

Loth van Veen & Michelle Gerlach

COACH
JE KIND
BIJ
TOEKOMST
KEUZES

voor ouders
van kinderen
van 15
tot 21 jaar

Van profielkeuze tot studierichting

Over ons

Check! Met het openslaan van dit boek heb je ervoor gekozen tijd en energie te steken in het begeleiden van jouw kind bij het maken van toekomstkeuzes. Je zult zien dat het interessant, uitdagend en effectief is om jouw rol bewust vorm te geven.

Leren kiezen

Een overvloed aan mogelijkheden en de vrijheid om je eigen keuzes te maken. Een zegen of een vloek? Veel jongeren krijgen te maken met keuzestress. Deze stress heeft gevolgen voor het maken van toekomstkeuzes, zoals de studiekeuze. Sommige jongeren stellen de keuze nog even uit en lassen een tussenjaar in. Anderen schrijven zich voor een studie in zonder zich voldoende te oriënteren en vallen soms voortijdig uit. De uitval in het Nederlandse hoger onderwijs is al jaren bijzonder hoog (ongeveer een derde van de eerstejaarsstudenten stopt voortijdig met de opleiding). Ook zijn er steeds meer zorgen over de mentale gezondheid van jongeren. Keuzestress en prestatiedruk worden als mogelijke oorzaken genoemd.

Het maken van bewuste keuzes geeft jongeren regie over hun eigen loopbaan. Van profielkeuze tot studiekeuze en

vervolgens ook bij keuzes die binnen de studie gemaakt worden. Dit zorgt onder andere voor motivatie, studieresultaten en nog belangrijker: studiegeluk. Bewuste keuzes kunnen jongeren maken als ze zichzelf goed kennen. Wat zijn mijn kwaliteiten? Wat vind ik belangrijk? Wat zijn mijn interesses? Ook hebben zij kennis over de wereld om hen heen nodig. Wat houden verschillende profielen, studies of beroepen in? Wat is er allemaal mogelijk? Pas dan zijn jongeren in staat om bewuste keuzes te maken die richting geven aan hun toekomst. Door een onderzoekende houding aan te nemen, in actie te komen en te reflecteren, kunnen studiekeuzers dit proces stap voor stap doorlopen. Kiezen is een belangrijke vaardigheid. En vaardigheden, die kun je leren! Begeleiding bij het aanleren van die vaardigheid is vandaag de dag van groot belang.

Kiezen is een belangrijke vaardigheid die je kunt leren.

Intermijn

Wij zijn Michelle (studiekeuze-expert, coach en spreker) en Loth (oprichter Intermijn) en wij hebben ons de afgelopen jaren verdiept in *Generatie Z*, keuzeprocessen en de manier waarop professionals en ouders* jongeren hierin kunnen begeleiden. In 2013 richtte Loth Intermijn op: een studiekeuzeorganisatie met focus op persoonlijke ontwikkeling. In 2014 startte de eerste groep studiekeuzers met het 3 maanden durende studiekeuzeprogramma:

Over jou

Als ouder wil je het beste voor je kind. Je wilt dat je kind gelukkig is en weet waar het in de toekomst gelukkig van wordt. Als je kind jong is, ben jij honderd procent verantwoordelijk voor je kind. Jij hebt de regie en je regelt alles. Naarmate je kind ouder wordt, verandert deze verantwoordelijkheid in betrokkenheid en wordt je kind zelf verantwoordelijk voor zijn keuzes. Toch spelen ouders in deze fase nog een belangrijke rol. Jongeren blijven vandaag de dag langer thuis wonen en zien hun ouders als belangrijke raadgevers, bijvoorbeeld in het studiekeuzeprocess. Ook blijkt uit recent hersenonderzoek dat de hersenen van jongeren langer dan eerder werd gedacht in ontwikkeling zijn. Dat heeft invloed op het vermogen van jongeren om goede (toekomst)keuzes te maken. Als ouder kun je je kind hierbij ondersteunen.

Als jij als ouder zo'n belangrijke rol speelt, is het dus des te belangrijker dat je je rol bewust vormgeeft. Alleen dan kan jouw kind rekenen op waardevolle begeleiding bij het maken van keuzes.

Dit boek is bedoeld om je te helpen die rol vorm te geven. Het helpt je je kind en de wereld waarin je kind opgroeit beter te begrijpen. Het geeft je inzicht in de moeilijkheid van het maken van toekomstkeuzes vandaag de dag. Stap

voor stap geef je jouw rol als begeleider van dit proces vorm, hoe groot of klein je deze rol ook wilt maken.

