



HOOFDSTUK 1

Hoe jongeren keuzes maken



Hoe maken jongeren keuzes in een steeds complexer wordende realiteit? En hoe kun je hen ondersteunen in het maken van een krachtige studie- of beroepskeuze? Het is in de eerste plaats van belang om het publiek waar we het over hebben even voor ogen te houden. Hoe zitten jongeren eigenlijk in elkaar?

1.1 Waarom jongeren zijn zoals ze zijn

Wanneer je aan jongeren denkt, komen al snel de clichés naar boven: de jeugd van tegenwoordig is lui, tegendraads, komt niet uit bed, vertoont risicogedrag, is snel tevreden, denkt niet aan de toekomst, is prikkelbaar, rebels en kan de gevolgen van zijn gedrag niet inschatten. Klinkt weinig hoopvol, niet?

Maar herinner je nog je eigen tienerjaren, puberteit en adolescentie? Was je ook zo? En klaag je ondanks dat toch weleens over pubers en tieners?



Men kan tal van oorzaken van jeugdproblemen aanwijzen: de instabiliteit van sociale instituties, de meningsverschillen in gezinnen tussen ouders en kinderen die tegen gezag rebelleren, de toename in levensstandaard en de daarmee gepaard gaande consumptiebehoefte en, niet in de laatste plaats, de grotere seksuele vrijheid als gevolg daarvan.

– Jean-Pierre Falret, psychiater

Jean-Pierre Falret, Frans psychiater – geboren in 1794, gaf al aan dat jongeren rebels zijn. Ook tijdgenoten van Socrates schreven reeds over de slechte manieren van de jeugd en het gebrek aan eerbied dat ze hadden, en op een kleitablet van ongeveer 2000 voor Christus deed iemand zijn beklag over de verdorven en bandeloze jeugd. Klagen over tieners is echt van alle tijden.

Jongeren zijn dus niet direct het meest ideale publiek om te begeleiden in hun onderwijsloopbaan. Maar wanneer we weten waarom ze zijn zoals ze zijn, en dat ze op een gegeven moment de volwassenen worden waar wij zo energiek op hebben ingezet, dan is het allemaal de moeite waard.

1.1.1 Hormoonhuishouding

Vaak worden hormonale veranderingen als de grote boosdoener en oorzaak van het typische pubergedrag aangewezen. Hormonen hebben wel degelijk invloed op hoe we ons voelen. Onder invloed van specifieke hormonen worden bepaalde hersengebieden geactiveerd. Daarnaast hebben ze ook een organiserende en sturende invloed op de ontwikkeling van de hersenen.

'Last hebben van je hormonen' is iets wat we al gauw associëren met opgroeiende jongeren.

We denken daarbij snel aan geslachtshormonen, maar ook andere hormonen hebben invloed op het gedrag van mensen. Zo geeft het lichaam in de puberteit steeds later het slaaphormoon melatonine af. Hierdoor bevinden pubers zich in een soort van continue jetlag. De oproep om scholen later te laten starten komt dus niet uit het niets. Het slaapttekort dat tieners opbouwen zorgt daarbij voor extra stress, via het hormoon cortisol. Dit heeft dan weer invloed op de groei en de werking van de hersenen. Zo komen tieners soms in een vicieuze cirkel terecht.

Hoewel hormonale veranderingen belangrijk zijn, zijn ze niet de hoofdoorzaak van het typische tienergedrag. Hiervoor moeten we kijken naar wat er zich allemaal in de ontwikkeling van de hersenen afspeelt.

1.1.2 Ontwikkeling van de hersenen

We worden geboren met een hersenvolume van ongeveer 350 gram. Een volwassen brein weegt al snel zo'n 1,3 kilogram.

Voor de geboorte maken we al meer dan 200.000 hersencellen per minuut aan. Tot de leeftijd van 5-6 jaar groeit het aantal cellen door. 90% van de ontwikkeling van de hersenen gebeurt al voor de leeftijd van 5 jaar. Lang is gedacht dat ons brein dan zo goed als klaar was, maar dat is niet het geval. Niet alleen het volume van onze hersenen neemt toe, ook de structuur kent een grote evolutie.

