



## Stoppen of doorgaan

Onderstaande vragenlijst helpt je om een goed beeld te krijgen van de redenen die meespelen in je studietwijfel. Als je deze lijst eerlijk invult helpt dit om je argumenten op een rijtje te krijgen. Dit helpt je om tot een weloverwogen en gemotiveerd besluit te komen.

## Over je voorbereiding voor deze studie

Hoe goed heb je georiënteerd op je studiekeuze? Welke activiteiten heb je gedaan?  Geef jezelf een <u>cijfer</u> ?	
Wat maakte dat je vond dat deze studie bij je paste?	
Waarin verschillen je verwachtingen die je had met de werkelijkheid?	
In hoeverre was het een keus van jezelf of had je omgeving een sterke invloed op je studiekeuze?	
Welke studies stonden nog meer in je top 5?	

## Over het programma:

Welke vakken vind ik leuk? Wat vind ik er leuk aan?	
Welke vakken vind ik niet leuk? En wat maakt dat ik het niet leuk vind?	
Hoe zit de rest van het programma in elkaar.  Welke 'leuke' vakken krijg je nog en welke minder 'leuke'	
Hoeveel % van de vakken vind ik niet leuk?	

## Studeerproblemen

Studie is veel moeilijker of makkelijker dan ik had gedacht	
---	--



De werkvormen zijn anders dan gedacht	
Ik weet niet hoe ik het studeren aan moet pakken?	
Ik ben het overzicht kwijt?	
Het lukt me niet om in deze online tijd goed te studeren.	

## Over de sfeer op de opleiding

Positieve aspecten van de sfeer?	
Negatieve aspecten van de sfeer? (groepen te groot, te klein, teveel aandacht, te weinig etc etc)	
Medestudenten vallen tegen	
Docenten vallen tegen	

## Andere factoren die mee kunnen spelen

Reistijd valt tegen.	
Ik krijg de financiën niet rond.	
Andere activiteiten vragen veel tijd en aandacht? (bijbaan, sport, hobby)	
Ik heb te maken met ziekte of persoonlijke omstandigheden waardoor ik me niet kan focussen op m'n studie	
Ik heb zorgen waardoor ik me niet kan focussen op m'n studie.	

## Conclusie & acties

Welke conclusies trek je uit bovenstaande	
Welke acties moet je ondernemen?	



Als je de checklist serieus hebt ingevuld kun je gaan afwegen wat belangrijk is.

Voor een toekomstige keuze is het belangrijk dat je ontdekt wat tegengevallen is en wat dus blijkbaar belangrijk is om volgende keer anders te doen. Bespreek je twijfels ook altijd met belangrijke mensen om je heen, bijvoorbeeld met je ouders, goede vrienden, of met de decaan van je studie. Pas nadat je het goed besproken hebt met iemand anders kun je een weloverwogen beslissing nemen. Als je er in je eentje over blijft piekeren loop je de kans om in gedachtencirkeltjes te blijven ronddraaien. Door je twijfels en gedachten hardop uit te spreken kun je je ideeën toetsen en krijg je nieuwe inzichten.

## Hulp nodig?

Als je er niet goed uitkomt, dan kun je ook bellen om hier eens verder over door te spreken. Een korte vraag kan altijd gratis, heb je meer tijd nodig dan kunnen we een afspraak maken voor een coachgesprek.

Telefoon Ciska : 06 18993425

email : [ciska@jouwstudiecoach.nl](mailto:ciska@jouwstudiecoach.nl)

website : [www.jouwstudiecoach.nl](http://www.jouwstudiecoach.nl)

