

Colofon

Redactie:	Bart Dejonghe
Taaladvies:	Isabelle Van Geet
Cover:	
▪ Concept:	Darwin
▪ Lay-out:	Altera
Lay-out binnenwerk:	Katia Vanhemelrijck
Cartoons:	José-Frederic Baeyens
Drukwerk:	drukkerij Vanderpoorten

Dit is een brochure uit de reeks 'Doelgericht studeren', opgesteld en uitgegeven door de dienst Studieadvies K.U.Leuven.

© dienst Studieadvies K.U.Leuven
Van Dalecollege
Naamsestraat 80 bus 5415
3000 Leuven
☎ 016 32 43 11

December 2007

Blok en examens

- blz. 3 Wegwijs in blok- en examentijd
- blz. 4 Sst! Ik blok ...
 ... maar hoe doe ik dat? - blz. 4
 ... en hoe hou ik het vol? - blz. 5
 Rust, ritme en relaxen - blz. 6
- blz. 8 Waw! Examens ...
 De uitdaging! - blz. 8
 Nogmaals rust, ritme en relaxen - blz. 12
- blz. 13 Pff! Zou ik ...
 ... examens verplaatsen? - blz. 14
 ... nog kunnen slagen? - blz. 14
 ... mijn examens stopzetten? - blz. 15
 ... slechts een deel van mijn examens afleggen? - blz. 15
 ... mijn jaar overdoen? - blz. 16
- blz. 17 Oef! Wat nu?
- blz. 18 Hulp bij moeilijkheden

Wegwijs in blok- en examentijd

Strategische tips rond de blok- en examenperiode kan je verzamelen uit vele bronnen. Zo is er de 'mondelijke traditie' die jaarlijks vele belevenissen van generatie tot generatie doorvertelt. Als je ze met een kritisch oor beluistert en je je niet te vlug laat intimideren door tragische of heroïsche verhalen van medestudenten, kan je daar veel van opsteken.

In deze brochure hebben we nuttige informatie gebundeld vanuit een andere hoek: de adviezen komen uit de praktijkervaring van hulpverleners. We bieden je enkele wegwijzers in het besef dat we je reisplan niet kunnen uitstippelen. Ook nu moet je je eigen weg banen. Dat geldt immers voor heel je studiesituatie.

De eerste examenperiode (14 januari tot 2 februari 2008) rondt het eerste semester af. Deze zogenaamde semesterexamens zijn verplicht en definitief. Als je in januari niet deelneemt, kun je (behalve omwille van zwaarwichtige redenen, b.v. ziekte) de gemiste examens niet afleggen in de tweede examenperiode (9 juni tot 5 juli 2008), maar pas in de derde examenperiode, die overeenkomt met wat studenten doorgaans 'tweede zit' (18 augustus tot 12 september 2008) noemen.

De examenresultaten van de eerste examenperiode worden aan de studenten meegedeeld in februari maar de eigenlijke beraadslaging gebeurt na afloop van de tweede examenperiode.

SPELREGELS

Ieder jaar blijken heel wat studenten niet op de hoogte te zijn van het Examenreglement. Je kan het vinden op het net: www.kuleuven.be/onderwijs/aanbod (zie 'algemene informatie'). We raden je aan dat examenreglement aandachtig te lezen en het bij de hand te houden om niet alleen je plichten maar ook je rechten te kennen. Een toelichting die je helpt bij de juiste interpretatie van de regels, vind je onder 'Examenvademecum' (<http://www.kuleuven.be/onderwijs/beleidsinfo/examenvademecum>)

Sst! Ik blok ...

Blok- en examenperiode vergen een wekenlang volgehouden, ernstige inspanning. Je moet dus efficiënt werken, verstandig je energie doseren en tijd voorzien om weer op krachten te komen.

... MAAR HOE DOE IK DAT?

PLANNEN IS DE BOODSCHAP

Zoek vooraf uit waar je je het best voelt en waar je het rustigst kan studeren. Voor de ene is dat thuis, voor de andere op het kot in Leuven. Nog anderen vinden elders (b.v. in een klooster) een rustig plekje.

Maak een programma op voor je hele blok. Hou daarbij rekening met de spreiding van je examens. Blijf niet te vaag in je planning maar omschrijf concrete taken voor elke dag. Bepaal dus welk deel van de leerstof je op welbepaalde tijden zal doornemen. Voorzie veiligheidshalve hier en daar wat reservetijd. Je kan afwisseling brengen in je programma door na een zwaar opleidingsonderdeel een (voor jou) lichter opleidingsonderdeel te plannen. Schuif in geen geval al je zware opleidingsonderdelen naar het einde van de blokperiode. Je kan in tijdnood raken en/of te vermoeid worden.

PROFFEN EN HUN EXAMENS

Op het examen moet je, meestal los van collegenota's, vragen kunnen situeren in de cursus en ze dan behandelen. In de blokperiode leg je dus het best de klemtoon op het memoriseren van de reeds verwerkte stof. Je gaat daarbij vanuit de grote structuurlijnen naar de details toe. Verwerk eerst de stof uit colleges van de laatste weken en studeer ze meteen in. Juist voor het examen studeer je het best geen nieuwe stof meer. Je overzicht over het geheel kan daarmee verloren gaan⁽¹⁾. Controleer je kennis door regelmatig en los van je collegenota's leerstof te reciteren of beknopt neer te schrijven en kijk achteraf of het overeenstemt met je nota's. Studeer intensief. Blijf niet uren zitten voor een materie waarin je niet vordert. Stap dan liever tijdig over naar een ander onderdeel van de stof of vraag om uitleg.

