

## De Studentenbijbel



Guido  
van Winden

# De Studenten bijbel

70 handvatten  
voor de mooiste  
tijd van je leven

2026 Prometheus Amsterdam

Alle rechten voorbehouden. Tekst- en datamining van (delen van) deze uitgave is uitdrukkelijk niet toegestaan.

© 2026 Guido van Winden  
Omslagontwerp Studio Rubio  
Foto auteur Prometheus  
Zetwerk ZetSpiegel, Leerdam  
[www.uitgeverijprometheus.nl](http://www.uitgeverijprometheus.nl)  
ISBN 978 90 446 6213 9

# Inhoud

1 Welkom in de mooiste tijd van je leven	7
2 Je papiertje halen	19
3 Steenrijk, straatarm	47
4 Vereenigt u!	71
5 Op kamers	103
6 Prestatiedruk	115
7 Experimenteren	127
8 De volgende stap	149
Voorbeeld-cv	153
De 70 handvatten	155
Verder lezen	161
Bronnen	163
Woord van dank	175



# 1 Welkom in de mooiste tijd van je leven

*'Life can only be understood backwards; but it must be lived forwards.'* – Søren Kierkegaard

## De baas spelen

Ik schrik wakker. De zon schijnt door de ramen mijn kamer binnen. De gordijnen hangen nog niet. Ik gris mijn telefoon van het nachtkastje. Leeg. Oud rotting. Mijn zes wekkers zijn niet afgegaan. Ik prik hem snel in de lader en ren in mijn onderbroek naar de klok in de woonkamer: tien voor negen. Over tien minuten begint mijn eerste tentamen ooit. Dat haal ik nooit meer. Als ik op mijn blote voeten terugloop, stap ik in een ondefinieerbare smurrie op de viscosevloerbedekking. Gadverdamme. Tijd om te douchen is er niet. Als

een bezetene raap ik mijn spijkerbroek en shirt van de grond, vis twee vieze sokken uit de wasmand en ren de deur uit.

Op de oude stadsfiets van mijn vader race ik over de Maasboulevard richting de Erasmus Universiteit. Altijd wind tegen. Nu al helemaal. Mijn banden had ik al een paar weken geleden moeten oppompen. Ik slinger mijn fiets naast het volle rek en ren de campus op. Dan besef ik het pas: ik heb geen idee in welke van de intimiderende gebouwen mijn tentamen is. Het duurt nog eens een kwartier voordat ik de juiste brutalistische betonnen bak heb gevonden. Bijna een halfuur te laat ren ik higgend de hal in, die nog sfeerlozer blijkt dan de buitenkant. Tot mijn grote blijdschap mag ik nog naar binnen.

In de tentamenzaal staan blokken van meer dan honderd bureaus in kaarsrechte rijen opgesteld. Aan de tafels zitten duizend studenten geconcentreerd boven hun blad. Even schieten de beelden van het Noord-Koreaanse parlement door mijn hoofd. Op basis van mijn studentnummer 409628 zoek ik mijn plek tussen de gelederen. Ondertussen denk ik terug aan wat de decaan op de open dag vertelde: 'Bij ons ben je echt geen nummer.' Ja precies, ja. Ik blijf helemaal achterin te zitten. Dat is het logische gevolg van je op de valreep inschrijven. Terwijl ik mijn plek zoek, galmen mijn voetstappen op de stenen vloer door de hele zaal. Zijdelings kijken studenten mij geïrriteerd aan. De

verstoorde blikken herken ik nog van de middelbare school.

Enmaal neergestreken in het juiste blok, geeft de surveillant mij het tentamenvel. Ze wil mijn identiteitskaart zien. Identiteitskaart? Ik kom toch geen sterke drank kopen? De zalmroze pasjes op de hoeken van de tafels vallen me nu pas op. Mijn portemonnee heb ik sinds dinsdag niet meer gezien. In mijn hoofd ga ik mijn smoezenarsenaal af, maar die bieden alleen een ont-snappingsroute bij niet gemaakt huiswerk en te laat komen. Toch begin ik eraan:

‘Gisteren is in de biebel mijn portemonnee door een...’

Zonder het te zien, voel ik de ergernis om me heen groeien. De surveillant kennelijk ook.

‘Doe geen moeite.’

Of ik na het tentamen even langs kan lopen. Hoofdschuddend wendt ze zich af, krabbelt iets op haar aftekeninglijst en loopt terug naar voren. Mijn aandacht verschuift naar het tentamen. Is het nou meerkeuze? Oké, diep ademhalen en focus.

