

# Jouw

# Studiekeuze Adviesrapport

*In samenwerking met Studiekeuzemaken.nl*

Een verkeerde studiekeuze voelt vaak als tijdverlies, maar kan juist enorm waardevol zijn. Er is een bekend verhaal over een journalist die een succesvolle zakenman interviewt en vraagt hoe hij zo succesvol is geworden. “Goede beslissingen,” antwoordt de zakenman. “En hoe neemt u dan goede beslissingen?” vraagt de journalist. “Door ervaring,” zegt de man. “En hoe komt u aan die ervaring?” De zakenman glimlacht: “Door verkeerde beslissingen.”

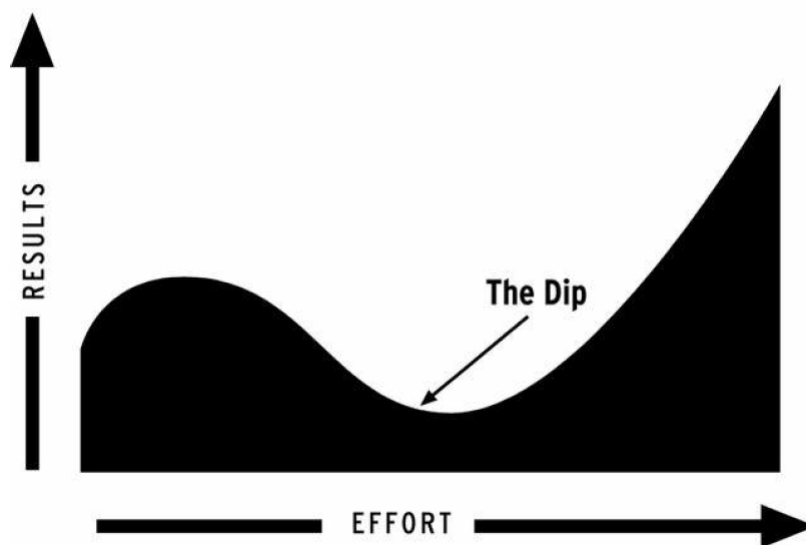
Dat verhaal laat iets belangrijks zien: in de ‘verkeerde’ keuzes die je maakt, zit verborgen waarde. Je leert ervan, je wordt scherper in wat wel en niet bij je past, en je bouwt levenservaring op die je helpt bij betere beslissingen. Zie je studiekeuze dus niet alleen als ‘goed’ of ‘fout’, maar als een proces waarin je steeds beter leert kiezen. Juist doordat je nu twijfelt of bent vastgelopen, ben je vaak beter in staat om een nieuwe studie te kiezen die wél past.

Na een verkeerde studiekeuze sta je voor één grote uitdaging: leren van je ervaring en met vertrouwen een nieuwe, passende studie kiezen op basis van wie jij bent en wat je écht wilt. In dit Studiekeuze Adviesrapport vind je daarom testen, tools en strategieën die je helpen om vanuit zelfkennis een betere keuze te maken. Gebruik dit rapport als een bron waar je op terugvalt als je het even niet meer weet.

# Heb ik een studiedip of echt een verkeerde studiekeuze?

Als je al een tijdje ontevreden bent over je studie, moeite hebt met het niveau, of vaak met tegenzin colleges volgt en projecten maakt, dan kan de vraag opkomen: **“Heb ik een verkeerde studiekeuze gemaakt?”** Daar is geen standaardantwoord op. Wel zijn er terugkerende signalen.

Let op: twijfels betekenen niet automatisch dat je verkeerd hebt gekozen. Soms zit je in een **studiedip**. Veel studenten krijgen daar mee te maken: je motivatie daalt, concentreren lukt minder, je geheugen laat je in de steek en de inhoud spreekt je minder aan. Seth Godin beschrijft dit in *The Dip*: nieuwe projecten beginnen vaak met enthousiasme, maar worden daarna lastiger. Dan komt het moment waarop je moet weten of je moet **doorzetten** (omdat het daarna weer beter wordt) of **stoppen** (omdat het structureel niet past).



Om het verschil te herkennen, kun je jezelf een paar vragen stellen. Schrijf je antwoorden het liefst uit: door te schrijven vertraag je je gedachten en ontstaan vaak nieuwe inzichten.

- **Hoelang ben je al ontevreden?** Is het tijdelijk (een zwaar blok, een lastig project), of speelt het al langer? Probeer terug te halen wanneer het twijfelen begon.
- **Waar twijfel je precies over?** Gaat het om de inhoud en het toekomstperspectief, of vooral om omstandigheden zoals reistijd, sfeer of klasgenoten? Wees zo concreet mogelijk.

- **Als je denkt aan je diploma en je toekomstige werk: wat voel/denk je dan?** Spreekt het toekomstbeeld nog aan? Zie je jezelf straks doen waar je voor wordt opgeleid?
- **Als je nu doorzet: wordt het later weer leuker en uitdagender?** Zijn er vakken, projecten of stages die het weer passend kunnen maken?
- **Stoppen of niet?** Als je het overweegt, praat dan met een studieadviseur of begeleider. Die kan je uitleggen hoe de komende studiejaren eruitzien, zodat jij beter kunt inschatten of het bij je past.

Ga ook terug naar het moment dat je voor deze studie koos. Wat waren je belangrijkste motivaties? Wat sprak je toen wél aan? Het is meestal niet slim om direct te stoppen zodra het tegenzit. Onderzoek eerst of je twijfel tijdelijk is en toon commitment zolang je nog niet zeker weet dat het structureel niet past.

Als je uiteindelijk wél besluit te stoppen, rond dit hoofdstuk dan bewust af. Je kunt pas een nieuwe deur openen als je de vorige goed hebt dichtgedaan: bespreek het op tijd in projectgroepen, licht je keuze toe bij een begeleider en regel op tijd je uitschrijving.

## De betekenis die je geeft aan je keuze is belangrijker dan de keuze zelf

Na een verkeerde studiekeuze maak je automatisch een verhaal: een verklaring voor wat er volgens jou is gebeurd. Dat is wat je tegen je ouders zegt als ze vragen “waarom?”, en tegen vrienden als ze vragen “hoezo?”. Het risico is dat je niet alleen een verkeerde keuze ervaart, maar er óók een betekenis aan geeft die je onzeker maakt of klein houdt.

Een voorbeeld maakt dat duidelijk. Stel: Mark en Linda zitten op een bankje in het park. Er komt een groep jongeren aan, zet muziek op, drinkt een biertje, en na een tijdje klinkt er geschreeuw. Mark denkt: dit wordt elk moment een vechtpartij. Linda ervaart het heel anders: zij ziet een temperamentvolle discussie. In werkelijkheid gaat het om jongeren van Spaanse afkomst die fel discussiëren over verkiezingen. Mark en Linda zagen hetzelfde, maar gaven er een totaal andere betekenis aan.