Hersenen bestaan uit neuronen (zenuwcellen) met uitlopers, die we axonen en dendrieten noemen. Die uitlopers bevatten synapsen die zorgen voor contact met andere zenuwcellen. Bij onze geboorte heeft elk neuron in onze hersenen ongeveer

2500 synapsen. Tegen de leeftijd van 3 jaar zijn dit er al maar liefst 15.000 per hersencel. Synapsen communiceren met elkaar via neurotransmitters. Deze stoffen zorgen zo voor verbindingen in onze hersenen. Bekende neurotransmitters zijn adrenaline, serotonine, endorfine en dopamine.

Door dit proces ontstaat er een uniek neurale netwerk, een bekabeling als het ware die voor elke persoon anders is. Dit netwerk is een mix van genetische aanleg en invloeden van de omgeving. Een talent voor taal wordt bijvoorbeeld heel typisch toegeschreven aan erfelijkheid. 'Onze dochter heeft papa's talenknobbel meegekregen.' Maar een kind dat bijvoorbeeld in een taalarme omgeving opgroeit, zal minder talige verbindingen in de hersenen hebben. Onze opvoeding heeft wel degelijk invloed op de hersenontwikkeling. Een heel duidelijk voorbeeld van de invloed van de omgeving zagen we bij de val van de Roemeense dictator Ceaucescu in 1989. Hierna werden in Roemenië tal van weeshuizen met verwaarloosde kinderen ontdekt. Velen van hen hadden een zeer zware mentale en fysieke achterstand, omdat ze opgesloten hadden gezeten en geen omgevingsprikkels hadden kregen.

Het netwerk dat elk van ons ontwikkelt, is een samenspel van *nature* en *nurture*.

1.1.3 Grijze en witte materie

Neuronen vormen de 'grijze materie' in onze hersenen. Wanneer we ouder worden, zullen onze neuronenvormen meer en meer ingekapseld worden met myeline, die eerder wit lijkt. Deze witte stof zorgt ervoor dat de communicatie tussen hersencellen tot 3000 keer sneller kan gaan. Een ware upgrade dus.

Dit proces begint al voor de geboorte, achteraan in de hersenen. Tegen de tijd dat we tiener zijn, is deze evolutie al vergevorderd, maar nog niet klaar. Het voorste deel van de hersenen maakt als laatste deze overgang naar 'witte materie' mee. Hier bevindt zich nu net de frontale cortex, het deel van de hersenen dat verantwoordelijk is voor onze executieve functies: planning, organisatie, impulscontrole (zelfbeheersing), beoordelingsvermogen, werkgeheugen, beheersing van emoties.

Executieve functies zijn belangrijk voor het aansturen van complex en doelgericht gedrag. Ze zijn ook een goede voorspeller voor schoolprestaties. Ze zorgen ervoor dat we onze aandacht ergens op kunnen richten, prioriteiten kunnen stellen en een overzicht hebben op lange termijn.



Bij tieners communiceert dit deel van de hersenen over het algemeen trager dan de rest van hun hersenen. Hierdoor nemen andere delen het soms over. Een van die delen is de amygdala, het emotionele centrum van het brein. Het verklaart veel van het typische tienergedrag. Het slecht inschatten van de gevolgen van hun gedrag, dingen zeggen of doen die ze moeilijk kunnen controleren, hun korte aandachtsspanne en onverklaarbare stemmingswisselingen. Die slaande deur, die ondoordachte opmerking, die plotse huilbui...

Doordat het grootste deel van hun hersenen wél snel communiceert, maar hun frontale cortex nog niet, worden jongeren vaak ook overschat. Zo zijn ze bijvoorbeeld in staat om technische hoogstandjes te leveren en de meest ingewikkelde app te programmeren, maar kan het maken van een eenvoudige planning de grootste problemen opleveren.

