



Studieswitch-stappenplan

# Hoe kies je een studie?

[uva.nl/studietwijfels](https://uva.nl/studietwijfels)

We are 



## Inhoud

<b>1</b>	<b>Hoe kies je een studie?</b>	<b>4</b>
1.1	Studieswitch-stappenplan	4
1.2	Begeleiding bij je studiekeuze	4
<b>2</b>	<b>De keuzecirkel - Hoe kies je een studie?</b>	<b>5</b>
2.1	Ken jezelf	5
2.2	Ken de mogelijkheden	4
2.3	Maak een studieswitch-actieplan	5
<b>3</b>	<b>Stap 1: Ken jezelf - het persoonlijk profiel</b>	<b>6</b>
3.1	Wie ben ik?	6
<b>4</b>	<b>Stap 2: Ken de mogelijkheden: onderzoeken van de opleidingen</b>	<b>10</b>
<b>5</b>	<b>Stap 3: Kiezen</b>	<b>12</b>

## Colofon

Deze uitgave is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. Noch de maker, noch de drukker stelt zich echter aansprakelijk voor eventuele schade als gevolg van eventuele onjuistheden en/of onvolledigheden in deze uitgave. Copyright © 2018 Student Careers Centre, Universiteit van Amsterdam

[carriere.uva.nl](http://carriere.uva.nl)  
[studentcareerscentre@uva.nl](mailto:studentcareerscentre@uva.nl)

Deze informatie is bedoeld voor persoonlijk gebruik. De gebruiker mag het werk kopiëren, verspreiden en doorgeven onder de volgende voorwaarden:

- Naamsvermelding: De gebruiker dient bij het werk de door de maker of de licentiegever aangegeven naam te vermelden (maar niet zodanig dat de indruk gewekt wordt dat zij daarmee instemmen met je werk of je gebruik van het werk).
  - Niet-commercieel: De gebruiker mag het werk niet voor commerciële doeleinden gebruiken.
  - Geen Afgeleide werken: De gebruiker mag het werk niet bewerken
- Bij commercieel gebruik is voorafgaande schriftelijke toestemming van het Student Careers Centre nodig voor het verveelvoudigen, opslaan of in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, via opname of op enige andere manier, openbaar maken van of uit de aangeboden teksten en het beeldmateriaal.

## Hoe kies je een studie?

### 1.1 Studieswitch-stappenplan

Twijfel je of je wilt doorgaan met je studie? Ben je al gestopt met je studie? Weet je nog niet wat je wel wilt studeren? Dit studieswitch-stappenplan kan je helpen om een studie te vinden die bij je past. Je werkt zo systematisch aan je studiekeuze. Het studieswitch-stappenplan bestaat uit:

- Keuzecirkel - Hoe kies je een studie?
- Stap 1. Ken jezelf (het persoonlijk profiel)
- Stap 2. Ken de mogelijkheden: onderzoeken van opleidingen
- Stap 3. Kiezen

Om een goed beeld te krijgen van welke studie bij je past, moet je veel uitzoeken; het kiezen van een studie kost tijd. Neem dan ook ruim de tijd voor het stappenplan en de bijbehorende opdrachten. Voor sommige studies geldt een numerus fixus of selectieprocedure. Let daarom bij iedere studie op de uiterste inschrijfdatum.

### 1.2 Begeleiding bij je studiekeuze

Wil je het studieswitch-stappenplan nabespreken of wil je begeleiding bij je studiekeuze? Neem contact op met het Student Career Centre voor het maken van een afspraak:

**Website:** [www.uva.nl/studietwijfels](http://www.uva.nl/studietwijfels)

**Telefonisch spreekuur:** dinsdag t/m vrijdag  
van 09.00 - 10.00 uur,  
020-525 1401

## De keuzecirkel - Hoe kies je een studie?

### De keuzecirkel

Hoe kies je een studie?



In het keuzeprocess voor een studie zijn drie dingen belangrijk:

#### 2.1 Ken jezelf

Dit is het belangrijkste. Jij bent het uitgangspunt. Jouw talenten, eigenschappen, interesses en vaardigheden komen idealiter terug in een studie. Die studie – en later het werkgebied – past dan tenslotte goed bij jou. Een goede zelfanalyse is dus belangrijk.

In stap 1 van het stappenplan leer je meer zicht te krijgen op jezelf en stel je een persoonlijk profiel op.