De les: **de betekenis die je geeft aan een ervaring is vaak belangrijker dan wat er feitelijk gebeurde.** Dat geldt ook voor een verkeerde studiekeuze.

Die betekenis wordt sterk beïnvloed door je **uitlegstijl**: de manier waarop je gebeurtenissen aan jezelf verklaart (alsof het je “kledingstijl” is, maar dan mentaal). Psycholoog Martin Seligman noemt dit: *“The manner in which you habitually explain to yourself why events happen.”*

Twee belangrijke bouwstenen daarin zijn:

- **Persoonlijk:** ligt het aan mij of aan omstandigheden?
- **Permanent:** zegt dit iets over deze ene keuze, of over al mijn toekomstige keuzes?

Als je dit niet bewust doet, maakt je brein vanzelf een verhaal. Neem daarom even de tijd om je betekenis realistischer en helpender te maken:

- Vraag jezelf af: **ben ik echt ‘schuldig’, of speelde het systeem ook mee?** In Nederland moet je relatief jong kiezen; niet gek dat veel jongeren later bijstellen.

- **En: is dit echt permanent?** Een verkeerde keuze zegt niets over jouw capaciteiten om op de lange termijn goed te kiezen.

Een helpende herformulering is om “verkeerde studiekeuze” te vervangen door “**tijdelijke studiekeuze**”: op basis van de inzichten die je toen had, leek dit logisch. Nu heb je nieuwe ervaringen en dus betere input.

De kernbetekenis wordt dan:

Ik maakte een **tijdelijke studiekeuze** op basis van wie ik toen was en wat ik toen wist. Die zelfkennis kan ik nu inzetten om een nieuwe, passendere keuze te maken. Dit is geen bewijs dat ik altijd verkeerd kies. En het ligt niet alleen aan mij, maar ook aan de omstandigheden en het keuzemoment.

## Hoe nu verder? Vijf mogelijkheden na een verkeerde studiekeuze

Als je weet (of sterk voelt) dat je huidige studie niet past, heb je grofweg vijf routes:

### 1. **Tijdelijk stoppen**

Als je nog twijfelt of je definitief wilt stoppen, kan tijdelijk pauzeren helpen (bij veel opleidingen kan dat). Bespreek dit met een studieadviseur en gebruik die tijd om actief te onderzoeken wat wél past.

### 2. **Ingeschreven blijven en andere vakken volgen**

Soms kun je ingeschreven blijven en vakken volgen uit een andere richting binnen dezelfde instelling. Dat is een laagdrempelige manier om te testen of een ander onderwerp beter bij je past.

### 3. **Proefstuderen / meelopen**

Als je een mogelijke nieuwe opleiding ziet, loop dan mee, woon een college bij en stel veel vragen. Koppel dat expliciet aan wat je nu mist (bijvoorbeeld: te veel theorie, te weinig praktijk).

### 4. **Switchen van studie**

Als je al weet wat je wél wilt, kun je soms al halverwege het jaar overstappen (bijvoorbeeld starten in februari). Informeer bij je onderwijsinstelling naar de mogelijkheden.

### 5. **Tussenjaar nemen**

Als je tijd nodig hebt om te ontdekken wat je wilt, kan een tussenjaar (werken, reizen, vrijwilligerswerk) je helpen om met meer rust en motivatie een keuze te maken.

Praktisch is het belangrijk om na te denken over uitschrijven: niet uitschrijven kan handig zijn als je nog vakken wilt volgen, maar het kan ook betekenen dat je kosten/lening doorlopen. Zodra je zeker weet dat je niet doorgaat, is uitschrijven vaak verstandig. En misschien wel de belangrijkste tip: **kom erachter wat je écht leuk vindt**. Als je dat nog niet weet, kies dan voor tijd (werken of tussenjaar) zodat je keuze later sterker wordt.

## Van “meer zoeken” naar “beter kiezen”: top-3 studies in vijf stappen

Veel jongeren denken: “als ik maar genoeg informatie verzamel, vind ik vanzelf een passende studie.” In de praktijk levert dat vaak alleen maar 36 open tabbladen en meer onrust op. Wat beter werkt is: focus aanbrengen en je onderzoek slimmer maken. Met deze oefening ontdek je binnen korte tijd een persoonlijke top-3.

### **Stap 1 – Jouw breinvoorkeur**

Je kiest eerst een richting naar binnen: waar kom jij het beste tot je recht? In dit model kijk je naar drie dimensies: fysiek (doen, praktisch), emotioneel (mensen, verbinding) en mentaal (denken, theorie). Noteer je primaire en secundaire voorkeur.

### **Stap 2 – Richtingen die passen bij jouw voorkeur**

Koppel je voorkeuren aan twee studierichtingen (nog niet aan concrete opleidingen). Dat wordt je filter en brengt overzicht.

### **Stap 3 – Kies drie studies binnen die richtingen**

Ga naar een overzichtssite met opleidingen en selecteer drie studies die je interessant vindt. Dit is een ‘vloeibare’ top-3: je mag altijd wisselen.

### **Stap 4 – 10 minuten research per studie**

Open maximaal één of twee tabbladen, zet een timer op 10 minuten, en beantwoord drie vragen:

- wat zijn de toekomstmogelijkheden en zie ik mezelf daarin?
- hoe ziet de inhoud eruit (vakken, projecten, afstudeerrichtingen)?
- wat zeggen studenten (reviews) en waarom stoppen mensen?

### **Stap 5 – Geef een cijfer en beslis: schrappen of verder onderzoeken**

Geef per studie een cijfer (1–10) op je eerste indruk. Bij een **7 of hoger** is de volgende stap: open dag of meeloopdag.

# Ontdek jouw 3-top studies met deze oefening

Veel jongeren denken dat een passende studie vooral een kwestie is van nóg meer informatie verzamelen. Meer opleidingen bekijken, meer websites afstruinen, meer lijstjes openen. De strategie klinkt logisch: *“Als ik lang genoeg zoek en alle mogelijkheden in kaart breng, dan vind ik vanzelf wel iets dat bij me past.”*

Maar in de praktijk werkt het vaak precies andersom. Na een half uurtje zoeken heb je 36 tabbladen openstaan en voel je je eerder onrustiger dan zekerder. Je hebt vooral veel gelezen, maar nauwelijks echt gekozen. En ondertussen word je om de paar minuten uit je flow getrokken door WhatsApp, TikTok of Instagram. Zonder focus blijft je zoektocht oppervlakkig: je skimt, je scrolt, je twijfelt... en je komt niet dichterbij een beslissing.

