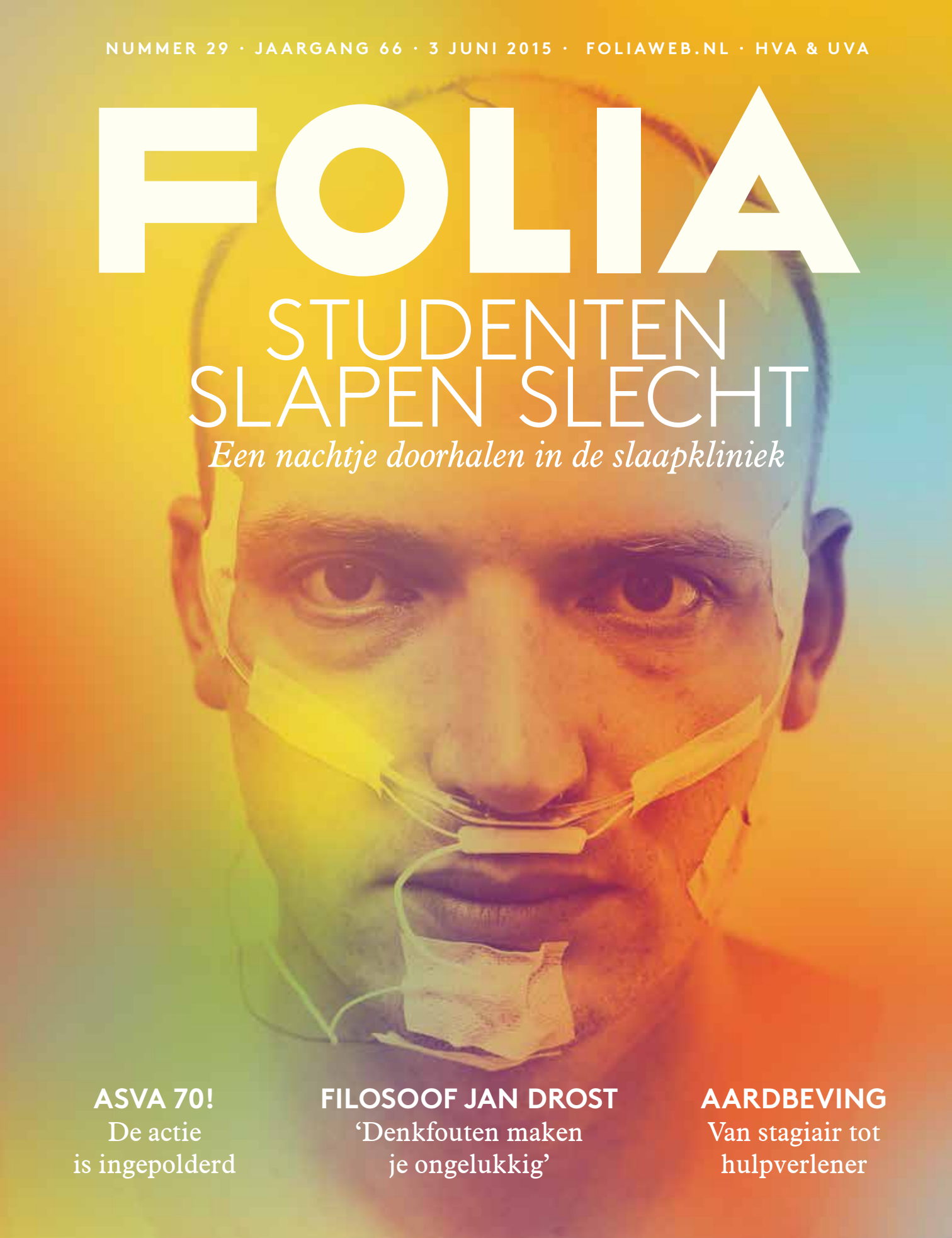
NUMMER 29 · JAARGANG 66 · 3 JUNI 2015 · FOLIAWEB.NL · HVA & UVA

FOLIA

STUDENTEN SLAPEN SLECHT

Een nachtje doorhalen in de slaapkliniek



ASVA 70!
De actie is ingepolderd

FILOSOOF JAN DROST
'Denkfouten maken je ongelukkig'

AARDBEVING
Van stagiair tot hulpverlener

ADVERTENTIE

Hogeschool van Amsterdam

3...
2...
1nschrijven

Schrijf je uiterlijk
31 augustus in voor
het komend studiejaar op
hva.studielink.nl

Pagina

8



ACTUEEL

Angst en beven

Twee HvA-studenten waren in Nepal toen de aardbevingen daar huishielden, en besloten de bewoners te blijven helpen. ‘Ik ben in één maand jaren wijzer geworden’



14

OPINIE

Hond bijt baas

Of de HvA zich tot het CvB verhoudt als een hond tot zijn baas is niet de hamvraag, aldus Daniel van Middelkoop. Het gaat erom dat de HvA-docent eens zijn tanden moet durven laten zien.



16

INTERVIEW

Denk je blij

HvA-docent en filosoof Jan Drost maakte naam met zijn boek over de misvattingen in de liefde. Nu heeft hij zich gestort op de manier waarop je denken je wereldbeeld bepaalt.

Colofon

Weekblad voor de HvA en UvA Folia Magazine is in 2011 voortgekomen uit Folia (1948) en Havana (1996).

Redactieadres
Prins Hendrikkade 189b, 1011 TD A'dam, telefoon 020-5253981,

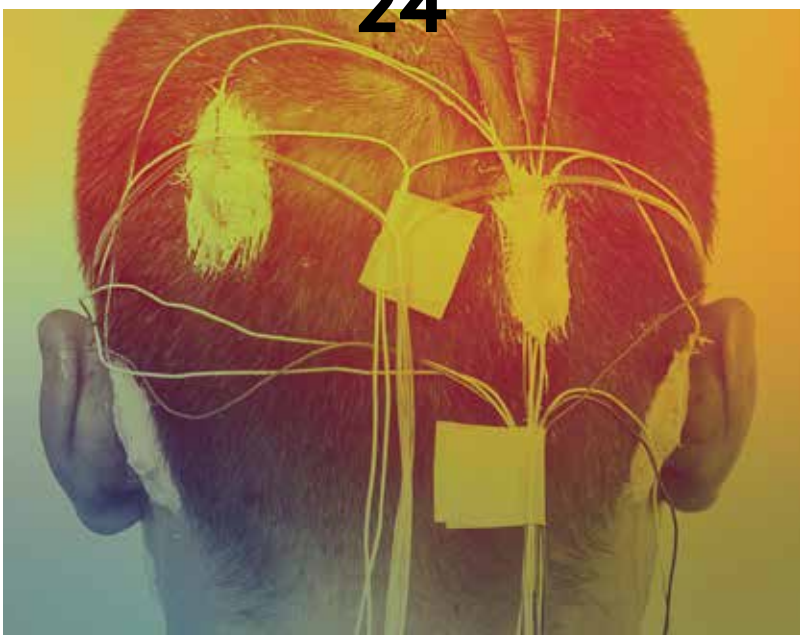
e-mail redactie@folia.nl
Hoofdredacteur
Altan Erdogan
Chef redactie Mirna van Dijk
Art direction Vruchtvlees
Cover Mats van Soolingen
Redactie (print/web) Willem van Ewijk, Yannick Fritschy, Daniël Rommens (beeldredactie), Carlijn Schepers, Nina Schuyffel, Henk Strikkers, Bob van Toor, Stephan Vegelien, Dirk Wolthekker
Aan dit nummer werkten mee
Thomas van Aalten, Hadjar Benmiloud, Bram Belloni, Vera Duivenvoorden, Hannah Fuellenkemper, Marc Kolle, Frank Möllers, Mats van Soolingen
Eindredactie / Correctie Mirna van Dijk, Cecile Elffers
Opmaak Carl Zevenboom
Uitgever Stichting Folia Civitatis
Redactieraad Linda Duits, Jurriaan Gorter, Jaap Kooijman, Sebas Veeke
Bestuur Esther Crabbendam, Damiaan Denys, Geleyn Meijer, Freek Rebel, Alexander Rinnooy Kan (vz), Bert Westenbrink
Secretariaat Stephanie Gude
Directeur Paul van de Water
Drukker Roularta Printing, Roeselare, België
Advertenties Bureau van Vliet, Zandvoort, 023-5714745, zandvoort@bureauvanvliet.nl

Voor advertenties binnen UvA en HvA: stephanie@folia.nl

Folia Magazine probeert altijd de rechthebbenden van fotomateriaal te contacteren. Hebben wij u niet kunnen bereiken? Mail dan naar redactie@folia.nl.

