

GSG LEO VROMAN

Week van de studiekeuze

Tips en tricks voor de studiekeuze!

Alle belangrijke data overzichtelijk op een rij

Wist je dat... Dit wist je nog niet over jouw docent!

GSG De mavo De GSG Leo Vroman



De studiekeuze

Dit jaar is het zover, de studiekeuze! Vanaf 1 oktober is het mogelijk om jezelf aan te melden voor een vervolgopleiding. Het wordt dus ook tijd om serieus na te denken over wat je wilt na de middelbare school. Wil je doorstromen naar het mbo, hbo of wo? Misschien denk je wel aan een tussenjaar of ga je werken. In deze studiekeuze special nemen we je mee in alles rondom de studiekeuze. Van praktische informatie, belangrijke data, leuke weetjes tot inspirerende verhalen van jouw eigen docenten!

Groetjes,

Mevrouw van der Spoel
Decaan

Week van de studiekeuze

Een bewuste start...

De **Week van de Studiekeuze** markeert het startschot van het nieuwe studiekeuzeseizoen. Studielink staat klaar, scholen starten hun programma's en de open dagen komen eraan.
Dit is hét moment om bewust stil te staan bij vragen als: wie ben ik, wat wil ik en welke opleiding past daarbij? Door ervaringen te delen, informatie te verzamelen en met anderen in gesprek te gaan, maken jongeren een keuze die bij hen past én bijdraagt aan de wereld om hen heen.
We laten zien dat studiekeuze geen 'moetje' is, maar een kans om te ontdekken wie je bent en wat je belangrijk vindt.

...maakt impact!

Iedereen krijgt met studiekeuze te maken. Sommige jongeren weten het meteen, anderen twijfelen of nemen een tussenjaar. Maar één ding is zeker: een bewuste keuze geeft **een sterke start**. Het helpt om stress te verminderen, teleurstellingen te voorkomen en het plezier in leren en ontwikkelen te vergroten.
De Week van de Studiekeuze biedt houvast en inspiratie om dat proces samen te doorlopen – thuis, op school en in de samenleving. Dit doen we onder meer door met themadagen te werken:

- do 1 oktober 2026 – **De impact op jezelf** (pagina 6)
  Wie ben jij, wat wil jij, waar krijg jij energie van?
- vr 2 oktober 2026 – **De impact op de maatschappij** (pagina 10)
  Wat jij kiest, doet ertoe voor de wereld van morgen!
- ma 5 oktober 2026 – **De impact van regelzaken** (pagina 17)
  Van studiefinanciering tot toelating: hoe zorg je dat alles klopt?
- di 6 oktober 2026 – **De impact van de omgeving** (pagina 20)
  Je ouders, docenten, vrienden: wie helpt jou kiezen?
- wo 7 oktober 2026– **De impact op mentale gezondheid** (pagina 26)
  Twijfelen over je studiekeuze is normaal!

Belangrijke data op een rij



VANAF 1 OKTOBER
Je kunt je aanmelden voor een mbo, hbo of universitaire opleiding!

OKTOBER - NOVEMBER
Voorlichtingsactiviteiten scholen: open dagen etc.



15 JANUARI
Deadline aanmelding Numerus fixusopleidingen

JANUARI - MAART
Voorlichtingsactiviteiten scholen: open dagen, proefstuderen, meelopen



1 APRIL
Deadline aanmelding mbo-opleidingen

15 APRIL
Uitslag rangnummer Numerus fixus

1 MEI
Deadline aanmelding hbo- en wo-opleidingen



Je hoeft niet vandaag al te weten wat je over tien jaar wilt doen. Kies de stap die nu het beste bij je past.



Week van de studiekeuze

De impact op jezelf

Donderdag 1 oktober 2026

1

Wie ben jij, wat wil jij, waar krijg je energie van?

Een studiekeuze begint bij jezelf. Niet bij de brochures, open dagen of gesprekken met anderen – die komen later. Eerst is het belangrijk dat je weet wat jou energie geeft, waar je talenten liggen en wat je écht belangrijk vindt. Dat kan spannend zijn, want misschien weet je het nog niet zo goed. Of misschien twijfel je tussen verschillende dingen die je leuk vindt. Juist daarom helpt het om bewust stil te staan bij jezelf: wat drijft jou, waar word je enthousiast van, en welke richting past daarbij?

Handige websites

- Studiekeuze123.nl: een overzicht van opleidingen, maar ook een stappenplan om te ontdekken wat bij jou past.
- NJi.nl – Studie- en beroepskeuze: achtergrondinformatie over hoe jongeren keuzes maken en hoe je daarin kunt groeien.
- Tishiergeenhotel.nl: herkenbare verhalen en tips over pubers, ouders en zelfstandigheid.

Handige tools

- Jouw stappenplan en resultaten uit Qompas: deze zeggen meer over je dan je misschien wel denkt.
- Doorstroomposter van BiOND: geeft een duidelijk overzicht van de routes na het vo en mbo (zie pagina 8)

Tips & checklists

- Schrijf drie dingen op waar je blij van wordt of energie van krijgt.
- Vraag vrienden of familie wat zij jouw sterke kanten vinden – vaak zien zij dingen die jij zelf niet ziet.
- Onthoud: je hoeft het niet in één keer te weten. Kiezen is een proces, geen momentopname.

Een studiekeuze schema maken

Vergelijk, ontdek en maak een keuze!



Twijfel je tussen een aantal studies? Maak dan een overzichtsschema! Door de studies met elkaar te vergelijken op de punten die jij belangrijk vindt, krijg je meer inzicht in wat het beste bij jou past.

1 Noteer de studies horizontaal



Boven de kolommen zet je de namen van de studies waar je nog tussen twijfelt. We hebben hier drie willekeurige studies gekozen: Psychologie, Geneeskunde en Rechten.