⁽¹⁾ In de brochure 'Studiemethode', uitgegeven in de reeks 'Doelgericht studeren', wordt hier meer gedetailleerd op ingegaan.

Bij het memoriseren hou je rekening met de eigen wijze van examineren van elke professor en met de specifieke examenvorm. Een mondeling examen stelt andere eisen dan een schriftelijk. Op een schriftelijk examen met open vragen bereid je je anders voor dan op een multiple choice- of open boek-examen (zie verder). Het nabootsen van de examensituatie kan je meer inzicht verschaffen in de paraatheid van je kennis. Vragen van voorgaande jaren beantwoord je luidop of schriftelijk, eventueel in samenwerking met een medestudent. Voor bepaalde examens is dat een uitstekende voorbereiding. Wel behoor je dan de stof vrij goed te beheersen en blijft controle aan de hand van je nota's noodzakelijk.

... EN HOE HOU IK HET VOL?

De blokplanning moet realistisch zijn. Wekenlang boven je krachten werken, hou je niet vol. Naargelang je werktempo en weerstandsvermogen bepaal je voor jezelf hoeveel uren per dag je kan studeren. Een werkweek van gemiddeld 50 tot 55 uur netto-tijd is een behoorlijke norm. Dwing je jezelf tot een te hoog aantal uren studie per dag, dan recupereer je na korte tijd niet meer en raak je oververmoeid. Je concentratievermogen, frisheid van geheugen en algemene weerbaarheid nemen af. Dan kunnen uren die je aanvankelijk meende in te winnen of waarop je onder spanning overpresteerde, je uiteindelijk veel tijd doen verliezen, je planning overhoop halen en je totaal overstuur maken ⁽²⁾.


⁽²⁾ Tijdsindeling, dosering van inspanning enz. wordt uitvoerig behandeld in de brochure 'Studieplanning', die ook deel uitmaakt van de reeks 'Doelgericht studeren'.

RUST, RITME EN RELAXEN


In tegenstelling tot een breed verspreide opvatting, vergt intellectuele arbeid meer tijd om te recupereren dan handenarbeid. Als je wekenlang te weinig ontspanning en nachtrust neemt, trek je een stevige wissel op inzinkingen, oververmoeidheid en concentratiestoornissen. Kortom, je bent tegen de situatie niet meer opgewassen. Ga je er op eigen houtje bovendien nog stimulerende, kalmeer- of slaapmiddelen bij gebruiken, dan kunnen de gevolgen dramatisch worden.

Pep- of stimulerende middelen worden gebruikt om het geestelijk en het lichamenlijk prestatievermogen te verhogen. Typisch voorbeeld is de student die in tijdnood raakt en een nachtje wil doorblokken. Die chemische producten doen je fitter voelen maar bij langer gebruik loop je het risico je reserves te ondermijnen.

Als extra-inspanning niet door extra-rust gecompenseerd wordt, raak je uitgeput. Zo'n uitputting is geen lachertje en vereist vaak een lange herstelperiode (dagen, weken, soms maanden ...). Bovendien hebben een aantal van die pillen een verslavende werking of geven ze onverwachte en erg vervelende nevenwerkingen.

 Gebruik pepmiddelen liever niet en als je het toch doet, alleen in overleg met een arts!

Kalmeer- en slaapmiddelen zijn soms een goede hulp als men met de gewone middelen niet meer tot voldoende ontspanning en rust kan komen. Enkele slapeloze nachten kunnen je zo uitputten dat het studierendement beneden alle peil daalt. Ook hier is echt voorzichtigheid geboden. Bij (over)vermoeidheid is de werking van die middelen, zelfs bij een normale dosis, soms anders dan verwacht.

 Ook hier geldt dus: gebruik ze nooit zonder voorafgaand advies van een arts en raadpleeg hem opnieuw als effecten anders uitvallen dan verwacht.

Vorkomen is beter dan genezen: bij het opstellen van je blokplanning kan je het best ook periodes uitstippelen voor nachtrust, maaltijden en ontspanning.

NACHTRUST

Je hebt meestal wel 7 tot 9 uren slaap nodig. Gun je bovendien de tijd wat 'uit te bollen' voor je naar bed gaat. Liever na het studeren een half uurtje lucht happen met anderen dan onmiddellijk van de studeertafel in het bed te duiken.

VOEDING

Gezonde, lichte en gevarieerde voeding is absoluut noodzakelijk als je intellectuele prestaties moet leveren. Rauwe groenten, fruit, granen (müsli, voltarwe, roggebrood enz.) en melkproducten zijn uitstekend om je conditie op peil te houden! Ze verschaffen je alle mineralen en vitaminen die je nodig hebt. Dure vitaminepreparaten, tonica en andere veelbelovende producten uit de apotheek zijn dus strikt genomen overbodig maar geven sommigen wel een veiliger gevoel ...

- ✎ Een aanrader: eet een handjevol pinda's als tussendoortje. Ze bevatten lecithine, een stof die nuttig is voor de communicatie tussen de hersencellen. Pinda's - zoals ook 'studentenhaver'- zijn dus een ongevaarlijke oppepper voor ons brein!

Nogal wat studenten hebben tijdens het studeren een thermos koffie of een fles cola binnen handbereik. Cafeïne kan je inderdaad eventjes opkikkeren. Bij overmatig gebruik van die drug kan je echter last krijgen van nervositeit, hartkloppingen en slaperigheid.