#### 2.2 Ken de mogelijkheden

Hoe en waar kan ik zoeken? Welke informatiebronnen zijn er? Wat houden een bepaalde studie en de mogelijke beroepen in? Er is veel informatie beschikbaar via internet, in boeken en op

open dagen. Het is verstandig om vroeg te beginnen met het verkennen van de mogelijkheden.

Als je je oriënteert op opleidingen, houd dan altijd de uitkomsten van 'Ken jezelf' in gedachten. Zo kies je een opleiding vanuit wie je bent en wat bij jou past, in plaats van andersom, bijvoorbeeld door opleidingen simpelweg af te strepen en te kiezen voor wat overblijft.

In stap 2 van het stappenplan leer je op welke manier je onderzoekt welke opleidingen bij je passen.

#### 2.3 Maak een studieswitch-actieplan

Hoe, waar en wanneer ga je wát doen? Zorg voor kleine, gerichte acties die je kunt ondernemen om tot een studiekeuze te komen. Dat houdt het overzichtelijk.

In stap 3 van het stappenplan krijg je tips over kiezen/het keuzeprocess.

## Stap 1 Ken jezelf - Het persoonlijk profiel

Begin met het in kaart brengen van je kwaliteiten, vaardigheden, interesses, wensen. Op basis hiervan maak je een persoonlijk profiel, dat je helpt een studie te vinden die bij je past. De volgende vragen kunnen je daarbij helpen: wie ben ik? Wat wil ik? Wat kan ik goed?

In onderstaande opdrachten vul je enkele vragenlijsten in, die je stimuleren na te denken over wie je bent en wat je zou willen. Bespreek de uitkomsten met je ouder(s) of andere mensen die jou goed kennen.

### 3.1 Wie ben ik?

Om antwoord te krijgen op de vraag 'wie ben ik?' kun je twee opdrachten doen, gericht op je kwaliteiten en interesses voor activiteiten:

### Opdracht 1. Kwaliteiten

Met het invullen van deze lijst krijg je een idee van je kwaliteiten. Welke zijn goed ontwikkeld? Voor welke heb je minder aanleg? Je kunt de lijst voor jezelf invullen. Het levert nog meer informatie op als je het daarna ook aan anderen voorlegt.

Zet een kruisje in het hokje dat aangeeft in welke mate een eigenschap op jou van toepassing is. Vul de lijst in zoals je bent, en niet zoals je graag wilt zijn of zoals je gezien wilt worden.

--	:	VEEL MINDER DAN GEMIDDELD
-	:	MINDER DAN GEMIDDELD
+/-	:	GEMIDDELD
+	:	MEER DAN GEMIDDELD.
++	:	VEEL MEER DAN GEMIDDELD

Kwaliteit	--	-	+/-	+	++	kwaliteit	--	-	+/-	+	++
artistiek						tolerant					
attent						evenwichtig					
behulpzaam						consequent					
betrouwbaar						nauwkeurig					
cijfermatig						ordelijk					
sociaal											
bedachtzaam						doelgericht					
communicatief						moedig					
extravert						creatief					

Kwaliteit	--	-	+/-	+	++	kwaliteit	--	-	+/-	+	++
introvert						fantasierijk					
praktisch						flexibel					
realistisch						intuïtief					
zelfbewust						detailistisch					
energiek						zelfstandig					
enthousiast						aandachtig					
humoristisch						oplettend					
ambitieuus						initiatiefrijk					
						gevoelig					
doorzetter						intelligent					
ondernemend						bescheiden					
vriendelijk						optimistisch					
eerlijk						loyaal					
geduldig											

A. Kies drie tot vijf sterke kwaliteiten van jezelf en geef voorbeelden waaruit blijkt dat je deze kwaliteiten bezit. Schrijf ze hieronder op.  
Als jouw sterke kwaliteiten er niet tussenstaan kun je die zelf toevoegen.

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

B. Laat een blanco lijst invullen door iemand die jou goed kent: een ouder, overige familieleden of vriend die kritisch naar jou durft te zijn. Welke kwaliteiten zijn volgens die persoon meer of minder op jou van toepassing? Bespreek de uitkomsten met elkaar.

- Hoe kijkt die andere persoon tegen jou aan in vergelijking met het beeld dat jij van jezelf hebt?

- Welke sterke kwaliteiten komen overeen?
- Welke zwakkere kwaliteiten komen overeen?