Inhoud

24



Op één oor

Slaapgebrek is een grote bedreiging voor de volksgezondheid, volgens onderzoekers. Vooral jonge mensen slapen te kort of gewoonweg slecht. Het goede nieuws is dat je er zelf iets aan kunt doen.

35



Keys to the city

Will Smithwick tells us which Amsterdam bar reminds him of his birthground, coastal Maine.

32



App up your life

Handy smartphone applications to soften your landing in a foreign land.



DOSSIER

70 jaar Asva

Ooit een belangrijke speler in de onderwijspolitiek, nu een service-instelling die fietsen en diensten aanbiedt. Waar is het Asva-activisme gebleven?

En verder...

6-7 Het moment/ Navraag/De week
15 Column Thomas van Aalten
22 Objectief
31 Prikbord
36 Op de tong
37 Column Hadjar Benmiloud
38 Toehoorders
39 Promoties/Hora est
45 Stage
46 Wat doe je nu?
47 Overigens

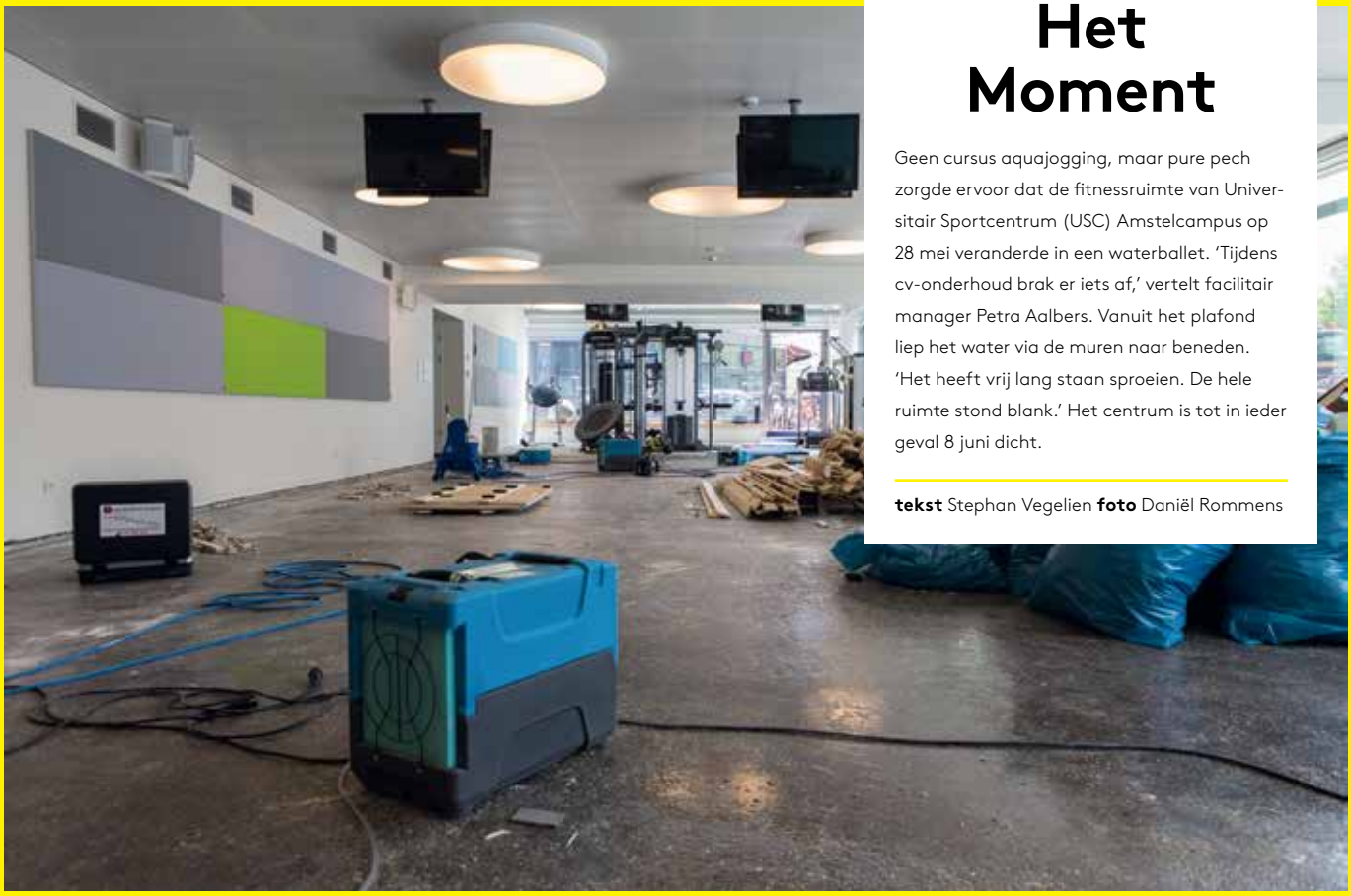
Redactioneel
Denkbril



Altan Erdogan, hoofdredacteur *Folia*

Rechtszaken over kieslijsten die enkele minuten te laat worden ingeleverd, lekkage in het Universitair Sport Centrum, technische problemen bij het elektronisch stemmen; de hoofdbrekens en praktische ongemakken in de Amsterdamse academische gemeenschap stapelen zich huizenhoog op de laatste tijd.
En we hoopten toch zo op rust, reinheid en regelmaat, na alle acties en bezettingen.
Tel daarbij op dat er nu al herrie is over de samenstelling van de commissie die de financiën van UvA en HvA onderzoekt – nog vóór die is samengesteld – en je begrijpt: hoger onderwijs in Amsterdam en de bijbehorende democratie ontwikkelen zich tot een niet aflatende kwelling voor alle betrokkenen.
Ga eens in Nepal kijken, zou je denken. Dan ben je voorgoed genezen van dat nuffige gezeur op de vierkante millimeter. HvA'ers Marik Koudijs en Gaia Theil hebben dit aan den lijve ondervonden (zie hun verhaal vanaf pagina 8). Ze vertrokken enkele maanden geleden voor een stage naar Nepal en maakten er de reeks aardbevingen mee. Ze zagen de doden, de ingestorte steden. Sliepen met hun kleren aan en een zaklamp in de hand, om bij elke naschok de straat op te rennen. Marik bleef met zijn vriendin Leonie in Kathmandu om zo goed en zo kwaad als het gaat hulp te verlenen aan de slachtoffers. Gaia kon uiteindelijk na een doldwaze reis terugkeren naar Amsterdam, waar ze de beelden en belevenissen probeert te vergeten, en al haar energie steekt in een benefietveiling voor Nepal.
Tikkeltje te cliché, iets te weinig wetenschappelijk onderbouwd, dit lesje 'relativeren kun je leren'? Lees dan door op pagina 16. Filosoof en HvA-docent Jan Drost legt daar uit dat de manier waarop je de wereld ervaart, afhangt van de zogenoemde 'denkbril' die je op hebt. Je verschrikkelijk opwinden over regenachtig weer in de zomer noemt Drost een denkfout.
En zo is het.

www.foliaweb.nl
@Folia
FoliaNL
FoliaTV



Het Moment

Geen cursus aquajogging, maar pure pech zorgde ervoor dat de fitnessruimte van Universitair Sportcentrum (USC) Amstelcampus op 28 mei veranderde in een waterballet. 'Tijdens cv-onderhoud brak er iets af,' vertelt facilitair manager Petra Aalbers. Vanuit het plafond liep het water via de muren naar beneden. 'Het heeft vrij lang staan sproeien. De hele ruimte stond blank.' Het centrum is tot in ieder geval 8 juni dicht.

tekst Stephan Vegelien **foto** Daniël Rommens



Navraag

Jaap van Nes

tekst Willem van Ewijk

De universiteiten van Gent en Leuven hebben studenten verboden gebruik te maken van Stuvia, de website waar studenten samenvattingen van boeken en colleges aan elkaar kunnen verkopen. In Nederland heeft nog niemand bezwaar gemaakt tegen de website, waarvan Jaap van Nes medeoprichter is.

Waarom doen de Belgen nou zo moeilijk?
'Ze zeggen dat we inbreuk maken op het auteursrecht. Maar de samenvattingen zijn interpretaties van de studenten. Ze tellen niet meer dan twintig, dertig pagina's en daarin wordt ook de stof van de colleges besproken.'

