Valkuil: Impulsieve kiezers nemen te weinig tijd om de situatie goed te overdenken. Ze handelen dan té snel en weten later niet meer waarom ze nu ook alweer gekozen hebben.

Uitdaging: Meer de tijd leren nemen en de eerste impuls aan te vullen met een meer doordachte beschouwing van de situatie.

4. Uitstellende kiezer

De uitstellende kiezer kiest het zekere voor het onzekere. Je kunt altijd nog waardevolle, nieuwe informatie krijgen en waarom beslissen als het nog niet meteen hoeft?

Valkuil: Van uitstel komt afstel. Het nog even nadenken en afwegen en afwachten, kan eindeloos en oeverloos worden.

Uitdaging: Lef hebben om de knoop door te hakken ook al weet je nog niet alles zeker. Soms is het beter daadkrachtig een keuze te maken dan helemaal niets te doen.

5. Eigenzinnige kiezer

Er zijn ook mensen die altijd in staat lijken heel zelfverzekerd en vol overtuiging te kiezen. Zij weten precies wat ze willen en laten zich door niets of niemand van de wijs brengen.

Valkuil: Eigenzinnige kiezers kunnen heel dominant overkomen en lijken weinig geïnteresseerd in wat anderen mensen aandragen. Zo kunnen ze waardevolle inzichten van medestudenten, docenten en ouders naast zich neerleggen.

Uitdaging: Je meer open stellen voor de ideeën, reacties en bedenkingen van anderen, zodat je een completer beeld van jezelf en je (studie) keuze krijgt.

6. Meegaande kiezer

De meegaande kiezer past zich gemakkelijk aan aan wat de groep of anderen willen. Zijn eigen mening telt niet zo zwaar. Door zo keuzes te maken zul je weinig conflicten kennen en vermijden dat je buiten de groep valt.

Valkuil: Je wordt meningloos en weet op een gegeven moment niet meer wat jezelf wil. Of je gaat met een vriend mee naar een voorlichtingsdag van Aardwetenschappen en denkt: "Dat lijkt mij eigenlijk ook wel leuk," zonder je verder te oriënteren.

Uitdaging: Meer voor de eigen mening en wensen op te komen en kleur te bekennen aan jezelf. Wellicht soms wat eigenzinniger keuzes te maken.

7. Intuïtieve keuzestijl

Intuïtie is moeilijk helder te omschrijven. Meestal wordt het door mensen gebruikt om een 'dieper, zeker weten' te omschrijven. Intuïtie kan een ingeving zijn die bij je opkomt als je een (keuze)vraag een paar dagen hebt laten liggen.

Sommige psychologen vinden intuïtie het beste middel waarover de mens beschikt om keuzes te maken, omdat het voortkomt uit het onbewuste. In het onbewuste liggen al onze eerdere ervaringen en kennis opgeslagen. Het onbewuste kan 200 duizend keer meer informatie verwerken dan het bewuste en beschikt dus over veel meer informatie op grond waarvan een beslissing genomen kan worden.

Hoe kun je intuïtief kiezen?

1. Registreer wat je eerste ingeving is bij een (studiekeuze)vraag.
2. Ga informatie inwinnen via verschillende kanalen.
3. Zoek rust en afleiding. Ga sporten, wandelen, stap in de trein.
4. Stel een deadline: over drie dagen neem ik een besluit.
5. Laat het vraagstuk even voor wat het is, je onbewuste doet intussen zijn werk.
6. Raadpleeg vervolgens een paar mensen op hun inhoudelijke kennis en stel zonodig het besluit op details bij.
7. Nu kun je jouw oplossing met overtuigingskracht naar buiten brengen.

Welke keuzestijl hanteer jij meestal? Wat zegt dat over je met betrekking tot het maken van een studiekeuze?

3. Kennis over jezelf

Inventariseren van eigenschappen, capaciteiten, waarden, menstype en interesses

Wat je ook onderneemt in je leven, om enigszins te slagen is een behoorlijke zelfkennis een vereiste. Je moet als het ware een inventarisatie maken van je eigenschappen, je capaciteiten je waarden (wat je belangrijk vindt in het leven), je menstype en je interesses.

Aan de hand van de volgende vragenlijsten kun je bij jezelf nagaan wie je bent, waar je goed in bent, wat je belangrijk vindt, wat voor een type je bent en wat je leuk vindt. Als je voor jezelf deze zaken goed kunt verwoorden en concretiseren, ben je beter in staat een goede keuze te maken.

Allereerst volgen nu vragenlijsten die eigenschappen en capaciteiten bevatten: een serie kenmerken, waarin iedereen van elkaar verschilt. Beoordeel deze eigenschappen en capaciteiten van jezelf door een kruisje in een van de kolommen te zetten. Let er verder op dat je bij het invullen niet denkt aan het beeld dat anderen van je zouden moeten hebben of zoals je zou willen zijn, maar aan zoals jij werkelijk bent.

Maak kopieën van deze vragenlijsten voor je ze invult. De gekopieerde lijsten laat je invullen door iemand die jou goed kent en die jij vertrouwt. Als er verschillen zijn tussen de twee ingevulde lijsten, vraag dan waarom iemand jou zo ziet en vraag daarbij ook om voorbeeldsituaties. Hier kun je veel van leren over jezelf, aangezien je soms kenmerken van jezelf niet ziet, niet laat zien, of er te bescheiden over bent.

Vervolgens ga je je waarden, de dingen die je belangrijk vindt in het leven, onderzoeken en daarna het type mens dat je bent. Tenslotte ga je aan de hand van een aantal opdrachten je interesses en daarbij passende opleidingen in kaart brengen. Aan het einde zul je alles samenvatten in een persoonlijk profiel en heb je een duidelijk overzicht van jezelf.