Herkenbaar? Dan is het tijd voor een andere aanpak: niet breder zoeken, maar slimmer filteren.

## Ontdek jouw top-3 studies met deze 5-stappen oefening

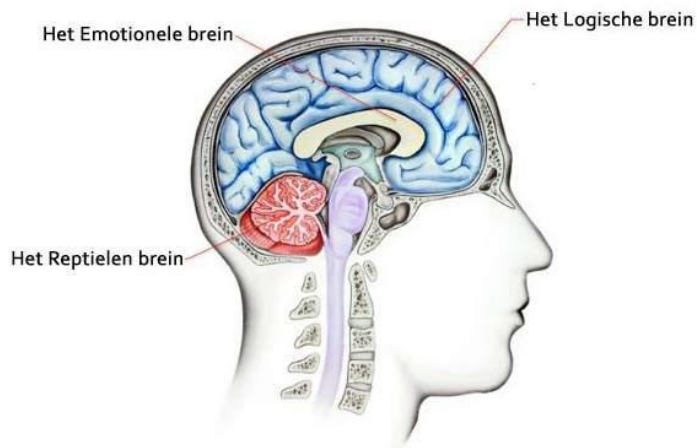
Met deze korte invuloefening breng je structuur aan in je zoektocht. Je krijgt grip op de hoeveelheid opties, de kwaliteit van je research gaat omhoog en je houdt overzicht. Het resultaat: binnen 10 minuten heb je een persoonlijke top-3 met studies die écht de moeite waard zijn om verder te onderzoeken. En omdat je niet meer naar “alles” hoeft te kijken, ontstaat er ruimte in je hoofd om je wél goed te verdiepen.

### Stap 1 – Wat is jouw breinvoorkeur?

Een passende studiekeuze sluit aan bij wie je bent, wat je wilt en wat je kunt. Daarom begint deze oefening niet buiten jezelf, maar juist bij jezelf. Sluit voor even je browser, zet afleidingen uit en ga naar binnen.

In dit model gebruiken we drie “dimensies” die je kunt zien als manieren waarop mensen van nature graag bezig zijn:

- **Fysieke dimensie:** je houdt van doen. Praktisch, met je handen, resultaat zien, in beweging zijn.
- **Emotionele dimensie:** je bent mensgericht. Verbinding, samenwerken, zorgen, begeleiden, uitleggen, betekenisvolle interactie.
- **Mentale dimensie:** je bent denker/onderzoeker. Theorie begrijpen, analyseren, logisch redeneren, abstracte problemen oplossen.



Iedereen gebruikt ze alle drie, maar meestal heb je een duidelijke voorkeur. Die voorkeur is een goede richtingaanwijzer voor je studiekeuze.

Pak pen en papier en schrijf op:

**Mijn primaire breinvoorkeur: ...**

**Mijn secundaire breinvoorkeur: ...**

Fysieke dimensie	Emotionele dimensie	Mentale dimensie
Cultuur/kunst	Onderwijs	Taal/communicatie
Aarde/milieu	Taal/communicatie	Aarde/milieu
Gezondheid	Cultuur/kunst	Recht/bestuur
Techniek	Gedrag/maatschappij	Economie/Bedrijf
	Gezondheid	Informatica/Exact
		Techniek

### Stap 2 – Welke richtingen passen bij jouw breinvoorkeur?

Nu ga je jouw voorkeuren vertalen naar **studierichtingen** (dus nog niet naar concrete opleidingen). Zie dit als jouw eerste filter: je bepaalt het speelveld waarop je gaat zoeken.

Kies op basis van jouw breinvoorkeur twee richtingen die je verder wilt onderzoeken.

Bijvoorbeeld:

- **Fysiek:** techniek, gezondheid, aarde/milieu, cultuur/kunst
- **Emotioneel:** onderwijs, gedrag/maatschappij, taal/communicatie, cultuur/kunst
- **Mentaal:** economie/bedrijf, recht/bestuur, taal/communicatie, informatica/exact, aarde/milieu

Schrijf op:

**Mijn studierichting 1: ...**

**Mijn studierichting 2: ...**

Onthoud: dit is niet definitief. Het doel is nu vooral focus aanbrengen zodat je echte vooruitgang boekt.

### **Stap 3 – Welke studies binnen jouw richtingen zijn interessant?**

Je hebt nu twee richtingen gekozen. Tijd om in te zoomen.

Ga naar [HBOstart.nl](https://www.hbo-start.nl) en klik op jouw twee richtingen. Je ziet dan per richting een overzicht van opleidingen. Kies in totaal **drie** studies die je interessant lijken.

### **Mijn top-3 interessante studies:**

1. ...
2. ...
3. ...

Zie dit als een “vloeibare” lijst: je mag altijd later iets vervangen. Het gaat erom dat je gericht gaat verdiepen.

### **Stap 4 – Past deze studie bij mij?**

Nu komt het verschil tussen doelloos scrollen en slim onderzoeken.

Gebruik per studie dit mini-protocol:

1. Sluit afleidingen en open **maximaal één of twee tabbladen**.
2. Zet een **timer op 10 minuten**.
3. Zoek in die 10 minuten antwoorden op deze drie vragen:
  - **Visualiseer de toekomst:** wat kun je later worden met deze studie, en zie ik mezelf daarin?
  - **Ontdek de inhoud:** welke vakken en projecten krijg je en spreekt dat aan?
  - **Verzamel reviews:** wat zeggen studenten, en waarom stoppen sommigen?

Herhaal dit voor alle drie je studies. Let op: laat praktische dingen (stad, reistijd, toelating) nog even liggen. Nu gaat het puur om de vraag: **past deze studie bij mij?**

### **Stap 5 – Interessant of niet?**

Na die eerste indruk zijn er maar twee opties:

1. je schrapt de studie uit je top-3, óf
2. je onderzoekt ‘m verder via een open dag of meeloopdag.

Geef elke studie een cijfer van **1 t/m 10** op basis van je 10-minuten onderzoek. Niet overdenken: laat je gevoel spreken, zoals bij een eerste date. Na die eerste kennismaking voel je meestal al: wil ik een tweede?

Vul in:

- Studie: ... | Cijfer: ... | Verder onderzoeken? ja/nee
- Studie: ... | Cijfer: ... | Verder onderzoeken? ja/nee
- Studie: ... | Cijfer: ... | Verder onderzoeken? ja/nee

Geef je een **7 of hoger**? Dan is de volgende stap: ervaringen opdoen via een open dag of meeloopdag. Daar kun je vervolgens veel gerichtere vragen stellen en echt checken of de studie bij je past.