Psychologie	Geneeskunde	Rechten

2 Noteer je eigen criteria verticaal



Wat wil je dat een bepaalde studie je biedt? Je kan hier allerlei criteria opgeven. Het gaat bij deze stap om wat jij belangrijk vindt. We hebben hier een aantal criteria gekozen die vaak genoemd worden.

Criteria
Inhoud van de vakken
Sfeer bij de opleiding
Onderwijsvorm
Arbeidsmarktperspectief

3 Beoordeel de studies per criterium



Je geeft de studies nu een cijfer op alle criteria. Zorg dat je alle informatie hebt om een cijfer te kunnen geven. Als je bijvoorbeeld niet weet wat voor vakken je precies bij Rechten krijgt, is het goed om daar nog even naar te informeren.

	Psychologie	Geneeskunde	Rechten
	7	8	6
	8	7	7
	7	9	6
	7	8	8

4 Geef de criteria een weging



Sommige criteria zijn belangrijker dan andere. In dit voorbeeld heeft het arbeidsmarktperspectief weegfactor 1 en de onderwijsvorm weegfactor 3. Bij deze stap is het van belang om goed na te denken over wat jij het belangrijkst vindt in een opleiding.

Criteria	Weging
Inhoud van de vakken	2
Sfeer bij de opleiding	1
Onderwijsvorm	3
Arbeidsmarktperspectief	1

5 En rekenen maar...



Vermenigvuldig de weegfactoren stuk voor stuk met de cijfers. Tel per studie vervolgens al deze getallen op en kijk welke studie de hoogste score krijgt. Bij onze willekeurige scholier is dat Geneeskunde.

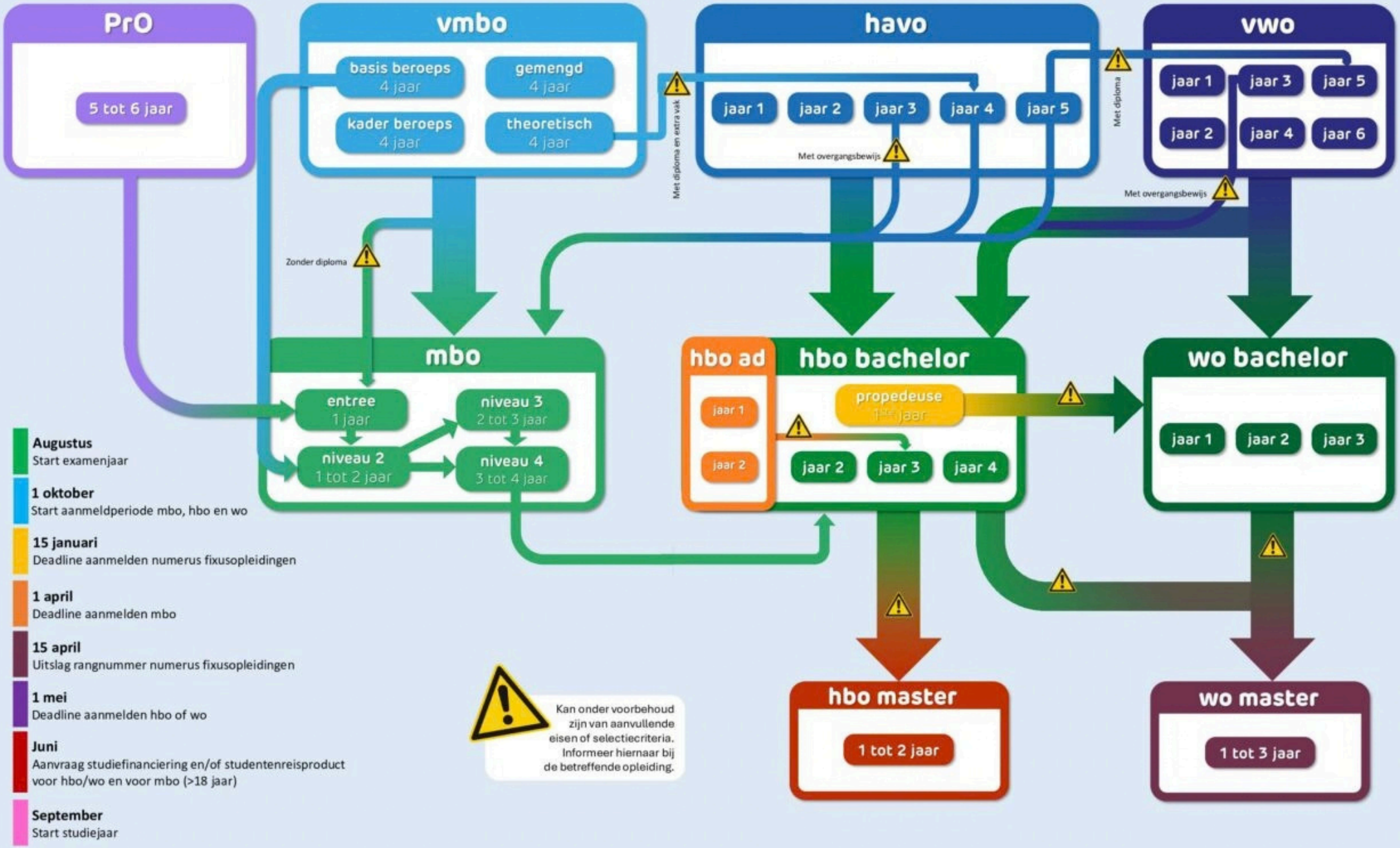
Psychologie	Geneeskunde	Rechten
14	16	12
8	7	7
21	27	18
7	8	8
50	58	45

Nog een paar tips:

- Gebruik betrouwbare en actuele informatie (bijv. van de opleidingswebsite, studiefinanciering of open dagen).
- Weeg de criteria goed en kies wat echt bij jou past.
- Het schema is een hulpmiddel, geen definitief antwoord. Ga ook af op je gevoel, verwachtingen en wat je leuk vindt!

biond
begeleiders in onderwijs

Doorstroomschema 25/26



5 belangrijke vragen die je jezelf moet stellen als studiekiezer

1. Waar heb ik plezier in?

Het is niet altijd makkelijk om te weten waar je passie ligt, zeker als je breed geïnteresseerd bent. Schrijf op wat je motiveert en welke vakken of activiteiten je altijd al leuk vond, als startpunt om je interessegebieden te ontdekken.