Gaan jullie nu naar de rechter?
'Nee. We zoeken wel de media op. In Nederland hebben bijna 200.000 studenten een Stuvia-account, in België zitten we op bijna 30.000 gebruikers. Studenten hebben blijkbaar behoefte aan onze samenvattingen en we verwachten dat zij, bij genoeg publiciteit, wel gaan protesteren.'

Jullie dragen bij aan de kenniseconomie?
'Wij noemen het liever de deeleconomie: iemand werkt twee weken aan een samenvatting. Dan kan hij die wel gratis weggeven, maar hij mag er ook best wat voor vragen.'

Studieverenigingen verkopen ook samenvattingen, eten jullie hen niet de kaas van het brood?
'We hebben studieverenigingen wel benaderd om zaken met ons te doen. Maar die zijn bang dat één pdf'je aan heel veel studenten zal worden doorgestuurd en zij vervolgens niets meer verkopen. Dus studieverenigingen doen het liever nog even met dode bomen. Wij niet. Al wordt er gekopieerd, waar zouden we bang voor zijn: we verkopen nog steeds zo'n vijfduizend samenvattingen per dag.' ↙



Femke onderscheidt zich van de mannen. **foto** Martijn Beekman/ANP

4000 euro is het bedrag dat De Juppen met crowdfunding willen ophalen voor hun eigen UvA-bier.

120 aanmeldingen kreeg de HvA voor de gloednieuwe afstudeerrichting ondernemerschap.

7 zetels verliest partij Mei minimaal in de Centrale Studentenraad.

De Week

Hun naam mag een ongemakkelijke spagaat zijn tussen cultfilm, Griekse mythe en lingeriecatalogus, Athena's Angels is zonder meer een goed initiatief. Zouden de vier Leidse hoogleraren stiekem een beetje balen, dat in de week dat ze hun website tegen seksisme in de wetenschap lanceren overal vrouwelijke bestuurders opduiken? In Oxford koos men de eerste vrouwelijke rector. De Asva krijgt een bestuur dat volledig uit vrouwen bestaat. De commissie die de financiën van de UvA gaat onderzoeken komt onder leiding te staan van een vrouw. Alle lijsttrekkers voor de Centrale Studentenraad van de UvA zijn vrouw.

Was het ook nieuws geweest als de Asva een bestuur vol mannen had gekregen? Of als een man de financiën van de UvA zou doorspitten? Nee. Naar continuïteit kraait geen haan.

De HvA-medezeggenschap, nooit echt een emotionele rollercoaster, was spannender dan die aan de UvA. Zou het opkomstrecord van zes procent worden verbroken? Wij beten onze nageltjes aan gort! En dat student-lid dat in het heetst van de strijd op het CvB werd veroverd? Laat anders maar zitten, dixit de voorvrouw van UvASociaal.

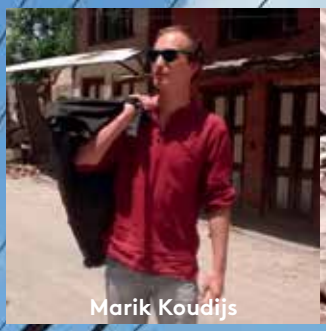
Gelukkig zijn er nog mannen die iets stoers doen als bier brouwen. Testosteron in een ketel stoppen, een maand gaan vissen en het eindresultaat brullend van genot in je baard gooien. Zo niet aan de UvA. Daar maken studenten 'een fruitig, fris zomers balansbier met een licht bittere nasmaak', zodat iedereen het lekker vindt. Het zou een slogan voor 0.0% frambozenradler kunnen zijn. Een compromis in een flesje.

Waar is de harde hand gebleven aan de UvA? De hand die de slappe hap in één keer van tafel veegt en zegt dat bier naar bier moet smaken en niet naar limonade. Nu we ook al een oliemannetje als vicerector hebben en onze Louise 'Thatcher' Gunning alleen nog academische polemiekjes mag voeren, mag er wel wat peper in de academische reet. ↙

tekst Henk Strikkers en Bob van Toor



Van stagiair tot hulp-verlener


Marik Koudijs


Leonie Ridder

Ze zaten in de bus naar Kathmandu toen de grond voor het eerst begon te trillen. HvA'er Marik Koudijs en zijn vriendin twijfelden geen moment: ze bleven in het deels verwoeste land om hulp te verlenen. tekst **Nina Schuyffel** foto's **Frank Möllers**



‘Als er geen naschok is geweest en de elektriciteit het nog doet, zal ik er zijn,’ antwoordt Marik Koudijs (24) als we hem mailen om onze Skype-afspraak te bevestigen. Gelukkig verschijnt zijn hoofd ruim voor de afgesproken tijd op het scherm, tegen een achtergrond van kale muren en een klein bed met daarop zijn vriendin Leonie Ridder (24), die zwaait. Dus geen naschokken vandaag? ‘Jawel,’ zegt Marik. ‘Maar die waren niet zo heftig.’

Hij zegt het nonchalant, alsof het heel normaal is dat je af en toe de grond onder je voeten voelt beven. Toch is dat wat Marik en Leonie nog steeds zo’n drie keer per dag meemaken. Sinds de aardbeving op 25 april, die een kracht had van 7,8 op de schaal van Richter, is het in Nepal allesbehalve rustig. Veel inwoners hebben hun bed de straat op gesleept omdat ze niet binnen durven slapen. Op hun gezichten is een voortdurende angst te lezen. ‘Alles ligt stil,’ vertelt Marik. ‘Niemand werkt, iedereen wacht. Waarop? Dat weten ze zelf ook niet.’

Als ook de grond begint te trillen, weten ze dat het mis is

Chaos

De fysiotherapiestudent is in Nepal voor de HvA-minor Werken in Ontwikkelingslanden. Hij loopt stage in een kinderziekenhuis. Voordat hij daarmee begon, reisde hij een maand rond met Leonie, die zich als pas afgestudeerd kinder- en jeugdpsycholoog ook nuttig wilde maken in het land.

De twee zijn net per bus op weg naar hun laatste stop, de hoofdstad Kathmandu, als ze in een restaurantje langs de weg een hard gedonder horen. Eerst lijkt het nog alsof er een vrachtwagen voorbijrijdt. Maar als ook de grond begint te trillen, weten ze dat het mis is. Binnen een paar seconden is iedereen in het restaurant aan het schreeuwen. Marik en Leonie rennen naar buiten, waar ze stukken aardbodem van de bergen naar beneden zien komen. Ongeveer twee minuten schudt de grond flink heen en weer. *Marik:* ‘Het voelt alsof je op een boot staat. Alles om je heen beweegt, maar je kunt er niets tegen doen.’

Omdat niemand in hun buurt gewond is, denken de twee dat het allemaal wel meevalt. Pas als de bus zijn weg weer vervolgt, dringt de ernst van de situatie tot hen door. Overal zien ze ingestorte huizen, groepen mensen die buiten in spanning staan te wachten, levenloze lichamen op

straat, mensen die rondrennen om gewonden te helpen. In Kathmandu is de chaos nog groter. Gebouwen die eerst vijf verdiepingen telden, staan niet meer overeind. Tempels van duizenden jaren oud zijn verworden tot een hoop stenen. Soldaten in uniform zoeken naar overlevenden onder het puin. Als Marik en Leonie aanbieden te helpen, worden ze weggestuurd: te gevaarlijk.

Geen eten

De eerste dagen ligt alles plat. Toeristen die naar huis willen kunnen niet weg: het vliegveld is dicht en er rijdt geen openbaar vervoer. Marik en Leonie willen blijven. In het donker – de elektriciteit is uitgevallen – vinden ze een hotel om te overnachten. Ze slapen als een van de weinigen binnen, maar wel met kleren aan en zaklamp in de hand, zodat ze telkens binnen twee seconden buiten staan zodra het beven weer begint. Omdat nergens eten te krijgen is, leven ze voorlopig op de koekjes uit hun rugzak. Wanneer ze op straat een heleboel mensen op een kluitje bij elkaar zien zitten, snellen ze ernaartoe: daar is wifi, daar kunnen ze hun familie laten weten dat ze nog leven.