Kiezen is lastig

Het maken van toekomstkeuzes wordt door veel jongeren als lastig ervaren. Daar zijn uiteenlopende redenen voor:

- Het aanbod van opties is gigantisch en groeit maar door. Studiekeuzers kunnen uit meer dan 2500 hbo- en wo-opleidingen kiezen.
- Studiekeuzers van nu ervaren meer financiële druk. De invoering van het sociaal leenstelsel moet jongeren stimuleren bewuster een studie te kiezen.
- Er is weinig ruimte voor twijfel of onzekerheid. Social media presenteren vaak het perfecte plaatje, waardoor het soms lijkt alsof iedereen precies weet wat hij wil. Dat kan zorgen voor een extra gevoel van druk om de juiste keuze te maken.
- Studiekeuzers hebben moeite om zich een realistisch beeld van de opleiding te vormen. Veel jongeren oriënteren zich voornamelijk online, terwijl zelf ervaren cruciaal is om bewuste en passende keuzes te maken.

Doe je mee?

Natuurlijk kunnen we je alles leren over het opgroeien in deze tijd, over keuzeprocessen en studeren. Maar om jouw kind op een prettige en effectieve manier te kunnen begeleiden, is het waardevol om ook zélf aan de slag te gaan. Daarom vind je aan het einde van ieder hoofdstuk uitspraken van andere ouders waar je op kunt reageren:

‘hoe denk jij erover?’ In het deel ‘de rol van ouders anno nu’ stellen we je vragen over je kind, zijn keuze en ondersteuningsbehoefte. Waarom? Bewust of onbewust zullen jouw ervaringen met en ideeën over de thema’s uit dit boek jouw begeleiding beïnvloeden. Zie het als een aantal brillen waardoor jij naar je kind en de situatie kijkt. Door je bewust te worden van al die brillen, kun je ervoor kiezen brillen af te zetten. Dat maakt jouw begeleiding straks prettiger en effectiever, waardoor je kind betere keuzes zal maken.

Misschien lees je dit boek uit algemene interesse en heb je (nog) geen specifieke vraag. Of misschien heb je dit boek wel aangeschaft omdat je met je handen in het haar zit, omdat je kind is vastgelopen en je geen idee hebt hoe je hem verder kunt helpen. De kans is groot dat je kind je nu of straks nodig heeft bij het maken van keuzes voor de toekomst. De afgelopen jaren hebben wij veel ouders van jongeren met keuzestress ontmoet. Hieronder delen we enkele uitspraken. Welke zijn herkenbaar voor jou?

‘In mijn tijd was het een stuk makkelijker.’

‘Ik heb soms gewoon ontzettend veel medelijden met deze generatie jongeren,’ vertrouwde een vader ons toe. ‘Ik zie niet alleen mijn eigen kind, maar ook kinderen van vrienden worstelen met het maken van een passende studiekeuze. In mijn tijd was het echt een stuk makkelijker en overzichtelijker. Het aanbod was minder groot en we ervoeren nog geen financiële druk vanuit het leenstelsel.’

'Volgens mij is ze nog helemaal niet klaar voor zo'n grote keuze.'

Sommige ouders vinden het spannend dat hun kind gaat studeren en twijfelen of hun kind er al klaar voor is. 'Ze is pas zestien jaar en ik zie haar gewoon nog niet rondlopen op een hogeschool. Ik zou het fijner vinden als ze nog een jaartje wacht,' vertelde een moeder ons.

'Dat loslaten... pff, lastig!'

Ouders kennen hun kind goed. Soms zelfs beter dan het kind zichzelf kent, geven sommige ouders aan. Dan kan loslaten ontzettend lastig zijn. 'Hij wil zich inschrijven voor een opleiding waarvan ik zeker weet dat het absoluut niets voor hem is,' deelde een moeder met ons. Ze had zelf een andere opleiding in gedachten en wilde graag dat haar zoon die optie ging onderzoeken.

'Keuzevrijheid is ook een luxe!'