# Gratis studiekeuzetesten die iets opleveren

Een **gratis studiekeuzetest** kan je helpen om een scherper beeld te krijgen van wie je bent, wat je wilt en wat je kunt. En dat is precies de basis die je nodig hebt om straks een studie te kiezen die écht bij je past. Tegelijkertijd leveren veel gratis testjes weinig op: ze zijn vaak te simpel, te algemeen of geven uitslagen waar je niet zoveel mee kunt.

Daarom vind je hieronder een selectie van **6 gratis studiekeuzetesten die wél iets opleveren**. Deze testen geven je meer inzicht in jouw passies, interesses, kwaliteiten en studiemogelijkheden. Zie deze lijst als een **gereedchapskist** waar je steeds naar terug kunt grijpen.

## Ontdekken wie je bent is als een legpuzzel zonder voorbeeld

Ontdekken wie je bent, wat je echt wilt en waar je goed in bent, lijkt op het leggen van een ingewikkelde legpuzzel... maar dan zonder plaatje op de doos.

Je begint met de randjes en hoekjes: dat zijn de dingen die je nu al van jezelf weet. Misschien ben je creatief. Of je houdt van sporten, dieren, lezen, organiseren, mensen helpen of juist lekker zelfstandig werken.

Als de rand eenmaal ligt, komt het lastigste stuk: de binnenkant. Dáár zitten de inzichten die je nog niet zo scherp hebt, maar die wél heel bepalend zijn voor je studiekeuze. En precies daarbij helpen deze studiekeuzetesten. Hoe meer stukjes op hun plek vallen, hoe duidelijker het totaalplaatje wordt. En met die zelfkennis wordt het ineens veel makkelijker om een passende studie te kiezen.

## Studiekeuzetesten: vuistregels die het verschil maken

De belangrijkste vuistregel bij elke studiekeuzetest is simpel:

**Besteed minimaal evenveel tijd aan reflectie als aan het maken van de test.**

Dus: ben je 10 minuten bezig met een test? Neem daarna ook 10 minuten om goed naar de uitslag te kijken en jezelf vragen te stellen. Bij elke test staan reflectievragen die je daarbij helpen.

Tip: maak één document aan op je computer waarin je **alle uitslagen én je reflecties** verzamelt. Zo bouw je stap voor stap een compleet en overzichtelijk beeld op van wie je bent, wat je wilt en wat je kunt.

### **Test #1 – Icares Studiekeuzetest**

Deze test kost ongeveer 10 minuten. Na afloop krijg je een overzicht van studies die aansluiten bij jouw belangrijkste passies, kwaliteiten en interesses.

#### **Reflectievragen:**

- Welke opleidingen komen eruit? Klopt dit volgens jou?
- Waarom herken je je wel/niet in deze opleidingen?
- Heb je iets nieuws geleerd over jezelf?

[Klik hier om naar de studiekeuzetest van Icares te gaan](#)

### **Test #2 – Inholland Studiekeuzetest**

Deze test duurt ongeveer 10 minuten. Je krijgt je resultaten toegestuurd en kunt meer lezen over richtingen, opleidingen en beroepen.

#### **Reflectievragen:**

- Wat heb je geleerd over jezelf dat je nog niet wist?
- Waarom past de uitslag wel/niet bij jou?
- Sluit de uitslag aan bij een onderdeel van jezelf?

[Klik hier om naar de studiekeuzetest van Inholland te gaan](#)

### **Test #3 – DISC Studiekeuzetest**

Ongeveer 10 minuten. Je krijgt inzicht in je profiel op basis van vier dimensies: Dominant, Invloed, Stabiel en Consciëntieus.

#### **Reflectievragen:**

- Wat is jouw belangrijkste dimensie? Herken je jezelf daarin?
- Waarom past de uitslag wel/niet bij jou?
- Kun je een concreet voorbeeld noemen waaruit dat blijkt?

[Klik hier om naar de DISC test te gaan](#)

#### **Test #4 – Breintest**

Ongeveer 5 minuten. Je beantwoordt 25 vragen en krijgt inzicht in je dominante voorkeur voor linker- of rechterhersenhelft.

#### **Reflectievragen:**

- Komt er een dominante voorkeur uit? Herken je jezelf daarin?
- In welke activiteiten/talenten herken je jezelf het meest?
- Welke activiteiten zou jij aan de lijst toevoegen?

[Klik hier om naar de Brein test te gaan](#)

#### **Test #5 – Big Five Persoonlijkheidstest**

Je beantwoordt 20 stellingen en krijgt inzicht in jouw score op vijf persoonlijkheidskenmerken.

#### **Reflectievragen:**

- Kloppen de kenmerken van jouw scores volgens jou?
- In wat voor studie- of werkomgeving voel jij je het prettigst?
- Is er een score waar je jezelf minder in herkent?

[Klik hier om naar de Big Five Persoonlijkheidstest te gaan](#)

#### **Test #6 – Competentietest**

66 stellingen. Je beoordeelt jezelf en krijgt een overzicht van je sterkste competentie categorieën (op volgorde).

#### **Reflectievragen:**

- Welke competentie categorieën scoren het hoogst? Herken je jezelf daarin?
- Welke taken en activiteiten passen bij deze categorieën?
- Op welke specifieke competenties scoor jij goed?

[Klik hier om naar de Competentietest te gaan](#)

## Tot slot: op zoek naar de rode draad

Als je deze testen (en vooral de reflectie!) serieus doet, heb je aan het einde een veel completer beeld van wie je bent, wat je wilt en wat je kunt. En omdat je alles in één document verzamelt, wordt het makkelijker om het grotere plaatje te zien.

Ga daarna op zoek naar de rode draad:

- Zie je terugkerende interesses of kwaliteiten?
- Komt een bepaald vakgebied steeds opnieuw voorbij?
- Heb je iets ontdekt over jezelf dat je eerder nog niet zo scherp had?

Dat is precies de basis waarop een passende studiekeuze wél stevig wordt.

# 5 prikkelende vragen over jou

Een goede, prikkelende vraag kan een vastgelopen gedachtegang openbreken. Het zet iets in beweging en vormt vaak de voedingsbodem voor nieuwe, frisse inzichten over wat voor jou écht belangrijk is. Niet voor niets zei Einstein ooit dat, als hij een uur de tijd had om een probleem op te lossen en zijn leven ervan afhing, hij de eerste 55 minuten zou besteden aan het formuleren van de juiste vragen.

## Vorbereiding

Onthoud: er is geen goed of fout antwoord — alleen jouw antwoord. Lukt het je niet om meteen iets te formuleren? Geen probleem. Inzichten laten zich vaak niet afdwingen en komen juist op onverwachte momenten: terwijl je fietst, onder de douche staat of een broodje smeert.