Toch is het niet zo eenvoudig te stellen dat het puberende brein gewoon nog onrijp is. We weten dat de witte materie toeneemt, maar ook in de grijze materie waar de verbindingen gemaakt worden, gebeurt er heel wat. Crone en Dahl noemen het adolescente brein, na een meta-analyse van heel wat hersenonderzoek, vooral flexibel. Wanneer je bijvoorbeeld een beroep doet op creativiteit, dan wordt het prefrontale gebied namelijk wel intensiever gebruikt. Ook wanneer

er sociale relaties op het spel staan, of bij taken waarvoor ze meer gemotiveerd zijn, werkt dit hersengebied van jongeren harder. Waar ze dus nog niet altijd het volle potentieel van hun prefrontale cortex aanspreken, blijkt dat jongeren dit in bepaalde omstandigheden wel degelijk kunnen.

Er is nog heel wat onontgonnen werk op het vlak van de neuropsychologie. Momenteel kennen we slechts het topje van de ijsberg. In ieder geval is het belangrijk te weten dat het brein van jongeren nog niet helemaal af is en op vele vlakken nog heel flexibel, gevoelig aan de context en vatbaar voor training. Het brein van jongeren is dus nog volop *under construction* en heeft nog een enorm groeipotentieel.



Soms geven we kinderen te vroeg op en hebben we het gevoel dat ze al gedoemd zijn tot een bepaald lot, maar vanuit biologisch perspectief zijn er nog steeds heel veel mogelijkheden voor verandering tijdens de tienerjaren.

– Dr. Jay N. Giedd, *neurowetenschapper*

Dit ontwikkelingsproces is niet de enige reden van het typische tienergedrag. Er speelt ook een andere logica in de hersenen van jongeren.

1.1.4 Het beloningscentrum van onze hersenen

Misschien zag je ooit een filmpje van het beroemde marshmallow-experiment. Het test de wilskracht van kinderen. Kinderen jonger dan 6 jaar krijgen één marshmallow. Als ze wachten tot de onderzoeker – die de testruimte verlaat – terugkomt, krijgen ze er twee. De onderzoeker geeft hierbij geen duidelijke tijdsindicatie. De kinderen weten dus niet wanneer er iemand terugkomt. Het onderzoek richtte zich op het uitstellen van beloning en frustratie, maar leverde vooral heel leuke beelden op. De wilskracht om voor de grotere beloning op de lange termijn te gaan, is niet magisch ontwikkeld vanaf 6 jaar. Experimenten bij tieners tonen aan dat ook zij hier niet goed in zijn. Wanneer je een tiener de keuze geeft tussen twee euro nu of vijf euro binnen twee weken, is de kans groot dat hij zal kiezen voor de snellere beloning. De voorkeur voor de grotere beloning op langere termijn ontwikkelt zich gedurende de adolescentie. Pas bij jongvolwassenen zien we dat ze alleen kiezen voor de onmiddellijke beloning als de uitgestelde beloning even groot of kleiner is.

In een onderzoek (Achterberg, Peper et al. 2016) werden jongeren onder een MRI-scanner gelegd. De onderzoekers konden afleiden dat de frontale cortex minder werd ingezet wanneer de jongeren moesten nadenken over beloning nu of later. De verbinding tussen de frontale cortex en het limbisch systeem is namelijk belangrijk om een beloning te kunnen uitstellen.

Het maken van een studiekeuze is nu bij uitstek een activiteit die niet direct een beloning zal opleveren. Nadenken over gevolgen en mogelijke positieve uitkomsten op lange termijn is dus sowieso moeilijker voor tieners. Daarbij kunnen jongeren zich ook nog niet goed voorstellen hoe de toekomst eruitziet. Studiekeuze en beroepskeuze zijn voor hen dus echt een ver-van-je-bedshow.

1.1.5 Zelfinzicht en zelfreflectie

Psycholoog Erik Erikson (1968) leerde ons dat de vaardigheid om onze identiteit vorm te geven zich in de adolescentie ontwikkelt. Jongeren gaan dan door een crisisfase, een periode van onzekerheid en verwarring waarbij ze op zoek gaan naar wie ze precies zijn. Juist in deze fase vragen we van hen om toekomstkeuzes, zoals hun studie, te maken.

Wie ben ik? Welke doelen heb ik? Dit zijn geen eenvoudige vragen. Interesses en competenties zijn voor jongeren namelijk nog geen uitgemaakte zaak. Bovendien worden keuzes niet alleen bepaald door wie je bent, maar ook door wie je graag wilt zijn of wilt worden. En om de cirkel rond te maken, bepalen de keuzes die je in je leven gemaakt hebt ook weer wie je wordt. Ook voor volwassenen kunnen interesses en vaardigheden een leven lang evolueren.