*1. Volgens het model van Porter zijn er drie generieke concurrentiestrategieën. Welke hoort daar niet bij?*

a) Kostenleiderschap

c) Diversificatie

b) Differentiatie

d) Focus

Die laten we nog even open. Na anderhalf uur is de tentamenzaal zo goed als leeg. Als ik als een van de laatsten mijn antwoordvel inlever, meldt de surveillant dat ik het tentamen op 'eigen risico' heb gemaakt.

'In gebouw L kun je een paar formulieren invullen en afrekenen.'

'Afrekenen?'

'Ja, € 60 om je alsnog in te schrijven voor het tentamen. Daarna moet je professor het ook nog goedkeuren. Géén garantie voor een geldig cijfer.'

Lekker dan. Maar ik ben vooral opgelucht dat ik het tentamen nog heb kunnen maken. Daar had ik twee uur geleden een moord voor gedaan. Voor ik wegloop, heb ik nog één vraag voor de surveillant.

'Waarom mocht ik nog wel naar binnen terwijl het tentamen al lang en breed begonnen was?'

'Tja, als jij een halfuur minder tijd voor je tentamen wil, moet je dat toch echt zelf weten.'

Mijn ouders trokken me uit bed als ik me versliep. Ook als ik nergens heen hoefde, maar dan had ik me na een avond in de stad niet aan de afgesproken tijd gehouden. Op die ochtenden trok mijn vader de gordijnen nog een stuk vroeger open. Tot je eindexamens hijgen er constant mensen in je nek. Als je niet om halfnegen bij Nederlands zat, moest je nablijven, ook als je ruim voldoende stond. Bijna twee decennia regisseerden ande-

ren je leven. Dat is voorbij. Nu ben jij de baas. En daar ben je helemaal niet klaar voor.

Welkom in de mooiste tijd van je leven.

## **Op kamp**

Na wat omzwervingen kom ik terecht in een studentenhuus in Rotterdam met negen studenten uit alle hoeken van het land. Vanaf de buitenkant is het een statig herenpand met een prachtig versierde gevel. Eén blik door het raam helpt je uit die droom. Wie naar binnen gluurt, ziet alle illusies van een deftige woning als sneeuw voor de zon verdwijnen. In het algemeen geldt de regel: hoe afgetrapter het studentenhuus, hoe gezelliger het er is. De geur van generaties aan bacchanalen is niet meer uit het tapijt te schrobben. Aan de muren hangen collages van legendarische oud-huisgenoten en posters van feesten uit de jaren negentig. De keuken lijkt eerder een klushok en in de vriezer vind je een pasta die een paar introductieweken geleden weggegooid had moeten worden. Die oven! Alles wat je erin durft te stoppen, komt er radioactief weer uit. In de woonkamer staan rafelige hoekbanken met ondefinieerbare vlekken, een tot de nok toe met bier gevulde ijskast en een veel te dikke tv vergeleken met het decor.

De armoedige setting lijkt de bewoners niks te deren. Sterker: ze floreren erin. Net zoals de après-ski leuker is dan een borrel bij je schoonouders. Als je kleren en de omgeving al naar de haaien zijn, kun je je niet verstoppen.

Op de dag dat ik met mijn spullen bij mijn ouders vertrek, voelt het alsof ik op zomerkamp ga. Alleen weet ik dat ik voorlopig niet meer opgehaald zal worden. In mijn nieuwe huis trappen we de week af op zondag met het avondeten, waar je hoe dan ook aan meebetaalt. Zo blijft niemand bij zijn ouders hazen. Na dit gezamenlijke startschot liggen alle opties open. In de eerste weken schuif ik naar het puntje van mijn stoel als een van mijn huisgenoten een zin begint met ‘Moeten we niet...?’ Dat mondt uit in een verkleed Risk-toernooi tot diep in de nacht. In de maand dat *Fissa*, de slapste Nederlandse film ooit, uitkomt, kijken we hem vier keer. We bakken na het ontbijt een chocolade spacecake, kijken net iets te diep in de bakvorm en liggen vervolgens vier uur lang *Idols*-audities terug te kijken omdat we de afstandsbediening niet meer kunnen vasthouden. We stoken onze limoncello zo zoet dat het glazuur van je tanden springt. Tijdens een hittegolf zoeken we verkoeling in de Maas tussen de vlonders van de watertaxi’s. Het heldere moment dat je je afdroogt en over de skyline van de stad kijkt, geeft je een ingeving om een feestje voor die avond in de kelder te opperen. Niemand

is tijdens deze zwemsessie verdronken en het is immers alweer de laatste dinsdag van de week: dat moet gevierd worden! Op de terugweg bellen we al onze vrienden met het plan voor over een paar uur. Ze zijn er zonder uitzondering bij.