Regelmatig verzochten ouders dat het ook een luxe is: zoveel opties binnen handbereik. 'Ik heb destijds nooit echt het gevoel gehad dat ik een keuze h ad,' deelde een vader met ons. 'Mijn ouders waren behoorlijk sturend in de keuzes die ik maakte. Met als gevolg dat ik nooit echt het gevoel heb gehad dat het mijn keuze was. Stiekem droom ik nog wel van een carri eremove. Ik probeer dat met mijn eigen kinderen anders te doen en te laten zien dat het een luxe is om zoveel vrijheid te hebben in het maken van keuzes.'

Inhoud

Over ons 5

Over jou 11

Over dit boek 17

Deel 1

Hoofdstuk 1

Hoofdstuk 2

Hoofdstuk 3

Opgroeien anno nu 23

Jonge brains 24

Generatie Z 32

Hotel mama (en papa) 42

Deel 2

Hoofdstuk 4

Hoofdstuk 5

Hoofdstuk 6

Kiezen anno nu 45

De kunst van kiezen 46

De studiekeuze uitgelicht 51

Leren kiezen 60

Deel 3

Hoofdstuk 7

Hoofdstuk 8

Hoofdstuk 9

De rol van ouders anno nu 71

Jouw kind en zijn keuze 72

Jouw rol in het keuzeprocess 81

In gesprek met je kind 95

Deel 4

Hoofdstuk 10
Hoofdstuk 11
Hoofdstuk 12
Hoofdstuk 13
Hoofdstuk 14
Hoofdstuk 15
Hoofdstuk 16

Studeren anno nu 105

Van scholier naar student 106
Studievaardigheden 111
Studentenwelzijn 129
Het studentenleven 137
Studietwijfels 145
Studie-uitval 152
Het tussenjaar als optie 157

Tips 161

Nawoord 165

Opdrachten 167

Inspirerende boeken en websites 205

DEEL 1

Opgroeien anno nu

In dit deel stellen we de jongeren van nu aan je voor. We zoomen in op 'de puber' en bespreken wat we de laatste jaren te weten zijn gekomen over puberhersenen. En: hoe ziet de leefwereld van jongeren anno nu eruit? Wat is kenmerkend voor de Generatie Z waar jouw kind deel van uitmaakt? We bespreken welke factoren van invloed zijn op de manier waarop de jongeren van nu zichzelf en de wereld om zich heen bekijken en benaderen.

Hoofdstuk 1

Jonge brains

Over de puberteit: de start van het
'naar de volwassenheid toegroeien'.

DE PUBERTEIT De *puberteit* is een periode waar de meeste volwassenen met gemengde gevoelens op terugkijken. Tijdens de puberteit maak je grote veranderingen door. Meestal zie je dit bij kinderen vanaf ongeveer tien jaar. Ze maken een fysieke verandering door, maar veranderen ook in gedrag. De puberteit is de start van *adolescentie*, dat letterlijk betekent 'naar de volwassenheid toegroeien'. Als dit proces eindigt, betekent het nog niet dat een jongere volwassen is, hij ontwikkelt zich geestelijk verder tijdens de adolescentie. Pubergedrag is dus een goed teken dat je kind op weg is naar volwassenheid, ook al lijkt dat soms misschien niet zo...

HERSENONDERZOEK Tijdens de puberteit en adolescentie zijn de hersenen volop in ontwikkeling. De laatste jaren zijn experts steeds meer te weten gekomen over de ontwikkeling van de hersenen en werd deze ontwikkeling een belangrijke bron van informatie om gedrag

van jongeren te begrijpen. Dacht men tien jaar geleden nog dat de hersenen rond het twaalfde jaar wel uitontwikkeld zijn, nu blijkt die ontwikkeling door te gaan tot op z'n minst het 25ste levensjaar. Een reden voor Yvonne van Sark en Huub Nelis om het door hen geschreven boek *Puberbrein binnenstebuiten* tien jaar na dato opnieuw uit te geven. Ze publiceerden een geheel herziene editie dankzij de nieuwe inzichten in de hersenwetenschap én een totaal veranderde omgeving waarin de jongeren van nu opgroeien.

De hersenen zijn complex. Ze hebben veel verschillende functies en zorgen bijvoorbeeld voor het regelen van lichaamstemperatuur, ademhaling en beweging. Ook zijn de hersenen belangrijk voor geheugen, emoties en bewustzijn. Elk deel van de hersenen neemt een bepaalde functie op zich. Het zicht wordt bijvoorbeeld achter in je hersenen geregeld, in de *occipitale kwab*. Terwijl de *temporale kwab*, gelegen aan beide zijken van de hersenen, verantwoordelijk is voor de verwerking van het gehoor. Dat deze delen afzonderlijke functies hebben, betekent niet dat ze niets met elkaar te maken hebben. Door middel van *zenuwcellen* communiceren de delen met elkaar. Bij een simpele handeling, zoals het optillen van je kop koffie, zijn al verschillende hersengebieden actief en in verbinding met elkaar: je moet het kopje zien, inschatten welke afstand je naar het kopje moet overbruggen, je beweegt je arm en pakt met je fijne motoriek het oortje van de kop.