Als Marik en Leonie hulp aanbieden, worden ze weggestuurd: te gevaarlijk

7,8 OP DE SCHAAL VAN RICHTER

Op 25 april 2015 werd Nepal getroffen door een aardbeving met een kracht van 7,8 op de schaal van Richter: de ergste in het land sinds tachtig jaar. Ruim 8000 mensen kwamen om en meer dan 14.000 mensen raakten gewond. Een tweede aardbeving, met een kracht van 7,4 op de schaal van Richter, vond plaats op 12 mei. Vier dagen later werd het land opnieuw getroffen door een aardbeving: deze had een kracht van 5,7, met het epicentrum ongeveer 75 kilometer ten oosten van Kathmandu. Bijna 2 miljoen mensen zijn dakloos, zij verblijven op straat of onder zelf gefabriceerde onderkomens. Door gebrek aan voldoende tentzeilen is er een verhoogd risico op ziektes als longontsteking en cholera. Ook kunnen voedselvoorraden moeilijker worden beschermd.

Op de vierde dag proppen ze zich met tientallen Nepalezen in de eerste bus die de stad verlaat. Ze gaan naar Banepa, een klein dorpje ten oosten van de hoofdstad. Het huis van hun gastgezin staat nog overeind en de familie – een vader en moeder met twee jonge kinderen – is ongedeerd.
Heel anders is het in het nabijgelegen Melamchi, een bergachtige provincie waar van de van klei gemaakte huisjes nauwelijks iets over is. In dit gebied zijn meer dan duizend doden gevallen; de overlevenden verblijven er in geïmproviseerde tenten. Met geld van familie en vrienden deelt het stel er kleding en eten uit.

Tenten

Marik begint zoals gepland aan zijn stage in het ziekenhuis. Omdat er geen eerstehulpafdeling is, ziet hij weinig aardbevingsslachtoffers. Toch zijn ook hier de gevolgen van de ramp dagelijks voelbaar. Dat merkt vooral Leonie, die als vrijwilliger psychische hulp geeft. ‘De kinderen zijn doodsbang,’ vertelt ze. ‘Veel van hen waren in het klaslokaal van het ziekenhuis toen de aardbeving plaatsvond. Ze durven daar nu niet meer naartoe. Maar het is belangrijk om dit soort plekken vooral niet te ontwijken, anders kunnen ze er een trauma aan overhouden. Daarom probeer ik ze af te leiden en ze toch weer naar school te laten gaan.’

Net als de eerste paniek zo’n beetje voorbij is, wordt het land getroffen door een tweede grote aardbeving. Marik en Leonie zitten aan de lunch als het gebeurt. Veel kinderen rennen het ziekenhuis uit, maar degenen die aan bed gekluisterd zijn – bijvoorbeeld omdat beide benen in het gips zitten – blijven in doodsangst achter. Weer blijft het gebouw overeind staan, maar voor de jonge patiëntjes is het een uitgemaakte zaak: zij gaan niet meer naar binnen. Samen met de lokale bevolking zetten Marik en Leonie tenten op waar ze de ziekenhuisbedden tijdelijk kunnen onderbrengen.

Voorlopig gaan de twee nog niet weg. Ze zijn een nieuwe fundraising gestart, deze keer om huizen te bouwen. Daarin worden ze gesteund door de Nederlandse Stichting Kinderen van de Wereld. Marik: ‘De eerste nood is over, in de meeste gebieden is genoeg medische hulp en eten. Het grote probleem is nu het onderdak. Over een maand begint de moesson en gaat het elke dag keihard regenen. De mensen moeten dan echt stevige, waterdichte huizen hebben, anders breken er ziektes uit. Ze kunnen alle hulp goed gebruiken.’ ↙

Meer weten over het werk van Marik en Leonie in Nepal, of benieuwd hoe je hen kan steunen? Volg ze via facebook.com/koudijs of stuur een mailtje naar marik.koudijs@hva.nl

‘Toen we op straat stonden in onze onderbroek, sloeg de paniek toe’

HvA-student culturele & maatschappelijke vorming Gaia Theil (24) is inmiddels terug in het veilige Amsterdam. De aardbevingen tijdens haar stage in Nepal hebben haar leven behoorlijk getekend. ‘Binnen één maand ben ik jaren wijzer geworden.’ Deze week houdt ze met medestudenten een benefietveiling voor het rampgebied.



Gaia Theil (links), vóór de aardbeving. **foto** Mountain Child Care

Prachtige natuur, fantastische mensen, de ene na de andere levensles; voor Gaia Theil was het leven zo ongeveer een idylle, de eerste weken van haar stage in Nepal. Met de hulpverleners van de internationale organisatie Mountain Child Care maakte ze met tien Nepalese straatjongeren een trektocht door de Himalaya. ‘Een week lang elke dag met een rugzak de bergen in. We voerden gesprekken met ze over hun leven en hun talenten – de meesten waren wees en leefden voorheen op straat. We bereidden ze voor op een stage en werk. Ik zou op 1 mei nog een keer meegaan als coach.

Dat was het plan tot 25 april, toen de eerste aardbeving plaatsvond. Die dag zat ik met een vriend in een bus op weg naar Pakhora, de tweede stad van Nepal. Ik werd letterlijk wakker geschud en dacht dat er bagage of vee op de bus werd gezet. Ik was zo wazig, had helemaal niet door wat er aan de hand was. Na de eerste naschok sms’te ik mijn moeder: “Mama, ik heb net mijn eerste twee aardbevingen meegemaakt. Supervet!”

Op straat in Pakhora, ruim vijftig kilometer buiten Kathmandu, zagen we de verwoestingen, hele families op straat, paniek, chaos. Toen we ’s nachts uit ons hotel moesten rennen bij weer een naschok en in onze onderbroek op straat stonden, sloeg de paniek toe.

Ik wilde eerst zo snel mogelijk terug naar Kathmandu om te helpen. Maar ik zou daar onervaren en als een kip zonder kop alleen maar in de weg lopen en voorzieningen gebruiken die voor anderen waren bedoeld. Via een doldwaze rit langs vluchtelingenstromen en verwoestingen ben ik naar de hoofdstad teruggegaan. Met een Belgisch militair toestel zijn we uiteindelijk via Brussel naar huis gereisd.

Weer in Amsterdam ergerde ik me vreselijk aan het gezeur, het studentenleven en het gedoe om niks. Ik besloot die boosheid om te zetten in energie, en ben met studievrienden een benefietveiling gaan organiseren voor Mountain Child Care. We veilen daar spullen, maar vooral talenten; mensen kunnen bieden op huiskamerconcerten, een schoonmaakhulp of hulp bij het aanvragen van een vergunning bijvoorbeeld. Mijn vader doet ook mee: hij biedt een paar uur tuinieren aan.

In november wil ik weer naar Nepal. Om te helpen, en om mijn stage af te maken. De ramp heeft ook iets goeds gebracht; ik ben in één maand jaren wijzer geworden. Van een twijfelende student ben ik veranderd in een volwassen doorpakker.’ ↙ Altan Erdogan

De benefietveiling voor Nepal van Gaia en haar vrienden is op donderdag 4 juni in Cinetol in Amsterdam. Meer informatie zie het Facebookevenement Benefietveiling Mountain Child Care Nepal.



THOMAS VAN AALTEN

Geloof in wetenschap

Ik heb een derde dochter gekregen. Ik had er al twee, en toen diende zich een derde aan. Alleen kwam ze vroeg, bij 28 weken. Als student heb je vermoedelijk nog weinig met het ouderschap van doen, maar personeel met kinderen dat deze column leest zal weten: dat is *erg* vroeg. Dat betekent ook dat de fase kort voor de bevalling (het was nota bene een normale bevalling) spannend was. Maar wat wist ik mij getroost met de expertise van de medische wetenschap! Ze ligt nu al meer dan twee weken op de afdeling neonatologie van de VU, nadat moeder al weken onder toezicht van de afdeling verloskunde stond.

Sommige mensen richten zich in geval van paniek en wanhoop tot godsdienst. Ik snap dat heel goed; in de laatste spannende weken voor de komst van mijn dochter begon ik prompt het gospelachtige nummer 'People Get Ready' van Curtis Mayfield te luisteren, talloze malen. Maar na de geboorte kon ik maar één ding aanbidden: de medische wetenschap en onze gezondheidszorg. Die tak ligt voortdurend onder vuur en wordt veel afgekat in de media, maar wat heb ik een bewondering voor de nauwkeurigheid en toewijding van artsen en verplegers.

Weet dat uw werk gezien en gewaardeerd wordt

Wie op dit moment zelf een studie doet om mensen gezonder te maken, onderzoek uitvoert of anderen leert om mensen gezond te maken: weet dat u nog aanbeden wordt. Weet dat uw werk gezien en gewaardeerd wordt. Mijn dochter ligt nu meer dan twee weken in een couveuse en ze maakt het goed. Ik zal haar voor de rest van haar nu al roemruchte bestaan op het hart drukken om de wetenschap te eren en er altijd in te blijven geloven, ook als het af en toe wat minder gaat.