2. Waar ben ik goed in?

Een studie die aansluit bij je talenten maakt je studententijd soepeler, en wat je goed kunt vind je vaak ook leuk. Kijk naar je sterkste schoolvakken én persoonlijke kwaliteiten, en vraag eventueel anderen waarin zij vinden dat jij uitblinkt.

3. Wat wil ik ermee?

Ook zonder uitgestippeld carrièrepad heb je vaak al een beeld van je ideale baan en werkomgeving. Door je te oriënteren op de arbeidsmarkt, bijvoorbeeld via een bedrijfsbezoek, kun je makkelijker een studiekeuze maken.

4. Wil ik naar het hbo of de universiteit?

Niet je vooropleiding, maar jouw leerstijl bepaalt welk onderwijstype het beste bij je past: theorie of praktijk, zelfstandig of klassikaal. Onderzoek beide opties actief, bijvoorbeeld via een open dag of een gesprek met een student.

5. Waar voel ik me thuis?

Elke onderwijsinstelling heeft eigen accenten en lesmethodes, dus de beste manier om erachter te komen wat bij jou past is door zelf een kijkje te nemen. Bezoek open dagen of, nog beter, een meeloopdag om de ongefilterde ervaring van studenten te proeven.

Week van de studiekeuze

De impact op de maatschappij

Vrijdag 2 oktober 2026

2

Wat jij kiest, doet ertoe voor de wereld van morgen!
Je studiekeuze is meer dan alleen een persoonlijke voorkeur — ze heeft ook invloed op de wereld om je heen, van zorg tot technologie tot onderwijs. Bij het maken van die keuze kom je voor lastige afwegingen te staan: breed of specifiek, vertrouwd of avontuurlijk, maatschappelijke betrokkenheid of financiële zekerheid, waarbij geen enkel antwoord fout is. Veel jongeren geven hun keuze extra betekenis door te kijken naar welke bijdrage ze willen leveren aan thema's als klimaat, zorg, techniek of duurzaamheid, en de wereld heeft mensen nodig in al die richtingen.

Handige websites

- **KiesMBO**: wordt voortdurend ververst met actuele cijfers en informatie van de scholen en SBB over beroepen, opleidingen en de arbeidsmarkt.
- **Nuffic – studeren in het buitenland**: alles over internationale studiemogelijkheden en hoe je dat aanpakt.
- **Meiden in tech**: waarom een technische studie juist een goed idee is.

Handige tools

- **Europass.nl**: maak een portfolio waarmee je laat zien welke vaardigheden je hebt en wat je kunt bijdragen.

Tips & checklists

- **Zijn er maatschappelijke thema's die je raken?** Denk bijvoorbeeld aan klimaat, zorg, techniek, onderwijs.
- **Durf buiten de bekende weg te kijken**: wat zou je kiezen als je zeker wist dat het lukte?
- **Vraag docenten of decanen** welke beroepen hard nodig zijn in de toekomst.
- **Bedenk hoe jouw interesses aansluiten** bij wat de samenleving nodig heeft en wat dat zegt over jouw richting.
- **Studeren in het buitenland?** Oriënteer je vroeg, want de voorbereiding kost meer tijd dan je denkt.

Onderwijsinstellingen in de regio:



Feiten & cijfers

27 verrassende feiten over MBO, HBO & WO



MBO

Leren door te doen



HBO

Theorie én praktijk



WO

Onderzoeken, analyseren en wetenschap





MBO: leren door te doen

466.830 studenten volgden in 2024/25 een mbo-opleiding. Dat is ongeveer **37%** van **alle** studenten in Nederland.	In 2024/25 stroomden **19.950** mbo-studenten door naar het **hbo**.	Een belangrijk verschil met hbo en wo: mbo-opleidingen zijn sterk gericht op een concreet beroep en de beroepspraktijk.
BBL = werken én leren. Je combineert school met werken bij een erkend leerbedrijf. Je leert dus een vak terwijl je al in de praktijk werkt.	Na de entreeopleiding (mbo niveau 1) bestaan niveau 2, niveau 3 en niveau 4. Niveau 4 geeft onder andere toegang tot het hbo.	Er zijn bijna **450** verschillende mbo-opleidingen in Nederland.
BOL = vooral leren op school. Je bent voornamelijk op school en loopt daarnaast stage om praktijkervaring op te doen.	Van de mbo-studenten zaten ongeveer **190.000** op niveau 4. Daarmee is niveau 4 veruit het grootste mbo-niveau.	Ongeveer **70%** van de mbo-studenten volgt een BOL-opleiding. De overige **30%** kiest voor BBL.





HBO: Theorie én praktijk

In 2024/25 stonden ongeveer **449.940** studenten ingeschreven in het **hbo**.	**36%** van alle studenten in Nederland zit op het hbo. De omvang van het mbo is 37%. Hiermee is het hbo qua omvang bijna even groot als het mbo.	**1 op 3** studenten switcht of stopt vroegtijdig.
In 2024 lag uitval + switch bij studenten die vanuit het **vwo** naar het hbo gingen rond de **19–20%**. Bij studenten vanuit de **havo** lag dit rond de **34–35%.**	In 2024 was de gecombineerde uitval + switch in het hbo **27%** bij vrouwen tegenover **34%** bij mannen.	De nominale duur van de meeste hbo-bacheloropleidingen is **vier** jaar.
Voor een voltijd hbo-opleiding aan een bekostigde hogeschool is het wettelijke collegegeld in studiejaar **2026/2027** **€2.694** per jaar.	**1 op de 3** afgestudeerden in het hbo of wo heeft tijdens de studie **buitenlandervaring** opgedaan. Bijv.: stage, studeren of minor in het buitenland.	**56%** van de Nederlandse hbo- en wo-studenten **woont thuis** en **44%** woont op **zichzelf**. Acht jaar geleden woonde nog 52% op kamers.