Je hersenen krijgen informatie binnen vanuit je zintuigen wanneer je iets ziet, ruikt, voelt of hoort. Deze *sensorische informatie* wordt door je hersenen verwerkt en je hersenen sturen vervolgens een reactie naar je lichaam. Hoe de hersenen sensorische informatie verwerken en welke reactie vervolgens wordt uitgezonden, is bij jongeren anders dan bij volwassenen. Dit komt doordat sommige hersengebieden nog niet volledig ontwikkeld zijn of juist erg actief zijn, of doordat de communicatie tussen bepaalde gebieden nog niet vlekkeloos verloopt. We zullen een aantal voorbeelden van de hersenontwikkeling geven, die het typische gedrag van jongeren in de puberteit kunnen verklaren.

WILLEN VERSUS KUNNEN De termen puberteit en adolescentie worden nog weleens door elkaar gebruikt. Toch zijn het twee verschillende fases in de ontwikkeling, zeker als je de ontwikkeling van de hersenen bekijkt. Tijdens de puberteit vindt een ontwikkeling plaats van de zogenoemde *limbische hersengebieden*. Deze hersengebieden zijn actief bij onder andere het voelen van emoties en het ervaren van genot, en ze zijn gevoelig voor beloning. Ook de wens tot autonomie – het zelf willen bepalen – wordt versterkt tijdens de puberteit.

De wil om autonoom te zijn is er, maar de vaardigheden om dit ook te kunnen, ontwikkelen zich pas later. De vaardigheden om zelfstandig te handelen en gedrag te overzien worden geregeld in de buitenschors van de hersenen, ook wel de *cortex* genoemd. Deze gebieden ontwikkelen zich pas later tijdens de adolescentie.

Een belangrijk onderdeel van de cortex is de *prefrontale cortex*. Deze bevindt zich in het voorste deel van de hersenen. In de prefrontale cortex worden *executieve vaardigheden* ontwikkeld. Executieve vaardigheden zorgen ervoor dat je taken op een doelgerichte manier kunt uitvoeren. Je kunt hierbij denken aan vaardigheden als prioriteiten stellen en je aandacht ergens op richten. Ook vaardigheden zoals het reguleren van emoties en het overzien van de lange termijn worden gereguleerd door deze prefrontale cortex. Dit belangrijke deel is pas uitontwikkeld rond het 25^{ste} levensjaar. Je begrijpt het al, je puber wil recalcitrant zijn eigen pad kiezen, maar ondertussen zie jij als ouder de langetermijneffecten van zijn plan al voor je... Als ouder zul je de kloof tussen willen en kunnen moeten overbruggen, bijvoorbeeld door te helpen met plannen.

MOTIVATIE WANNEER HET UITKOMT

'Ik heb m'n huiswerk niet gedaan,
maar daar kan ik niets aan doen,
mijn prefrontale cortex is nog
niet volgroeid.'

Te lang uitgesteld huiswerk, emotionele uitbarstingen en impulsief gedrag: het is aan de orde van de dag als je samenleeft met een jongere in de puberteit. Waar je kind thuis afspraken niet nakomt, blijkt diezelfde jongere in

een andere situatie, zoals bij een bijbaan, heel goed zijn eigen verantwoordelijkheid te kunnen nemen.

Het gebrek aan controle bij jongeren is minder groot dan we tien jaar geleden dachten, zo laten Van Sark en Nelis zien in *Het nieuwe puberbrein binnenstebuiten*. Dit komt omdat het *beloningscentrum* in de hersenen heel actief is. Als er aan een taak een (met name sociale) kortetermijnbeloning is verbonden, zullen jongeren motivatie voelen om deze taak te volbrengen. Bovendien kunnen zij, door een sterke verbinding tussen het beloningscentrum en de prefrontale cortex (die de executieve functies reguleert), voor deze taak plannen, verantwoordelijkheid nemen en verstandige keuzes maken. Tot het organiseren van een vakantie of het geven van een leuk feestje kan een jongere zich nu eenmaal makkelijker zetten dan voor het leren van een toets om een hoger cijfer te halen. In dit geval zou je kunnen zeggen dat die prefrontale cortex helemaal niet ‘onrijp’ is, maar juist superflexibel!