ONTSPANNING

Lichaamsbeweging (b.v. een wandeling, fietsen, balspel, zwemmen) knapt je vlug op. Lichaamsbeweging en een goede ademhaling bezorgen je lichaam het meest vitale element: zuurstof. Nervositeit gaat vaak samen met een verkeerde ademhaling.

- ✎ Een nuttig ademhalingsritme is langzaam drie tellen in- en vier tellen uitademen. Adem in door je neus en zuig de lucht tot diep in je buik. Adem uit door je mond. Probeer - zonder jezelf onder druk te zetten - langzamer te ademen. Let ook op je houding en spierspanning: laat je schouders hangen, zet je benen naast elkaar neer en laat je armen op je dijbenen of op de stoelleuning rusten. Zeg in stilte eventueel tegen jezelf: 'ontspan' of 'kalm'. Doe dat een drietal keer per dag. Het bevordert je weerbaarheid en concentratie.

Wie tijdens het jaar geregeld relaxatieoefeningen doet of yoga beoefent, moet dat tijdens de blok- en examenperiode zeker volhouden.

Als je samen met anderen bent, vermijd je liefst onaangename gesprekken, emotionele situaties of conflicten. Je houdt er dus best rekening mee dat je medestudenten er tijdens de blok- en examenperiode gespannen kunnen bijlopen.

Je ontspannen in gezelschap is dubbel zo plezierig. Spreek af met kotgenoten of medestudenten om samen te sporten of te eten!

Waw! Examens ...

... DE UITDAGING!

- . Voorzie tijd om voor het examen je cursus in vogelvlucht door te nemen. Voor-kom hollen gedurende de laatste minuten en ga tijdig naar het examen (15 tot 30 minuten voor het vastgestelde uur maar geen uren te vroeg).
- . Het is noodzakelijk regelmatig de berichtgeving en de wijzigingen ad valvas te volgen. Te vroeg of te laat komen of staan wachten bij de verkeerde deur blijven je dan wellicht bespaard. In elke zittijd zijn er bovendien een aantal studenten voor je in de reeks die opgeven. Daardoor kan je zelf vroeger aan de beurt komen.
- . Het is normaal dat je voor een examen wat zenuwachtig bent. Wat spanning zal je zelfs beter doen presteren. Zo gauw je je vragen onder ogen krijgt, zal die spanning meestal vanzelf afnemen.
- . Vermijd net voor het examen nerveus vragen en antwoorden uit te wisselen en nota's te doorbladeren. Denk aan een koorddanser die voortdurend vreest te vallen en angstig in de dreigende diepte kijkt. Hij zal naast de koord trappen en de overkant niet bereiken. Zo vergaat het je ook als je te veel met jezelf bezig bent en voortdurend negatieve suggesties in je laat opkomen als: 'Ik krijg zeker een vraag uit dat deel van de cursus dat ik niet ken.', 'Waar staat dat nu weer in de cursus?', 'Wat nu! Moesten we dat deel uit de cursus dan toch kennen?', 'Nu weet ik er niets meer van!'. Zelfs als je het gevoel hebt dat je geest compleet leeg is, kan even een luchtje happen, wat rondwandelen, een beetje gekscheren met anderen of een rustig babbeltje je beter in vorm brengen. Het leegtegevoel is trouwens normaal en lost zich vanzelf op zo gauw je aan het examen begint. Schrijf jezelf niet bij voorbaat af, maar stel je weerbaar op en neem je voor 'je waar zo duur mogelijk te verkopen' ...
- . Bij de aanvang van het examen concentreer je je rustig op de vragen en lees je ze heel aandachtig. Wees bedacht op addertjes onder het gras. Als er je iets niet te binnen valt, zoek er niet krampachtig naar. Overspannen zoeken kan je geheugen beletten te functioneren. Denk op dat moment liever aan het bekende fenomeen van de 'naam die je wel duizendmaal zou zeggen, maar die je nu niet te binnen schiet', terwijl die je even later, als je het zoeken reeds opgegeven hebt, als vanzelf in de mond komt. Begin met een vraag die voor jou minder moeilijk is.
- . Hoed je voor oneerlijke praktijken. Niet alleen kunnen die het 'niet slagen' voor de eerste zittijd tot gevolg hebben, je kan ook de sanctie 'afgewezen' oplopen, wat inhoudt dat je de zittijd niet mag overdoen in september (cfr. examenreglement art. 42).

EEN SCHRIFTELIJK EXAMEN

Probeer je bij het begin van het examen enigszins te isoleren. Laat je zo weinig mogelijk door het gedrag van anderen beïnvloeden. Gaan ze aan het zuchten, dan betekent dat nog niet dat het examen voor jou onoverkomelijk moeilijk is. Zijn er die sneller hun kopij inleveren, dan kan dat misschien op een beter beheersen van de stof wijzen maar eveneens op te geringe kennis.