Dat is in de fase van identiteitsontwikkeling uiteraard extra moeilijk. Ten eerste ontbreekt het jongeren aan ervaring om écht te weten wat bij hen past. Veel toekomstmogelijkheden en beroepen kennen ze nog niet. En we weten ook al dat het voor jongeren moeilijker is om langetermijnconsequenties te overzien.

Ook hoogleraar Michiel Westenberg van Universiteit Leiden stelt dat jongeren pas later in staat zijn om beroepskeuzes te maken. Samen met collega's van de afdeling Kinder- en Jeugdpsychologie stelde hij een schaal van psychosociale ontwikkeling op. Hierbij worden jongeren tussen 8 en 25 jaar ingedeeld in vier fasen van ontwikkeling, onafhankelijk van hun kalenderleeftijd. De groei naar volwassenheid

verloopt duidelijk trager dan de lichamelijke en cognitieve ontwikkeling. Pas in de derde fase, die plaatsvindt tussen 17 en 21 jaar, groeit het zelfinzicht, met andere woorden: dan gaat de jongere zichzelf en anderen beter begrijpen. Het doorlopen van die derde fase is dus nodig om keuzes te kunnen maken die bij jezelf passen.



Jongeren zijn pas tussen 17 en 21 jaar toe aan het beantwoorden van de identiteitsvraag. Het is dus geen wonder dat velen moeite hebben met hun studiekeuze.

– Michiel Westenberg, hoogleraar Ontwikkelings- en Onderwijspsychologie

Moeten we dan massaal wachten tot jongeren 21 zijn om hen toekomstkeuzes te laten maken? Natuurlijk niet. Jongeren ondersteunen en helpen inzicht in zichzelf te krijgen kan hen verder helpen in het maken van keuzes. Hoe jongeren hierin heel concreet te ondersteunen, lees je in deel 5 en 6 van dit boek.

Het is vooral van belang om te beseffen dat jongeren een groeipotentieel hebben. Er zitten enorme verschillen in het tempo waarin adolescenten zich ontwikkelen. Sommigen zitten op hun 14e al aan hun toppotentieel, anderen doen er veel langer over. Dit wordt vaak vergeten. Volgens Westenberg is dat niet vreemd. Verschillen tussen personen van dezelfde leeftijd in dezelfde klas springen nu eenmaal meer in het oog. Maar we mogen niet vergeten dat het om rijpingsverschillen gaat. We zijn te vaak geneigd jongeren te oriënteren naar richtingen op basis van hun huidige potentieel, en vergeten de groeimarge die er nog is.

1.1.6 Enkele typische denkfouten in het tienerbrein

Doordat de samenwerking tussen de frontale cortex, het beloningscentrum en het emotionele centrum (amygdala) niet altijd optimaal verloopt, ontstaan er verschillende denkfouten in het tienerbrein. Sommige daarvan zullen je zeker niet vreemd voorkomen.

Vanaf de geboorte hebben we een zelfbewustzijn, al is dat in het begin nog relatief eenvoudig. Zo zal een kind dat jonger is dan twee het kindje dat het in de spiegel

ziet speelgoed aanreiken. Pas vanaf twee jaar groeit het besef dat we een eigen ik hebben en dat we onszelf zien in de spiegel. Zo groeit het bewustzijn dat ons helpt om een onderscheid te maken tussen onszelf en de buitenwereld. Hoe ouder we worden, hoe meer lagen ons zelfbewustzijn krijgt. In de puberteit komt er een nieuwe laag bij. Jongeren ontwikkelen in deze periode een sociale identiteit. Wie ben ik in relatie tot een groep? Hoor ik er écht bij? Hoe zien anderen mij? Tieners krijgen daardoor het gevoel dat ze continu bekeken en beoordeeld worden door anderen. Ze stoppen dan vaak met het typische kindergedrag dat ze leuk vonden. Ze rennen niet meer rond op de speelplaats, ze gaan zich anders kleden en willen er graag bij horen. Hoe graag ze als kind ook met barbiepoppen speelden, als tiener geloven ze zelf niet meer dat ze dat ooit leuk vonden.