ROEKELOOS OF LEERGIERIG? Pubers zijn roekeloos en impulsief. Is dat een vooroordeel? Of zijn ze echt zo onverantwoordelijk als wordt gedacht? Grenzen opzoeken en uitproberen is voor jongeren ontzettend belangrijk om te ontdekken wie ze zijn. Wie ben ik? En: waar ben ik goed in? Dit zijn belangrijke vragen in de groei naar volwassenheid. De hersenen zijn op deze ontwikkeling afgestemd en zijn extra gevoelig voor correcties, consequenties en negatieve feedback: Ah! Dit werkt dus níet! Met andere woorden: de puberteit is een fase van onderuitgaan en leren van fouten. Uitproberen is ook de manier om te

ontdekken waar je goed in bent en wat je leuk vindt. In de jaren van adolescentie kunnen jongeren hobby's of interesses ontwikkelen die ze hun hele leven behouden. Als ouder kun je hier een bijdrage aan leveren door zowel aan te geven wat niet kan of mag en grenzen te stellen, als door je kind te stimuleren nieuwe ervaringen op te doen!

KOPIËREN EN PLAKKEN Als je aan je kind vraagt welk schoolvak hij het leukst vindt, dan is deze keuze meestal gebaseerd op de leraar en niet op de inhoud van het vak. Dit heeft te maken met de verhoogde activiteit van de *spiegelneuronen* in de hersenen, waardoor jongeren het gedrag en de attitudes van anderen kopiëren. Dit is in de puberteit de manier waarop jongeren emoties, attitudes en gedrag opmerken en zich in anderen verplaatsen. Als een leraar enthousiast is over zijn vak, dan is de kans groot dat een jongere die attitude kopieert.

Hetzelfde geldt natuurlijk ook andersom. Vraag je je af waarom jouw puber zich gedraagt als een klein kind tijdens een ruzie met jou? Als jij je opstelt als een autoritaire ouder, dan kun je niet verwachten dat je kind zich geduldig en reflecterend opstelt. Pas in een later stadium wordt de *theory of mind* ontwikkeld. Dit is het stadium waarin jongeren gedrag opmerken en begrijpen en vervolgens ook zien dat dit gedrag bij een ander hoort, en niet per se bij hen.

SOCIALE DIEREN Tijdens de puberteit onderzoeken jongeren ook hun sociale identiteit: hoe zien anderen mij? En hoor ik er eigenlijk wel bij? In de puberteit zijn jongeren

op zoek naar *groepsgeïktheid* en volgen zij de normen en waarden van de groep. Er niet bij horen is voor iedereen pijnlijk. Maar met name door jongeren wordt buitensluiting als enorm pijnlijk ervaren. Dit komt omdat het zogenoemde pijnnetwerk in de hersenen actief wordt. Dit is hetzelfde netwerk dat actief wordt als we stress ervaren van lichamelijke pijn. Volwassenen zijn vaak in staat om op een rationele manier om te gaan met deze pijn. Dit komt omdat hun prefrontale cortex ook geprikkeld wordt. De prefrontale cortex in de puberhersen wordt na afwijzing daarentegen niet geactiveerd. Uit hersenonderzoek blijkt dat zelfs een gesimuleerd computerspel een achtbaan aan emoties kan oproepen als je telkens wordt overslagen in een balspel.

Het *sociale brein* ontwikkelt zich beter wanneer een jongere zich in een gunstige sociale omgeving bevindt. De hersengebieden die bij het sociale brein horen worden actief als je je in een ander probeert in te leven en nadenkt hoe je met een ander kunt omgaan. Doordat ook het sociale brein nog in ontwikkeling is, kan in de puberteit een basis worden gelegd voor toekomstige sociale relaties. Het hebben van vrienden heeft dus een positief effect op de ontwikkeling van het brein.