DOCENTEN, HAP EENS NAAR DE BAAS

Ook aan de hogescholen speelt problematiek rond rendementsdenken en medezeggenschap. Tijd voor docenten om zelf te kijken hoe ze de situatie kunnen verbeteren, vindt Daniel van Middelkoop.

illustratie **Marc Kolle**

De discussie over rendementsdenken en (mede)-zeggenschap in het hoger onderwijs wordt in volle hevigheid gevoerd, zowel binnen de universiteiten en hogescholen zelf als in politiek en media. Niettemin lijkt het soms alsof de discussie vooral de universiteiten betreft en dat de problemen waar de studenten en docenten van de UvA tegenaan lopen, niet worden ervaren binnen de HvA. De HvA wordt gezien als de organisatie waar minder behoefte aan of noodzaak tot verandering is, waar de zaken gewoon op orde zijn. De voorzitter van de CMR kon rekenen op hoongelach uit universitaire hoek toen hij in het debat over het nieuwe CvB de verhouding tussen hogeschool en CvB vergeleek met die van een hond en zijn baasje. Maar spelen er echt geen of weinig problemen aan de hogeschool? Hebben docenten en studenten op de HvA geen behoefte aan een alternatief voor het rendementsdenken dat de doelstellingen van het onderwijs (te veel) kleurt, en spelen tijdsdruk, bureaucratische druk en een gebrek aan ervaren autonomie met betrekking tot het eigen onderwijs hier niet?

Denk buiten de kaders

Resultaten uit onderzoek rond studiesucces onder circa driehonderd docenten dat het lectoraat HRM de afgelopen jaren uitvoerde, duiden erop dat er ook in het hbo veel speelt. Docenten hebben het gevoel dat rendement de inhoudelijke invulling van kwaliteit en ‘studiesucces’ dreigt te verdringen. Ze voelen zich beperkt in hun mogelijkheden om invulling



te geven aan zowel die kwaliteit als dat studiesucces. Een toenemende werkdruk (meer studenten en meer taken) en bureaucratische druk (meer regels) zorgen ervoor dat docenten soms al blij zijn als 'de boel blijft draaien'. Voor een wezenlijke discussie over kwaliteit van onderwijs, studiesucces en de beste manier om studenten te helpen dat te bereiken is vaak geen tijd; laat staan voor een vertaling van gezamenlijk bepaalde uitgangspunten naar het onderwijs.

Het belang van het docententeam wordt alom benadrukt, ook door het CvB. Maar in de praktijk zien we dat docenten weinig ruimte ervaren. Dat is geen kwestie van wachten tot 'de manager' of 'het CvB' je als docent in staat stelt om de regie weer meer in eigen handen te nemen. Meer autonomie en zeggenschap begint bij het durven gebruiken van de geboden ruimte. Binnen docententeams waar docenten niet afwachtten, maar waar men problemen rond studiesucces durfde aan te kaarten, waar men zelf invulling gaf aan als stappen richting beter onderwijs en waar men durfde denken buiten de geijkte kaders, ontstond inspiratie en energie in de discussies. Bij de koffieautomaat aan elkaar uitleggen wat er niet goed is, is relatief eenvoudig. Met elkaar stappen zetten om de situatie te verbeteren is lastiger, maar zet aanzienlijk meer zoden aan de dijk.

Meer zeggenschap begint bij het durven gebruiken van de ruimte

Geef autonomie de ruimte

De HvA heeft daarom juist geen 'streng baasje' nodig maar een CvB, domeinvoorzitters en opleidingsmanagers die docenten in staat stellen om, het liefst samen met studenten, na te denken over en vorm te geven aan goed onderwijs. Daarbij zijn er hoopgevende trends zichtbaar. De komende jaren onder andere via 'proeftuinen' waarin docententeams binnen een aantal opleidingen zelf verbeteringen in het eigen onderwijs gaan bedenken, uitvoeren en evalueren. En tot slot laten docenten zich via initiatieven als RethinkHvA en De Nieuwe Hogeschool nadrukkelijker horen in de discussie over kwaliteit van onderwijs.

Tegelijkertijd blijven in de beleving van docenten de werkdruk en bureaucratie toenemen. Er zijn te veel verhalen van docenten die – vanuit liefde voor het vak en de student – structureel overwerken om binnen steeds krapper ingeplande takenplaatjes aan de verwachtingen te blijven voldoen, met te vaak uiteindelijk een burn-out tot gevolg. Daarnaast is de zeggenschap over het eigen onderwijs nog te vaak een papieren werkelijkheid. Een situatie die volgens sommige docenten leidt tot vervreemding van dat waar de opleiding voor staat, waarbij docenten zich uitsluitend verantwoordelijk voelen voor het onderwijs dat men zelf individueel geeft, maar niet of weinig voor de opleiding als geheel.

Het zijn serieuze problemen waar een CvB zich actief mee bezig zal moeten houden – niet door top-down leiding te geven, maar vooral door te luisteren en autonomie lager in de organisatie neer te leggen bij docententeams. Het vermogen te luisteren is in de zoektocht naar een nieuwe CvB-voorzitter daarom wellicht belangrijker dan het vermogen om leiding te geven. ↙

Daniel van Middelkoop is docent bij de opleiding bedrijfskunde MER en als onderzoeker verbonden aan het lectoraat HRM. Binnen het lectoraat houdt hij zich bezig met de professionele ontwikkeling van docenten. Dit stuk schreef hij op persoonlijke titel.

‘ANGST IS HEEL GEZOND GEWEEST VOOR MIJ’

tekst **Clara van de Wiel**
foto’s **Bram Belloni**

Niet denken maar doen, wil het gezegde. Alleen kunnen we volgens HvA-docent en filosoof Jan Drost een stuk gelukkiger worden als we juist wat meer nadenken. Want we denken vaak fout, en dat leidt tot narigheid.



Jan Drost
GEBOREN IN VROONHOVEN, 1975

'Sinds het schrijven van mijn boek heb ik opeens veel meer schoenen'

Hij moet hard lachen om de anekdote uit het bezette Maagdenhuis die Arnon Grunberg onlangs in *de Volkskrant* beschreef. Studenten misten in een theoretische discussie 'gevoel' en wilden daarom liever gezamenlijk mediteren. Ze bedoelden het vast goed, haast Drost zich te zeggen. Maar hij herkent het verschijnsel wel. 'Er zijn zoveel mensen die zeggen: denken en voelen zijn twee losse dingen. En het gevoel is dan belangrijker.' Hij zucht. 'Hoe vaak ik niet een discussie hoor doodslaan met het argument: zo voel ik het nu eenmaal! Maar dan ben ik benieuwd: waar komt dat gevoel vandaan? En dan kom je bijna altijd bij bepaalde manieren van denken uit.'

Het is een van de misvattingen die Drost wil rechtzetten in zijn nieuwe boek *Denken helpt*, dat eerder dit jaar verscheen. Vier jaar na zijn succesvolle debuut *Het romantisch misverstand*, waarin hij zich op misvattingen rondom de liefde concentreerde, geeft de filosoof en HvA-docent nu handvatten hoe je met denken bepaalde problemen te lijf kan gaan. Aan veel menselijk ongeluk liggen denkfouten ten grondslag, schrijft Drost. De manier waarop je de wereld ervaart, hangt immers af van de 'denkbril' die je op hebt. Bijvoorbeeld onrealistische gedachten over wat geluk eigenlijk is, of wat je met vrijheid aanmoet. Maar een denkfout is voor Drost ook je verschrikkelijk opwinden over regenachtig weer in de zomer. Zoveel verwachting en teleurstelling, terwijl je er redelijkerwijs toch niks aan kunt doen. Maar als je anders over het weer, geluk of vrijheid na gaat denken, ga je ze ook anders beleven. Door anders te denken kan je de oorsprong van veel emoties achterhalen en ze veranderen. Ergo de titel van Drosts boek: *Denken helpt*.

Dat klinkt meteen erg als een zelfhulpboek. Was dat ook de opzet?

'Misschien wel, maar dat is natuurlijk een beetje een vies woord. Eigenlijk is dat zonde. Want zo lees ik boeken wel driekwart van mijn tijd: om iets over het leven of mezelf te leren. Maar in zelfhulpboeken zitten vaak van die nare stappenplannen: hoe word ik gelukkig in negen stappen? Daar word je meestal juist depressiever van, want het resultaat is vaak dat je je nog machtelozer voelt dan daarvóór. Die maakbaarheidsgedachte vind ik verneukeratief. Een zelfhulpboek heb ik er dus nooit in gezien, terwijl het daar misschien wel op neerkomt. Ik wilde vooral uitleggen hoe waardevol denken kan zijn. Na afloop van lezingen kreeg ik zo vaak te horen: is het probleem niet dat we te veel nadenken?'