▶ MET OPEN ANTWOORDMOGELIJKHEID

- . Begin met alle vragen aandachtig te lezen. Schrijf niet impulsief alles op wat één of ander woord uit de vraag bij je oproept, maar lees precies wat er gevraagd wordt. Noteer daarbij enkele sleutelwoorden of ideeën op een kladblad.
- . Verdeel nadien de tijd waarover je beschikt en hou je aan die opdeling.
- . Begin met het best gekende antwoord en schematiseer op een kladblaadje de kernpunten ervan. Dat voorkomt dat je over bepaalde onderdelen onevenredig uitweidt of belangrijke delen vergeet. Als je echter alles eerst in het klad volledig uitschrijft, loop je het gevaar fouten te maken bij het overschrijven. Bovendien is het erg tijdrovend.
- . Gaat het om een uitgebreide vraag, dan geef je het best vooraf, schematisch, de hoofdgedachten weer die je nadien systematisch ontwikkelt. Schrijf exact en duidelijk.
- . Exact: Laat niet ter zake doende aspecten achterwege en verval niet in herhalingen. Vermeld daarentegen wel belangrijke gegevens, ook als ze vanzelfsprekend zijn.
- . Duidelijk: Uit je bladschikking en onderstrepingen moeten essentiële gedachten en verbanden blijken. Schrijf leesbaar en correct. Een slordige kopij stelt het geduld van de corrector op de proef en geeft een verwarde indruk van je kennis. Laat na ieder antwoord ruimte open voor correctie of aanvulling en lees om te eindigen je tekst nog eens na.

▶ IN MULTIPLE CHOICE-VORM

- . Hier is het van groot belang dat je vooraf de instructies leest en ze in acht neemt. Kijk goed of er een correctie voor raden toegepast wordt. Worden er voor foutieve antwoorden geen punten afgetrokken, dan kan je gerust gokken. Als er wel een correctie voor raden toegepast wordt, m.a.w. als er voor foutieve antwoorden wel punten afgetrokken worden, doe je er goed aan zo weinig mogelijk te raden en alleen die vragen op te lossen waarvan je het antwoord zeker kent of waarbij je met vrij grote zekerheid het merendeel van de alternatieven kan elimineren.

- Bij elke vraag moet je goed op bepaalde woorden letten (zoals 'altijd', 'nooit' ...) en steeds alle alternatieven doorlezen vooraleer je iets aanstreept.
- Je kan het best in drie rondes werken. In een eerste ronde overloop je alle vragen en vul je in wat je haast onmiddellijk en met zekerheid weet. Vervolgens probeer je de moeilijkere vragen te beantwoorden. De derde ronde reserveer je voor de erg moeilijke vragen.
- Het gaat er om het beste antwoord te vinden. Het antwoord hoeft niet perfect te zijn. Het moet alleen maar beter zijn dan de andere alternatieven. Zoek er dus ook niet te veel achter en blijf zeker niet eindeloos veranderen en twijfelen.
- Blijf niet al te lang hangen bij moeilijke vragen.
- Verbeter alleen als je heel goede redenen hebt zoals een rekenfout of een nieuw inzicht! Je eerste antwoord is immers vaak het beste.

► MET VRAAGSTUKKEN EN TOEPASSINGEN

- Zoek eerst en vooral uit wat er precies gevraagd wordt of herformuleer het probleem met je eigen woorden.
- Noteer dan alle gegevens die in de probleemstelling voorhanden zijn en vul die aan met bijkomende gegevens uit je geheugen of uit boeken (open boek-examen).
- Betrek alleen bruikbare gegevens in je antwoord, want niet alle gegevens zijn juist of bruikbaar.
- Kies een oplossingsstrategie. Vaak zal je al uit de gegevens de te volgen methode kunnen afleiden.
- Indien dat niet lukt, probeer dan intuïtief te werk te gaan, want er zijn nogal eens verschillende wegen om eenzelfde doel te bereiken.
- Controleer ten slotte of de bekomen oplossing wel mogelijk is.
- Mocht je aan een volledige oplossing van de laatste vragen niet toekomen, noteer dan enkele principes en/of formules die je bij de oplossing zou gebruikt hebben.

EEN MONDELING EXAMEN

► BEREID JE SCHRIFTELIJK VOOR

- Ga vooraf na over hoeveel tijd je kan beschikken en welke de bedoeling is van de voorbereiding. (Je hebt recht op minstens 20 minuten voorbereidingstijd.)
- Bij sommige examens dient de voorbereiding alleen om je gedachten te ordenen, met het oog op een klare mondelinge uiteenzetting. Is dat het geval, dan stel je het best een gestructureerd antwoordschema op en noteer je niet alles in volledige zinnen. Meestal ontbreekt de tijd daartoe en als je het toch doet, loop je het gevaar bij je uiteenzetting te verkramp aan je voorbereiding vast te zitten.
- Sommige professoren zullen bij het mondelinge gedeelte van het examen je voorbereiding vragen of samen met jou je voorbereiding doornemen en eventueel hier en daar om toelichting vragen. In dat geval schrijf je dan ook een uitvoeriger antwoord neer.

► EN LEG JE MONDELING AF

Op een mondeling examen is de wijze waarop je je voordoet belangrijk. Sommige studenten zullen zich, uit zenuwachtigheid, nonchalant of eerder agressief gedragen. Dat kan wrevel opwekken bij de prof. Sommige studenten zetten de prof dan weer op zo'n hoog voetstuk dat een gewoon gesprek onmogelijk wordt. Ze blokkeren zelfs bij het uitspreken van hun eigen naam, laat staan dat ze een vraag naar verduidelijking aandurven. Een zakelijke, volwassen manier van doen is het meest aangewezen.