WO: Onderzoeken, analyseren en wetenschap

In 2024/25 studeerden ongeveer **341.760** studenten aan een universiteit. Dit is **27%** van alle studenten in Nederland.	In 2005/06 waren er ongeveer 206.000 wo-studenten. Twintig jaar later zijn dat er ruim 341.000: een groei van ongeveer **66%**.	De gecombineerde uitval + switch ligt in het wo rond de **24–30%.** Ook universitaire studenten veranderen dus regelmatig van richting.
Vrouwen halen gemiddeld sneller hun universitaire diploma dan mannen: **82%** tegenover **71%** binnen vijf jaar.	Van de wo-afgestudeerden met **buitenlandervaring** gaf **38%** aan dat hun kennis van andere culturen hierdoor toenam en dat ze zelfstandiger werden.	De meeste universitaire bachelors duren **3 jaar**, waarna studenten vaak nog een **1- of 2-jarige master** volgen.
VWO is niet de enige route naar het wo. Er zijn ook routes via een **hbo-propedeuse** of een **hbo-bachelor**, afhankelijk van de opleiding en toelatingseisen.	Van de universitaire bacheloropleidingen heeft ongeveer **1 op de 5** een **numerus fixus.** Bij deze opleidingen is het aantal plaatsen beperkt en moet je een selectieprocedure doorlopen.	Van de studenten die in 2018 aan een universitaire studie begonnen, had **77%** **binnen vijf jaar een wo-diploma** behaald.

HBO of WO: wat past bij jou?

Twee routes, één doel: jouw toekomst!

Na de middelbare school kun je kiezen voor een hbo-opleiding aan een hogeschool of een wo-opleiding aan een universiteit. Het verschil zit niet alleen in praktisch of theoretisch onderwijs. Vooral de manier waarop je leert, studeert en naar vraagstukken kijkt verschilt.

HBO
Hogeschool

Hoe kan ik dit toepassen?

Praktijkgericht
Je leert hoe je kennis toepast in de praktijk.

Veel samenwerken
Je werkt regelmatig samen in projecten en opdrachten.

Meer contacturen
Je hebt over het algemeen vaker les en krijgt meer begeleiding vanuit de opleiding.

Stage en beroepspraktijk
Een stage of praktijkervaring maakt meestal onderdeel uit van je opleiding.

Gericht op een beroep of werkveld
Je wordt vaak opgeleid voor een specifiek beroep of werkveld.

Begeleiding is vaak actief aanwezig
Je opleiding biedt vaak veel structuur en begeleiding.

Bachelor meestal 4 jaar
Na je bachelor kun je meestal direct aan het werk of doorstuderen.

WO
Universiteit

Waarom is dit zo?

Wetenschappelijk en theoretisch
Je leert waarom iets werkt en hoe je nieuwe kennis kunt ontwikkelen.

Veel zelfstandig studeren
Je verwerkt veel lesstof zelfstandig, bijvoorbeeld door te lezen en onderzoek te doen.

Minder contacturen
Je hebt vaak minder les en bent zelf verantwoordelijk voor je planning en studievoortgang.

Onderzoek en wetenschap
Een praktijkstage is meestal niet verplicht; onderzoek speelt een belangrijke rol.

Brede academische basis
Je ontwikkelt een brede wetenschappelijke basis en specialiseert je vaak verder in een master.

Meer eigen verantwoordelijkheid
Er is begeleiding beschikbaar, maar je moet hier vaker zelf om vragen.

Bachelor meestal 3 jaar
Na je bachelor volgt vaak nog een wo-master als je je verder wilt specialiseren.

Denk ook aan...

HBO
'Hoe kan ik dit toepassen?'

WO
'Waarom is dit zo en hoe kan ik dit onderzoeken?'

Dit betekent niet dat hbo alleen praktisch is en wo alleen theoretisch. Op beide niveaus krijg je theorie én praktijk, maar de nadruk verschilt.

Welke manier van leren past bij jou?

HBO past mogelijk bij je als je:

- graag leert door te doen;
- het leuk vindt om samen te werken;
- theorie graag direct toepast;
- behoefte hebt aan structuur en begeleiding;
- al redelijk goed weet in welk werkveld je later wilt werken.

WO past mogelijk bij je als je:

- nieuwsgierig bent en graag wilt weten waarom iets zo is;
- het leuk vindt om zelfstandig te leren;
- graag leest, analyseert en onderzoek doet;
- goed je eigen planning kunt maken;
- interesse hebt in een bepaald wetenschapsgebied en je daarin verder wilt verdiepen.

Wist je dat?



Havo → meestal hbo

Vwo → hbo óf wo

Week van de studiekeuze

De impact van regelzaken

Maandag 5 oktober 2026

3

Van studiefinanciering tot toelating: hoe zorg je dat alles klopt?
Een studiekeuze voelt vaak groot, maar er komt ook veel praktisch regelwerk bij kijken. Denk aan inschrijfdeadlines, toelatingseisen, studiefinanciering en een kamer zoeken. Het kan ingewikkeld lijken, maar als je de juiste bronnen gebruikt, houd je overzicht. Vandaag draait het om praktische zekerheid: hoe zorg je dat je alles op orde hebt zodat je straks goed van start kunt gaan?

Handige websites

- DUO.nl: alle informatie over studiefinanciering, leningen en collegegeld.
- Studielink.nl: het officiële aanmeldportaal voor hbo- en wo-studies.
- Digidingen-desk: helpt jongeren tussen 14 en 18 jaar met digitale regelzaken: DigiD, belastingaangifte, stufi, zorgtoeslag, studenten-OV en meer.
- Tip van Universiteit Twente: wat moet je regelen als je gaat studeren?