C. Welke opleidingen en/of beroepen zouden mogelijk passen bij jouw kwaliteiten?

## Opdracht 2. Interesses voor activiteiten

Kruis aan welke activiteiten je leuk vindt om te doen:

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> anderen iets leren               | <input type="checkbox"/> koken                 |
| <input type="checkbox"/> precisiewerk verrichten          | <input type="checkbox"/> invloed uitoefenen    |
| <input type="checkbox"/> plannen of organiseren           | <input type="checkbox"/> informatie verwerken  |
| <input type="checkbox"/> ordenen                          | <input type="checkbox"/> informatie geven      |
| <input type="checkbox"/> opvoeden                         | <input type="checkbox"/> improviseren          |
| <input type="checkbox"/> ontwerpen of vormgeven           | <input type="checkbox"/> helpen                |
| <input type="checkbox"/> onderzoeken                      | <input type="checkbox"/> grenzen verleggen     |
| <input type="checkbox"/> ondernemen                       | <input type="checkbox"/> gesprekken voeren     |
| <input type="checkbox"/> onderhandelen                    | <input type="checkbox"/> fantaseren            |
| <input type="checkbox"/> observeren                       | <input type="checkbox"/> experimenteren        |
| <input type="checkbox"/> muziek maken of zingen           | <input type="checkbox"/> bouwen of produceren  |
| <input type="checkbox"/> motiveren of inspireren          | <input type="checkbox"/> bezinnen of mediteren |
| <input type="checkbox"/> mezelf op creatieve wijze uiten  | <input type="checkbox"/> bewegen of sporten    |
| <input type="checkbox"/> met mijn handen werken           | <input type="checkbox"/> beter maken           |
| <input type="checkbox"/> machines bedienen of besturen    | <input type="checkbox"/> berekeningen maken    |
| <input type="checkbox"/> lezen                            | <input type="checkbox"/> beoordelen            |
| <input type="checkbox"/> leren of studeren                | <input type="checkbox"/> bemiddelen            |
| <input type="checkbox"/> leiding geven                    | <input type="checkbox"/> begeleiden of coachen |
| <input type="checkbox"/> anderen amuseren                 | <input type="checkbox"/> analyseren            |
| <input type="checkbox"/> schrijven of met taal bezig zijn | <input type="checkbox"/> tuinieren             |
| <input type="checkbox"/> verkopen                         | <input type="checkbox"/> reizen                |
| <input type="checkbox"/> transporteren                    | <input type="checkbox"/> uitvinden             |
| <input type="checkbox"/> spelen                           | <input type="checkbox"/> verzorgen             |

### Top vijf favoriete activiteiten:

Als jouw favoriete activiteiten er niet tussen staan kun je die zelf toevoegen.

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



- Met welke van de activiteiten zou je tijdens je studie iets willen doen? Met andere woorden: wat zou je verder willen ontwikkelen of willen leren? Omcirkel deze activiteiten.
- Op welk gebied ligt je talent?
- Vraag aan mensen in je omgeving waar zij vinden dat jij goed in bent.
- Op welke eigenschap van jezelf ben je trots?
- Van welke activiteit(en) krijg je energie?
- Kun je opleidingen en/of beroepen bedenken waarbij je deze activiteit(en) gebruikt?

### Opdracht 3. Wat wil ik?

Stel jezelf concrete vragen:

- Welke vakken vond je leuk op de middelbare school? Welke onderdelen spraken je specifiek aan?
- Wil je aan een universiteit of hogeschool studeren?
- Welke beroepen spreken je aan? Probeer uit te leggen wat je aanspreekt.
- Wil je meteen verder gaan studeren of wil je liever eerst reizen, vrijwilligerswerk doen of werken?
- Wat sprak je aan in je vorige studie? Wat sprak je minder aan? Vul de lijst hieronder in.

Vorige studie:

Positief	Negatief
.....	.....
.....	.....
.....	.....

Verschil universiteit en hogeschool over het algemeen:

#### universiteit

- theoretisch
- gericht op wetenschappelijke onderzoeksvaardigheden
- veel zelfstudie
- stage meestal niet verplicht
- gemiddeld 15 uur college- en werkgroepen per week

#### hogeschool

- praktijk- en beroepsgericht
- veel projecten waarbij je in groepen samenwerkt
- vaste klassen
- stages
- gemiddeld 25 college-uren en projectgroepen per week



Foto: Jeroen Oerlemans

## Stap 2 Ken de mogelijkheden: onderzoeken van opleidingen

Voordat je mogelijke opleidingen gaat onderzoeken, sta je eerst stil bij wat je interesses, kwaliteiten en vaardigheden zijn (stap 1). Met dit persoonlijk profiel zoek je naar opleidingen. Welke opleiding past bij jou?