Jongeren worden daarbij extreem gevoelig voor wat anderen denken. Ze ontwikkelen een 'imaginair publiek' dat overal aanwezig is. De schijnwerpers zijn steeds op hen gericht.

Op de lagere school vonden ze het nog fijn om tot aan de schoolpoort gebracht te worden en een kus te krijgen. Wanneer ze tiener zijn, willen ze om de hoek afgezet worden, en mag er vooral niet gezwaaid worden als anderen dat kunnen zien. Ze denken dat iedereen zal merken met welke auto ze gebracht worden, hoe oud hun fiets is of dat iedereen oog heeft voor dat plukje haar dat omhoog staat... en vrezen het oordeel dat daarbij hoort en de bijbehorende reputatieschade.

Wanneer ze afwijzing ervaren, voelt dit letterlijk als het ervaren van lichamelijke pijn. Uit hersenonderzoek blijkt dat bij volwassenen naast het emotionele centrum, ook de prefrontale cortex actief is bij afwijzing. Zo kunnen we op een rationelere manier nadenken over de pijn die we ervaren. Bij pubers is dit niet het geval, de prefrontale cortex wordt niet geactiveerd en de jongere ervaart enkel de emotie van de afwijzing. Dit verklaart ook waarom ze in hun puberteit zo gevoelig zijn voor wat anderen denken.

Aardig gevonden worden is daarbij een belangrijke factor. Tieners spenderen veel tijd aan het nadenken over wat anderen van hen vinden. Is het stom wat ik doe? Wat zullen anderen denken van de keuze die ik gemaakt heb? Kiezen wat je vrienden kiezen of een studiekeuze maken gebaseerd op de status die daarbij hoort, is dus niet zo vreemd, aangezien het zelfbewustzijn van jongeren nog in volle ontwikkeling is.

Door hun imaginair publiek voelen jongeren zich vaak ook het middelpunt van de aandacht. Dit noemen we de 'persoonlijke fabel'. Wanneer er iets fout gaat kijken ze eerst naar zichzelf: 'Het is altijd mijn schuld!', 'Waarom overkomt mij dit nu weer!' en 'Die leerkracht heeft een hekel aan mij.'

Tot slot ontwikkelen jongeren een soort van naïef idealisme. Ze hebben het gevoel dat ze de wereld gaan veranderen. Klimaatjongeren gaan niet enkel betogen uit groepsdruk, maar geloven oprecht in een betere wereld. Volwassenen doen weleens meewarig over hun engagement. Het lijkt wel of deze jongeren geloven dat ze de eersten ooit zijn die demonstreren voor een betere leefwereld. Toch schuilt er achter dit ongenueanceerd idealisme een mooie schatkaart aan waarden om te ontdekken. Waarden zijn een belangrijke parameter die ons innerlijk kompas mee vorm geven, en zo mee onze richting gaan bepalen. Meer over waarden en het innerlijk kompas is te vinden in deel 6.

Al deze zogenaamde denkfouten zijn belangrijk en noodzakelijk in de identiteitsontwikkeling van jongeren. Ze zorgen uiteraard voor een hoop uitdagingen, maar bieden aan de andere kant ook kansen. Zo reageren de hersenen van jongeren sterker op positieve feedback. Vertel hen dus vooral wat ze wél goed doen en kunnen in plaats van te benadrukken wat ze nog niet kunnen.

1.2 Gevolgen voor studiekeuzebegeleiding



Het is niet eerlijk om van tieners te verwachten dat ze op een volwassen manier beslissingen nemen terwijl hun hersenen nog niet af zijn.

– Dr. Jay N. Giedd, neurowetenschapper

Jongeren volledig zelfstandig laten kiezen werkt dus niet. Ze hebben behoefte aan structuur en begeleiding. Structuur aanbrenge helpt jongeren om door de bomen het bos te zien. Probeer verschillende keuzeopties samen mét hen naast elkaar te leggen en de gevolgen van een keuze mee helder te krijgen. Denk hierbij ook aan gevolgen op middellange en lange termijn, want dit is voor de jonge studiekeizer juist extra moeilijk. Je kunt hierbij vragen stellen als: Wat zou er gebeuren als je

dit kiest? Hoe zou je dag er dan uitzien? Tot welke beroepen leidt dit dan? Ken je mensen die dit doen?