Is dat niet zo? Eindeloos nadenken kan je toch ook hinderen?

'O ja, natuurlijk! Denken helpt niet per se. Zeker niet. Maar toch: als je iets wil veranderen of verbeteren dan zou ik niet weten waar je anders moet beginnen. Je kunt wel proberen niet meer na te denken. Maar ten eerste lukt dat niet. En ten tweede ga je dan afleiding zoeken. Onze hele consumptiemaatschappij is ingericht op die afleiding. Ik merk dat ik daar zelf ook gevoelig voor ben. Dan zit je even vast en ga je meteen online shoppen. Sinds het schrijven van mijn boek heb ik opeens veel meer schoenen. Maar met die afleiding laat je denkfouten onaangeroerd. Je moet op z'n minst de vraag stellen: zou het kunnen dat aan de basis van mijn gevoel denkfouten liggen? Dat vind ik een heel belangrijke vraag. Dat kan echt een wereld van verschil maken.'

Wanneer merkte jij concreet dat denken je kon helpen?

'Tijdens mijn studie filosofie kwam ik in een soort existentiële crisis, waardoor ik een jaar gestopt ben. Toen ervoer ik echt aan den lijve hoe leeg volledige vrijheid kan voelen. En ik realiseerde me: ik zit te wachten op een teken van de natuur, of op een soort goddelijke inspiratie. Terwijl je soms gewoon moet beginnen vanuit het niets, omdat we nu eenmaal gedoemd zijn tot die complete vrijheid. Dat had ik niet kunnen bedenken als ik niet de ideeën van Sartre had gehad, die ik toevallig toen las.'

Niet iedereen zal daar zo makkelijk toe komen. Ben jij niet gewoon veel gedisciplineerder?

'Nee, absoluut niet. Sterker nog: ik had geen discipline. Ik dacht dat ik wist wat ik wilde, maar ik begreep de helft niet van wat ik wilde en dacht. En ik vond mezelf lui en zwak. Pas een paar jaar later zeiden mensen: goh, wat ben jij gedisciplineerd. [Lachend] "Wat!!?" dacht ik toen. Maar misschien heb je wel een soort urgentie nodig. Ik schrijf ook: denken begint als je tegen moeilijkheden aanloopt. Ik heb ooit echt vastgezeten, dus ik moest wel. Misschien als ik toen naar een psychiater was

'Volledige vrijheid kan heel leeg voelen'



cv Jan Drost

1975 Geboren te Vroonhoven
1995-2002 Studie geschiedenis en filosofie, UvA
2008 Docent filosofie, HvA
2011 *Het romantisch misverstand*
2014 Docent, The School of Life Amsterdam
2015 *Denken helpt*

gegaan, dat ik aan de medicijnen had gezeten. Maar die angst is heel gezond geweest voor mij. En ik heb hem nog steeds wel eens. Ik vind het niet prettig, maar angst is wel een goede drijfveer.'

In *Denken helpt* is dat precies wat Drost doet: vanuit verschillende filosofische denkstromen naar herkenbare problemen kijken. Om daarmee ook andere mensen een duwtje in de goede denkrichting te geven. Dat hij dat graag doet, merkte hij al tijdens zijn studie. 'Bijvoorbeeld als ik bepaalde romans las. Die boeken zijn soms zo therapeutisch, dan vroeg ik me af: hoe werkt dat precies? Dat wilde ik dan uitleggen en delen.'

In 2004 gaf hij zijn eerste gastcollege, sinds 2008 geeft hij les op de hogeschool. Hij heeft het nodig, legt hij uit. 'Het in levenden lijve met mensen ideeën uitwisselen, dat vind ik onvervangbaar. Ik kom altijd op nieuwe ideeën tijdens colleges.'

Op welke ideeën brengen de HvA-studenten je?

'Ik weet nog dat ik tijdens een college over Sartre zei: angst is vrijheid. Na afloop bleef een studente zitten, en ze zei: "Ik ben dus niet gek, ik ben vrij!" Die bleek precies die vragen die Sartre stelde te hebben: wat is mijn reden om te leven? Waarom maak ik er geen eind aan? Ze had ze wel eens thuis proberen te stellen, maar daar stuurde men haar direct naar een psychiater. Die schreef haar angstremmers en antidepressiva voor. En nu ontdekte ze: ik ben verdomme niet gek, ik ben vrij en ik stel mezelf intelligente vragen! Ik schrok daarvan. Je leest wel over "de medicalisering", maar dan zie je hoe diepgeworteld dat is. Het zit in het bewustzijn van ons allemaal. Ook bij mezelf. Als je even niet lekker in je vel zit, denk je: er is iets mis met mij. Heb ik een stoornis? Maar wat is er mis mee als je af en toe denkt: waarom doen we dit allemaal hier op aarde?'

Zijn studenten op het hbo minder gewend zo te denken dan op de universiteit?

'Misschien. Ik grap tegen collega's wel eens dat ik de h in hbo verdedig. Zelfs bij docenten heb je nog vaak een allergie tegen het vak filosofie: wat is dat nou, dat gedenk? Wat heb je eraan? Studenten hier hebben toch gewoon praktische handvatten nodig? Dan denk ik: wat bedoel je daar in godsnaam mee? Hoe kan je nou iets over de praktijk zeggen als je geen theorie hebt? Sterker nog: die praktijk, je handelen, wordt volledig bepaald door je theorie. Door ideeën die jij hebt over wat geluk is, wat een goede samenleving is. Misschien ligt het denken bij de universiteit iets minder onder vuur. Alleen: daar is het vaak weer heel intellectualistisch en mag het juist niet praktisch zijn. Daar gaan ze soms in het denken hangen, terwijl ze op de hogeschool soms in de praktijk hangen.'

Vind jij het interessanter op de hogeschool?

'Ik denk het wel. Ik gaf eens een gastcollege op de universiteit, toen een student me vroeg: in hoeverre hangt het *pour-soi* van Sartre samen met het *cogito* van Descartes? Dat is een geweldige, mooie vraag. Maar



Kijk, wandel, vaar, speel, debatteer, luister, feest en studeer mee op 6 juni: de dag van de Amsterdamse student

dasamsterdam.nl

‘Als je rendement wil, moet je studenten een beschouwende blik aanleren’

op de hogeschool gaf ik tegelijkertijd les aan toekomstige hulpverleners. Daar zat een student die stage liep bij probleemjongeren in de Bijlmer. Zij zei: die meneer Sartre heeft mooi praten, maar wat heb ik aan zijn verantwoordelijkheidsbegrip als ik morgen weer bij die jochies ben? Mijn eerste impuls was toen: daar gaat het niet over! Maar later dacht ik: verdomme, daar gaat het wel over! Daar heb ik echt wakker van gelegen. En toen wist ik: oké, ik wil op de hogeschool werken.’

Zie je de oppositie tussen denken en voelen ook bij studenten?

‘Zeker. Daarom vind ik het ook zo belangrijk om die vakken te geven. Bijna elk college begin ik met te stellen dat het dualisme tussen denken en voelen niet bestaat. Veel mensen steigeren dan. Zo van: daar ben ik het niet mee eens. Of: dat is jouw mening. Ik heb wel eens gehad dat mensen bij mijn vak over de liefde niet meer terugkwamen. Dat ze zeiden: ik geloof te veel in de liefde, dus ik ga dit vak niet verder volgen. De meesten draaien wel bij en zien ook dat het genuanceerder ligt. Maar dat doet soms pijn, het loslaten van oude vooronderstellingen. Dat onderwijs alleen maar leuk moet zijn, vind ik nergens op slaan.’

Is het voor studenten echt zo’n worsteling?

‘Voor sommige wel, ja. Af en toe onderschat ik dat. Hoe het is om voor het eerst aan te lopen tegen ideeën en idealen waarvan je denkt: hier heb ik echt iets aan. Na afloop van het laatste college van een vak zei een aantal studenten onlangs dat ze het behoorlijk heftig vonden. Omdat ze alles wat in de teksten stond op zichzelf gingen betrekken. Hoe zit dat dan met mij? Hoe zit het bij mijn vriend? Een meisje kwam tot het inzicht dat ze een relatie had met een verstokte romanticus. En als je je realiseert dat dat echt geen manier van denken is waar je achter kan staan, dan is dat best heftig.’