Handige tools

- Nibud.nl: hulp bij het maken van een studentenbegroting.
- De Rekenhulpen van DUO: bereken met de rekenhulp je studiefinanciering, inclusief aanvullende beurs. Of bereken je tegemoetkoming scholieren of het maandbedrag van je studieschuld.
- Met de kletskaarten van Digidingen ga je aan de hand van vragen, stellingen en dilemma's met elkaar in gesprek over alles wat met studeren te maken heeft.

Tips & checklists

- Check deadlines: zet belangrijke data in je agenda (15 januari numerus fixus, 1 april mbo, 1 mei hbo/wo).
- Check wat je moet regelen: bijvoorbeeld met de checklist van Digidingen
- Weet wat kan: kijk naar aanvullende beurs, studenten-OV of zorgtoeslag.
- Vraag hulp: bespreek regelzaken met je decaan, ouders of iemand die al studeert.
- Inschrijven: bij een universiteit, hoe werkt dat?



Aanmelden via Studielink

1 DigiD aanvragen

Je hebt een DigiD nodig om je aan te melden. Heb je die nog niet? Vraag deze op tijd aan via digid.nl.

Handig om te weten

- Dit kan vanaf je 14e.
- Gebruik je DigiD ook later voor o.a. studiefinanciering.

2 Account aanmaken

Ga naar **studielink.nl** en maak een account aan met je DigiD. Vul je gegevens in en kies een wachtwoord.

Tip

- Gebruik een geldig e-mailadres waar je goed bij kunt. Dit is ook je contactadres voor de opleiding.

3 Studie kiezen

Zoek de opleiding die bij jou past. Je kunt filteren op bijvoorbeeld locatie, niveau of studievorm.

Goed om te weten

- Hbo of wo? Beide zijn mogelijk, afhankelijk van je vooropleiding.
- Je kunt meerdere opleidingen opgeven (max. 4).

4 Studiekeuzecheck

Sommige opleidingen verplichten een studiekeuzecheck. Dit kan een online test, motivatiebrief of gesprek zijn. Check dit op de website van de opleiding.

Let op

- De studiekeuzecheck is niet voor alle opleidingen verplicht.
- Begin op tijd met de voorbeeiding.

5 Definitieve aanmelding

Heb je alle stappen doorlopen? Dan is je aanmelding compleet. Je ontvangt een bevestiging van de opleiding en Studielink.

Vergeet niet

- Houd de deadlines in de gaten (deze verschillen per opleiding).
- Na je aanmelding ontvang je meer informatie over de volgende stappen, zoals inschrijven.

Studiefinanciering na je eindexamen

Voor examenleerlingen – studiejaar 2027/2028



Na je diploma

- Ga je vanaf **september 2027** naar het **mbo, hbo** of de **universiteit**? Dan kun je mogelijk studiefinanciering krijgen.
- Voor **hbo/wo** regel je het studentenreisproduct tegelijk met je studiefinanciering.
- Je hebt **geen minimumleeftijd**.
- Voor **mbo** moet je **18 jaar** zijn voor basisbeurs, aanvullende beurs en lening. Het studentenreisproduct kan wel vóór je 18e.
- Je moet **jonger dan 30** zijn als je studiefinanciering ingaat.



HBO / WO: wat krijg je?

De exacte bedragen voor studiejaar 2027/2028 zijn nog niet vastgesteld door DUO.

Basisbeurs:
bedrag 2027/2028 volgt later.

Aanvullende beurs:
bedrag 2027/2028 volgt later.

Rentedragende lening:
bedrag 2027/2028 volgt later.

Collegegeldkrediet:
bedrag 2027/2028 volgt later.

Je **bepaalt** zelf welke onderdelen je aanvraagt. Een lening moet je terugbetalen.

Aanvragen

- Vraag studiefinanciering liefst **minimaal 8 weken** van tevoren aan.
- Vraag altijd de **aanvullende beurs** aan; DUO berekent elk jaar of je er recht op hebt.
- Aanvragen doe je met **DigiD** via **Mijn DUO**.
- Nog niet geslaagd of nog niet toegelaten? Je kunt **alvast aanvragen** voor de opleiding die je van plan bent te doen.
- Geef dit **zo snel mogelijk** door via Mijn DUO.



OV + goed om te weten

- Je **studentenreisproduct** vraag je aan via DUO en moet je daarna koppelen en activeren op je persoonlijke OV-chipkaart.
- **Uitwonend** betekent: ingeschreven op een ander adres dan je ouders én daar ook wonen.
- **Hbo/wo:** basisbeurs en aanvullende beurs zijn normaal **4 jaar**; lening en collegegeldkrediet **7 jaar** bij een 4-jarige studie.
- De aanvullende beurs hangt onder andere af van het **inkomen van je ouders**.



Bron: DUO – actuele informatie 2026

Week van de studiekeuze

De impact van de omgeving

Dinsdag 6 oktober 2026

4

Je ouders, docenten, vrienden: wie helpt jou kiezen?

Je maakt je studiekeuze niet alleen. Ouders, vrienden, mentoren en decanen lopen allemaal mee in dit proces. Soms geven ze tips, soms stellen ze vragen, soms bieden ze gewoon een luisterend oor. Hun invloed is belangrijk, maar de keuze blijft uiteindelijk van jou. Vandaag laten we zien hoe je de steun van je omgeving goed benut, zonder dat het jouw stem overstemt.

Handige websites

- **TisHierGeenHotel.nl:** herkenbare tips voor ouders van pubers.
- **NJi.nl**: informatie over de rol van ouders en omgeving bij keuzes.