Pak daarom pen en papier, of open een nieuw document op je computer, en schrijf je antwoorden op. Door te schrijven vertraag je je gedachten en geef je ruimte aan nieuwe inzichten.

## Vijf prikkelende vragen om te ontdekken wat je écht belangrijk vindt

Neem rustig de tijd voor de onderstaande vragen. Je hoeft ze niet allemaal in één keer te beantwoorden. Laat ze gerust even bezinken.

1. **Stel dat je de laatste mens op aarde bent** en je mag één boodschap achterlaten voor een volgende beschaving. Welke boodschap zou dat zijn?
2. **Je regisseert een film over je eigen leven.** Het is een autobiografisch verhaal en jij schrijft het script. Welk verhaal vertel je?
3. **Je staat op een podium voor een grote groep mensen.** Je hebt een speech voorbereid. Wat wil je hen meegeven?
4. **Je hebt toegang tot een tijdmachine** en mag één keer terug of vooruit in de tijd. Welk jaartal kies je, en waarom spreekt die periode je zo aan?
5. **Hoe wil je later herinnerd worden door je kleinkinderen?**

## Mijn belangrijkste waarden

Deze vragen helpen je om helder te krijgen wat voor jou écht belangrijk is en welke waarden je diep van binnen wilt naleven en doorgeven aan anderen. Als je een studie volgt waarin je deze persoonlijke waarden kunt herkennen — en later ook kunt uitdragen in je werk — ontstaat motivatie van binnenuit. Je studie en je werk krijgen dan betekenis, omdat ze passen bij wie jij bent.

Ga daarom op zoek naar de rode draad in je antwoorden. Kun je twee of meer terugkerende waarden ontdekken? Grote kans dat dit waarden zijn die voor jou heel vanzelfsprekend voelen — en juist daarom veel zeggen over wie je bent en wat je belangrijk vindt.

Een uitgebreide [lijst met 365 waarden](#) kan je helpen om woorden te geven aan wat je voelt en herkent.

# De beste voorbereiding op een open dag

Er komt veel informatie op je af op een open dag, je loopt van lokaal naar lokaal en spreekt allerlei verschillende mensen. Juist daarom is het slim om je **goed voor te bereiden**. Of je nu één opleiding bezoekt of meerdere, en waar in het land je ook gaat kijken: deze tips helpen je om alles uit een Open Dag te halen.

## Vorbereiden vóór de Open Dag

Heb je besloten om naar een Open Dag te gaan? Begin dan met het bekijken van de website van de school of universiteit. Richt je vooral op de pagina's van de opleidingen die jij interessant vindt. Vaak komen daar zowel studenten als docenten aan het woord, waardoor je alvast een eerste indruk krijgt van de studie én de sfeer.

Download of vraag ook de brochure aan. Vrijwel elke opleiding heeft er één die je online kunt bekijken of gratis kunt laten opsturen. Je krijgt zo'n brochure meestal ook op de Open Dag zelf, maar als je hem vooraf al even doorneemt, herken je informatie sneller en blijft alles beter hangen.

## Bepaal het doel van je Open Dag

Een Open Dag is het meest waardevol als je vooraf weet **waarom** je gaat. Met andere woorden: wat wil je eruit halen?

Stel je bijvoorbeeld voor dat je een Open Dag bezoekt van de Universiteit Utrecht voor de studie psychologie. Afhankelijk van waar jij staat in je keuzeprocess, kan je doel heel verschillend zijn. Je kunt bijvoorbeeld gaan om:

- je breed te oriënteren, omdat je het nog niet goed weet;
- te ontdekken of psychologie in Utrecht bij je past;
- de sfeer te proeven van de opleiding en de universiteit;
- te vergelijken of je liever in Utrecht studeert of in een andere stad;
- je ouders te laten zien waar en wat je mogelijk gaat studeren.

Neem even de tijd om jouw eigen doel te formuleren. Dat maakt het een stuk makkelijker om tijdens de Open Dag gericht te kijken, luisteren en vragen te stellen.

## De beste vragen voor een Open Dag

Als je weet wat je doel is en je je al hebt ingelezen, kun je vooraf een lijstje met vragen bedenken. Schrijf ze op of zorg dat je ze paraat hebt.

Denk bijvoorbeeld aan vragen over:

- de verhouding tussen theorie en praktijk;
- de toelatingseisen;
- hoe een gemiddelde week van een eerstejaars eruitziet;
- baankansen en toekomstperspectief;
- studeren in het buitenland;
- de verhouding tussen contacturen en zelfstudie.

Kies ongeveer **3 tot 10 vragen** die jij sowieso beantwoord wilt hebben. Daarmee weet je zeker dat je de Open Dag actief benut in plaats van alleen informatie te consumeren.

## Extra tips om alles uit je Open Dag te halen

De drie belangrijkste voorbereidingsstappen zijn:

1. Voldoende informatie doornemen vooraf
2. Bepalen met welk doel je naar de Open Dag gaat
3. Relevante vragen voorbereiden

Wil je nóg beter voorbereid zijn? Houd dan ook rekening met het volgende:

- Besef dat scholen zich tijdens een Open Dag van hun beste kant laten zien. De sfeer kan op een gewone studiedag anders zijn. Vraag daarom huidige studenten ook wat zij minder leuk vinden aan de opleiding.
- Een opleiding kan een uitstekende reputatie hebben, maar dat betekent niet automatisch dat alle lessen goed zijn. Wees dus niet bang om door te vragen naar de kwaliteit van het onderwijs.
- Maak eventueel vooraf een globale planning van de dag, zeker als je meerdere opleidingen wilt bezoeken. Zo voorkom je dat je tijd tekortkomt.
- Sta stil bij wat jij belangrijk vindt in een studie: veel lesuren, juist veel vrijheid, kleinschaligheid, sfeer, begeleiding. Als je dat weet, kun je hier tijdens de Open Dag extra op letten.
- Neem pen en papier mee. Je hoeft niet alles op te schrijven, maar korte aantekeningen helpen om indrukken later beter terug te halen.

# 5 belangrijke lessen over het maken van een studiekeuze

Tijdens onderzoek naar studiekeuze zijn een aantal lessen opgevallen. Hieronder staan de vijf belangrijkste en meest opvallende inzichten.

## Les 1 – Ontdek eerst wat jij wilt

Een passende studiekeuze begint altijd bij jezelf. Tijdens interviews en research werd duidelijk dat het essentieel is om eerst stil te staan bij je eigen interesses, talenten en drijfveren. Dat vormt de basis van elke goede keuze.