3.1 Eigenschappen

Zet een kruisje op de plek die aangeeft in hoeverre een eigenschap op jou van toepassing is. Nogmaals: vul ze in zoals je bent en niet zoals je gezien wilt worden.

- : veel minder dan gemiddeld
- : minder dan gemiddeld
- ± : gemiddeld
- + : meer dan gemiddeld
- ++ : veel meer dan gemiddeld

Eigenschap	--	-	±	+	++	Eigenschap	--	-	±	+	++
Aardig						Praktisch					
Attent						Realistisch					
Behulpzaam						Waardig					
Betrokken						Welsprekend					
Bezorgd						Zelfbewust					
Goedgehumeurd						Actief					
Hoffelijk						Dynamisch					
Mensgericht						Energiek					
Persoonlijk						Enthousiast					
Sociaal						Inspirerend					
Vriendelijk						Ambitieux					
Zorgzaam						Krachtig					

Eigenschap	--	-	±	+	++	Eigenschap	--	-	±	+	++
Bedachtzaam						Strijdlustig					
Beschouwend						Veeleisend					
Objectief						Extravert					
Overwogen						Geïnformeerd					
Ruimdenkend						Nieuwsgierig					
Charismatisch						Openhartig					
Communicatief						Overtuigend					
Introvert						Individualistisch					
Gul						Onafhankelijk					
Humoristisch						Ondernemend					
Sympathiek						Zelfstandig					
Vriendelijk						Aandachtig					
Democratisch						Alert					
Eerlijk						Analytisch					
Geduldig						Logisch					
Oprecht						Oplettend					
Toegevend						Initiatiefrijk					
Tolerant						Sensitief					
Beschaafd						Scherpzinnig					
Evenwichtig						Filosofisch					
Gebalanceerd						Helder					
Gedistingeerd						Intellectueel					
Kalm						Slim					
Consequent						Vindingrijk					
Methodisch						Bescheiden					
Nauwgezet						Diplomatiek					
Ordelijk						Discreet					
Systematisch						Respectvol					
Constructief						Tactvol					
Daadkrachtig						Optimistisch					
Doelgericht						Positief					
Durvend						Visie hebbend					
Moedig						Vooruitdenken					
Artistiek						Betrokken					
Creatief						Betrouwbaar					
Fantasierijk						Coöperatief					
Flexibel						Loyaal					
Intutief										
Detailistisch										
Economisch										
Perfectionistisch										

3.2 Capaciteiten

Loop allereerst alle capaciteiten langs en geef op de schaal aan in welke mate je denkt ergens goed in te zijn. Omcirkel daarna de bekwaamheden waarin je op de een of andere manier ervaring hebt opgedaan.

Capaciteiten	prima	goed	matig	slecht
Technisch inzicht				
Ruimtelijk inzicht				
Bedrijfseconomisch inzicht				
Analytisch inzicht				
Projecten, beleid uitvoeren				
Beleid ontwikkelen				
Iets kunnen samenvatten				
Iets kunnen verklaren				
Mondelinge uitdrukingsvaardigheid				
Schriftelijke uitdrukingsvaardigheid				
Vaardigheid met computer				
Spreeken in het openbaar				
Besluitvaardigheid				
Stressbestendigheid				
Loyaliteit				
Accuratesse				
Doorzettingsvermogen				
Zelfstandigheid				
Concentratievermogen				
Overredingskracht				
Improvisatietalent				
Hulpvaardigheid				
Incasservermogen				
Zelfbeheersing				
Openheid				
Betrouwbaarheid				
Creativiteit in denken				
Artistieke vaardigheden				
Geheugencapaciteit				
Anticipatievermogen				
Kennis en gebruik van vreemde talen				
Sociale vaardigheden				
Representativiteit				
Nauwgezetheid				
Teamwork, stimulerend vermogen				
Reageren op lastige situaties				

Capaciteiten	prima	goed	matig	slecht
Slecht nieuws overbrengen				
Inzicht in doen en laten van anderen				
Interesse in doen en laten van anderen				
Contactuele eigenschappen				
Open staan voor adviezen				
Verantwoordelijkheidsgevoel				
Bestuurlijke kwaliteiten				
Verzorgende / verplegende kwaliteiten				
Verkopen, vertegenwoordigen				
Commercieel inzicht				
Leidinggevende kwaliteiten				
Werktempo				
Organiseren, plannen, projectmatig werken				
Administreren, financiën beheren				
Informatie verzamelen en verwerken				
Adviseren				
Bemiddelen				
Coördineren				
Conflicten oplossen				
Resultaatgericht				
Onderzoeken				
Onderhandelen				
Inleven in anderen				
Incasseringsvermogen				
Luisteren				
Initiatieven nemen				
Delegeren				
Oog voor detail				
Instrueren				
Doelgerichtheid				
Snel iets nieuws leren				
Gezondheid:				
Algehele conditie				
Fysieke conditie				
Psychische conditie				
“Goed geheugen”				

3.3 Waarden

Wat is voor mij belangrijk in mijn leven?

Een andere belangrijke motiverende factor wordt bepaald door de waarden die je nastreeft. Wat is kort gezegd voor jou de “zin van het leven”. Het gaat hier niet om diepzinnige filosofische discussies, maar om een simpele benadering van wat voor jou zinvol is.

Voor veel mensen is werk bijvoorbeeld enorm belangrijk. Als je werkt, ben je iemand. Je studie bereidt je daarop voor.

Daarom is het nuttig om te denken over wat voor jou “zinvol bezig zijn” betekent, welke waarden voor jou belangrijk zijn.

Geef in de bijgevoegde lijst per waarde aan wat je belangrijk vindt en wat niet belangrijk.