Kritiek op rendementsdenken in het onderwijs klinkt overal. Is er nog wel tijd en ruimte om echt diep op de stof in te gaan?

‘Ik herken die kritiek wel. Een vak is vorig jaar als domeinbreed keuzevak geschrapt. Toen ik vroeg of daar een inhoudelijke reden voor was, stond er in de mail letterlijk: eerlijk gezegd weten wij ook niet waarom. Eerder werd wel eens iets geschrapt omdat te veel mensen een onvoldoende haalden. Filosofie ligt al snel onder vuur. Allemaal vanuit denkfouten, vanuit verkeerde ideeën over wat een opleiding moet zijn. Als je echt rendement wil, dan lijkt het me heel logisch dat je in het eerste jaar een vak stopt dat studenten een beschouwende blik in een beroep aanleert. Met alle confrontaties van dien, trouwens. Ik heb meegemaakt dat collega’s echt pissig op mij werden. Wat is dit nou: ze hebben een vak bij jou gevolgd en nu lopen ze de DSM te bekritiseren en zeggen ze dat ADHD niet bestaat. Ergens begrijp ik dat wel. Je hebt als docent ook weinig tijd. Je wilt gewoon je vak geven en dan krijg je opeens studenten die met je willen reflecteren op de grondslagen van de psychologie. Daar heb je geen zin in. Maar het zal wel moeten. Als voor dit soort vragen geen plek voor is in het onderwijs, is er nergens een plek voor.’

Zie je jezelf als een soort missionaris?

[Lachend] ‘Waarom niet? Noem het maar zo. Op dit soort voorjaarsdagen kan ik fluitend langs de managers lopen. Hallo, jullie ook een fijne dag! Een soort vrolijke vijandschap. En als je bedenkt wat echt beslissende wendingen in je leven kunnen zijn, weet je waarvoor je het doet. Ik heb me bijvoorbeeld altijd herinnerd dat een leraar Nederlands op de middelbare school over een essay van mij zei: ik denk dat we nog wel van meneer Drost gaan horen. Dat ben ik nooit meer vergeten. Daar heb ik echt het zelfvertrouwen uit gehaald. Soms is het dus één zo’n zinnetje. En dan zouden zeven colleges geen verschil kunnen maken? Ik geloof van wel.’ ↙



Jan Drost
Denken helpt
De Bezige Bij
320 blz., € 19,90

Objectief

Te laat

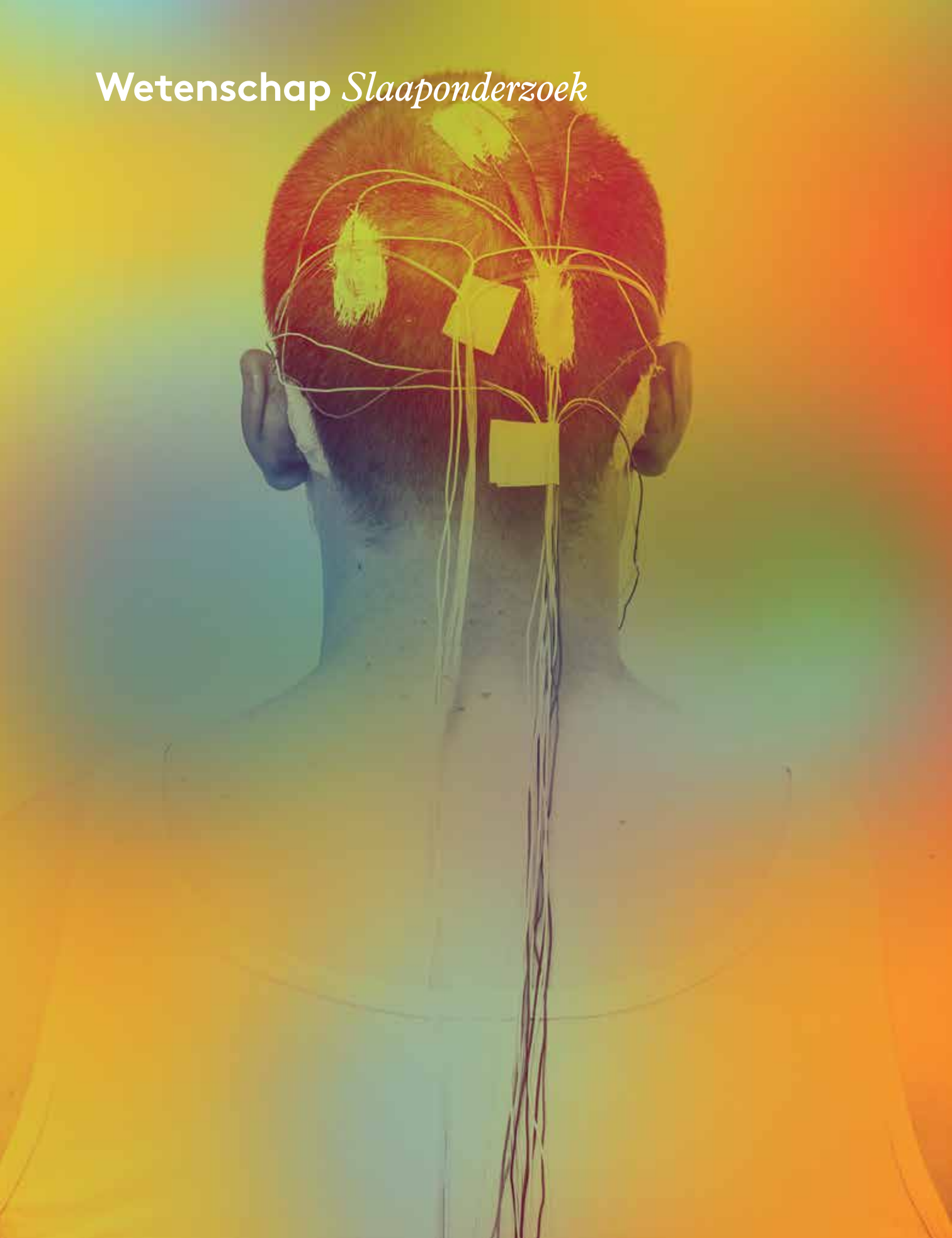
tekst **Henk Strikkers**
foto **Daniël Rommens**

Je zou het niet zeggen, maar hier staat de campagnestand van de grootste partij in de medezeggenschap van de UvA. Studentenpartij Mei, op dit moment nog met 10 van de 14 zetels vertegenwoordigd in de Centrale Studentenraad (CSR), leverde haar kandidatenlijst te laat in en mag slechts op drie van de zeven faculteiten meedoen. Voor de directe verkiezingen van de CSR is ze, ondanks een gang naar het hoogst mogelijke rechtsorgaan van Nederland en uitstel van de verkiezingen, eveneens uitgesloten.

Hoewel de banieren, de ballonnen en het versgeperste sinaasappelsap er traditiegetrouw bij zijn, is het stil bij Mei. Van de concurrerende partijen hoeft Mei bovendien geen gunsten te verwachten, zij waren woest dat dankzij de rechtsgang de verkiezingen werden uitgesteld. Veel van hun campagnemateriaal kon de vuilnisbak in. Ook Mei had kilo's sinaasappels ingekocht. Die gingen naar de Voedselbank. Bij Mei weten ze immers: als je de verkiezingen van volgend jaar wil winnen, had je gisteren moeten beginnen.


B1.04 B1.10
B4-B10
KIES
MEI
Voor échte macht en
inspraak van studenten
STEM!
Kies MEI voor kwaliteit
Kies MEI voor versterking medezeggenschap
Kies MEI voor duurzaamheid

Wetenschap *Slaaponderzoek*



Slaap eens een gat in de dag



tekst **Nina Schuyffel**
fotografie **Mats van Soolingen**

Bijna de helft van de jongeren slaapt slecht of te weinig. Zorgelijk, want genoeg slaap is essentieel voor het zich ontwikkelende brein. Gelukkig is een goede nachtrust wel aan te leren.

Hoewel de resultaten van zijn grootschalige onderzoek nog niet zijn gepubliceerd, heeft hij de eerste cijfers al naar buiten gebracht. Slaaponderzoeker Gerard Kerkhof maakt zich zorgen. We slapen slecht, concludeert hij. Heel slecht. Zijn studie onder 2000 respondenten wijst uit dat 30 procent van de Nederlanders per nacht gemiddeld zes uur of minder slaapt, terwijl we tussen de 7,5 en 8,5 uur nodig hebben. Een pijnlijke ontwikkeling, volgens de emeritus hoogleraar aan de UvA.