De eerste onstuimige maanden trekken als een waas voorbij. Na de eerste tentamenperiode lijkt iedereen zijn nieuwe plek te hebben gevonden en kabbelt het jaar voort met talloze onverwachte piekmomenten. Wie door het jaar heen zit te fluimen, moet doorbikkelen tijdens de hertentamens in juli. Maar na de laatste academische hordes breekt een eindeloze zomer aan. We vullen onze dagen in het park, met barbecues op de stoep of feesten bij de burens. Als augustus dan eindelijk daar is, zie je je vrienden en vriendinnen weer voor het eerst. De nieuwe lichtung staat te trappelen en het hele circus begint weer van voor af aan.

Vanaf de eerste dag dat je student bent, draaien de weekenden en wekdagen om. Op zaterdag heb je vermoeiende bijeenkomsten zoals familieverplichtingen en kringverjaardagen. Hierna heb je de vrije tijd tijdens de week verdiend om ervan te herstellen. Geen student heeft afspraken op dinsdagnacht. Daarom gebeurt dan alles. Na de eerste nachtelijke escapade verschuift je biologische klok met zeven uur. Vanaf nu loop je gelijk met de Costa Ricanen. Die levenshouding kun je ook maar beter overnemen: *pura vida*.

Het kampgevoel blijft de eerste jaren. Als jongste kijk je de kunst eerst af bij de oudere huisgenoten: de kampleiding. Althans, een soort van. Oudere studenten en volwassenen lijken wijs, maar zij doen ook maar wat. Daar kom je gauw genoeg achter.

## **Keuzestress**

Op de middelbare school staat het meeste vast. In de eerste jaren krijgt de hele klas nagenoeg dezelfde vakken. Voor je vakkenprofiel kies je eenmalig tussen vier smaken en daarna word je voor drie jaar ingeroosterd. Nu je vrij bent om te doen en laten wat je wil, sta je voor veel meer keuzes dan je gewend bent. Blijf je voorlopig bij je ouders of ga je direct uit huis? Word je lid bij een vereniging of kan je het alleen af? Word je een kroeg-tijger of leef je als een monnik? Je moet het allemaal zelf weten, maar kiezen kan best lastig zijn.

Meer keuzeopties zorgen niet per se voor een betere uitkomst. Stel, je wilt uit eten in je studentenstad. Probeer dan dit restaurant te vermijden: de italiaan zonder Italianen. Het decor is net een beetje shabby en de stoelen zijn van nepleer, net als de menukaart. Die bedelft je onder twintig opties voor antipasti, nog meer soorten pasta's en minimaal tachtig pizza's. Als je écht geluk hebt, staan er foto's bij de gerechten. Als de nep-Italiaan

de bestelling komt opnemen, raak je acuut in de stress en kiest maar snel wat gekst uit de enorme lijst. Bij het serveren van het eten kijk je waarschijnlijk beteuterd naar je bord als je het vergelijkt met de gerechten van de anderen. Je ging voor iets avontuurlijks, maar je had toch, zoals altijd, je favoriete pizza moeten bestellen.

Onderzoekers in Californië gaven studenten die het vak sociale psychologie volgden de mogelijkheid om bonuspunten te verdienen op hun tentamen. Ze moesten hiervoor een essay schrijven, maar de kwaliteit deed er niet toe. Het inleveren was genoeg om de bonuspunten te verdienen. De eerste groep kon uit zes onderwerpen kiezen, de andere groep kon uit alle dertig mogelijke onderwerpen kiezen. De studenten met minder keuzeopties leverden vaker een essay in, en de kwaliteit van de essays was ook nog beter.

Je kunt overweldigd raken bij te veel keuzes, omdat je bang bent de verkeerde te kiezen. Een film uitzoeken met vrienden is vaak kansloos. Je opent een streamer en gaat op zoek. Een kwartier later staat er nog niks aan en is de helft alweer op social media aan het scrollen. Als je in een afgelegen vakantiehuisje alleen *Harry Potter en de Steen der Wijzen* op een oude dvd vindt, zitten jullie binnen de kortste keren naar een paar tieners op een toverschool te kijken.

Het overweldigende gevoel van geen keuze kunnen maken noemen we keuzeverlamming: je raakt verlamd