Noteer vervolgens in de rij “belangrijk” per waarde een rangorde. De belangrijkste wordt 1, de volgende 2, enzovoort.

Persoonlijke waarden	Belangrijk	Niet belangrijk
Verworvenheden (prestaties, het gevoel iets tot stand te hebben gebracht, vakmanschap)		
Vooruitgang (promotie)		
Avontuur (nieuwe en uitdagende ervaringen)		
Genegenheid (liefde en warmte)		
Wedijver (willen winnen, risico's nemen)		
Creativiteit (fantasievol en vernieuwend zijn)		
Coöperatie (goed met anderen samenwerken, teamwork)		
Economische zekerheid		
Beroemd willen worden (bekend willen zijn)		
Vrijheid (onafhankelijkheid, autonomie)		
Vriendschap (goede relaties met anderen)		
Gezondheid		
Hulpvaardigheid (anderen helpen)		
Innerlijke harmonie (innerlijke rust)		
Integriteit (eerlijkheid, oprechtheid, staan voor ideeën)		
Betrokkenheid (met anderen meedoen, erbij horen)		
Gezins-, familiegeluk		
Loyaliteit (plichtsbef, respect, gehoorzaamheid)		
Orde (kalmte, stabiliteit, aangepastheid)		
Persoonlijke ontwikkeling (gebruik van potenties)		
Plezier (gemakkelijke levenshouding)		
Macht (beheersing, autoriteit en invloed over/op anderen)		
Erkenning (respect van anderen, status)		
Geloof (sterke religieuze ideeën, betrokkenheid bij God)		
Verantwoordelijkheid (aanspreekbaar voor resultaten)		
Zelfrespect (trots, gevoel voor persoonlijke identiteit)		
Weelde (geld verdienen, rijk worden)		
Wijsheid (het leven begrijpen, kennis vergaren)		
Zelf te benoemen waarde		
.....		

3.4 Bepaal je menstype: wat voor een persoon ben ik?

Om tot een goede studiekeuze te komen, is het handig om te weten wat voor type mens je bent. Misschien weet je al wat voor type je bent (sociaal, onderzoekend, artistiek..), maar als je hier wat hulp bij nodig hebt kun je de Beroepentest voor studiekeuze maken. Deze beroepentest voor studiekeuze geeft je inzicht in je interesses en persoonlijkheid, en daarbij passende beroepen en studierichtingen. De test heeft als doel te ontdekken wie je bent. Het geeft antwoorden op vragen als: wie en wat voor persoon ben ik? Want kiezen voor werk dat past bij wie jij bent, vormt de sleutel tot succesvol en plezierig werken.

De test leert je na te denken over studies en beroepen die bij jouw persoonlijkheid passen. Uit de test volgt een persoonlijkheidsprofiel, waarin onderscheid wordt gemaakt tussen zes persoonlijkheidseigenschappen. Per eigenschap wordt aangegeven hoe je scoort. Op basis van je persoonlijkheidsprofiel kun je in een bijgevoegde tabel opzoeken welke beroepen, studierichtingen en specifieke voorbeeldstudies goed en minder goed bij je zouden kunnen passen. Deze beroepentest voor studiekeuze is een goed en werkbaar middel om snel te kunnen inventariseren welke beroepen en studies er bij jouw persoonlijkheid passen het gaat absoluut níet over hoe goed je in iets bent.

Mijn menstype:

Bijpassende opleidingen en beroepen volgens het rapport:

Je kunt de test doen in PITSstop (zie 6.1) of via de Studenten Loopbaan Service (zie 6.3.2). De test kost 5 euro. De vragenlijst per computer neemt gemiddeld vijftien minuten in beslag om in te vullen.

NB: Er bestaat ook een gratis, minder uitgebreide variant die dezelfde menstypes onderzoekt. Deze test kun je vinden op www.123test.nl/gratis-studiekeuzetest.

Uitslag beroepentest voor studiekeuze

- De beroepentest voor studiekeuze is absoluut GEEN capaciteitentest het is een inventarisatie van beroepen en studies die bij jouw persoonlijkheid passen.
- Het invullen van de test kan niet goed of fout gedaan worden.
- Het gaat om een momentopname. Niet dat het volgende week volslagen anders is, maar door de ervaringen die je de komende jaren opdoet kan de uitslag verschuiven.
- Probeer niet te lang na te denken over de vragen, het eerste gevoel wat er in je opkomt, is het juiste!

3.5.2 Inspiratiebronnen

Waar haal je je inspiratie vandaan? Deze opdracht maakt je bewust van hetgeen je het meest raakt.

1. Kies uit onderstaande inspiratiebronnen de drie inspiratiebronnen die voor jou het meest aanspreken.

Wetenschap of techniek	Kunst	Levenswijsheid of levenservaring
Gevoelens	Liefde of relaties	Rituelen of symbolen
Natuur	Dromen	Mensen of kinderen
Literatuur	Idealen	Geboorte en sterven
Religie of spiritualiteit	Wensen of verlangens	Muziek
Humor	Waarden	

2. Noteer per inspiratiebron de antwoorden op de volgende vragen:

- a. Wat houdt deze inspiratiebron voor je in?
- b. Hoe, waar en hoe vaak kom je deze inspiratiebron tegen?
- c. Wat is het effect van de inspiratiebron op jou?
- d. Breng je wat jou raakt in de door jou gekozen inspiratiebron ook zelf tot uitdrukking in je studie, (bij)baan of privé? Zo ja, op welke manier? Zo nee, waarom niet?

Inspiratiebron 1:

- a.
- b.
- c.
- d.

Inspiratiebron 2:

- a.
- b.
- c.
- d.

Inspiratiebron 3:

a.

b.

c.

d.