### Opgdracht 1. Eerst breed oriënteren

Bij het zoeken naar een studie is het belangrijk om je in eerste instantie breed te oriënteren. Zo zijn er al meer dan 200 wetenschappelijke opleidingen. Gebruik meerdere informatiebronnen; een informatiebron is lang niet altijd volledig en vaak subjectief.

Je kunt je bijvoorbeeld oriënteren via het internet, studiekeuzetests, open dagen, studenten:

- [www.studiekeuze123.nl](http://www.studiekeuze123.nl), [www.schoolweb.nl](http://www.schoolweb.nl), [www.uva.nl/bachelors](http://www.uva.nl/bachelors)
- Studiegids hoger onderwijs, een overzichtsboek van alle opleidingen in Nederland op hbo- of wo-niveau, in te zien bij de bibliotheek of Student Service Desk - UvA

- Studiekeuzetest met nabespreking bij Student Career Centre - UvA [www.carriere.uva.nl](http://www.carriere.uva.nl)
- Studiekeuzetest zonder nabespreking <https://icares.com/tests/start/education>
- Open dagen van universiteiten en/of hogescholen
- Spreek met studenten van studies, waarin jij geïnteresseerd bent

Maak een lijst van zo'n tien studies die je aanspreken. Zet daarbij op een rij wat je er positief aan vindt, wat je er negatief aan vindt en welke vragen en/of twijfels je nog hebt.

Hoe heb je je georiënteerd op je huidige of vorige studie? Wat zou je nu anders doen?

Studie	positief	negatief	Vragen/ twijfels

## Opdracht 2. Opleidingen verder onderzoeken en vergelijken

Als je een lijst hebt gemaakt van opleidingen die je interesseren, komt het moment om enige opleidingen nader te onderzoeken en ze onderling te vergelijken.

Kies drie tot vier opleidingen die je het meest aanspreken en zet per opleiding op een rij:

- a. Welke vooropleiding en/of profiel is vereist/gewenst?
- b. Zijn er toelatingseisen/ is er een loting?
- c. Wat is de uiterste inschrijfdatum?
- d. Welke vakken worden aangeboden? Wat spreekt me daarin aan? Wat spreekt me niet aan?
- e. Spreek met een student van de betreffende opleiding. Wat vinden zij positief aan de opleiding? Wat minder positief?
- e. Welke studieboeken worden gebruikt? Vind ik ze interessant?  
[www.studiegids.uva.nl](http://www.studiegids.uva.nl). Ga naar een Atheneum boekenwinkel om de studieboeken in te kijken of kom naar het UvA Student Service Desk. Hier zijn van alle grotere UvA opleidingen studieboeken in te zien.
- f. Mogelijkheden om te studeren in het buitenland?
- g. Waar wordt de opleiding aangeboden? Wordt de opleiding in meerdere plaatsen aangeboden? Zo ja, wat is het verschil tussen de inhoud van de studie bij de verschillende instellingen? Wat is het verschil tussen de verschillende instellingen en steden? Dit is onder andere te vinden in de Studiekeuzegids, ter inzage bij UvA Student

Service Desk en op [www.studiekeuze123.nl](http://www.studiekeuze123.nl).

- h. Mogelijkheden masteropleidingen?  
[www.universitairmasters.nl](http://www.universitairmasters.nl),  
[www.uva.nl/masters](http://www.uva.nl/masters)
- i. Welke beroepen/functions kun je uitoefenen na de opleiding?
- j. Hoe is de arbeidsmarkt in deze sector? Wees je ervan bewust dat de arbeidsmarkt voortdurend in beweging is en het vaak onvoorspelbaar is hoe de arbeidsmarkt eruit ziet als je bent afgestudeerd.

## Opdracht 3. Doe een webklas en/of bezoek een opleiding (proefstuderen, meelopen)

- a. Ken jij studenten die opleidingen doen waarin je geïnteresseerd bent? Praat met ze en ga liefst een dagje met ze mee. Je krijgt zo informatie over de sfeer bij de opleiding, de vakken, de organisatie van de studie, het toekomstperspectief, et cetera. Schrijf voordat je een opleiding bezoekt je vragen en twijfels op
- b. Volg een webklas: een online introductie cursus van een studie  
[www.uva.nl/webklassen](http://www.uva.nl/webklassen)
- c. Ga proefstuderen. Bij UvA Proefstuderen volg je, in een speciaal programma dat twee keer per jaar wordt aangeboden, bepaalde vak(ken) van de studie van je interesse  
[www.uva.nl/proefstuderen](http://www.uva.nl/proefstuderen).
- d. Ga meelopen met een student: bijna alle universiteiten en hogescholen bieden dit aan via hun website. Je schuift aan bij het dagelijks onderwijs met zittende studenten  
[www.uva.nl/meelopen](http://www.uva.nl/meelopen).
- e. Praat met iemand die de opleiding heeft gedaan en een beroep uitoefent dat jou

