

Jongeren overzien niet goed wat ze doen

# Kiezen is moeilijk zonder keuzekwab

Kiezen is moeilijk. En al helemaal voor jongeren, want het puberbrein kán helemaal niet kiezen, zo blijkt. 'Het zou het mooiste zijn als iemand mij precies kan vertellen wat ik moet doen en me bij elke stap begeleidt. Maar ja... die bestaat niet.'

Door **Aimée Kiene** Illustraties **Yvonne Kroese**

**E** mmy (19) uit Enschede: 'Ik vind nooit iets écht heel erg leuk. Ik heb altijd gezegd dat ik graag presentatrice zou willen worden, de nieuwe Linda de Mol, zeg maar. Maar je zit in de derde klas en dan heb je eigenlijk helemaal niet door dat je iets moet gaan kiezen of wat dan ook. Op je 14de wil je niet hard werken, dan wil je gewoon zo min mogelijk werk hebben, dan wil je gewoon spelen.'

Na de havo ging Emmy even naar de opleiding Small Business in Haarlem, ze deed de deeltijdstudie communicatie in Amsterdam, schreef zich in voor media- en entertainmentmanagement, opnieuw in Haarlem, maar begon er niet aan omdat er iets mis ging met de inschrijving. Nu is Emmy terug in Enschede en ze wil nog graag weer een opleiding doen - al heeft ze geen idee welke.

'Bij het kiezen van de studie zou het het mooist zijn als iemand mij precies kan vertellen wat ik moet doen en me bij elke stap begeleidt. Maar ja... die bestaat niet.'

Veel jongeren weten na de middelbare school niet wat ze willen met hun leven; laat staan dat ze weten wat ze willen gaan studeren. Uit de Keuzemonitor2009, een landelijk onderzoek van de website DeDecaan.net waaraan meer dan 10 duizend middelbare scholieren hebben deelgenomen, blijkt dat 10 procent van de studenten binnen een jaar stopt met de studie, 15 procent kiest binnen een jaar voor een andere studierichting.

Eén op de vijf examenleerlingen is niet zeker over de gekozen vervolgopleiding, blijkt uit het onderzoek. Ze zeggen vooral onzeker te zijn doordat zij uit te veel opleidingen kunnen kiezen en omdat ze

nog niet weten wat hun doel in het leven is.

## Geruststellend

Na deze sombere cijfers is er één geruststellende mededeling: de jongere zelf kan er niks aan doen dat hij niet weet waarvoor hij nu werkelijk warm loopt. Dat kán hij nog helemaal niet weten, want zijn hersenen zijn niet in staat die vraag te beantwoorden.

Uit onderzoek blijkt steeds duidelijker dat de

hersenen in de puberteit nog niet af zijn. De frontalkwab, ook wel keuzekwab genoemd, is nog niet rijp. Daardoor denken pubers alleen aan gevolgen van hun gedrag en hun keuzes op korte termijn. Emoties hebben de overhand, het overzicht ontbreekt. Jongeren hebben geen helicopterview over hun handelen en kunnen niet goed vooruit plannen. Ze hebben, kortom, nog niet het overzicht om nú iets te kiezen waar ze later gelukkig van worden.

Dat staat in het boek *Puberbrein Binnenstebuiten*, waarin Huub Nelis (historicus) en Yvonne van Sark (politicoologe, zij verdiepten zich al jarenlang in de jongerencultuur), beschrijven dat het lastig kiezen is voor het puberbrein.

Uit het boek: 'Vroeger werd je bakker omdat je vader bakker was. Je ging van school om je ouders in de winkel te helpen (...). Of als je geluk had, stuurden je ouders je naar de hbs en de universiteit om dokter of notaris te worden. (...) Pubers van nu groeien op met de wetenschap dat 'jeugd' in een vergrijzende samenleving een felbegeerd goed is. Zij leven en kiezen vanuit het idee dat er voor hen altijd werk zal zijn. Nog even eindexamen doen en de poorten van het land

van de onbegrensde mogelijkheden openen zich. Maar in werkelijkheid blijkt de weg naar een passende baan door een verwarrend doolhof te voeren.'

Huub Nelis: 'Het is complex voor jonge mensen om te achterhalen: wat past bij mij? Hun zelfbeeld is niet scherp; soms overschatten ze hun talenten, soms onderschatten ze die. De ene dag zijn ze best tevreden, maar op de open dag zien ze vierdejaars aan de slag en denken ze: dat ga ik nooit redden.'

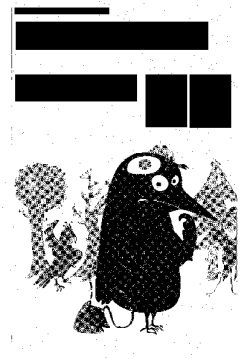
'Het is ook moeilijk om eigen interessen te formuleren, zonder factoren van buitenaf mee te laten spelen: mijn vriend gaat dat doen, deze studie is alleen in Maastricht - maar daar wil ik niet heen, mijn ouders verwachten dit en dat van mij. Dat zijn oneigenlijke argumenten die toch heel vaak de doorslag geven bij een studiekeuze.'

Is er dan helemaal geen hoop meer? Gelukkig wel. Nelis: 'Een jongere moet toegeven: ik kan het niet alleen, ik heb hulp nodig bij het maken van een goede keuze. Je hebt iemand nodig die je coacht, die jou helpt je zelfbeeld scherp te krijgen. Die doorvraagt en onderzoekt waar echt jouw hart ligt.' (zie rechts: hoe volg je je hart)

## Zelfinzicht

Zo iemand is Annemarijke de Graaf (47), studiecoach uit Spijkenisse. Als je je vrienden niet vertrouwt, of bang bent dat je ouders je een richting uit zullen dwingen, kun je bij een studiecoach terecht, die je onafhankelijk adviseert over de toekomst.