Handige tools

- **De opdrachten van de gratis ACT in LOB website**: leuke en handige opdrachten om te praten en dieper na te denken over je studiekeuze.
- **Doorstroomposter van BiOND:** geeft een duidelijk overzicht van de routes na het vo en mbo (pagina 8)

Tips & checklists

- **Praat samen**: bespreek wat jij belangrijk vindt en luister ook naar hun ideeën.
- **Vraag door**: stel vragen aan oud-leerlingen of studenten.
- **Wees duidelijk**: leg uit wat je zelf wilt en waar je steun bij nodig hebt.
- 7 veelgemaakte fouten bij het kiezen van een studie (en hoe je ze voorkomt).

Je omgeving (ouders, vrienden, docenten) denkt graag mee over je studiekeuze, wat kan helpen maar ook onzeker kan maken. Ga het gesprek aan: laat hen vragen stellen en luister naar hun ideeën om zelf scherper te zien wat bij jou past. Combineer hun steun met je eigen gevoel, maar besef dat jij uiteindelijk de keuze maakt. Het is jouw toekomst en jouw pad. Luister ook de Studiekeuzepodcast: twijfel over je studiekeuze van Studiekeuze123.nl voor tips van anderen.



Wist je dat...

De volgende docenten vroeger ook op de GSG hebben gezeten? Na hun tijd op de GSG hebben zij hun vleugels gespreid, maar kwamen later weer terug naar hun vertrouwde nest. Ging dit allemaal soepel en zoals verwacht? Zeker niet. Onze docenten nemen je mee in hun verhaal!

Meneer van den Heuvel, docent wiskunde

Het maken van de studiekeuze, wat is het lastig! Dit zeg ik niet alleen vanwege de verhalen van leerlingen, maar ook vanuit eigen ervaring. Er is geen verkeerde studiekeuze, maar je kunt wel een onhandige studiekeuze maken (en dat heb ik 11 jaar geleden ook gedaan...).

Ergens in atheneum 5 kwam de toenmalige decaan langs bij ons om te vertellen over meeloopdagen en open dagen van universiteiten. Tijdens zijn praatje was ik vooral bezig met de belangrijkste bijzaak in het leven; voetbal kijken.
Wel heb ik mij in atheneum 6 opgegeven om een meeloopdag te doen in Rotterdam, maar tijdens deze dag zijn we vooral de stad in geweest om lekker te lunchen in plaats van naar de universiteit te gaan.

De keuze voor mijn vervolgopleiding is dus niet gebaseerd op het doen van research, maar op de keuze van mijn vrienden. Het werd bedrijfskunde op de Erasmus universiteit. Deze keuze bleek niet bij mij te passen, waardoor ik na vier weken gestopt ben met deze opleiding. Het werd een tussenjaar. In dit tussenjaar ben ik naast werken ook gedegen gaan onderzoeken wat er nu écht bij mij past. Dit deed ik door terug te gaan naar mijn mentor uit de 5e en 6e klas (dhr. Westerhuis 🙂).

In deze gesprekken kwam naar voren dat het onderwijs bij mij past. Na het daadwerkelijk doen van een meeloopdag bij de opleiding en meelopen met verschillende docenten, werd de keuze definitief.

Uiteindelijk doe ik nu het werk dat ik nooit had verwacht te doen, maar past het erg goed.

Zoals ik eerder heb gezegd; er zijn geen foute studiekeuzes, maar wel onhandige. In het verleden heb ik een onhandige studiekeuze gemaakt die voorkomen had kunnen worden door het doen van enige research. Mijn tip: **"Kies geen opleiding vanwege je vrienden, maar kies een opleiding vanwege je interesses."**

Groet,
Meneer van den Heuvel

Wist je dat...

De volgende docenten vroeger ook op de GSG hebben gezeten? Na hun tijd op de GSG hebben zij hun vleugels gespreid, maar kwamen later weer terug naar hun vertrouwde nest. Ging dit allemaal soepel en zoals verwacht? Zeker niet. Onze docenten nemen je mee in hun verhaal!

Meneer Vis, docent natuurkunde

Al sinds 2013 mag ik mezelf GSG'er noemen. Ik heb het VWO doorlopen op onze mooie school en ben vervolgens als eerste naar de Technische Universiteit Eindhoven gegaan. Ik heb daar 3 maanden de studie Sustainable Innovation gevolgd. Dit bleek helaas niet my cup of tea. Ik had het misconcept in mijn hoofd zitten dat je naar de universiteit zou moeten gaan na het VWO, iets wat eigenlijk alleen een verplichting was die ik mezelf had opgelegd. Want wie bepaalt dat je een universitaire opleiding MOET volgen na het VWO? Precies, alleen jijzelf kan dat bepalen. Daarna ben ik begonnen met mijn "tweede keuze", namelijk de lerarenopleiding natuurkunde aan de Hogeschool Utrecht.

Het was even schakelen om van het VWO naar een Hbo-opleiding te gaan, maar voor mij bleek dat een schot in de roos.



Vanaf dag één voelde ik me op mijn plek en ik mocht al snel voor de klas staan. Natuurlijk moest mijn eerste stageplaats op mijn GSG zijn, dus in schooljaar 2020-2021 heb ik een jaar lang stagegelopen op onze school.

In 2022 mocht ik starten als zelfstandig docent en sindsdien voel ik me weer helemaal thuis. Ik zou al onze leerlingen aan willen raden om op meerdere universiteiten, hbo's of mbo's te kijken als ze zich gaan oriënteren op een studie. Je schoolopleiding (mavo/havo/vwo) wordt vooral bepaald door de Cito-toets of je cijfers op toetsen. Je latere opleiding en uiteindelijk je werkende leven wordt bepaald door je talenten en je passies, dus voor vwo-leerlingen kan dat zomaar een hbo zijn. Staar je dus niet blind op één soort opleiding; oriënteer je breed en hopelijk ontdek je dan sneller dan ik waar jouw passie ligt.

Wist je dat.....