3. Wat is de essentie die je uit deze opdracht haalt? Formuleer die in één kernzin die begint met "ik".

Ik ...

4. Denk tenslotte eens goed na over de volgende vragen en schrijf je antwoorden op.

1. Hoe breng je je tijd het liefst door?

2. Waar word je enthousiast van / krijg je energie van?

3. Wie zijn jouw voorbeelden en waarom?

4. Wat wil je zeker nog eens meemaken?

5. Waar wil je echt goed in worden?

6. Wat zou je doen als je 10 miljoen euro won?

7. Waar wil je ooit trots op terugkijken?

3.5.3 Interesses voor opleidingen in kaart brengen

Maak een lijst met opleidingen die je interessant vindt. Dit kun je doen op de volgende manier:

Ga naar [Icares.com](https://www.icares.com)

1. Slim zoeken

Kies na registratie voor de optie 'slim zoeken'. Hier kun je diverse onderwerpen invullen, waarbij vervolgens lijsten met opleidingen verschijnen die passen bij de zoektermen die je hebt ingevoerd. Hier wordt kort de opleiding uitgelegd en tref je de onderwijsinstellingen die de studie aanbieden. Kies na registratie voor de optie

2. Studiekeuzetest

Kies vervolgens voor de optie 'studiekeuzetest'. Maak de test en bekijk de resultaten. Ook hier verschijnt een lijst met opleidingen.

3. Beroepskeuzetest

De Beroepskeuzetest van Icares geeft informatie over welke beroepen je het meest aanspreken. Bij de omschrijving van het beroep/functie vind je een overzicht van opleidingsmogelijkheden die bij dit beroep passen. Via PITSstop (zie 6.1) of de Studenten Loopbaan Service (zie 6.3.2) kun je deze test maken.

4. Welke opleidingen sluiten aan bij je interesses op basis van deze testen? Waar wil je meer van weten?

Opleidingen:

Aan het eind van deze opdracht ben je in het bezit van een lijst met opleidingen die jij interessant vindt. Deze lijst is de basis om meer informatie te verzamelen over opleidingen of beroepen die bij jouw interesses, kwaliteiten en persoon passen.

3.6 Persoonlijk profiel

Je hebt nu stap 1, *ken jezelf*, doorlopen. De voorgaande oefeningen hebben je inzicht gegeven in jezelf. Om deze fase af te sluiten maak je in deze oefening met behulp van de vorige oefeningen een persoonlijk profiel. Zo zet op grond van de resultaten uit de voorgaande oefeningen een zo objectief mogelijk beeld van jezelf neer. Door de verschillende aspecten bij elkaar te zetten kom je tot een totaaloverzicht.

Deze informatie over jezelf is essentieel om je verder op weg te helpen in het keuzeprocess.

Mijn vijf belangrijkste sterke eigenschappen zijn:

(zie 3.1: eigenschappen (wie ben je?))

- 1. _____
- 2. _____
- 3. _____
- 4. _____
- 5. _____

Mijn vijf capaciteiten die het hoogst scoren, zijn:

(zie 3.2: capaciteiten (wat kun je?))

- 1. _____
- 2. _____
- 3. _____
- 4. _____
- 5. _____

Mijn vijf minder sterke eigenschappen zijn:

- 1. _____
- 2. _____
- 3. _____
- 4. _____
- 5. _____

Mijn vijf capaciteiten die het laagst scoren, zijn:

- 1. _____
- 2. _____
- 3. _____
- 4. _____
- 5. _____

De vijf persoonlijke waarden die voor mij het belangrijkst zijn:

(zie 3.3: persoonlijke waarden (wat vind je belangrijk?))

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Mijn menstype is te omschrijven als:

(zie 3.4: bepaal je menstype)

Bijpassende opleidingen en beroepen volgens het rapport:

Interesses

De leukste activiteiten naast mijn studie zijn:

(zie 3.5.1: activiteiten en leerervaringen)

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

Mijn inspiratiebronnen zijn:

(zie 3.5.2: inspiratiebronnen)

1. _____
2. _____
3. _____

De meest interessante opleidingen vind ik:

(zie 3.5.3: interesses voor opleidingen in kaart brengen)

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Fase 1 heb je nu doorlopen. Je hebt nu kennis opgedaan over jezelf.

In de tweede fase ga je onderzoeken wat voor mogelijkheden er allemaal zijn.

4. Kennis over de mogelijkheden

4.1 Beschrijf je ideale studie

Hoe ziet jouw ideale studie eruit? Wat zou je allemaal in je studie willen vinden? Laat je fantasie de vrije loop, je mag al je wensen en verlangens erin verwerken, ervan uitgaand dat alles kan.

Je kunt denken aan bepaalde inhoudelijke vakken, vaardigheden die je zou willen leren, vormen van onderwijs, soort mensen dat er rond loopt, aantal studenten, aantal contacturen, mate van zelfstandigheid, vormen van begeleiding, instelling/plaats waar de studie gegeven wordt etc.

Beschrijving ideale situatie:

- www.studiekeuze123.nl: mogelijkheid om opleidingen/steden op verschillende kenmerken te vergelijken. Bij een beroepsen studiekeuze kunnen veel factoren een rol spelen. Deze site helpt je jouw motieven om voor een bepaalde studie te kiezen te onderzoeken. Je kunt onder andere lezen wat studenten van hun opleidingen vinden en ook vind je er informatie over kamerprijzen, horecagelegenheden en nog heel veel meer.

