



OUDERGIDS STUDIEKEUZE

Zo help je je kind kiezen, zonder te pushen

Over studiekeuzestress herkennen, de goede vragen stellen, meer halen uit open dagen en weten wanneer je hulp inschakelt.

Aan de keukentafel

Elk jaar rond 1 mei, de deadline voor studietoelagen, merk ik het aan mijn agenda: aan veel keukentafels loopt de spanning op. De vraag die ouders mij het vaakst stellen is deze: "hoe krijg ik mijn kind zover dat het gewoon kiest?" Het eerlijke antwoord: dat krijg je niet voor elkaar, en dat hoeft ook niet. Wat je wél kunt doen, is het keuzeproces makkelijker maken. Daar gaat deze gids over.



Ik schrijf hem vanuit mijn praktijk als studietoelagencoach, en vanuit dertien jaar voor de klas in het mbo. In die jaren heb ik honderden jongeren zien worstelen met dezelfde vraag, en minstens zoveel ouders die niets liever wilden dan helpen, maar niet goed wisten hoe. De goede bedoelingen zijn er altijd. Het verschil zit in de aanpak.

Deze gids is geen studietoelagetest en geen stappenplan naar dé perfecte studie, want die bestaat niet. Het is een verzameling inzichten uit de praktijk: wat werkt, wat averechts werkt, en hoe je als ouder naast je kind blijft staan in plaats van ertegenover.

Veel leesplezier, en vooral: veel goede gesprekken.

Ilse van Dommelen

Waarom kiezen nu zo moeilijk is

Misschien herinner je je je eigen studiekeuze als iets overzichtelijks: een paar richtingen, een decaan, een folder. Die tijd is voorbij. Er zijn meer dan drieduizend opleidingen in Nederland, en je kind krijgt op school, online en via sociale media een eindeloze stroom aan opties, ervaringen en adviezen binnen. Meer informatie zou het makkelijker moeten maken. In de praktijk gebeurt het omgekeerde: alle richtingen lijken wel goede en leuke kanten te hebben, en juist daardoor wordt het lastig te ontdekken wat écht past.

Daar komt druk bij. De keuze voelt voor veel jongeren definitief en zwaar: alsof je op je zeventiende de rest van je leven vastlegt. Sociale media doen er een schep bovenop, want daar lijkt iedereen het al te weten en overal vol overtuiging aan begonnen te zijn. Wie dan zelf twijfelt, denkt al snel dat er iets mis is met hém.

Het belangrijkste inzicht uit deze gids: twijfel op je zeventiende is geen defect, het is gezond verstand. En de keuze is minder definitief dan hij voelt: switchen, minoren, doorstuderen en omscholen bestaan allemaal. Een “verkeerde” keuze is geen mislukking, maar informatie: je weet daarna beter wat je wél wilt.

Wat een twijfelend kind nodig heeft, is dan ook niet nog méér informatie. Het is rust, en structuur in het proces: welke vakken doen je iets, in welke omgeving kom je tot je recht, wat vind je belangrijk in een dag? Wie bij zichzelf begint in plaats van bij het opleidingsaanbod, maakt de berg een stuk kleiner. De rest van deze gids helpt je om daar als ouder aan bij te dragen.

Herken de signalen

Gezonde twijfel hoort erbij. Let wel op als de twijfel omslaat in stress. Signalen die ik in de praktijk vaak zie: het onderwerp wordt actief vermeden en elk gesprek erover eindigt in irritatie, de aanmelddeadline komt dichtbij terwijl er nog niets is verkend, alles wordt afgedaan met “boeit me niet” of juist “alles lijkt me wel leuk”, of je ziet je kind somberder of onzekerder worden van het onderwerp. Herken je meerdere van deze signalen, lees dan vooral hoofdstuk 6.

Vijf dingen die werken

1. Stel andere vragen

"Weet je al wat je gaat doen?" is voor een twijfelaar wat "ben je al verkocht?" is voor een huizenzoeker: het verhoogt alleen de druk. Vraag liever: "welk vak zou je missen als het morgen stopte?" of "waar verloor je vorige week de tijd mee?" Zulke vragen openen het gesprek in plaats van het te sluiten. In hoofdstuk 3 vind je een hele lijst.

2. Deel je eigen kronkelweg

Veel jongeren denken dat volwassenen hun loopbaan "gewoon wisten". Vertel eerlijk hoe het bij jou ging, inclusief de omwegen en het toeval. Dat haalt de mythe van dé perfecte keuze onderuit. Mijn eigen route liep via HR en dertien jaar mbo-onderwijs naar dit vak: geen rechte lijn, maar achteraf een logische.

