

## Jeanine Daems over onderpresteren

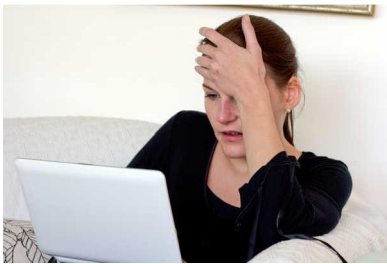


Foto Colourbox

JEANINE DAEMS

Beste lui lijkende puber of student,

'Dat kun je beter!' Hoe vaak krijg je dat niet te horen, van je ouders, leraren of professoren? En je weet dat het klopt. Maar je doet het niet.

Je stelt uit. Je geeft op. Je denkt: dit lijkt me moeilijk, maar als ik het niet probeer mislukt het in ieder geval niet. Want mislukken is erger dan het niet geprobeerd hebben.

Je opvoeders zitten met hun handen in het haar. De IQ-test spreekt boekdelen: die havo of studie zou erin moeten zitten. Maar het gebeurt niet. En het wordt er niet gezelliger op thuis.

Altijd ging alles vanzelf.

Maar op een bepaald moment niet meer. Hopelijk blijven mensen in je geloven, krijg je genoeg kansen op verbetering en leer je nog op tijd hoe je dat leren moet aanpakken. Maar dat gaat niet altijd goed. Misschien ben je inmiddels wel een klassieke, gedemotiveerde afzaker geworden: van gymnasium naar havo naar vmbo.

Of je zit op de hogeschool. Je bent met twee vingers in je neus geslaagd voor de havo met precies gemikte zesjes. Dit is al de derde studie waaraan je begint. Niet genoeg vakken gehaald. Of je vond het niet meer leuk, en dus begon je liever wat nieuws. Je wilt oprecht

wiskundeleraar worden, maar je komt er niet toe je huiswerk te maken.

Ik zag jullie ook op de universiteit. Nog nooit echt uitgedaagd. Veel hobby's, vol zelfvertrouwen, een lekker moeilijke studie uitgekozen. En dan komt de eerste onvoldoende. Een onvoldoende? Hoe kan dat? Je hebt geen idee hoe je dat moet aanpakken. Je doet wat je tot nu toe altijd gedaan hebt: je kijkt even naar je huiswerk, je hebt niet alle sommen opgelost, maar je ziet echt niet hoe het moet. Dat is een nieuwe ervaring. Je hebt dus nog geen strategieën geleerd om daarmee om te gaan, je weet nog niet dat studeren tijd kost. En op het niveau waar je nu zit, wordt ervan uitgegaan dat je al genoeg studievoordigheden bezit. Je schaamt je en durft geen hulp te vragen.

En dan? Je zelfbeeld daalt. Je denkt: ik kan het toch niet. Ik ben door de mand gevallen. En omdat door de mand vallen erger is dan ongeïnteresseerd lijken, probeer je het maar gewoon niet meer. Je wilt het wel, je baalt zelf ook ontzettend van elke nieuwe onvoldoende. Je gaat excuses verzinnen: dat vak is gewoon saai, de leraar slecht, of je hebt nou eenmaal geen goede studiehouding - niets aan te doen. Je vlucht in Facebook, gamen of een hobby. De ene onvoldoende volgt op de andere, het ene niet gehaalde tentamen op het andere. Kortetermijnplezier wint het van langetermijndoelen.

Je wordt een onderpresteerder.

Je zit in een vicieuze cirkel. Het is heel moeilijk om daar in je eentje uit te ontsnappen, zoek daar dus hulp bij. Probeer te focussen op je inzet en niet op prestaties. En de belangrijkste tip: wijs je ouders of begeleiders eens op het boek Jij kan beter van Tessa Kieboom. Dat heeft mij als docent de ogen geopend. En lees het zelf ook

meteen maar.

Lieve groeten,

Jeanine