Bij het studiekeuzeproces kijk je dus niet meteen naar opleidingen, maar eerst naar wie jij bent. Studietoestelcoach Marit Visser gaf daarbij een waardevolle nuance:

“Voeg je eigen inzicht samen met je talenten en de studiemogelijkheden die je hebt onderzocht. Kijk vervolgens wat bij je past. Soms helpt het om hierover te praten met iemand die wat verder van je afstaat. Een onafhankelijke blik zonder vooroordelen kan veel helderheid geven.”

Veel jongeren weten onbewust al meer over zichzelf dan ze denken. Het is vooral een kwestie van die kennis leren herkennen en benutten.

## Les 2 – Schakel studiekeuzebegeleiding in als je vastloopt

Niet iedereen komt er zelfstandig uit, en dat is helemaal oké. Een studiekeuzebegeleider kan helpen om structuur, overzicht en richting aan te brengen in je zoektocht.

Volgens Kevin Esser was studiekeuzebegeleiding voor hem een belangrijke versneller:

“Het heeft mij enorm geholpen om een duidelijke visie op mijn toekomst te ontwikkelen. Door de gesprekken ging alles veel sneller. Als mijn ouders geen studiekeuzebegeleider hadden ingeschakeld, was ik waarschijnlijk nog een lange tijd blijven zoeken.”

Een goede begeleider stelt de juiste vragen en helpt je om keuzes te maken die bij jou passen — niet bij anderen.

### Les 3 – Kom in actie

Wat mij sterk is opgevallen, is dat je een passende studie vooral vindt door **in actie te komen**. Alleen achter je computer blijven zitten is niet genoeg.

Zoals Tom Dekker het verwoordde:

“Veel op pad gaan is essentieel. In het begin is online zoeken prima om inzicht te krijgen, maar er moet een moment komen waarop je dingen gaat testen in de praktijk. Dan ontdek je pas echt wat bij je past — of juist niet.”

Bezoek daarom niet alleen open dagen, maar ga ook proefstuderen of meelopen. Dat geeft een veel realistischer beeld van een opleiding. Studiekeuzebegeleider Mireille Aalfs zei hierover:

“Tijdens open dagen worden vaak vooral de positieve kanten belicht. Tijdens een meeloopdag hoor, zie, ruik en voel je hoe het echt is om die studie te volgen.”

Juist die ervaring maakt het verschil.

### Les 4 – Begin op tijd met je studiekeuze

Er wordt vaak gezegd dat jongeren op een te jonge leeftijd een studiekeuze moeten maken. Toch ligt het probleem volgens studiekeuzebegeleider Arnold Heijblom niet zozeer in de leeftijd, maar in de aard en hoeveelheid van de keuzes.

Het enorme aanbod aan opleidingen maakt kiezen ingewikkeld. Veel jongeren zien door de bomen het bos niet meer. Dat werd ook duidelijk tijdens studiekeuzebeurzen en gesprekken met begeleiders.

De meest gehoorde en misschien wel belangrijkste tip is daarom: **begin op tijd**. Niet om sneller te kiezen, maar om meer rust en ruimte te creëren in je proces. Zoals Annet Daamen het verwoordde:

“De ene jongere is al actief bezig met zijn studiekeuze, terwijl de ander denkt: het komt wel. Juist dat voortijdig nadenken is belangrijk.”

### Les 5 – Volg je hart

Een studiekeuze is persoonlijk. Het moet jouw zoektocht zijn, gebaseerd op jouw interesses, waarden en gevoel. Dat werd in vrijwel alle interviews bevestigd.

Je hoeft niet bang te zijn om te kiezen. Iedereen maakt fouten, en zelfs na je studie kun je in een heel andere richting terechtkomen. Een studiekeuze is geen eindpunt, maar een begin.

Maak je keuze daarom niet omdat je ouders, vrienden of docenten het een goed idee vinden. De juiste studiekeuze maak je niet puur met je hoofd, maar met je gevoel.

**De studie moet bij jou passen. En uiteindelijk kies je niet met je verstand — je kiest met je hart.**

# Leg de link tussen jezelf en je studie

Om tot een **afgewogen studiekeuze** te komen en met vertrouwen te kiezen, is het belangrijk dat je de **verbinding legt tussen jezelf en een studie**. Je onderzoekt dan waarom een opleiding écht bij jou past. Door die link helder te maken, kun je je motivatie beter onderbouwen en wordt het makkelijker om met zekerheid voor één studie te kiezen.

## Op zoek naar de overlap

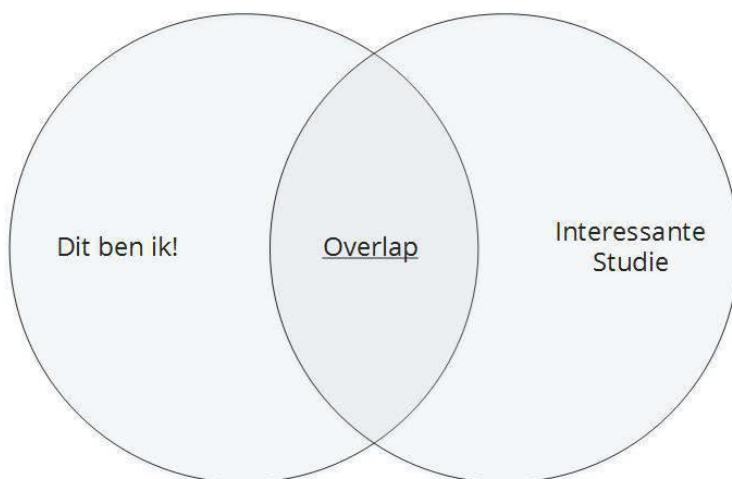
De link tussen jou en een studie zit in de **overlap tussen twee dingen**:

1. **Wie jij bent** – je interesses, voorkeuren en capaciteiten
2. **De inhoud van de studie** – vakken, projecten, stages en thema's

Een sterke studiekeuze ontstaat daar waar deze twee elkaar raken. Dat is het gebied waarin de studie als het ware op jou lijkt: waar wat jij belangrijk vindt en goed kunt, samenkomt met wat de opleiding van je vraagt.

## Hoe leg je de link tussen jezelf en een studie?

Pak een leeg A4'tje en teken daarop **twee cirkels die elkaar deels overlappen** (zoals bij een Venn-diagram). Laat de cirkels voorlopig leeg; die ga je stap voor stap invullen.



### **Stap 1 – Wie ben jij?**

De linker cirkel gaat volledig over jou. Denk aan woorden of korte zinnen die de kern raken van wie je bent, wat je wilt en waar je goed in bent. Probeer in deze stap nog niet aan studies te denken — dat kan je antwoorden beïnvloeden.