- . Voor je antwoordt, kan je de vraag opnieuw formuleren om na te gaan of je ze juist begrepen hebt. Vraag zonnodig bijkomende uitleg. Overdrijf echter niet: doorzichtige vertragingstechnieken worden niet op prijs gesteld.
- . Tracht je uiteenzetting helder en boeiend te maken. Vermijd dus het eentonig afdreunen van je uiteenzetting.
- . Let op je taalgebruik en uitspraak, zonder overdrijving.
- . Geef vooraf een schematisch overzicht van wat je wil zeggen. Situeer het onderwerp eventueel in de cursus of in een ruimer kader.
- . Laat je niet opjagen. Neem rustig de tijd om je betoog te ontwikkelen. Illustreer zo mogelijk met passende voorbeelden.
- . Geef eventueel om te besluiten je persoonlijke visie (alleen als je duidelijk liet blijken de materie te beheersen). Wees diplomatisch: toon dat je de versie van de cursus/prof respecteert voor je jouw eigen kritische ideeën ten beste geeft.

EEN OPEN BOEK-EXAMEN

Een open boek-examen wordt door sommige studenten beschouwd als een examen 'waarbij je je boek meebrengt en waarvoor je dus niet te veel hoeft te blokken ...'. Nochtans zal je op het examen snel het gevraagde moeten kunnen opsporen en zal je zeker niet over voldoende tijd beschikken om verscheidene bladzijden nog eens rustig door te lezen. Laat je dus niet misleiden. Dergelijk examen vergt een even

grondige, zij het andersoortige voorbereiding. Je boek moet op voorhand heel duidelijk gestructureerd zijn. Kerngedachten en relaties binnen de stof, breng je duidelijk in reliëf. Meestal moet je de stof tot in de details begrijpen. Hou in ieder geval rekening met de instructies van de professor. Die kunnen van opleidingsonderdeel tot opleidingsonderdeel nogal uiteenlopen.

NOGMAALS RUST, RITME EN RELAXEN

Op de noodzaak regelmatig gevarieerde en lichtverteerbare maaltijden te nemen, komen we nogmaals terug. Als je te weinig eet, kan je door een tekort aan suiker in het bloed inzinkingen krijgen. Kan je voor een examen niets 'binnen krijgen', neem dan eventueel chocolade, klontjes suiker of wat druivensuiker mee.

Bij het begin van de examenreeks doe je er goed aan je reserves te sparen. Voor elk examen heb je voldoende nachtrust nodig. Wanhopig of heroïsch een 'nachtje-door-blokken' helpt je niet. Het is mogelijk dat je nog iets bijgeleerd hebt maar zeker is dat je versuft en weinig weerbaar op het examen zal verschijnen. Duurt het examen lang of valt het laat op de dag, dan loop je het gevaar overspoeld te worden door je emoties.

Examen afleggen is vermoeiend. Gun je wat tijd om te bekomen eer je aan de voorbereiding van een volgend examen begint. Een paar uren rust zijn effectiever dan napiekeren over je antwoorden.

Heb je de indruk dat er onregelmatigheden gebeurden op het examen, verkrijk je kansen dan niet voor het volgende examen met een dagenlang durend zelfbeklag, maar signaleer je moeilijkheden onmiddellijk aan de ombuds. Hij is beter geplaatst voor de regeling van geschillen, kan er de nodige tijd aan besteden en kan eventueel de moeilijkheden aan hogere instanties signaleren.

Ook ups en downs kunnen tijdens de examenperiode je weerbaarheid aantasten. Nu eens wordt over een minder gekende stof een beter examen afgelegd dan verwacht, dan weer wordt een reeks goed afgelegde examens verstoord door een minder geslaagd examen. Vanzelfsprekend zijn dat ervaringen in de examenperiode die je emotioneel niet onberoerd laten. Het is dan uiteraard prettig meevoelen te onder- vinden. Eis echter niemand overmatig op en laat je niet overmatig opeisen. Nogmaals, worden moeilijkheden te ernstig, dan is het beter een beroep te doen op competente mensen, die tijdens deze periode speciaal voor hulpverlening instaan.

Pff! Zou ik ...

... EXAMENS VERPLAATSEN?

Volgens het examenreglement kunnen examens enkel om zwaarwichtige redenen verplaatst worden (binnen de examenperiode).

Daarvoor moet je je steeds tot de ombuds richten. Het behoort tot zijn bevoegdheid om de ingeroepen reden te beoordelen en eventueel een nieuwe regeling te treffen. Een doktersbriefje geeft dus niet automatisch recht op verplaatsing.

Zijn de omstandigheden om examen af te leggen voor jou bijzonder ongunstig, neem dan zo snel mogelijk contact op met de ombuds. Bedenk wel dat wanneer je een examen op een later moment aflegt, dat soms ook problemen kan opleveren omdat je voor andere opleidingsonderdelen in tijdnood komt.

Over opleidingsonderdelen waarover een examen wordt georganiseerd tijdens de eerste examenperiode kan in principe ten vroegste in de derde examenperiode opnieuw een examen worden afgelegd. Als je echter om een zwaarwichtige reden niet deelneemt aan een examen van de eerste examenperiode, kan je reeds tijdens de eerste examenperiode en uiterlijk voor 1 maart vragen hierover in de tweede examenperiode examen af te leggen. De faculteit beslist, na advies van de examenombuds en legt, na overleg met de examinator, de examenform vast.

... NOG KUNNEN SLAGEN?

Slagen voor een opleidingsonderdeel betekent dat je ten minste 10 op 20 behaalt. Je krijgt hiervoor een creditbewijs dat in elk geval 5 jaar geldig is.

