

Naam Login: PT\_2105demosvm001

Organisatie Proeftuin

Geboortedatum

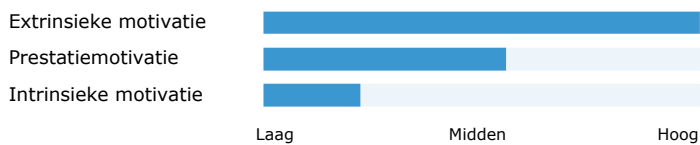
Testdatum 22 mei 2024



## Competenties - Top 3



## Motivatie



## Studievaardigheden



## Ondersteuningsbehoefte

Hiervoor heb je ondersteuning nodig:

- Bepaalde vakken



## Welzijn



Angst/depressieve gevoelens



Faalangst



Veiligheid

Op de volgende pagina's staat per onderdeel een korte uitleg.

## Rapportage Uitleg



### Competenties

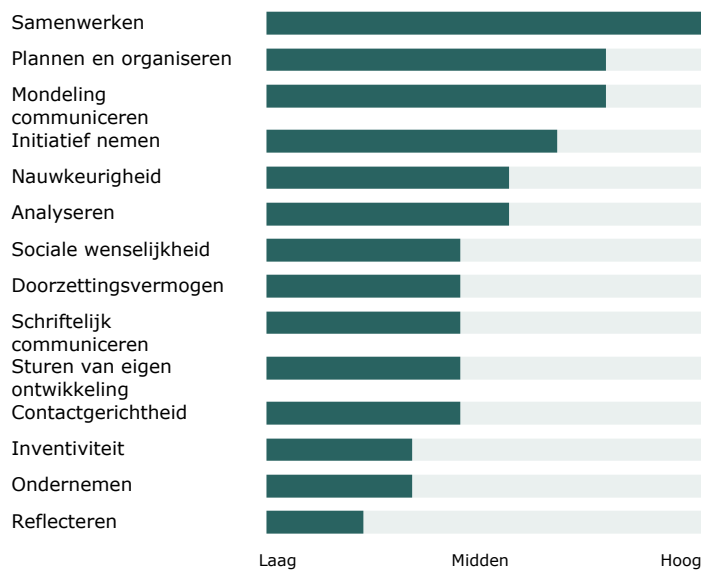
In de Studievoortgangsmeter zijn je competenties gemeten. Wij vroegen jou waar je goed in bent, en waarom.

**Jouw antwoord: doorzetten. als ik iets lastig vindt, ga ik door totdat ik het kan of snap.**

Je kan jezelf de volgende vragen stellen:

- Welke competenties zijn belangrijk voor jouw studie?
- Welke competenties zou je willen verbeteren? Heb je een idee hoe je deze zou kunnen oefenen?

#### Jouw competenties:



### Motivatie

In de Studievoortgangsmeter is je motivatie gemeten. Motivatie is nodig om aan studiewerk te beginnen en je best te doen. Misschien wil jij vakken die je leuk vindt extra goed doen. Of wil je juist hard werken om een goede baan te krijgen.

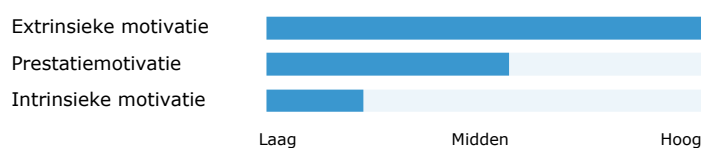
**Je geeft aan dat jouw reden om de studie te volgen niet veranderd is.**

**Jouw belangrijkste reden om de studie te doen: moest van mijn ouders opleiding doen**

Om te zien wat jouw reden is om je studie te doen kan je jezelf de volgende vragen stellen:

- Is jouw reden om deze studie te doen veranderd? Waarom denk je dat dit veranderd is?
- Wat is nu jouw belangrijkste reden om de studie te doen?
- Welke vakken vind je leuk? En welke vind je minder leuk?