- het Studiekeuzeplein, ontwikkeld door de Universiteit Leiden, met gratis tests, opleidingeninformatie (HBO en WO in Nederland) en arbeidsmarktinformatie: leiden.studiekeuzeplein.nl

- www.leren.nl: onder het kopje 'beroepskeuzetest' vind je veel links naar websites waarop je een (meestal) gratis online studiekeuzetest kunt doen. Ook is er veel achtergrondinformatie te vinden over studien en beroepskeuze.

Schrijf op welke opleidingen je hebt gevonden op www.tkmst.nl, www.studiekeuze123.nl en www.leren.nl

4.2. Opleidingen zoeken

De informatie over jezelf die je hebt ingevuld in je persoonlijk profiel ga je nu verder onderzoeken. De volgende websites kun je raadplegen om meer over de opleidingen te weten te komen.

- www.tkmst.nl: database van opleidingen door heel Nederland en tevens een zoekmachine. Je kunt selecteren op interessegebied, niveau en plaats. Bij iedere gekozen opleiding staan handige links naar onder andere de betreffende instellingen.

Welke opleidingen sluiten het beste aan bij het gemaakte persoonlijk profiel (eigenschappen, capaciteiten, waarden en interesses) en de uitkomsten van de beroepentest voor studiekeuze?

- Zoek zoveel mogelijk informatie over de opleidingen en/of beroepen die je hebt ingevuld. Je kunt daarbij gebruikmaken van de tips op de volgende pagina.
- Kies vervolgens twee opleidingen uit van jouw voorkeur, in volgorde van belangrijkheid.
- Vul hieronder de volgende informatie in over deze twee opleidingen.

Opleiding A

Geef hieronder je eerste indrukken weer van de gevonden informatie:

Toelating:

Welke mogelijkheden heb je met deze opleiding op de arbeidsmarkt?

Opleiding B

Geef hieronder je eerste indrukken weer van de gevonden informatie:

Toelating:

Welke mogelijkheden heb je met deze opleiding op de arbeidsmarkt?

4.3 Checklist informatie verzamelen

Bij het zoeken naar informatie zijn twee zaken belangrijk:

- Welke informatie zoek je?
- Waar zoek je de informatie?

4.3.1 Welke informatie?

De informatie die je zoekt om meer over je studiekeuze te weten te komen kan gaan over:

- Opleidingen in het wetenschappelijk onderwijs
- Opleidingen in het hoger beroepsonderwijs
- Welke vooropleidingen zijn er noodzakelijk/gewenst voor een opleiding?
- Toelating met/zonder een loting? En eventuele extra toelatingseisen?
- Wanneer moet je je uiterlijk inschrijven voor een opleiding?
- Is de opleiding op meerdere plaatsen? Zoja: waar, en wat zijn de verschillen?
- Hoe is de opleiding georganiseerd?
- Welke major/minorcombinaties zijn er mogelijk met deze opleiding
- Welke vakken krijg je in het eerste, tweede, derde jaar?
- Welke specialisaties en masteropleidingen kun je na het derde jaar kiezen?
- Welke beroepen/functies kun je uitoefenen na een opleiding?
- Hoe is de arbeidsmarkt op dat gebied?

4.3.2 Waar vind je de informatie die je nodig hebt?

Je kunt informatie op verschillende plaatsen vinden, onder meer via:

- Studiegidsen, brochures en folders in PITSstop – Plexus Informatie Trefpunt voor Studenten (Universiteit Leiden) of in de documentatieruimte van andere instellingen.
- Informatie op internet
- Voorlichtingsdagen en open dagen
- Een (telefoon)gesprek met een studieadviseur/docent van een opleiding
- Een (telefoon)gesprek met een student
- Een studie-/studentenvereniging
- Een interview met een beroepsbeoefenaar
- Een bedrijfsbezoek
- Advertenties in dag- en/of weekbladen

4.3.3 Enkele naslagwerken

Er zijn verschillende naslagwerken in de bibliotheek of mediatheek, o.a.:

- **Nieuwe Gids voor School en Beroep (uitgeverij de Toorts)**

Overzicht van alle onderwijsinstellingen, opleidingen en cursussen in Nederland.

- **Studiegids Hoger Onderwijs (uitgeverij LDC)**

Overzicht van alle studiemogelijkheden aan de Hogescholen en Universiteiten in Nederland.

- **Opleidingen en Beroepen Almanak (uitgeverij Elsevier)**

Geeft een overzicht van bijna 5000 beroepen en functies en een inventarisatie van de erkende opleidingen daartoe.

- **Keuzegids hoger onderwijs (uitgeverij HOB)**

Kwaliteitsvergelijking tussen dezelfde opleidingen aan verschillende instellingen in het hoger onderwijs. De oordelen van studenten en deskundigen zijn in rapportcijfers verwerkt.

4.3.4 Interessante websites

leiden.studiekeuzeplein.nl

Website, ontwikkeld door de Universiteit Leiden, ter ondersteuning van het studiekeuzeproces. Met tests, tips, opleidingen- en arbeidsmarktinformatie.

www.tkmst.nl

Nuttige site met een studiekeuzetest, tevens een zoekmachine naar opleidingen en beroepen.

www.studiekeuze123.nl

Handige site met veel eerlijke informatie om studies met elkaar te kunnen vergelijken.

www.123test.nl

Site waarop je veel verschillende (persoonlijkheids) tests kunt maken en daarbij behorende opleidingen kunt vinden.

www.icares.com

Inzichtelijke site waarop je gratis studiekeuzetest kunt maken.

www.leren.nl

Onder het kopje 'beroepskeuzetest' vindt je veel links naar websites waarop je een (meestal) gratis online studiekeuzetest kunt doen. Ook is er veel achtergrondinformatie te vinden over studie- en beroepskeuze.

www.internetcollege.nl

Links naar vele hogescholen en universiteiten, tevens een studiekeuzegids met een nuttige wegwijzer naar vele opleidingen.

www.ib-groep.nl

Site van de Informatie Beheer Groep over studiefinanciering.

www.minocw.nl

De site van het Ministerie van Onderwijs. Laatste nieuws over onderwijs, adressen van adviesbureaus voor opleiding en beroep.

www.vsnu.nl

Links naar zowel Nederlandse als buitenlandse universiteiten.

www.hbo-raad.nl

Site van de HBO-raad. Veel informatie over het aanbod aan de verschillende hogescholen.

www.worldwide.edu

Nuttige site voor iedereen die in het buitenland wil studeren.

www.wilweg.nl

Site over studeren en stages in het buitenland.