Je slaagt in elk geval voor een programmajaar als je voor elk opleidingsonderdeel slaagt. Je kan ook slagen met een beperkt aantal onvoldoendes onder de volgende voorwaarden:

Je hebt ten minste 54% behaald én je behaalde slechts de volgende onvoldoendes: ofwel één maal 9, ofwel één maal 8, ofwel één maal 7; ofwel twee maal 9, ofwel een 9 en een 8 (Let dus op: een student met 3 maal 9 heeft niet het recht om te slagen).

Daarnaast laat het examenreglement toe dat faculteiten beslissen dat in een programmajaar de tekortkomingen niet samen in een bepaalde reeks van vakken mogen voorkomen. Ook kan de faculteit beslissen dat men voor een bepaald opleidingsonderdeel in elk geval moet slagen. In uitzonderlijke situaties kan het toch nog gebeuren dat een student geslaagd wordt verklaard, zelfs al voldoet hij niet aan de vermelde criteria. Het examenreglement bepaalt immers dat – als er zich bijzondere omstandigheden hebben voorgedaan – de examencommissie kan beslissen ten voordele van de student van de criteria af te wijken. De motieven moeten in dat geval verduidelijkt worden en zullen ook in het beraadslagingsverslag moeten opgenomen worden.

Er is nog een bijkomende beschermingsregel ten aanzien van het behalen van slechts één onvoldoende of het behalen van meerdere onvoldoendes bij uitsluitend één examinator. Als in die situaties de voorzitter voorstelt de student niet geslaagd te verklaren, moet er altijd geheim gestemd worden.

... MIJN EXAMENS STOPZETTEN?

De examenreeks stopzetten, kan soms de enig mogelijke of zinvolle oplossing zijn. Neem die beslissing echter nooit alleen. Je indrukken kunnen subjectief zijn, gekleurd door spanning, emotie en vermoeidheid. Voor je tot opgeven beslist, bespreek je de situatie het best met competente mensen zoals een ombuds, dokter, studiebegeleider enz.

Examens verder afleggen, speelt soms in je eigen voordeel. Het biedt je een betere voorbereiding op de tweede zitting en geeft je meer inzicht in de waarde van je prestaties.

Wanneer je besluit op te geven, breng dan alleszins de ombuds op de hoogte. De verwittiging kan schriftelijk of mondeling (op de faculteit of telefonisch) gebeuren.

... SLECHTS EEN DEEL VAN MIJN EXAMENS AFLEGGEN?

Sommige studenten beslissen om slechts een beperkt aantal opleidingsonderdelen in te studeren. Als er bijvoorbeeld met je planning nogal wat misgelopen is, dan kan deze strategie zinvol zijn. Beslis dit echter niet te snel. Eerstejaarsstudenten, met weinig examenervaring, kunnen het best eerst een studiebegeleider/monitor, je ombuds of een medewerker van de dienst Studieadvies raadplegen. Niet alleen het aantal vakken en de beoordeling van het 'kennen' van de leerstof is immers

belangrijk. Er moet ook rekening gehouden worden met de moeilijkheidsgraad van de vakken. Veel zware vakken naar augustus/september verschuiven is zinloos.

Tussen de tweede en de derde examenperiode heb je toch geen 'zee van tijd'. Na een vermoeiende examenreeks heb je recuperatietijd nodig (1 tot 2 weken) en gedurende de resterende tijd kan je doorgaans geen grote hoeveelheid nieuwe leerstof instuderen.

... MIJN JAAR OVERDOEN?

Indien je niet geslaagd bent, dan moet je de opleidingsonderdelen waarvoor je niet slaagde hernemen. Afhankelijk van je behaalde credits (tenminste 20) kan je ook al opleidingsonderdelen vooraf nemen van een volgend programmajaar. De creditbewijzen die je daarvoor haalt, kan je opslaan voor gebruik erna.

Er blijven misverstanden bestaan over het aantal keer dat je examen mag afleggen over eenzelfde vak of deel van een vak. De decretale bepalingen ter zake zijn duidelijk: maximaal twee keer per jaar over een deel of geheel. Deze beperking houdt echter geen recht in om ook minimaal twee keer examen af te leggen. Wie verzaakt aan een examenperiode, houdt slechts één kans over.

Dezelfde regel geldt over de academiejaren heen: de student heeft geen recht op "vier examenperiodes". Decretaal heb je het recht te bissen, maar voor een ter-inschrijving - hoeveel keer men ook maar effectief aan examens heeft deelgenomen - is een bijzondere toelating tot inschrijving nodig. Omgekeerd betekent het niet slagen bij een vak dat men voorafneemt, dus niet dat men één van de vier kansen zou verbeurd hebben. Als je een opleidingsonderdeel voorafneemt, kan je het volgende jaar nog twee keer examen afleggen en het daaropvolgende jaar (wanneer men "bist") nog twee keer.

Wanneer je bepaalde opleidingsonderdelen in een bisjaar niet meer moet afleggen, biedt dat op zich geen garantie op slagen. Veeleer moet je de opleidingsonderdelen waarvoor je niet geslaagd bent van naderbij bekijken. Over meer tijd beschikken om die opleidingsonderdelen in te studeren, betekent niet automatisch ze voldoende beheersen in de volgende examenperiode.

Voor meer uitleg verwijzen we hier nogmaals naar het examenreglement en de toelichting in het 'Examenvademecum'.

Oef! Wat nu ...

De beraadslaging is een spannend moment. Gelukkig is er voor velen de bevrijdende uitspraak 'Geslaagd!'. Anderen halen het niet en staan voor nieuwe beslissingen.