De volgende docenten vroeger ook op de GSG hebben gezeten? Na hun tijd op de GSG hebben zij hun vleugels gespreid, maar kwamen later weer terug naar hun vertrouwde nest. Ging dit allemaal soepel en zoals verwacht? Zeker niet. Onze docenten nemen je mee in hun verhaal!

Mevrouw van Nierop, Docent kunstvakken

Na mijn eigen jaren op de GSG wist ik eigenlijk maar één ding zeker: ik wilde óf iets in het onderwijs doen, óf iets creatiefs. Welke studie daar precies bij paste wist ik nog niet. Daarom heb ik verschillende opleidingen bekeken. Ik bezocht open dagen, proefde de sfeer op verschillende scholen en probeerde vooral te ontdekken wat bij mij paste en waar ik mij thuis voelde.

Ook heb ik naar verschillende mbo-opleidingen gekeken. In de creatieve wereld zijn je ervaring, portfolio en wat je kunt maken vaak het meest van belang. Als ik op het mbo zou beginnen en later pas door zou stromen naar het hbo, dan zou ik meer ervaring hebben. Na veel wikken en wegen koos ik toch voor de hbo studie, en begon ik aan Academie Artemis, waar ik Trendforecasting, Styling en Art Direction studeerde.

Dat was een ontzettend leuke, maar ook intensieve opleiding. Ik werkte veel aan creatieve projecten en bracht heel wat avonden en nachten door aan mijn schoolwerk.



Na mijn opleiding ontdekte ik dat ik het creatieve werk graag wilde blijven doen, maar dat ik het miste om met mensen te werken. Ik wilde mijn creativiteit dus combineren met iets anders.

Zo kwam ik uit bij de opleiding Docent Beeldende Kunst en Vormgeving aan ArtEZ in Arnhem. Omdat ik al een hbo-kunstopleiding had afgerond, kon ik deze opleiding verkort volgen. Tegelijkertijd kon ik al aan het werk in het onderwijs. Uiteindelijk bracht die combinatie van creativiteit en werken met jongeren mij terug naar de GSG.

Mijn studiekeuze verliep dus niet in één rechte lijn. Ik heb verschillende opleidingen bekeken, keuzes gemaakt, getwijfeld en onderweg ontdekt wat wel en niet bij mij paste. Dat is misschien wel het belangrijkste dat ik heb geleerd: je hoeft niet meteen de perfecte keuze te maken. Soms kom je er juist achter wat bij je past door iets uit te proberen.



Adviesgesprek decaan

Twijfel je over een opleiding? Weet je niet helemaal waar je moet beginnen met zoeken of vind je het lastig om in kaart te brengen wat bij je past? Plan dan een gesprek in met onze decaan, Britt van der Spoel.

Wanneer is de decaan er?
Maandag t/m donderdag. Je kan van tevoren een afspraak maken, of gewoon even langslopen in bijvoorbeeld de pauze, tijdens een studiehuisuur of na schooltijd.

Waar zit onze decaan?
De decaan-spreekkamer zit tussen domein J&K.
Het kan zijn dat de decaan niet op haar plek zit, maar wel aanwezig is. Stuur haar een Teamsbericht, zodat jullie samen een afspraak kunnen inplannen.

Waar kan de decaan jou mee helpen?
Advies over alles wat te maken heeft met de profiel- en/of studiekeuze. Maar ook informatie over een tussenjaar, stages etc. Daarnaast kunnen we ook verschillende interesse- en/of studiekeuzetesten inzetten. Kortom: alles om ervoor te zorgen dat jij de juiste studiekeuze maakt!

Tips van de decaan

Ga proefstuderen en meelopen.
Een opendag is ook gewoon een pr-activiteit. Tijdens het meelopen/ proefstuderen krijg je een beter beeld en ervaar je pas echt de sfeer en het tempo.

Maak je keuzes visueel
Twijfel je over meerdere opleidingen? Maak een +/- lijst en maak je afwegingen visueel & bespreek deze met je ouders, mentor, decaan etc.

Praat met studenten
Praat niet alleen met voorlichters van de studie, maar juist ook met tweede- en derdejaars studenten. Zij vertellen jou het echte verhaal.

Denk na over een plan B
Ga je je inschrijven voor een Numerus fixusopleiding? Oriënteer je ook op een plan B. Wat ga je doen als je niet wordt geplaatst? Zijn er nog andere routes mogelijk?

Maak je EIGEN keuze
Het is jouw leven. Kies niet voor een studie omdat je vrienden die richting op gaan of omdat je ouders graag willen dat je een bepaald beroep gaat uitvoeren. Doe wat JIJ leuk vindt.

Vergelijk dezelfde studie
Niet elke school biedt dezelfde lesinhoud. Vergelijk dus ook de opleidingen van verschillende scholen en let op de vorm van onderwijs (hoorcolleges, zelfstandig, projecten etc.)

Kijk naar het beroepenveld, niet alleen naar de studie.
Waar kun je mee werken, en spreekt dat je aan?

Een studiekeuze is geen levenslange belofte
Wees niet bang om een verkeerde keuze te maken. Je zit er niet voor altijd aan vast. Je kan wisselen of je later omscholen als je toch wat anders wilt.

Week van de studiekeuze

De impact op mentale gezondheid

Woensdag 7 oktober 2026

5

Twijfelen over je studiekeuze is normaal!
Sterker nog: het betekent dat je het serieus neemt. Maar soms voelt de druk zo groot dat je er niet goed meer van slaapt, dat je hoofd vol zit of dat je de keuze het liefst voor je uitschuift. Je moet omgaan met verwachtingen en je voelt misschien druk uit je omgeving. Dan gaat het niet meer alleen over welke studie je kiest, dan gaat het over hoe jij je voelt. En dat doet ertoe.

Een goede keuze maak je vanuit rust, niet vanuit paniek. Als je hoofd te vol zit, zie je de opties minder helder. Soms is de eerste stap dan niet een open dag bezoeken of een keuzehulp invullen, maar even stilstaan bij hoe het met jou gaat.
Dat is geen zwakte. Dat is slim!