Fase twee is nu afgerond. In fase drie ga je kiezen: hoe pak je dat aan?

5.2. In welke fase van het keuzeproces bevind je je nu?

In welke fase van het keuzeproces bevind je je nu?

Lees nogmaals de fasen in het keuzeproces op pagina 4 en 5.

1. Het beseft te moeten kiezen

2. Acceptatie keuzeproces

3. Vrijblijvend exploreren

4. Vergelijken

5. De beslissing

6. De uitvoering

Beschrijf dit aan de hand van voorbeelden. Geef aan wat nodig is om de volgende stap te maken.

NB.

Wanneer je besluit om te stoppen met je studie, dan heeft dit allerlei consequenties, o.a. voor je studiefinanciering en je rechtspositie.

Mocht je hier vragen over hebben maak dan een afspraak met een studentendecaan (zie 6.4.2). Mocht je willen praten over jouw keuzeproces maak dan een afspraak met de studiekeuze-/loopbaanadviseur van Studenten Loopbaan Service (zie 6.3.2).

5.3 Opstellen van een actieplan met tijdsplanning

Het doel van het opzetten van een actieplan met tijdsplanning is te komen tot stappen, waarmee je tot een keus kunt komen.

Noteer in het onderstaande schema welke acties je gaat ondernemen, en wanneer.

Schrijf gerichte plannen op, geen algemene ideeën. Hou de plannen die je maakt realistisch en haalbaar, en vooral CONCREET. En hou je dan vervolgens ook aan je plan.

Wanneer je je plan volledig hebt uitgevoerd en je bent nog niet in staat om een keuze te maken, dan stel je een nieuw actieplan op.

Actie	Hoe?	Datum / tijd

5.4 Hoe nu verder?

Je hebt nu het hele werkboek doorgenomen. Als het goed is heb je meer inzicht verkregen in een aantal belangrijke aspecten van je studie-keuze.

Misschien sta je al vlak voor een keuze. Of staat het kiezen juist nog ver van je af. Hoe dan ook, in beide gevallen vragen we je de komende tijd actief bezig te blijven met je keuzeproces. Erover nadenken, praten met 'belangrijke anderen', informatie over beroepen en opleidingen verzamelen, je werkboek er nog eens op naslaan; kortom, in blijven zien dat jij een beslissing moet nemen waar je achter kunt staan.

De twee volgende opdrachten kunnen je hierbij helpen.

5.4.1 Bezoek een opleiding of studie

Bezoek een open dag of maak een afspraak om je te laten informeren over een studie/opleiding. Kies bij voorkeur een opleiding waar je veel belangstelling voor hebt. Ben je zo ver nog niet, kies dan een opleiding die je enigermate aanspreekt.

Beschrijf op een A4-tje belangrijkste bevindingen. Neem de onderstaande vragen als richtlijn en vul aan met eigen vragen.

- Naam van de opleiding
- Aan welke instelling heb je deze opleiding bezocht?
- Is dit WO, HBO, MBO, of anderszins?
- Hoe is de toelating geregeld? Is er sprake van loting?
- Hoe lang duurt deze opleiding?
- Waartoe word je opgeleid (beroepsmogelijkheden)?

- Welke vakken krijg je in het eerste jaar? En in volgende jaren?
- Hoe ziet de bachelorfase er uit?
- Welke vakken spreken je wel/niet aan?
- Zijn er major/minorcombinaties mogelijk en zo ja, welke?
- Uit welke masteropleidingen kun je kiezen?
- Welke lesmethoden en onderwijsvormen worden gehanteerd?
- Welke eigenschappen kun je in deze opleiding goed gebruiken?
- Wat is je indruk van de sfeer in deze opleiding?
- Met wie heb je gesproken?
- Geef concluderend weer waarom deze opleiding wel/niet bij jou zou passen.

5.4.2 Interview een student

Gebruik je lijstje uit de vorige opdracht, en stel je vragen aan een student van de opleiding die je aanspreekt. Ken je niemand die deze opleiding volgt? Bijna iedere universiteit geeft je de mogelijkheid om een dag 'mee te lopen'. Je wordt dan gekoppeld aan een student met wie je de hele dag colleges volgt. Aan deze student kun je natuurlijk ook al je vragen stellen! Raadpleeg de websites van de instellingen waar je interesse naar uit gaat voor de mogelijkheden.

5.4.3 Interview iemand uit het werkveld

Zoek iemand die een beroep uitoefent dat jou aanspreekt. Het is de bedoeling dat je een beroep kiest dat aansluit op de opleiding die je voor de vorige opdracht bezocht hebt. Als dit echter op grote bezwaren stuit (bv. omdat je bij nader inzien de opleiding toch niets vindt), mag je bij uitzondering ook een ander beroep kiezen.

Gebruik je 'netwerk' (de mensen om je heen) om iemand te vinden die het beroep uitoefent dat jij zoekt. Maak een afspraak, bereid je goed voor en bedenk dat de meeste mensen het erg leuk vinden iets over hun werk te vertellen. Iemand op zijn werk bezoeken is natuurlijk het meest interessant.