Je kunt hen helpen om deze voorstelling helder te maken door ze te laten netwerken, te laten meelopen of op andere manieren beroepen te leren kennen. Jongeren kunnen ervaringen opdoen in een vakantiebaantje, bij vrijwilligerswerk, of op een meeloopdag. Laat hen vooral verschillende zaken uitproberen, zodat het voor hen makkelijker wordt om zich voor te stellen hoe een bepaalde sector of een bepaald beroep eruitziet.

Aangezien jongeren nog heel wat groeipotentieel hebben, is het van belang om hen de weg te wijzen naar hóe ze moeten kiezen, eerder dan hen zelf te laten kiezen. Zo leren ze werken aan hun studiekeuzeprocess en loopbaancompetenties, en gaan ze stap voor stap leren kiezen. Meer hierover in het volgende deel. Maar eerst sta ik graag nog even stil bij verschillende soorten kiezers.

1.3 Soorten kiezers

Studiekiezers indelen in profielen kan op heel wat manieren. Al zeg ik er hier al direct bij dat een indeling waarbij we jongeren in een hokje plaatsen nooit volledig juist kan zijn. Sommigen vertonen misschien wel meer kenmerken van een bepaald profiel, maar nog vaker gaat het om een combinatie van profielen. Houd zeker ook voor ogen dat een profiel in de loop van het keuzeprocess nog kan wijzigen.

1.3.1 Volgens de manier van kiezen

In 1995 definieerden Scott en Bruce vijf keuzestijlen.

- ⇒ Bij de *rationele stijl* worden alternatieven zorgvuldig afgewogen en geëvalueerd.
- ⇒ Mensen die een *intuïtieve stijl* hanteren, vertrouwen meer op hun gevoelens en intuïtie bij het maken van een keuze.
- ⇒ Bij de *vermijdende stijl* stelt de kiezer de keuze uit en vermijdt deze het liefst.
- ⇒ Mensen met een *afhankelijke stijl* vragen eerder advies bij anderen en volgen dit sneller op.
- ⇒ Tot slot is er nog de *spontane stijl* waarbij een kiezer heel snel en impulsief beslist.

Uit later onderzoek van Parker, De Bruin en Fischhoff (2007) en van Baval'aer en Orosavá (2015) blijkt vooral dat de rationele en intuïtieve stijl beter is dan de andere stijlen. Het welbevinden achteraf is beter, er is minder stress bij het kiezen zelf en kiezers hebben minder spijt.

Maar natuurlijk maakt niet iedereen keuzes die puur op één stijl gebaseerd zijn. Afhankelijk van het soort keuze dat gemaakt moet worden, is iemand meer rationeel (kiezen van een vaatwasmachine), intuïtief (kiezen van een café om iets te drinken), afhankelijk (kiezen van een cadeau voor mijn tante), vermijdend (kiezen van het hout voor het terras) of spontaan (kiezen voor chips bij een avondje televisie). Deze indeling van keuzestijlen leert ons op zich dus niet zo heel veel over studiekeizers.

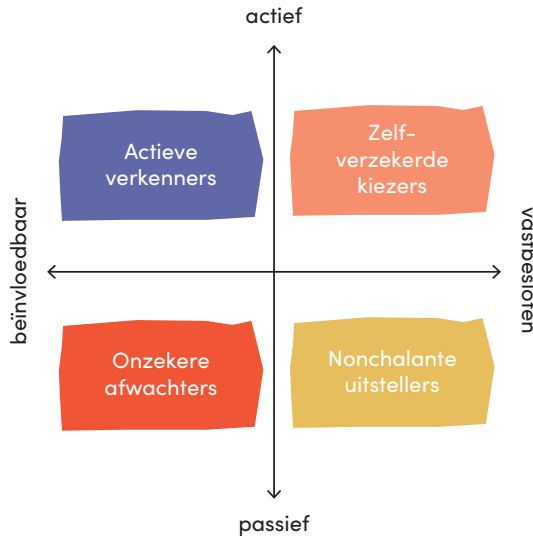
Een andere indeling die gebaseerd is op de manier van kiezen is wat Barry Schwartz *maximizers* en *satisficers* noemt in zijn boek *The paradox of choice – why more is less*.