Niet slagen in de examens is veelal een harde noot om kraken, zelfs als je het verwachtte. Een mislukking kan echter ook een leerzaam keerpunt zijn in je studie-loopbaan en zelfs in je leven. Voorwaarde daarbij is dat je er de juiste redenen voor opspoort en daar achteraf rekening mee houdt. Dat doe je het best voor je een beslissing neemt over je verdere stappen. Veel studenten hebben vragen als: 'Is mijn mislukking misschien te wijten aan een verkeerde studiemethode of studieplanning?', 'Heeft het wel zin om mijn jaar te bissen?' of 'Welke alternatieven bestaan er en waar ben ik geschikt voor?'. In eerste instantie kan je terecht bij je ombuds en je monitoren/studiebegeleiders. Je kan ook een assistent of prof aanspreken. Als je met vragen blijft zitten, kan je een beroep doen op de adviseurs van Studiebegeleiding (dienst Studieadvies). Aan de hand van één of meerdere gesprekken, eventueel aangevuld met een enkele vragenlijsten en testen op de computer, worden de oorzaken van je mislukking grondig geanalyseerd en wordt bekeken hoe je het in de toekomst beter kan aanpakken.

Soms is overschakelen naar een andere studierichting (binnen of buiten de universiteit) de beste oplossing.

WE WENSEN JE NU REEDS VEEL SUCCES TOE MET JE EXAMENS!

Hulp bij moeilijkheden

OMBUDS (m/v)

De ombuds speelt een sleutelrol in het examengebeuren. Het examenreglement omschrijft zijn positie en het is duidelijk de bedoeling erover te waken dat de ombuds als onafhankelijke bemiddelaar kan optreden tussen examinatoren en studenten.

Van bij de aanvang van de organisatie van de examens wordt hij bij het examengebeuren betrokken. Hij bepaalt ook onafhankelijk of en onder welke voorwaarden een student een verplaatsing van een examen (uitstel) kan krijgen. Hij registreert ook de afwezigheden als je de examens waarvoor je bent ingeschreven, stopzet.

De ombuds neemt deel aan de beraadslaging, weliswaar zonder stemrecht. Wanneer er een conflict is tussen een student en een examinator, treedt hij op als bemiddelaar.

De examenregeling vermeldt wie ombuds is en waar en wanneer hij bereikbaar is. Je noteert het best die gegevens in geval je de ombuds dringend zou nodig hebben.

TE BEREIKEN

ad valvas voor je studierichting of
[cwisdb.cc.kuleuven.be/exameninfo/
ombudsdiensten.htm](http://cwisdb.cc.kuleuven.be/exameninfo/ombudsdiensten.htm)

MONITOR / STUDIEBEGELEIDER (voor eerstejaars)

TE BEREIKEN

De monitor/studiebegeleider kan je raadplegen bij ontmoediging of voorgenomen stopzetten van de examens. Hij is de aangewezen persoon waarmee je na de examens je resultaten bespreekt.

ad valvas voor je studierichting

Monitoren zijn personeelsleden van de universiteit die je gratis studiebegeleiding bieden. Repetitoren zijn niet aan de universiteit verbonden en bieden studiebegeleiding mits betaling.

Monitoren zijn verbonden aan faculteiten. Hun begeleiding geven ze in nauwe samenwerking met de professoren (didactisch team). Die nauwe samenwerking komt uiteraard ten goede aan de kwaliteit van de begeleiding. Over de kwaliteit van de repetitorbegeleiding in 't algemeen kunnen we ons moeilijk uitspreken. We sluiten niet uit dat sommige studenten bij een dergelijke begeleiding baat vinden. Toch zijn er nogal wat klachten genoteerd omtrent dubieuze praktijken van sommige repetitorenbureaus. Worden je na de deliberatie van de eerste zitting - mits zware betaling! - utopisch hoge slaagkansen in het vooruitzicht gesteld, wees dan op je hoede.

DIENST STUDIEADVIES

ADRES

Van Dalecollege
Naamsestraat 80
3000 Leuven
☎ 016 32 43 11
www.kuleuven.be/studieadvies

Studie-informatie

studieadvies@kuleuven.be

Je kan er terecht voor informatie over opleidingen aan de K.U.Leuven, overschakelingsmogelijkheden, studeren in het buitenland e.d. Je kan allerlei documentatie raadplegen in de mediatheek. Heb je daarna nog vragen, dan kan je een beroep doen op één van de studieadviseurs.

MEDIATHEEK

Elke werkdag van 9 tot 12.30u en van 13.30 tot 17 u.

Studiebegeleiding

Bij het studeren en afleggen van examens kan van alles fout lopen. Docenten, monitoren en ombudsen spannen zich in om aan deze moeilijkheden te verhelpen. De adviseurs van de afdeling Studiebegeleiding sluiten daarbij nauw aan door studenten - ook ouderejaars - op te vangen met hun studieproblemen. Heel wat mislukte studenten doen een beroep op hen om een nieuwe weg uit te stippelen.

SPREEKUREN

Elke werkdag van 14 tot 17 u. of bij voorkeur na afspraak.
Tijdens de vakantieperiodes blijft de dienst open.
De dienst is wel gesloten tussen Kerstmis en Nieuwjaar.

MEDISCH CENTRUM VOOR STUDENTEN

ADRES

Van Dalecollege
Naamsestraat 80
3000 Leuven
☎ 016 32 44 20
mcs@dsv.kuleuven.be
www.kuleuven.be/gezondheid/arts.htm

RAADPLEGING

Het Medisch centrum voor studenten is een huis-artsengroepspraktijk binnen Studentenvoorzieningen K.U.Leuven, die zeer vertrouwd is met gezondheidsproblemen van studenten.