Volgens De Graaf is haar voornaamste bedoeling het zelfvertrouwen en het zelfinzicht te verhogen van de jongeren die bij haar komen. 'Ik vraag me af: wat houdt ze bezig, wat zit erin en wat doen ze ermee? Pubers hebben vaak een



negatief zelfbeeld, waardoor het moeilijk voor hen is keuzes te maken. Ik probeer het zelfvertrouwen op te vijzelen door actief op zoek te gaan naar hun kwaliteiten en voorkeuren.

'Ik spreek een paar keer af met een jongere, altijd zonder dat hun ouders erbij zijn. Dit om te voorkomen dat ze mij sociaal wenselijke antwoorden gaan geven. Ik heb nooit de houding: ik zal jou dit eens allemaal leren. Ik kan de mogelijkheden laten zien, maar de scholier maakt uiteindelijk de keuze. In het onderwijssysteem wordt meestal gezocht naar wat je niet kunt, mijn benadering is positiever. Ik probeer uit te zoeken: wat kun je wél. Ik ga op zoek naar mogelijkheden en kansen.'

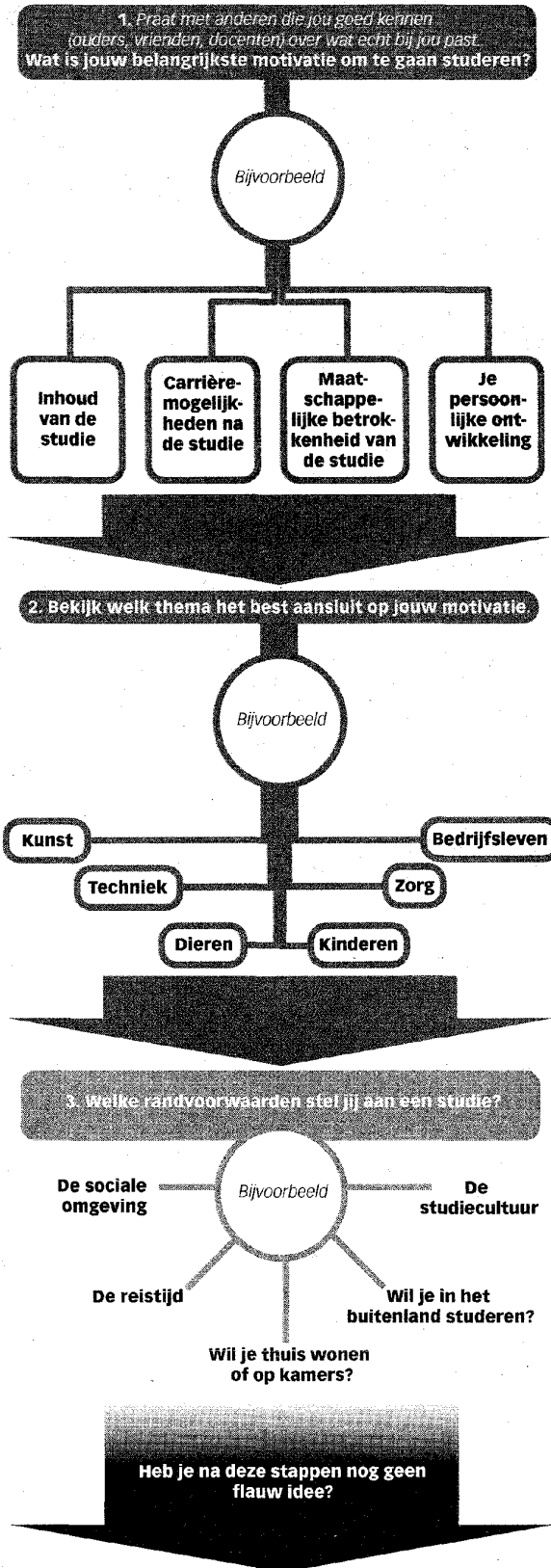
**Ansichtkaarten**

De Graaf gebruikt een heleboel hulpmiddelen om erachter te komen waar het hart van haar scholieren harder van gaat kloppen. Behalve de standaard beroepkeuzetesten laat ze ze hun kwaliteiten en vaardigheden benoemen aan de hand van kaartjes met steekwoorden, laat ze hen erop los associëren met kleurige Ansichtkaarten, en let ze intussen op taalgebruik en lichaamstaal. Zo nodig geeft ze huiswerk (zoek studies die in aanmerking zouden komen), of gaat ze mee naar een open dag.

Na afloop van vier tot acht bijeenkomsten krijgen haar klanten een 'niet-bindend' advies. De Graaf: 'Ik zeg nooit: ga werktuigbouwkunde doen, of: jij moet de verpleging in. Ik beschrijf waar iemand goed in is en wat hij leuk vindt. Nogmaals: de keuze is niet aan mij, ik ben een wegwijzer.'

'Oneigenlijke argumenten geven vaak de doorslag bij een studiekeuze'  
 'Vroeger werd je gewoon bakker omdat je vader bakker was'

HOE VOLG JE JE HART IN HET DOOLHOF VAN OPLEIDINGEN?



Overweeg het volgen van het oriëntatiejaar aan de Hogeschool van Amsterdam of Het Vrije Jaar aan de Vrije Hogeschool in Driebergen. 'Een jaar om je eigen talenten beter te leren kennen en om na te denken over wat je wilt studeren.'