Stel jezelf de vraag: **Wie ben ik?**

Schrijf minimaal **vijf kernwoorden of korte zinnen** op die als eerste bij je opkomen.

### **Stap 2 – Wat is de inhoud van de studie?**

De rechter cirkel gaat volledig over de studie die jou interessant lijkt. Noteer ook hier minimaal **vijf kernwoorden of korte zinnen** die de opleiding typeren. Denk aan vakken, projecten, thema's, vaardigheden en ervaringen die je tot nu toe hebt opgedaan of hebt gelezen.

### **Stap 3 – Waar zit de overlap?**

Nu komt het belangrijkste deel. Kijk naar beide cirkels en zoom in op het overlappende midden. In dit gedeelte ontdek je **waarom deze studie bij jou past**.

Welke woorden of kenmerken uit de linker cirkel (jij) komen terug in de rechter cirkel (de studie)? Noteer in het midden alle overeenkomsten die je ziet.

## **Afronding**

Goed bezig! Met deze oefening heb je inzichtelijk gemaakt **waarom** een studie wel of niet bij je past. Hoe meer je leert over jezelf én over de opleiding, hoe meer overlap je kunt ontdekken. En hoe sterker de overlap, hoe betrouwbaarder je onderbouwing voor je studiekeuze wordt.

Je kunt deze oefening natuurlijk ook opnieuw doen voor een andere studie. Zo vergelijk je opleidingen niet op gevoel alleen, maar op een duidelijke en persoonlijke basis.

# Hoe ga je om met twijfel?

## 6 strategieën

Twijfel over je studiekeuze kan zich op verschillende manieren laten zien. Grote kans dat je jezelf herkent in één van deze situaties:

- **Scenario 1:** Je hebt meerdere interessante studies gevonden, maar je komt er niet uit en vindt het lastig om definitief voor één studie te kiezen.
- **Scenario 2:** Je hebt na lang nadenken een keuze gemaakt, maar na verloop van tijd begint de twijfel toch weer toe te slaan.
- **Scenario 3:** Je hebt eerder een verkeerde studiekeuze gemaakt en merkt dat het daardoor moeilijker is geworden om te vertrouwen op je vermogen om goed te kiezen.

Welke situatie ook voor jou geldt: je ervaart twijfel. En dat is op zichzelf heel normaal. De vraag is niet *of* je twijfelt, maar **hoe je ermee omgaat**. Hieronder vind je zes strategieën die je direct kunt inzetten om die twijfel hanteerbaar te maken.

### Eerst dit: twee soorten twijfel

Voordat je aan de slag gaat, is het belangrijk om te herkennen **welke soort twijfel** jij op dit moment ervaart.

#### 1. Gezonde, normale twijfel

Twijfel hoort bij grote beslissingen. Als je nadent over je toekomst en af en toe twijfelt, is dat geen teken dat je verkeerd zit. Integendeel: het laat zien dat de keuze belangrijk voor je is. Deze vorm van twijfel helpt je om een keuze goed te doordenken en onderbouwen. Als je nog maar kort twijfelt en het niet constant in je hoofd zit, is de kans groot dat dit gezonde twijfel is.

#### 2. Aanhoudende twijfel of besluiteloosheid

Als twijfel lang blijft hangen en steeds vaker terugkomt, gaat het vaak niet meer over de studie zelf. Dan speelt er meestal iets anders mee, zoals angst om opnieuw verkeerd te kiezen of twijfel aan jezelf. Je denkt veel na over studies, maar onder die gedachten zit onzekerheid over je eigen keuzevermogen. Als dit herkenbaar is, heb je te maken met aanhoudende twijfel.

## Strategie 1 – Geef je twijfels woorden

In de medische wereld zeggen ze niet voor niets: *de diagnose is het halve medicijn*. Zolang je twijfels vaag blijven, houden ze veel grip op je. Zodra je ze concreet maakt, verliezen ze aan kracht.

Schrijf je twijfels daarom letterlijk op papier. Niet op je laptop, maar met pen en papier. Dat vertraagt je gedachten en maakt ze helderder. Gebruik bijvoorbeeld deze vragen:

- Waar zit mijn grootste twijfel nu echt?
- Welke gedachten komen steeds terug als ik aan mijn studiekeuze denk?
- Wat gebeurt er als ik definitief kies?
- Wat ben ik bang te verliezen als ik kies?

Het kan ook helpen om hierover te praten met iemand die je vertrouwt, zoals een ouder of goede vriend(in). Door je twijfels hardop uit te spreken, krijg je vaak een nieuw perspectief.

## Strategie 2 – Onderbouw je studiekeuze

Een keuze maak je met zowel je hoofd als je gevoel. Om de rationele kant te versterken, helpt het om je studiekeuze bewust te onderbouwen.

Stel jezelf vragen als:

- Waaraan merk ik dat deze studie bij mij past?
- Waarom overweeg ik juist deze opleiding?
- Wat sluit aan bij mijn interesses, talenten en doelen?

Gebruik hierbij ook de oefening '**Hoe leg ik de link tussen mezelf en een studie?**'. Hoe duidelijker je je redenen kunt benoemen, hoe minder ruimte er is voor twijfel.

## Strategie 3 – Laat de studiekeuze even rusten

Je hoeft vandaag geen definitieve beslissing te nemen. Soms helpt het juist om even afstand te nemen. Meer nadenken levert niet altijd meer duidelijkheid op.

Denk aan het fenomeen dat je pas in slaap valt als je stopt met jezelf te dwingen om te slapen. Zo werkt het ook met kiezen. Hoe meer druk je jezelf oplegt om te móéten kiezen, hoe lastiger het wordt.

Zeg daarom gerust tegen jezelf: *ik hoef nu nog niet te kiezen*. Sta jezelf toe dat de twijfel er even mag zijn. Vaak komen inzichten juist dan vanzelf.

## Strategie 4 – Streef niet naar de perfecte studiekeuze

De perfecte studie bestaat niet. Elke opleiding bevat onderdelen die minder goed bij je passen. Dat betekent niet dat je verkeerd hebt gekozen.

Richt je daarom niet op perfectie, maar op een studie die **goed genoeg** bij je past. Als een studie in de basis klopt, ben je meestal gemotiveerd genoeg om ook de minder leuke onderdelen te doen. Wie blijft zoeken naar perfectie, blijft meestal ook twijfelen.

Zoals Winston Churchill het zei: *“Perfection is the enemy of progress.”*

## Strategie 5 – Relatieveer de impact van je studiekeuze

Ja, een studiekeuze is belangrijk. En ja, het is logisch dat je hier serieus over nadenkt. Maar een studiekeuze bepaalt niet de rest van je leven.