Je kan hier terecht voor algemeen geneeskundige problemen (infecties, contraceptie ...), alsook voor studiegerelateerde problematiek, zoals faalangst, slapeloosheid en vermoeidheid.

De studentenartsen zijn beschikbaar op werkdagen van 8.30 u. tot 18 u., steeds na afspraak. Studenten die zich moeilijk of niet kunnen verplaatsen, worden aan huis bezocht. Een huisbezoek vraag je liefst voor 12 u. aan. 's Avonds en in het weekend kan je terecht bij de wachtdienst: ☎ 070 25 70 25

In de examenperiode hebben de studentenartsen een telefonische permanentie voor urgente vragen (☎ 016 32 44 20) en is er raadpleging op zaterdagochtend van 10 tot 12 uur.

SOCIALE DIENST

Deze dienst is vooral bekend voor zijn concreet advies inzake studiefinanciering. Je kan er ook aankloppen met vragen rond kinderbijslag, het studentenstatuut, ziekteverzekering, belastingen enz. Ook met vragen rond relatieproblematiek, conflicten thuis, zelfstandigheid e.d. ben je welkom.

ADRES

Van Dalecollege
Naamsestraat 80
3000 Leuven
☎ 016 32 44 28
socialiedienst@dsv.kuleuven.be
www.kuleuven.be/sociale dienst

SPREKUREN

Elke werkdag vrij spreekuur van 14 tot 17 u. of na afspraak.
Tijdens de vakantieperiode blijft de dienst open.

JURIDISCHE DIENST

Voor vragen met een juridische inslag (o.a. over het examenreglement) kan je hier terecht.

ADRES

Van Dalecollege
Naamsestraat 80
3000 Leuven
☎ 016 32 44 35
juridischedienst@dsv.kuleuven.be
www.kuleuven.be/juridische dienst

SPREKUREN

Enkel na afspraak

PSYCHOTHERAPEUTISCH CENTRUM VOOR STUDENTEN

Wie met psychische moeilijkheden te kampen heeft, kan hier terecht. De examentijd is doorgaans niet het ideale moment om een psychotherapie te starten maar een eerste gesprek (intake) is steeds mogelijk. Hiervoor neem je contact met het secretariaat via telefoon of e-mail of kom je even langs. Voor dringende adviezen kan je ook terecht op het medisch centrum voor studenten.

ADRES

Van Dalecollege
Naamsestraat 80
3000 Leuven
☎ 016 32 43 43
ptc@dsv.kuleuven.be
www.kuleuven.be/gezondheid/psychotherapie

THERAPEUTISCHE SESSIES

na afspraak

SECRETARIAAT

Elke werkdag van 9 tot 12 u. en van 14 tot 17 u.

UNIVERSITAIRE PAROCHIE

ADRES

Parochiecentrum
Jan Stasstraat 2
3000 Leuven
☎ 016 32 55 85

SPREKUREN
(secretariaat)

Elke werkdag van 9 tot 12 u. en van 13.30 tot 17 u.

K.U.LEUVEN CAMPUS KORTRIJK (KULAK)

ADRES

E. Sabbelaan 53
8500 Kortrijk
Monitoraat, Ombudsdienst en dienst voor
Studieadvies
☎ 056 24 61 39

Je kan er terecht voor allerlei studiemoeilijkheden zoals studeerproblemen, faalangst, overspanning ... Examenresultaten en de verdere studieloopbaan kunnen samen worden besproken. Je kan er informatie vinden over andere studierichtingen en overschakelingsmogelijkheden.

SPREKUREN

Elke werkdag 9 tot 12 u. 30 en van 13.30 tot 17 u.
of na afspraak:
Lorenzo.Parmentier@kuleuven-kortrijk.be

Ook de studentenpastor (☎ 056 24 61 43) en de dienst Studentenvoorzieningen staan ter beschikking van studenten met problemen (☎ 056 24 61 15)

DOELGERICHT STUDEREN

Deze brochure maakt deel uit van een reeks, met als titel 'Doelgericht studeren'. Ervaren studenten die *studeerdeskundigheid* hebben verworven, kun je herkennen aan hun doelgerichte aanpak. Ze werken strategisch. Dit betekent dat ze zichzelf doelen stellen, nadenken over hun manier van werken, hun resultaten evalueren en hun aanpak zonodig bijsturen. Ze houden het stuur van hun studie stevig in handen en dat bezorgt hen een gevoel van controle en competentie. Dit maakt dat ze over het algemeen graag studeren. De adviezen en tips die je in deze reeks brochures terugvindt, hebben als doel je studeerdeskundigheid te vergroten.

De brochures uit de reeks 'Doelgericht studeren' zijn:

Studiemethode	prijs: 3 €	400/0000/48640
Studieplanning	prijs: 2 €	400/0000/48539
Blok en examens	prijs: 2 €	400/0000/48438

Deze brochures kunnen gratis worden verkregen door K.U.Leuven-studenten op dienst Studieadvies K.U.Leuven, Naamsestraat 80 bus 5415, 3000 Leuven, ☎ 016 32 43 11.

Niet K.U.Leuven-studenten kunnen de brochures verkrijgen na voorafbetaling van bovenvermeld bedrag op rekeningnummer 432-0000011-57 met vermelding van bovenstaand nummer.