De puberteit kan voor zowel jongeren als ouders knap lastig zijn. Hersengebieden die nog niet goed kunnen samenwerken of nog niet volledig ontwikkeld zijn, zorgen soms voor recalcitrantie, impulsiviteit en onverstandige keuzes. De puberteit is een fase die noodzakelijk is om naar de volwassenheid toe te groeien. Het hoort er nu

eenmaal bij. Bovendien zitten er ook leuke kanten aan: je kind creëert een eigen identiteit, ontwikkelt inlevingsvermogen en kan veel voor elkaar krijgen. Kortom, het is een uitdagende en leuke fase waarin ouders ook belangrijk zijn. Wat staat jou te doen in deze fase? Geef liefde en aandacht, ook al lijkt je puber dat niet te willen ontvangen. Heb begrip voor het pubergedrag. En ondersteun bij langetermijnvaardigheden als plannen. Je kunt het!

Hoe denk jij erover?

- ▲ 'Ik vind de puberteit echt de leukste fase van de opvoeding! We kunnen als volwassenen zoveel leren van pubers.'
- ▲ 'Als je met pubers in huis leeft, zijn ruzies niet te vermijden.'
- ▲ 'Jongeren hebben grenzen nodig. Ouders van nu kunnen niet meer streng zijn.'

Tips

We willen dit boek graag afsluiten met de belangrijkste tips die we je kunnen geven voor de begeleiding van de keuzeprocessen van je kind. We verwijzen bij de tips naar hoofdstukken waarin je meer informatie kunt teruglezen.

Tips

- Heb **vertrouwen** in je kind en in het proces. En minstens zo belangrijk: deel dat vertrouwen met je kind! ‘Het komt goed!’, ‘Jij kunt dit!’
- Keuzeprocessen zijn processen van **vallen en opstaan**. Help je kind te zien dat je van de ‘fouten’ kunt leren.
- Probeer **begrip** te hebben voor je kind, zijn leefwereld en de uitdagingen waar je kind voor staat. Lees over hersenontwikkeling en de uitdagingen van Generatie Z in hoofdstuk 1 en 2.
- Straal **positiviteit** uit rondom het keuzeproces. Laat zien dat het leuk is om op onderzoek uit te gaan, eigen keuzes te mogen maken en op die manier aan het roer van je eigen leven te staan!
- Zorg altijd voor een open en geïnteresseerde **houding**. Dat klinkt misschien vanzelfsprekend, maar het is lastiger dan je denkt. Probeer niet te oordelen, je mening of advies te geven. Luister écht, stel open vragen en toon respect voor de ideeën van je kind.

'ALS JE MAAR GELUKKIG WORDT', zeggen veel ouders als hun kind een studie-keuze moet maken. Het maken van toekomstkeuzes zoals de studie-keuze, wordt door veel jongeren als lastig ervaren. De druk om de 'juiste' keuze te maken is groot. Generatie Z worstelt met keuzestress en prestatiedruk.

Jongeren van nu zien hun ouders als belangrijkste raadgevers in het studiekeuzeproces. Hoe ga je hier als ouder mee om? Hoe begeleid je je kind in deze fase van de opvoeding?

Studiekeuze-experts **Loth van Veen** en **Michelle Gerlach** geven je inzicht in de leefwereld van je kind. Hoe werkt het puberbrein? Waarom is het maken van keuzes vandaag de dag zo lastig? Hoe verloopt het studiekeuzeproces? En wat kun je als ouder doen (en laten) om je kind hierbij te helpen?

Door verbinding met je kind te zoeken en je kind de juiste vragen te stellen, leer je je kind toekomstkeuzes maken die echt bij hem of haar passen. Het maken van bewuste keuzes geeft je kind regie over zijn of haar eigen loopbaan. **KIEZEN KUN JE LEREN!**

'Verrassend, toegankelijk, modern, reflecterend en kritisch: dit boek helpt zowel ouder als kind groeien én dichter bij elkaar te komen.'

- Yolanda Roosenstein, hoofdredacteur Ouders Online

'Leer je je kind hoe je moet kiezen, dan geef je een belangrijk levensgeschenk mee, dat misschien nog wel belangrijker is dan een goede studiekeuze.'

- Hermien Miltenburg, Oudervoorlichter Wageningen University & Research

'Een studie kiezen. Voor de een is het appeltje-eitje, voor de ander een enorm ingewikkelde zoektocht. Dit boek geeft informatie en tips en stelt vragen die jou als ouder zeker verder helpen.'

- Yvonne van Sark, adviseur en partner bij Youngworks en auteur van *Puberbrein Binnenstebuiten*



**KOS
MOS** **IN
TER
MIJN**

NUR 854
Kosmos Uitgevers,
Utrecht/Antwerpen

