

22 JANUARI

# TOEKOMSTGERICHT KIEZEN: AI & HET PAD NAAR HBO OF WO

DOORSTROOM VO-MBO-HO  
MIDDEN-NEDERLAND



22 JANUARI

# TOEKOMSTGERICHT KIEZEN: AI & HET PAD NAAR HBO OF WO

DOORSTROOM VO-MBO-HO  
MIDDEN-NEDERLAND

**Denk niet te hard na bij kiezen –  
hoe begeleid je het keuzeproces  
van studenten?**

Jarst Frans en Orit Ben-Michaël

# Programma

- Wat is van invloed op keuzes maken?
- Zelfkennis is keuzekennis
- Oefening!



Denk eens terug aan jouw eigen studie-of beroepskeuze:

Als je terugkijkt op het keuzeproces, waar ben je dan tevreden over? En wat had je liever anders gedaan?



# Wat zien wij?

**Studenten die blijven twijfelen, vergelijken, uitstellen**

**Met de druk dat ze moéten kiezen**

**En bang dat ze de verkeerde keuze maken**

*Hoe komt dit terug in jouw werk met studenten/leerlingen?*



*Teveel keuzes*

*Puberbrein*

Waarom is twijfelgedrag  
logisch en normaal?

*Druk om het  
goed te doen*

*Geen probleem, maar  
een ontwikkelingsfase*

# Puberbrein

- Eveline Crone

In de pubertijd is de prefrontale cortex nog (lang) niet ontwikkeld

Dit heeft invloed op executieve vaardigheden

- *Consequenties op lange termijn overzien*
- *Plannen*
- *Relativeringsvermogen*

*Wat betekent dit voor jouw begeleiding?*





# Keuzestress

- Barry Schwartz

The Paradox of choice!

- *Maximizer*
- *Satisficer*

*\*Tel hier nog eens bij op: druk uit de maatschappij, zichzelf, ouders, etc.*

*Wat betekent dit voor jouw begeleiding?*





# Kiezen als (ontwikkel)proces

- Otto Taborsky

- 1 Bewustwording – besef dat je een keuze te maken hebt
- 2 Accepteren van keuzeonzekerheid – toestaan dat je het nog niet weet
- 3 Oriënteren – informatie verzamelen over jezelf en de mogelijkheden.
- 4 Opties vergelijken en verdiepen – welke opties passen bij jouw criteria (interesses, kwaliteiten)
- 5 Je besluit nemen – je hakt een knoop door en staat achter je besluit
- 6 Uitvoeren – je komt in actie met energie en daadkracht

*Wat betekent dit voor jouw begeleiding?*



WAKE UP  
CALL!

# Wat vraagt dit van ons?

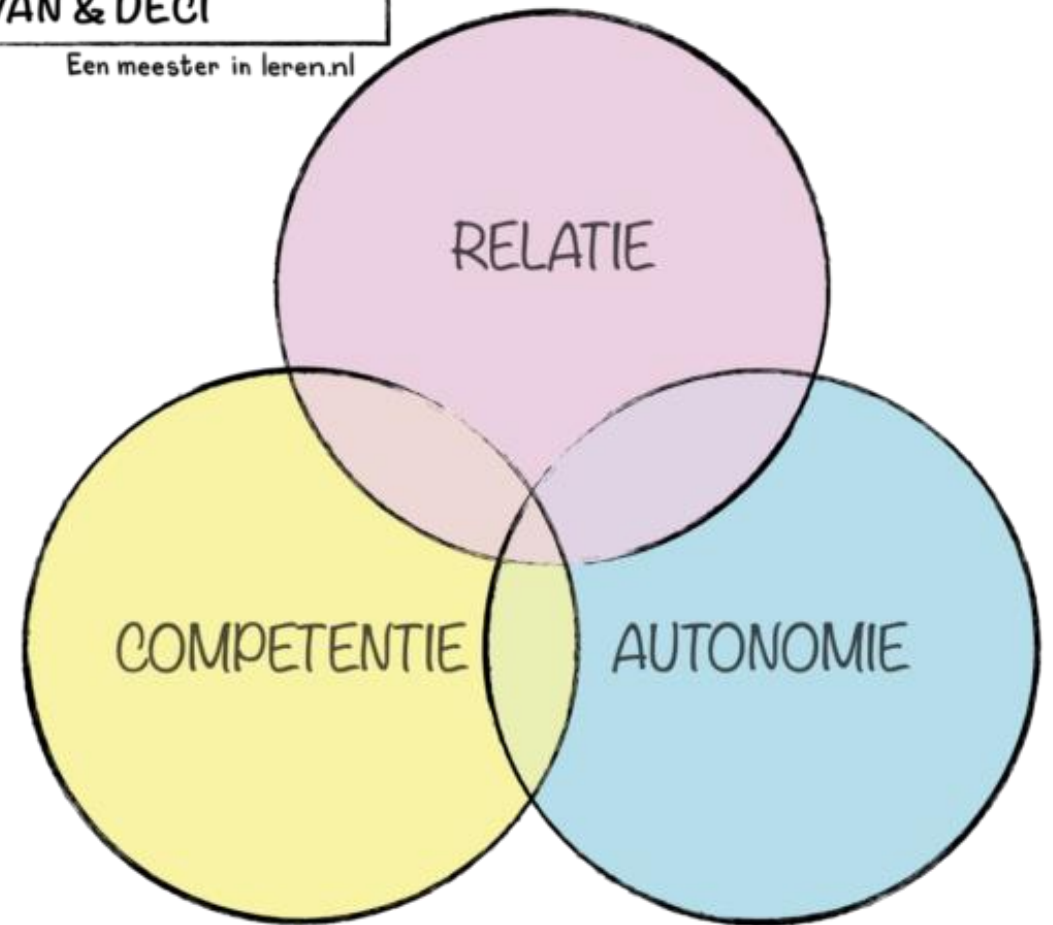
**Studentbegeleiding = Relatie & verbinding**