## Stap 3 Kiezen

Je hebt een persoonlijk profiel (stap 1) gemaakt, je breed georiënteerd op mogelijke opleidingen en meer specifieke informatie gezocht over drie of vier studies (stap 2). Kijk of je een keuze kunt maken. Het is daarbij de kunst om de alternatieven zo goed mogelijk tegen elkaar af te wegen en naar rationele argumenten én je gevoel te luisteren. Belangrijk is de tijd te nemen om je keuze te laten bezinken. Als het goed is, voel je jezelf na het maken van jouw studiekeuze geïnspireerd en energiek en wil je het graag aan anderen vertellen.

Heb je een studie gekozen? Dan kun je het volgende vertellen:

- Wat de opleiding inhoud.
- Wat ik zo leuk vind aan de studie.
- Waarom de studie bij mij past.

Kun je deze vragen niet goed beantwoorden, dan weet je misschien nog niet genoeg over jezelf of de studie. Neem het Studieswitch-stappenplan nog een keer door of neem contact op met de loopbaan adviseurs van de UvA voor begeleiding.

### Opdracht 1. Valkuilen in het studiekeuze-proces

Sommige mensen kiezen een studie puur omdat bijvoorbeeld hun ouders die studie ook deden, of hebben geen goed alternatief als ze uitgeloot worden voor een lotingstudie. Sta even stil bij onderstaande valkuilen.

**Haast:** De onzekerheid van niet weten wat je gaat studeren, vinden sommige mensen lastig. Je omgeving vraagt ook vaak wat je gaat studeren en om van dit gevoel af te zijn, kies je maar snel iets.  
*Tip:* Bij kiezen hoort onzekerheid. Bekijk deze zoektocht positief - je leert er veel van.

**Uitstel:** Als je het moeilijk vindt om te kiezen, dreig je het voor je uit te schuiven.  
*Tip:* Maak een actieplan met datum en tijdstip van uitvoering, noteer die in je agenda. Plan bijvoorbeeld op tijd wanneer je open dagen gaat bezoeken en wanneer je gaat meelopen bij een paar studies van je interesse, et cetera.

**De perfecte keuze:** ga daar niet naar op zoek want die bestaat niet, bij iedere opleiding horen minder leuke kanten!

**Tradities:** Je opa begon ermee, je moeder nam het over en ook je oudere broer is het gaan studeren. Voor jou staat de keuze ook vast: jij gaat Geneeskunde doen. Prima, als dat ook echt jouw passie is, maar maak die keuze niet omdat het 'traditie' is.

**In de buurt blijven:** Een studie gevonden die alleen aan de andere kant van het land te volgen is? Bang om daarvoor te gaan? Jammer, want die verre studie sluit misschien veel beter aan op jouw interesses.  
*Tip:* Kijk eens naar mogelijkheden verder dan je eigen stad of regio.

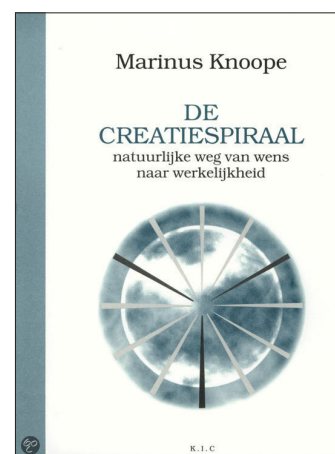
**Alternatief niet nodig:** Moet jij loten voor je studie? Zorg er dan voor dat je een alternatief achter de hand hebt. Er is altijd een kans dat je wordt uitgeloot.  
*Tip:* Probeer genoeg informatie over dit alternatief te krijgen, zodat je zeker weet dat ook die opleiding je genoeg heeft te bieden.

Welke van bovenstaande valkuilen herken je bij jezelf?

- 1.
- 2.
- 3.

### Aanbevolen Literatuur:

Marinus Knoope,  
De creatiespiraal



Ab Dijksterhuis,  
Het slimme onderbewuste