3. Maak twijfel normaal

Zeg het hardop: het is normaal dat je dit nog niet weet. Vrijwel niemand van zeventien weet het zeker, ook de klasgenoten niet die stellig doen van wel. Alleen al die erkenning haalt vaak zichtbaar spanning van het proces af.

4. Faciliteer, zonder over te nemen

Er is veel dat je praktisch kunt doen: rij naar open dagen, betaal het OV naar een meeloopdag, plan samen de deadlines, prik een vast moment om ernaar te kijken. Dat is iets anders dan het proces overnemen. Jij regelt de randvoorwaarden, je kind doet het kiezen.

5. Haal er op tijd iemand van buiten bij

Soms zit het gesprek thuis muurvast, juist omdat jullie zo betrokken zijn. Een buitenstaander stelt de vragen die een ouder niet meer kán stellen. Dat hoeft geen groot traject te zijn: soms zijn drie gesprekken genoeg om de knoop te ontwarren. Meer hierover in hoofdstuk 6.

En vier dingen die averechts werken

- ✗ **De keuze overnemen.** Hoe verleidelijk ook: een studie gekozen door de ouders is de snelste route naar uitval in jaar één. Je mening mag input zijn, de beslissing blijft van je kind.
- ✗ **Elke week "weet je het al?" vragen.** De vraag voelt betrokken, maar werkt als een wekelijkse toets waarvoor je kind opnieuw zakt. Vervang hem door de vragen uit hoofdstuk 3.
- ✗ **Vergelijken met anderen.** "De dochter van de burens wist het al in de vierde" motiveert niemand. Elk keuzeproces heeft zijn eigen tempo.
- ✗ **Druk opbouwen rond de deadline.** Spanning maakt het denken kleiner, niet scherper. Werk liever met de kleine stappen uit deze gids, ruim voor de deadline in zicht komt.

Onthoud: je hoeft het niet perfect te doen. Een ouder die oprecht nieuwsgierig is en af en toe een verkeerde vraag stelt, doet het beter dan een ouder die uit angst voor de verkeerde aanpak niets meer vraagt.

De goede vragen

Goede studiekeuzevragen gaan niet over studies. Ze gaan over je kind: waar het energie van krijgt, wat het belangrijk vindt, waar het goed in is. De studie volgt daaruit, niet andersom. Gebruik deze lijst niet als verhoor, maar als voorraad: één goede vraag op een rustig moment (in de auto werkt wonderwel) doet meer dan tien vragen aan tafel.

Welk vak zou je missen als het morgen van je rooster verdween?

Waar verloor je vorige week de tijd mee, zonder dat het moest?

Wanneer vloog een middag voorbij, en wat deed je toen?

Bij welk vak zit je vooral op de klok te kijken, en wat zegt dat?

Wat zou je kiezen als elke opleiding je even makkelijk af zou gaan?

Waar vragen anderen jou weleens om hulp bij?

Wil je later vooral met mensen, met dingen, met cijfers of met ideeën werken?

Wat wil je over een jaar ontdekt hebben over jezelf?

Luister vervolgens vooral. Je hoeft de antwoorden niet meteen te vertalen naar een opleiding; dat mag rijpen. Het patroon in de antwoorden wijst vanzelf een richting, en dat patroon terugspiegelen ("valt je op dat je steeds over uitleggen begint?") is waardevoller dan een conclusie trekken.

Open dagen: haal er écht iets uit

Elk weekend in het seizoen rijden ouders het halve land door, en te vaak is de oogst na afloop een tas vol folders, een gratis pen en een schouderophalend "het was wel leuk". Met een half uur voorbereiding wordt dezelfde dag drie keer zoveel waard.

Vóór de open dag

- ✓ Bepaal samen drie vragen die deze dag beantwoord moeten worden. Bijvoorbeeld: hoeveel uur les krijg ik echt? Hoe ziet een gemiddelde week eruit? Waar lopen eerstejaars tegenaan?
- ✓ Kijk vooraf het programma door en kies bewust: welke voorlichting, welke proefles?
- ✓ Spreek af wie wat doet: je kind stelt de vragen, niet jij. Hoe verleidelijk ook.

Tijdens de open dag

- ✓ De beste informatiebron is niet de presentatie, maar de student die er al studeert. Zoek ze op en vraag door: wat valt tegen? Wat wist je vooraf niet? Zou je opnieuw kiezen? Studenten zijn verfrissend eerlijk.
- ✓ Let op het gevoel bij het gebouw en de sfeer. Onderschat dat niet: hier brengt je kind straks jaren door.
- ✓ Probeer niet alles te zien. Eén opleiding goed onderzoeken levert meer op dan vijf stands afvinken.

Ná de open dag

- ✓ Praat binnen twee dagen na, daarna vervaagt de indruk.
- ✓ Niet met "en, wat vond je?" maar concreet: wat sprak je aan, wat juist niet, en wat betekent dat voor je lijstje?