Neem de volgende vragen als richtlijn en vul weer aan. Geef ook hier je bevindingen weer op een A4-tje.

- Wat is de naam van de functie/het beroep?
- Waar wordt deze uitgeoefend? (welke instelling, organisatie, welk bedrijf)
- Wat is de doelstelling van het bedrijf/de instelling?
- Wat zijn de belangrijkste taken van de beroepsbeoefenaar/functievervuller? (ingewikkeld verhaal? Vraag verduidelijking!)

- Hoe is de tijd verdeeld over de verschillende taken?
- Waar worden deze uitgeoefend?
- Hoe zijn de werktijden?
- Hoe zijn de werkomstandigheden?
- Met wie heeft hij/zij de belangrijkste contacten?
- Welke eigenschappen heb je voor dit werk nodig?
- Wat moet je goed kunnen?
- Welke opleiding heeft de geïnterviewde gevolgd?
- Was deze opleiding een goede voorbereiding op betreffend werk?
- Hoe is de werksfeer?
- Geef een indruk van wat je wel/niet aanspreekt in dit werk

Een aardige check voor jezelf is: kun je je enigszins voorstellen hoe een gemiddelde werkdag van de geïnterviewde eruit ziet?

Wacht niet te lang met het maken van afspraken! Houd je stappenplan in de gaten, streep af welke acties uitgevoerd zijn en maak een nieuw stappenplan zodra dat nodig is.

6. Meer informatie nodig?

Als je besluit om met je studie te stoppen en een andere opleiding te gaan volgen of besluit te gaan werken, dan vind je hieronder informatie die eventueel kan helpen dit besluit uit te voeren.

6.1 PITSstop – Plexus Informatie Trefpunt voor Studenten

In PITSstop is dé plek waar je informatie kunt vinden over studie, studeren en alles wat je als student kunt tegenkomen, zoals studiekeuze, studievaardigheden, persoonlijke problemen, studiefinanciering, studeren in het buitenland, loopbaan en arbeidsmarkt.

Studiekeuze

- Studiekeuzetest
- Voorlichtingsfolders en studiegidsen
- Opleidingsgidsen en naslagwerken

Studie en stage in het buitenland

- Inloopspreekuur van het International Office op maandag en donderdag van 13.00 tot 17.00 uur
- Studiegidsen van buitenlandse instellingen
- Verslagen van studie en stage in het buitenland
- Informatie over de financieringsmogelijkheden van een buitenlands verblijf (studie of stage)

Arbeidsmarkt en solliciteren

- Loopbaanplanning en loopbaanoriëntatie
- Studie- en beroepskeuzetests
- Beroepen en functies
- Arbeidsmarkt
- Solliciteren
- Starten van een eigen bedrijf

Studievaardigheden en persoonlijke problemen

- Artikelen en folders om mee te nemen
- Zelfhulpboeken en video's over diverse onderwerpen (te lenen tegen een borg van € 20,-)

Rechtspositie en financiën

- Naslagwerken op het gebied van studiefinanciering
- Studeren met een handicap
- Uitspraken van het College van Beroep

Zoekhulp

PITSstop biedt naast schriftelijke informatie ook de mogelijkheid informatie per computer op te zoeken. De medewerkers van PITSstop kunnen je hierbij helpen en specifieke vragen beantwoorden.

Vragen per e-mail

Je kunt je vraag ook per e-mail sturen naar: pitsstop@plexus.leidenuniv.nl

Adres:

Studentencentrum Plexus

Kaiserstraat 25, Leiden

Tel: 071-5278025

pitsstop@plexus.leidenuniv.nl

www.pitsstop.leidenuniv.nl

Openingstijden: maandag t/m vrijdag van 9.00-17.00 uur.

6.2 Voorlichtingsdagen en Open dagen

De Universiteit Leiden organiseert elk jaar verschillende voorlichtingsdagen (o.a. de Studiefestivals) en open dagen. Tijdens deze dagen kunnen a.s. studenten, studenten die van opleiding willen veranderen, ouders etc. zich oriënteren op de vele opleidingen die Leiden te bieden heeft, onder meer door te praten met docenten en studenten, het volgen van workshops over diverse onderwerpen of het maken van een studiekeuzetest.

Op de open dagen kun je een kijkje nemen bij de opleidingen zelf: aanschuiven in de collegebanken, rondkijken in de laboratoria, of het volgen van een werkgroep.

Kijk voor meer informatie op de studiesite voor aanstaande studenten: www.studereninleiden.nl.

Je kunt met vragen ook terecht bij de:

Studielijn

Postbus 9500

2300 RA Leiden

Tel: 071-5271111

studielijn@leidenuniv.nl

6.3 Begeleiding bij het maken van een keuze

6.3.1 Studieadviseurs

De afzonderlijke opleidingen hebben allemaal één of meer studieadviseurs.

Bij studieadviseurs kunnen studenten terecht voor algemene inlichtingen over de studie en het bespreken van problemen van welke aard dan ook rond de studie, zoals studieplanning, studievertraging, keuze van opleiding en vakkencombinatie, major-minor- en masteropleidingen, vrijstellingen, informatie over keuzevakken etc.

Zie voor meer informatie: www.studenten.leidenuniv.nl/ondersteuning/begeleiding/wie-doet-wat/studentenbegeleiders-bij-de-opleidingen.html

6.3.2 Studiekeuze-/studieloopbaanadviseurs

De studiekeuze-/loopbaanadviseurs van Studenten Loopbaan Service Universiteit Leiden ondersteunen studenten bij het afwegen van hun keuzes met betrekking tot hun studie en studieloopbaan en het nemen van beslissingen daarover.