Handige websites

- **In je bol**: centrale plek voor jongeren van 16 tot 27 jaar met betrouwbare info, herkenbare verhalen en een luisterend oor via chat of telefoon — ook over stress en twijfel rond studiekeuze.
- **MIND Us**: informatie en initiatieven rondom mentale gezondheid van jongeren, met verwijzingen naar hulp als je er niet alleen uitkomt.
- **113.nl – ik twijfel over mijn opleiding**: voor als twijfel over je opleiding samengaat met somberheid of zwaardere gevoelens.
- **LAKS toetsdruktraining:** praktische training om prestatiedruk en toetsstress bespreekbaar te maken. Ook handig om te weten dat je school hier iets mee kan doen.

Tips:

- **Praat erover:** met een vriend, je ouders, je decaan of mentor.
- **Stel jezelf de vraag**: is dit keuzestress, of voel ik me al een tijdje niet goed? Dat onderscheid helpt.
- **Geef jezelf ruimte**. Een goede keuze maak je niet onder druk, maar met een hoofd dat een beetje rust heeft.
- **Bedenk dat twijfelen betekent dat je nadenkt**, niet dat er iets mis is.

Weg met de stress tijdens je studiekeuzeproces

Vertraag

Een studie kiezen is niet iets wat je even snel tussendoor doet. In het Nederlandse onderwijssysteem moet je op heel jonge leeftijd belangrijke keuzes maken. Dat begint al met de profielkeuze in de derde klas. Tegenwoordig is het aantal studierichtingen zo groot dat je door de bomen nauwelijks het bos nog ziet. En de ontwikkelingen gaan ook nog eens enorm snel, kijk maar naar AI.

Geen wonder dat je veel druk ervaart of je soms onzeker voelt. Die overload aan keuzemogelijkheden kan verlammend werken. Daarom zeg ik: vertraag. Neem de tijd om jezelf te leren kennen, om te ontdekken wat er eigenlijk allemaal mogelijk is en om mensen te spreken.

DOEN

Project JIJ

Heb het lef en het geduld om te kijken wat jij wilt. Maak daar een project van, een soort profielwerkstuk over jezelf. Dat kan bijvoorbeeld in een schriftje, op je laptop of in een collage. Je vindt wel een manier die bij je past. Onderzoek waar je blij van wordt, waarvoor jij je bed uit wilt komen, wat je belangrijk vindt in het leven, waar je goed in bent en wat je absoluut niet wil.

Ga op onderzoek uit

Kijk behalve naar jezelf, ook naar buiten. Bezoek open dagen en geef je op voor meeloopdagen. Praat met mensen die jou goed kennen en stel vragen aan docenten en anderen om je heen. Ga ervaren en vergeet niet naar je gevoel te luisteren. Emotie is een goede raadgever: voel je je ergens op je gemak of krijg je het er juist benauwd?

Vraag hulp

Je hoeft het niet alleen te doen. Trek samen op met een vriend of vriendin. Vraag je ouders of een docent om hulp.

Weg met de stress tijdens je studiekeuzeproces

Uitstellen

Begin op tijd en doe het stap voor stap.

VALKUILEN

Doen wat anderen zeggen

Het gaat erom wat jij wil en wat bij jou past. Alleen jij kunt dat bedenken.

Je alleen laten leiden door status

De beste dingen komen voort uit doen wat jij leuk vindt en waar je goed in bent. Niet uit iets doen omdat dat nou eenmaal zo hoort. Kies je een studierichting die je écht interesseert, dan wordt alles niet alleen leuker, maar ook makkelijker.

Het hoeft niet in één keer perfect

In de huidige prestatiemaatschappij kun je het gevoel krijgen dat je alles in één keer goed moet doen. Maar je kunt je hele leven lang kiezen en jezelf ontwikkelen. Zo was er bijvoorbeeld een jongen die naar de ALO ging, de opleiding voor docent lichamelijke oefening. Daarna deed hij een ICT-opleiding. Van beide werd hij niet gelukkig. Bij de eerste opleiding miste hij de techniek en bij de tweede het sociale contact. Bij de technische opleiding voor evenementenorganisatie combineert hij techniek met mensen. Daar zit hij helemaal op zijn plek. Door zijn eerdere keuzes werd duidelijk wat wél bij hem past.

Nog geen idee waar te beginnen?

Kijk dan op studiekeuze123.nl of kiesmbo.nl als vertrekpunt

STUDIEKEUZE BINGO

Herken jij jezelf?



- [ ] Je weet echt nog niet wat je wilt.



- [ ] Je hebt minstens 5 opleidingen opgeslagen en onderzocht.



- [ ] Je doet een studiekeuzetest.



- [ ] Je hebt je resultaten in Qompas erbij gepakt.



- [ ] Je bent bij de decaan of je mentor geweest.



- [ ] Je bezoekt een open dag.



- [ ] Je verandert minstens één keer van gedachten.



- [ ] Je hebt een vragenlijstje gemaakt voor een open dag.



- [ ] Je ontdekt een opleiding waarvan je nog nooit had gehoord.



- [ ] Je googelt: "Welke studie past bij mij?"



- [ ] Je gaat een dag meelopen of proefstuderen.



- [ ] Je praat met je vrienden, ouders en kennissen over je studiekeuze.



- [ ] Je hebt eindelijk een duidelijke favoriet.





- [ ] Je speurt alles online af over de opleiding (schoolwebsite, instagram, tiktok).



- [ ] Je hebt gecheckt of er een selectieprocedure (numerus fixus) voor jouw opleiding is.



- [ ] Je weet al precies wat er te doen is in jouw nieuwe studentenstad.

Veel succes met je studiekeuze!



Dus, wat is jouw droombaan?

Wat is je eerste stap om dit te bereiken?





Wie of wat heb je daarbij nodig?