Zo wordt elke open dag een stap in het keuzeproces in plaats van een los uitje. En blijft het lijstje groeien in plaats van krimpen, dan is dat een signaal om het proces anders aan te pakken.

Het tussenjaar, en de eerste honderd dagen

“Mag ik ook gewoon een jaartje niks?”

Die vraag krijg ik steeds vaker, met de lichte paniek van ouders erbij. Mijn antwoord: een tussenjaar kan een van de beste keuzes zijn, óf een dure omweg. Het verschil zit in één woord: invulling. Een goed tussenjaar heeft een doel. Werken en sparen, reizen, een taal leren, ervaring opdoen in een sector die je kind overweegt: het maakt niet uit wát, zolang het er iets van zichzelf in ontdekt. Ik heb genoeg studenten begeleid die ná een tussenjaar veel bewuster en gemotiveerder aan hun studie begonnen.

Het gaat mis als het tussenjaar een vlucht wordt voor de keuze zelf. Wie het hele jaar zonder plan op de bank of achter de kassa doorbrengt, staat in juni op precies hetzelfde punt, maar dan een jaar ouder. Maak het tussenjaar daarom bespreekbaar in plaats van verboden terrein, en spreek samen af hoe het keuzeproces dóórloopt: open dagen blijven bezoeken, meeloopdagen plannen, in gesprek blijven.

Al begonnen en nu twijfel? De 1 februari-regel

Ook ná de keuze is deze gids nog niet klaar. Veel eerstejaars merken in het najaar dat de studie anders is dan verwacht. Belangrijk om dan te weten: wie zich vóór 1 februari uitschrijft, krijgt bij veel opleidingen een deel van het collegegeld terug, en stoppen vóór die datum telt bij de meeste hogescholen niet mee voor een negatief studieadvies. Twijfel in november is dus geen reden voor paniek, maar wel een reden om er op tijd serieus naar te kijken: zit de twijfel in het vak zelf, of in de omstandigheden eromheen? Dat onderscheid bepaalt of bijsturen, doorzetten of overstappen de beste route is.

Voor eerstejaars met twijfel heb ik een aparte, korte begeleiding: de **Studiestart-check**. In één of twee gesprekken vóór de peildatum helder krijgen of je kind op de goede plek zit. Meer op www.ivdloopbaancoaching.nl/studiestart-check.

Wanneer schakel je hulp in?

De meeste jongeren komen er met de aanpak uit deze gids zelf uit, met jou als rustige bondgenoot op de achtergrond. Soms lukt dat niet, en ook dat is normaal. Overweeg hulp van buiten als het gesprek thuis telkens vastloopt of in ruzie eindigt, als de deadline dichtbij komt terwijl het proces stilstaat, als de stress zichtbaar op je kind gaat drukken, of als het lijstje met opties maar blijft groeien in plaats van krimpen.

Een studiekeuzetraject bij mij bestaat gemiddeld uit drie tot vijf gesprekken. Geen batterij aan tests, maar persoonlijke gesprekken, praktische opdrachten en waar het helpt een interesseltest, zodat je kind niet alleen op gevoel maar ook op inzicht kiest. De gesprekken zijn bij mij thuis in Son en Breugel, op tien minuten van Eindhoven, of online. Wat besproken wordt, blijft tussen je kind en mij; jullie krijgen wél de uitkomst en het plan.

“Ilse heeft me geholpen om orde en rust in mijn hoofd te krijgen.”

De kennismaking is altijd gratis en vrijblijvend, en mag ook eerst met jou als ouder: bel of mail gerust om te overleggen of een traject bij jullie situatie past. Soms is dat ene gesprek al genoeg om thuis weer verder te kunnen.

De gids in het kort

- ✓ Twijfel is gezond; maak hem normaal in plaats van een probleem
- ✓ Stel vragen over energie en interesse, niet “weet je het al?”
- ✓ Faciliteer het proces, maar neem de keuze nooit over
- ✓ Bereid open dagen voor met drie vragen, en praat binnen twee dagen na
- ✓ Een tussenjaar werkt met een doel; zonder plan is het uitstel
- ✓ Twijfel in het eerste jaar? Denk aan de peildatum van 1 februari
- ✓ Loopt het vast, haal er dan op tijd iemand van buiten bij



Zullen we kennismaken?

Een eerste gesprek is altijd gratis en vrijblijvend.

Bij mij thuis in Son en Breugel of online, ook voor ouders die eerst zelf willen overleggen.

Ilse van Dommelen Loopbaancoaching

(085) 401 401 1

info@ivdloopbaancoaching.nl

www.ivdloopbaancoaching.nl