Bij de studiekeuzeondersteuning komen tijdens gesprekken thema's als capaciteiten, eigenschappen, interesses, waarden en voorkeuren aan bod. Het keuzeproces van de student wordt in kaart gebracht.

De student krijgt gerichte instrumenten aange-reikt, zoals ondersteunende vragenlijsten en zo nodig een verwijzing voor een uitgebreid beroepskeuze-onderzoek. Met behulp van onder andere deze informatie wordt een student bij (her)oriëntering geholpen.

Studenten kunnen bij de studiekeuze-/loopbaanadviseur tevens terecht met vragen die verband houden met het ontwikkelen van toekomstperspectieven en het aanpakken van de voorbereiding op de arbeidsmarkt.

Adres:

Studenten Loopbaan Service Universiteit Leiden

Studentencentrum Plexus

Kaiserstraat 25, Leiden

Tel: 071-5278011

loopbaanservice@sea.leidenuniv.nl

www.loopbaanservice.leidenuniv.nl

6.3.3 Studentenpsychologen

De studentenpsychologen bieden hulp bij het oplossen van studie- en studentenproblemen. Dat betekent dat een student zowel met studieproblemen als met meer persoonlijke problemen die de studie hinderen bij hen terecht kunnen. Deze hulp kan bestaan uit gesprekken, trainingen/ cursussen, werkboeken/informatiebladen en computer-programma's.

Studenten kunnen langskomen op een open spreekuur om hun vraag in kaart te brengen met een van de studentenpsychologen. Samen wordt besloten wat de beste vervolgstappen zijn. Rechtstreeks inschrijven voor een training kan ook. Kijk voor meer informatie op: www.studietips.leidenuniv.nl

Studentenpsychologen

Studentencentrum Plexus

Kaiserstraat 25, Leiden

tel: 071-5278026

6.4 Informatie over rechtspositie en financiën

Als je besluit van opleiding te veranderen of te stoppen met studeren dan kan dit nog wel eens rechtspositionele en/of financiële consequenties te hebben. De volgende medewerkers van het Expertisecentrum SOZ kunnen hierin ondersteuning bieden.

6.4.1 Studenteninformatiecentrum

De medewerkers van het Studenteninformatiecentrum kunnen de student over alle mogelijke onderwerpen informeren. De student zal zich dan ook met zijn vragen in eerste instantie tot de Informatiebalie moeten wenden.

De vragen kunnen betrekking hebben op de inschrijving, gespreide betaling, restitutie van het collegegeld, adreswijziging, het afstudeerfonds, verzekeringen, tempobeurs, wat te doen bij ziekte etc.

In de regel zal bij het Studenteninformatiecentrum de vraag afdoende kunnen worden beantwoord, zo niet, dan zal worden doorverwezen naar andere medewerkers binnen of buiten het Expertisecentrum ICS.

Adres:

Studenteninformatiecentrum

Studentencentrum Plexus

Kaiserstraat 25, Leiden

tel: 071-5278011

openingstijden: maandag t/m vrijdag 9.00-17.00 uur

www.studenten.leidenuniv.nl

6.4.2 Studentendecanen

De studentendecanen verlenen studenten hulp en bijstand bij de meer gecompliceerde rechtspositieve problemen. Vaak gaat het om een situatie waarbij allerlei verschillende regelingen en wettelijke bepalingen een rol spelen.

Uit de wirwar van regelingen zal de studentendecaan met de student de gevolgen van de verschillende oplossingsmogelijkheden op een rijtje zetten. Voor procedures met betrekking tot verlate inschrijving of beëindiging van de inschrijving op grond van ziekte en/of bijzondere omstandigheden, registratie van studievertraging en aanvragen van financiële ondersteuning kan de student, na zich bij de Informatiebalie te hebben geïnformeerd, terecht bij de studentendecanen.

Daarnaast zijn de studentendecanen belast met de ondersteuning van studenten met een handicap, topsporters en buitenlandse (allochtone en vluchteling-) studenten.

Adres:

Studentendecanen

Studentencentrum Plexus

Kaiserstraat 25, Leiden

tel: 071-5278011

6.5 Informatie over mogelijke alternatieven

Als je hebt besloten met je studie te stoppen, dan kan dat een pauze zijn of het kan min of meer definitief stoppen betekenen. Ex-studenten ondernemen van alles en nog wat: gaan cursussen volgen, leren een taal, gaan op reis, enz.

Praten met anderen, het lezen van kranten en tijdschriften, en dergelijke kan inspireren tot zinvolle activiteiten.

In PITSstop (zie 6.1.1) is informatie te vinden over o.a.:

Cursussen, vrijwilligerswerk, in het buitenland werken, in het buitenland een taal cursus volgen.

Ook op internet kun je het een en ander vinden over deze zaken.

Op de websites van de Studenten Loopbaan Services kun je ook inspiratie opdoen als je nog niet precies wat je wilt gaan doen. Je kunt ook een afspraak maken met een van de loopbaanadviseurs. Zij ondersteunen je bij het verhelderen en structureren van problemen en vragen op het gebied van je loopbaan, bij het afwegen van keuzes op dit gebied en het nemen van beslissingen daarover.

www.loopbaanservice.leidenuniv.nl

www.hum.leidenuniv.nl/loopbaanservice

www.fsw.leidenuniv.nl/studenten/loopbaanservicefsw

Kiezen is vaak moeilijk, maar als je er de tijd voor neemt en het systematisch aanpakt, dan zul je zien dat dit zijn vruchten af zal werpen. Hoe beter je je voorbereid en hoe serieuzer je het keuzeproces doorloopt, hoe groter de kans van slagen.

Maar zie het ook als een uitdaging, het is ook leuk en spannend.

Dus veel succes en veel plezier in het vinden van een bij jou passende studie!