Maximizers willen de beste keuze maken die er is. Ze overwegen zorgvuldig alle opties met voor- en nadelen. Over het algemeen maken zij betere keuzes, maar ervaren ze ook meer stress. Satisficers zijn snelle kiezers. Ze weten waaraan de keuze ongeveer moet voldoen en gaan snel voor een van de eerste opties die daaraan voldoet. De term werd voor het eerst gebruikt door Nobelprijswinnaar voor economie Herbert A. Simon. Hij combineerde de termen *satisfying*, voldoening gevend, en *sufficing*, voldoende zijn.

Ook hier hanteren mensen niet één stijl. Hoewel we vaak een voorkeurstijl hebben, zullen we toch bij andere soorten keuzes een maximizer of satisficer worden. Zo ben ik zelf een maximizer wanneer het gaat om een vakantie die ik wil boeken. Ik kan uren tot dagen blijven zoeken naar een beter vakantiehuisje, een mooiere streek of een goedkoper ticket. Wanneer ik echter een restaurant moet kiezen, ben ik een satisficer. Hoe eerder ik op een terras zit, hoe liever. Uren blijven rondlopen is niet aan mij besteed.

1.3.2 Volgens de mate van activiteit en vastbeslotenheid

Een meer bruikbare manier om naar kiezers te kijken is volgens hun mate van beïnvloedbaarheid en hun mate van activiteit. Zo kunnen we op twee assen, van beïnvloedbaar tot vastbesloten en van reactief tot actief, vier profielen herkennen.



De *zelfverzekerde kiezer* is actief en vastbesloten. Deze jongeren hebben een duidelijk idee van wat ze leuk vinden en wat niet. Ze nemen veel eigen initiatief om een goede keuze te maken. Deze kiezers hebben een goed overzicht van de stappen die ze nog moeten ondernemen om tot een keuze te komen. Alleen brengen ze die niet altijd goed tot uitvoering. Ze zijn dus zeker gebaat met wat hulp in het plannen van deze stappen. Denk niet te snel dat een zelfverzekerde kiezer een juiste keuze zal maken. Door hun vastberadenheid gaan ze soms te snel. Ze maken soms een keuze op basis van verkeerde informatie of te weinig onderzoek. Voorbeeld: 'Ik vind biologie nu erg leuk, dus de richting wetenschappen is zeker iets voor mij.' Hierbij bestaat de kans dat ze onterecht bepaalde mogelijkheden uitsluiten. Vraag dus zeker goed door.

Kamiel was altijd al geïnteresseerd in vliegtuigen. Het was zijn favoriete speelgoed toen hij klein was, hij verzamelde er boeken over en is een vat vol weetjes over verschillende soorten vliegtuigen. Het was al van jongs af aan zijn droom om piloot te worden. Tijdens zijn secundair onderwijs ontdekte hij dat daar een behoorlijk goede wiskundige kennis voor nodig is. Dat schrikt Kamiel wel af, want wiskunde is niet zijn sterkste vak. Integendeel. Daarom is Kamiel vastbesloten op zoek gegaan naar een andere optie in de luchtvaart. Zo kwam hij de professionele bachelor Luchtvaarttechnologie tegen. Zodra hij iets over deze opleiding las, was hij verkocht.

Wat Kamiel echter niet deed, was goed in de diepte kijken naar welke wiskunde er in deze opleiding aan bod komt. Hij keek ook nooit breder dan luchtvaart. Hij wordt hier zo door aangetrokken dat hij nog niet heeft onderzocht of er nog andere sectoren zijn waar hij ook enthousiast over kan worden. Ook dit is belangrijk om een goede keuze te maken.