Het is slechts één beslissing in een lange reeks keuzes die je nog gaat maken. De impact van je studiekeuze is vaak **minder groot dan het nu voelt**. Door uit te zoomen en te relativeren, haal je de druk van het moment af. Adem in, adem uit.

## Strategie 6 – Overweeg een tussenjaar

Blijft de twijfel aanhouden en helpen bovenstaande strategieën niet voldoende? Dan kan een tussenjaar een waardevolle optie zijn. Door te werken, reizen of andere ervaringen op te doen, leer je jezelf vaak beter kennen en ontstaat er vanzelf meer richting.

## Tot slot

Probeer je twijfels niet te veroordelen. Ze horen bij deze grote en ingewikkelde beslissing over je toekomst. Door je twijfels serieus te nemen, ze te benoemen en af en toe afstand te nemen, ontstaat er ruimte voor helderheid.

Deze zes strategieën helpen je om twijfel niet weg te drukken, maar ermee om te gaan — op een manier die je uiteindelijk verder helpt.

# Inschrijven voor je studie: de ultieme 12-stappen checklist

Je weet dat je je binnenkort moet inschrijven voor een studie aan een hogeschool of universiteit. Alleen... het inschrijfproces is best een klus. DigiD, Studielink, DUO: het is niet altijd even overzichtelijk.

Waar begin je? En wat moet je allemaal regelen?

Om zeker te weten dat je niets vergeet, hebben we deze **12-stappen Inschrijfchecklist** voor je gemaakt. Doorloop de stappen rustig en vink ze één voor één af. Zo weet je zeker dat je inschrijving helemaal klopt.

## Stap 1 – Lees je goed in

Klinkt logisch, maar het is een belangrijke eerste stap. Voordat je je inschrijft, moet je goed weten waar je voor kiest. Lees daarom de website van de opleiding zorgvuldig door en bekijk eventueel brochures die je hebt ontvangen. Hoe beter je voorbereid bent, hoe zekerder je keuze voelt.

## Stap 2 – Bezoek (meerdere) open dagen

Het bezoeken van open dagen hoort bij een goede voorbereiding. Het is vaak slim om er meer dan één te bezoeken. Zo kun je niet alleen verschillende studies vergelijken, maar ook dezelfde opleiding in verschillende steden bekijken. Misschien voelt Groningen heel anders dan Wageningen — en dat kan je keuze beïnvloeden. Vergeet niet: een goede voorbereiding maakt een open dag veel waardevoller.

## Stap 3 – Praat met een student

Een van de beste informatiebronnen is iemand die de opleiding al volgt. Probeer tijdens een open dag met studenten te praten. Lukt dat niet? Kijk dan in je netwerk: familie, vrienden of kennissen kennen vaak wel iemand die bijvoorbeeld rechten, psychologie of economie studeert. Hun ervaringen geven je een realistischer beeld dan welke brochure ook.

## Stap 4 – Kijk naar het toekomstperspectief

Vraag jezelf af: wat kun je later worden met deze opleiding? Hoe groot is de kans op werk, en zie jij jezelf dat werk ook doen? Als je hier een goed gevoel bij hebt, begin je met veel meer rust aan je studie.

## Stap 5 – Wees zeker van je keuze

Twijfel hoort erbij, zeker bij zo'n belangrijke beslissing. Bespreek je studiekeuze daarom met mensen die je vertrouwt: ouders, vrienden of familie. Laat je kritisch bevragen. Blijf je na die gesprekken enthousiast? Dan is dat een sterk signaal dat je goed zit. Nu kun je de volgende stap zetten: officieel inschrijven.

### *Officiële studie-inschrijving*

## Stap 6 – Check de inschrijfdeadline

Controleer altijd de deadline van je opleiding:

- **Opleidingen zonder numerus fixus:** inschrijven vóór **1 mei**
- **Opleidingen met numerus fixus:** inschrijven vóór **15 januari**

Er zijn uitzonderingen, dus check dit altijd goed.

## Stap 7 – Controleer de toelatingseisen

Ga nog één keer na of je aan alle toelatingseisen voldoet. Dit vind je op de website van de opleiding. Het zou zonde zijn om hier later tegenaan te lopen.

## Stap 8 – Vraag een DigiD aan

Voor inschrijving bij een hogeschool of universiteit heb je een **DigiD** nodig. Dit is je digitale identiteit voor overheidsdiensten.

<https://www.digid.nl>

⚠ Let op: het aanvragen van een DigiD duurt gemiddeld **5 werkdagen**. Vraag je DigiD daarom ruim op tijd aan (bij voorkeur enkele weken van tevoren).

## Stap 9 – Schrijf je in via Studielink

Met je DigiD kun je nu echt inschrijven. Ga naar Studielink, log in en volg de stappen.

<https://www.studielink.nl>

Je bent bijna klaar!

## Stap 10 – Vraag studiefinanciering aan

Na je inschrijving kun je meteen je **studiefinanciering** regelen via DUO.

- Start je voor het eerst met studiefinanciering?
- Ga je van mbo naar hbo en had je al studiefinanciering?

In beide gevallen regel je dit via MijnDUO.

<https://www.duo.nl>

## Stap 11 – Doe de studiekeuzecheck

Veel opleidingen vragen je om een **studiekeuzecheck** te doen. Dit kan een proefstudeerdag, vragenlijst of opdracht zijn. Soms verplicht, soms niet, maar altijd aan te raden. Het helpt om te checken of jouw verwachtingen en die van de opleiding matchen.

## Stap 12 – Verificatie van je gegevens

De hogeschool of universiteit controleert nu je gegevens: diploma, adres en toelatingseisen. Soms moet je nog een kopie van je ID of diploma aanleveren. Geen stress: dit hoort erbij. Is alles akkoord? Dan ben je officieel ingeschreven 🎓

## Na je inschrijving

Wat je daarna moet regelen verschilt per opleiding, maar deze twee dingen zijn altijd belangrijk:

### Collegegeld betalen

Dit kan vaak in één keer of in termijnen via automatische incasso.

### Collegekaart aanvragen

Je levert meestal een pasfoto aan en registreert je online. De school legt dit vanzelf uit.

## Vorbereiden op je nieuwe studie

Als de startdatum dichterbij komt, zijn er vaak nog praktische zaken om te regelen, zoals:

- een kamer zoeken en verhuizen
- verzekeringen afsluiten
- huur- en zorgtoeslag aanvragen
- studieboeken kopen
- aanmelden voor de introductieweek
- lid worden van een studie-, sport- of studentenvereniging