#### Motivatie





## Studievaardigheden

Studievaardigheden helpen je bij het leren. Hoe beter jouw vaardigheden zijn, hoe makkelijker en beter je nieuwe dingen kunt leren.

**Je vond de volgende studievaardigheid belangrijk: samenwerken**

**Je gaf jezelf het volgende cijfer voor deze vaardigheid: 8**

Denk eens na over de volgende vragen:

- Welke andere studievaardigheden zijn goed en helpen jou bij je studie?
- Welke studievaardigheden zou je willen verbeteren?
- Kijk ook nog eens naar je competenties. Kunnen de competenties waar je goed in bent jou helpen bij het studeren?

**Als je studieplanning moeilijk vindt:**

- Probeer van tevoren in te schatten hoeveel tijd een opdracht gaat kosten. Mocht je dit lastig vinden, vraag dan hulp hierbij
- Probeer een opdracht in stukken te verdelen
- Beslis van tevoren wanneer je aan je huiswerk gaat zitten. Schrijf dit in je agenda of zet het in je telefoon. Misschien is het ook handig om het aan iemand te vertellen. Die kan jou dan hierop controleren, bijvoorbeeld een vriend/vriendin of een ouder/verzorger.

### Studievaardigheden



## Ondersteuningsbehoefte

Iedereen kan soms wel wat hulp gebruiken bij de studie. Bijvoorbeeld omdat je een vak moeilijk vindt, of omdat je thuis problemen hebt.

### Geen ondersteuning nodig

Voor de volgende punten heb je geen ondersteuning nodig:

- Leren van vaardigheden
- Ziekte of lichamelijke beperking
- Mentale problemen of psychologische beperkingen
- Problemen thuis of op school
- Voortgang studie
- Iets wat je studie beïnvloedt

Mocht dit veranderen dan kun je dit altijd aangeven bij je mentor of begeleider.

### Wel ondersteuning nodig

Voor de volgende punten heb je wel ondersteuning nodig:

- Bepaalde vakken

**Je wil graag hulp voor: rekenen**

**Je wil graag: begeleiden bij opdrachten**



## Welzijn

### Je gaf aan welke stress je voelt door je studie: soms voel ik stress bij opdrachten

Ook heb je drie vragenlijsten ingevuld die verschillende soorten stress meten. Hieronder staan de resultaten per vragenlijst. Klopt jouw antwoord hierboven met de resultaten van de vragenlijsten?



#### Angst/depressieve gevoelens

Jouw studie kan invloed hebben op hoe jij je voelt. Je kan er blij van worden, maar je kan ook stress voelen.

#### Je geeft aan dat je geen last hebt van angst of depressieve gevoelens.

Dat is mooi!

Je af en toe gestresst voelen is normaal, bijvoorbeeld voor een tentamen of een belangrijke gebeurtenis. Als je er echter last van krijgt dan is het tijd om hulp te vragen.



#### Faalangst

#### Vergeleken met de normgroep heb je een gemiddelde score.

Dit wijst erop dat je niet snel gespannen raakt door je studie. Een beetje gespannen ben je soms wel, bijvoorbeeld voor een opdracht of tentamen. Je maak je niet snel zorgen over je studie.



#### Veiligheid

#### Je geeft aan dat je je wel veilig voelt op school.



## Afsluiting

Als je terugdenkt aan je studie over het afgelopen jaar, waar ben je dan het meest trots op?  
**goede cijfers heb gehaald**

Waar heb je het afgelopen jaar aan gewerkt en gemerkt dat je vooruit bent gegaan?

#### samenwerken en plannen van mijn schoolwerk

Heb je iets gemist in deze vragenlijst? Zo ja, omschrijf kort wat je gemist hebt.

#### Nee

Een uitleg van alle onderdelen van de Studievoortgangsmeter kun je [hier](#) vinden.