*Wat betekent dit voor jouw begeleiding?*

DETERMINATIETHEORIE

RYAN & DECI

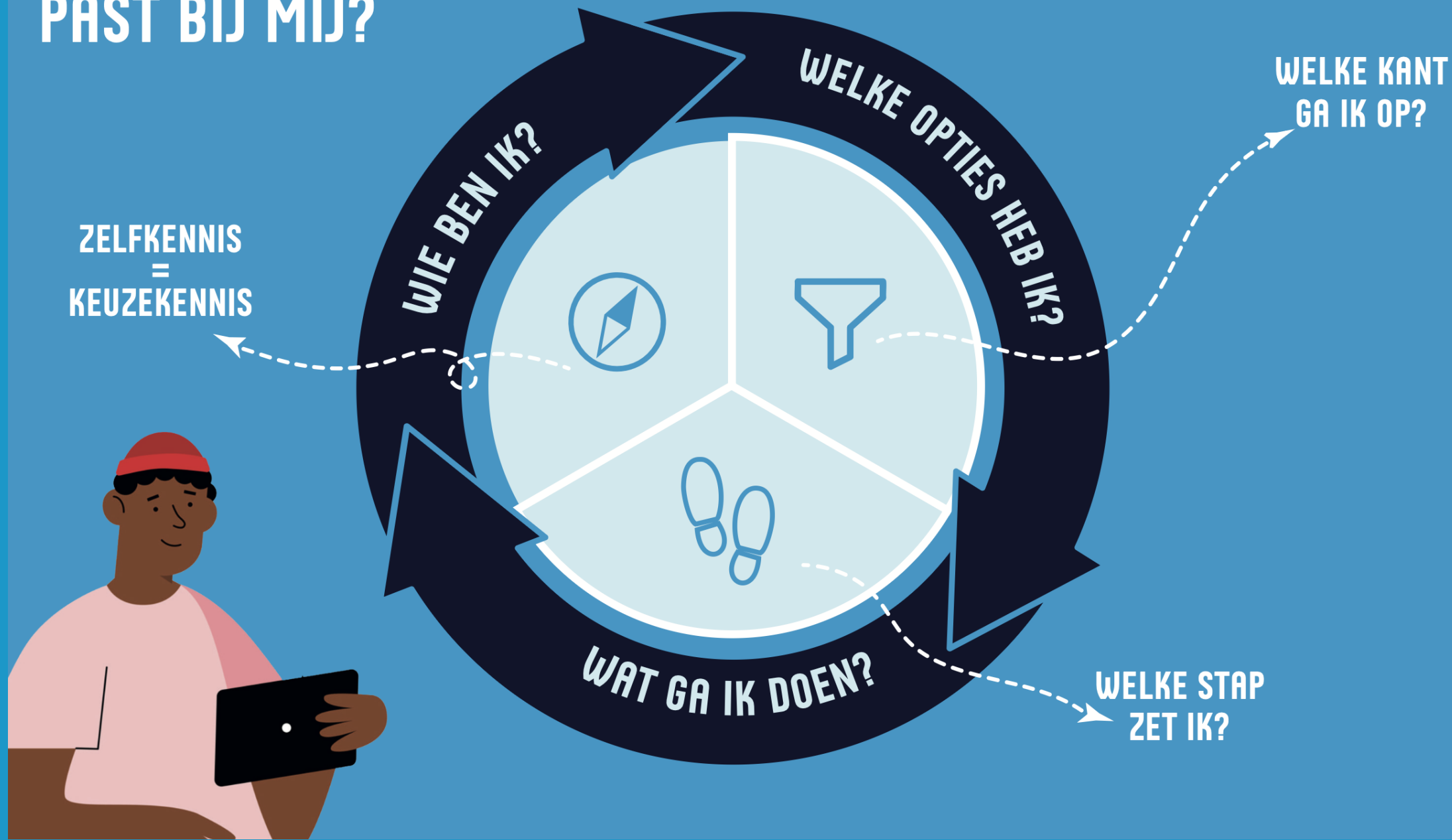
Een meester in leren.nl



Zelfkennis = Studiekeuzekennis



# WELKE STUDIE PAST BIJ MIJ?



# AI

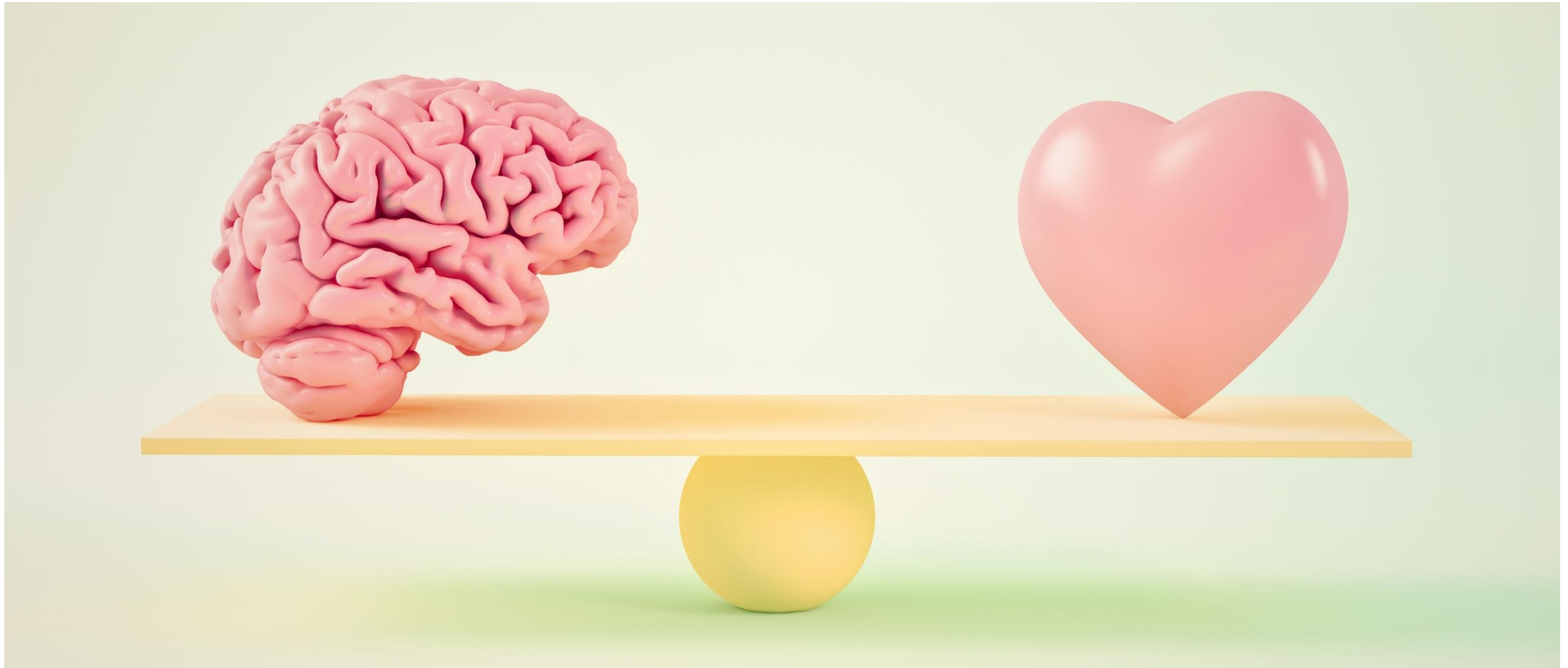
## Kiezen vanuit zelfkennis als basis

- *AI te gebruiken als check/ter inspiratie*
- *Daarna: reality check. Klopt het voor mij?*



# ChatGPT

# Denk niet te hard





# Oefening: vloerankers

22 JANUARI

# TOEKOMSTGERICHT KIEZEN: AI & HET PAD NAAR HBO OF WO

DOORSTROOM VO-MBO-HO  
MIDDEN-NEDERLAND

Dank voor de aandacht!

AI helpt met kiezen.

Jij helpt met het geven van feedback.

22 JANUARI

# TOEKOMSTGERICHT KIEZEN: AI & HET PAD NAAR HBO OF WO

DOORSTROOM VO-MBO-HO  
MIDDEN-NEDERLAND