Een tweede profiel is ook vastberaden, maar wel reactief van aard. We noemen deze kiezers *nonchalante uitstellers*. Ze hebben op zich wel een duidelijk beeld van de toekomst, maar wachten vooral af om stappen te ondernemen. Hun toekomstbeeld is nog vrij vaag. Ze zoeken bijvoorbeeld 'iets met ondernemen'. Het is vaak moeilijk om hen te motiveren om dit beeld concreter te maken. Liefst nemen ze een minimum aantal stappen om een keuze te maken. Bij deze kiezers is het belangrijk hen verschillende mogelijkheden aan te bieden om te exploreren. Een moment op school waarop leerlingen uit andere richtingen uitleg geven is een goed idee. Houd je nonchalante uitstellers wel in het oog, om te kijken of ze op zo'n moment voldoende gaan exploreren. Help hen hierbij, bijvoorbeeld door een opdracht te geven.

Siham is iemand die graag met mensen omgaat. Ze zit in de jeugdbeweging en vindt het leuk om te babysitten. Ze heeft een vlotte babbel en mensen uit haar omgeving vertellen weleens dat ze een goede leerkracht zou kunnen worden. Siham weet niet zeker of dit iets voor haar is, maar voelt ook nog geen behoefte om andere zaken te gaan onderzoeken. Ze weet dat er veel richtingen bestaan waarbij je met mensen kunt werken en ze vertrouwt erop dat ze wel een richting zal vinden die bij haar past. Het is voor haar moeilijk om concreet te maken wat ze dan precies met mensen wil doen. Daarom stelt ze de keuze steeds uit.

Aan de andere kant van het spectrum vind je de beïnvloedbare kiezers. Ze laten zich graag leiden door anderen. Ook hier onderscheiden we twee profielen volgens hun mate van activiteit.

Actieve verkenners gaan graag zelf actief op zoek. Ze hebben nog geen concreet beeld van hun toekomst, maar ze willen heel graag een weloverwogen keuze maken door meer te ontdekken en uit te proberen. Wanneer ze dichterbij een keuze komen, ontwikkelen ze zich tot zelfverzekerde kiezers. Deze jongeren zijn geholpen met een klankbord, iemand die hen helpt reflecteren. Het aanbieden van structuur is voor hen vaak de hulp die ze nodig hebben om een keuze te maken.

Sam heeft in februari de SID-in bezocht. Deze Studie-informatiedagen vinden jaarlijks plaats. Alle instellingen voor hoger onderwijs, Defensie, Politie, het Centrum voor Leerlingenbegeleiding (CLB) enzovoort zijn daar aanwezig. Sam keek uit naar deze dag. Hij had al een lang lijstje met mogelijke richtingen en wilde deze goed gaan verkennen. Hij is echter volledig verward thuisgekomen. De keuze is nog veel moeilijker geworden. Hij bracht een berg aan brochures mee. Kiezen tussen de verschillende instellingen, daar had hij nog niet over nagedacht. Er blijkt wel wat verschil in de manier waarop deze richtingen worden aangeboden. En daarnaast kwam hij nog andere richtingen tegen die hij interessant vond. Zo is de politieopleiding plots ook een optie geworden. Hierdoor verliest Sam even de moed.

Tot slot hebben we de *onzekere afwachters*. Deze jongeren hebben geen gevoelsmatige voorkeur voor een bepaalde studierichting. Ze hebben herhaaldelijke aansporingen vanuit hun omgeving nodig om actie te gaan ondernemen. In tegenstelling tot nonchalante uitstellers zijn ze heel beïnvloedbaar. Het liefst zouden ze willen dat iemand anders de keuze voor hen maakt, op basis van goede argumenten. Ze vragen soms letterlijk: 'Wat denk jij dat ik moet doen?' Daarin schuilt een grote valkuil. Wanneer je hier advies gaat geven en letterlijk gaat zeggen wat je denkt, zijn ze snel geneigd dat idee te volgen. Ga liever in gesprek met de jongere en stel vragen. Laat hen zelf het antwoord formuleren en vul ze zeker niet voor hen in. Geef hen het advies om met verschillende mensen over hun studiekeuze te spreken. Zo krijgen ze een breder en meer genuanceerd beeld. Deze jongeren ervaren vaak drempels bij het maken van keuzes. Dit is ruimer dan enkel de studiekeuze. Over het algemeen zijn ze ook afwachtend bij een eenvoudige