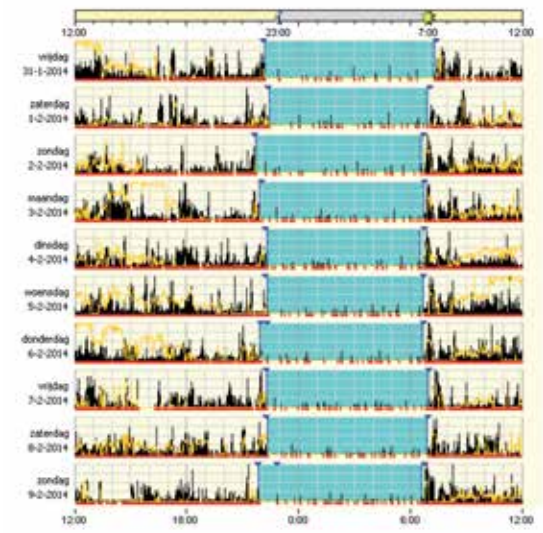
Burn-out

Als voormalig voorzitter van de Nederlandse Vereniging voor Slaap- en Waakonderzoek (NSWO) probeert Kerkhof de invloed van slechte slaap al decennialang op de agenda te krijgen. Dat lijkt nu eindelijk te lukken: schreeuwende koppen in de media onderstrepen wekelijks wat slechte slaap allemaal met je gezondheid kan doen. We worden dikker, hebben meer kans op hart- en vaatziekten, krijgen een hogere bloeddruk en kunnen sneller depressief worden. Het zijn gevolgen die in de wetenschap al langer bekend zijn, maar nu pas de aandacht van het publiek vangen. ‘Blijkbaar is het moment daar,’ zegt Kerkhof. Vroeger kraaide er geen haan naar zijn bevindingen, nu is hij ‘slaapexpert’ en vragen bedrijven hem advies over hoe ze hun werknemers voor een burn-out kunnen behoeden. De slaapwetenschapper is zelfs al in gesprek met uitgeverijen over een boek. ‘Na roken, bewegen en het belang van goede voeding beginnen we ons nu bewust te worden van een nieuw gezondheidsprobleem,’ constateert hij tevreden. ‘We kunnen er niet meer omheen.’

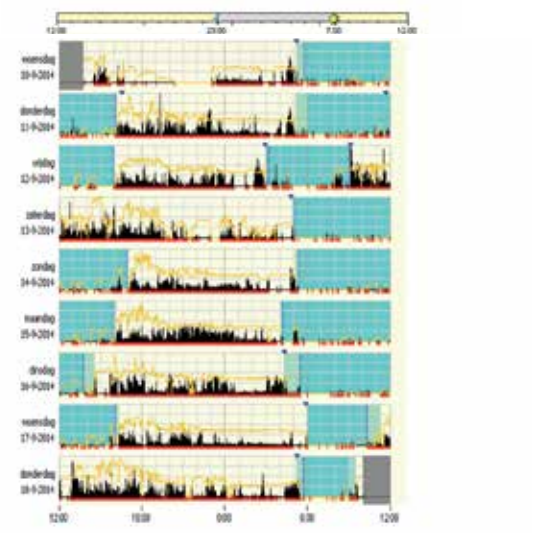
Toch is er één groep die zich nog wat meer bewust mag worden van goede slaap: de jeugd. In het Slaapcentrum van het Medisch Centrum Haaglanden (MCH) in Den Haag ondervraagt Kerkhof wekelijks mensen over hun slaapgedrag. Bijna de helft van de jongeren tussen de 18 en 24 jaar, waar ook veel studenten onder vallen, blijkt een slaapstoornis te hebben, terwijl dat percentage bij de andere leeftijdsgroepen tussen de 28 en 33 procent ligt. ‘Schokkend,’ vindt Kerkhof, omdat in deze leeftijd het brein nog volledig in ontwikkeling is. ‘Goede slaap is daarbij essentieel.’

Vooral jonge vrouwen rond de 21 jaar blijken slecht te

Normaal slaap-waakritme



Verstoord slaap-waakritme



● **Zwart** activiteit (beweging geregistreerd door activiteitsmeter om de pols) ● **Geel** licht ● **Blauw** slapen ● **Groen** in bed maar niet in slaap (volgens de analyse) ● **Driehoekjes** markering van naar bed gaan en opstaan (op deze tijden is het knopje op de activiteitsmeter ingedrukt door de persoon)

slapen. Dat kan volgens Kerkhof komen door de hormonale veranderingen in hun lichaam, maar ook door externe factoren. ‘Als twintiger zit je in een belangrijke leeftijdsfase. Je begint aan een studie, studeert af, gaat solliciteren. Dat zijn spannende gebeurtenissen, die niet meteen allemaal goed gaan. Vrouwen reageren daar misschien heftiger op en liggen er ’s nachts wakker van.’ Een Amsterdamse vader van twee dochters wees Kerkhof onlangs op een heel andere oorzaak. Hij mailde dat jonge vrouwen veel bezig zijn met hun uiterlijk: ze staan vroeg op om zich op te tutten, waardoor ze minder slapen. Het lijkt Kerkhof een plausibele verklaring. ‘Of het waar is, zullen we verder moeten onderzoeken.’

Sociale jetlag

Ook neuroloog en somnoloog Hans Hamburger ziet steeds meer studenten met slaapproblemen binnenkomen. Hij is hoofd van drie slaapcentra in Nederland, waaronder het Amsterdam Slaap Centrum in het Slotervaartziekenhuis. Vaak zijn het jongeren die al een maandenlange ggz-geschiedenis achter de rug hebben. ‘Studenten die slecht slapen, worden depressief

HOE WORD JE SLAAPONDERZOEKER?

Gerard Kerkhof studeerde psychofysiologie in Leiden en promoveerde binnen het onderwerp chronobiologie – de biologie van de tijd – op de 24-uursritmiek van slaap. In 1995 werd hij benoemd tot bijzonder hoogleraar aan UvA, vanaf 2001 was hij daar voorzitter van de afdeling psychologie en daarna directeur van het Onderzoeksinstituut Psychologie. Nu doet hij onderzoek bij het Slaapcentrum van Medisch Centrum Haaglanden. ‘Het leuke van slaap is dat er allerlei deskundigen bij betrokken zijn,’ zegt hij. ‘Op congressen komen psychologen en artsen af, maar ook arbeidsdeskundigen. Je kunt qua studie dus heel veel kanten op om uiteindelijk in het slaaponderzoek terecht te komen.’ In het Slaapcentrum gaat het er als volgt aan toe: patiënten krijgen van de neuroloog een ‘werkdiagnose’, waarmee wordt vastgesteld of ze al dan niet aan een slaapstoornis lijden en zo ja, aan welke. Er worden metingen verricht met een slaapdagboekje, een polshorloge en/of een recorder (een soort walkman), die via draadjes verbonden is met elektroden op de hoofdhuid. De apparatuur brengt gedurende 24 uur onder meer hun hersenactiviteit en oogbewegingen in kaart. Soms volstaat het om daarna informatie mee te geven waarmee de patiënten hun eigen slaap-waakgedrag kunnen verbeteren, maar omdat slapeloosheid vaak gepaard gaat met depressies of angststoornissen, worden ze soms ook doorgestuurd naar een gespecialiseerd psycholoog. Alle gegevens, inclusief antwoorden op vragenlijsten en persoonskenmerken, komen terecht in een grote database, die slaaponderzoekers kunnen gebruiken voor hun wetenschappelijk onderzoek.

omdat ze overdag niet goed functioneren,' legt hij uit. 'Ze gaan in therapie bij een psycholoog of psychiater. Door hun somberheid slapen ze weer slechter, waardoor ze in een vicieuze cirkel raken. Pas als ze helemaal niet meer weten wat ze moeten doen, komen ze bij ons terecht.'

Onder ouders en hulpverleners leeft volgens Hamburger één grote misvatting als het gaat om slaap bij adolescenten. Ze denken dat emotionele omstandigheden een rol spelen, terwijl de basisoorzaak vaak een verkeerd slaapritme is. Een verstoring van de biologische klok, heet dat. Hij legt uit: 'Tussen ons zestiende en vijfentwintigste levensjaar schuift de biologische klok op naar een later tijdstip. Dat betekent dat we later moe worden en dus niet al om tien uur kunnen slapen. Jongeren merken dat: zij komen in een leeftijdsfase waarbij laat slapen de norm is. Ze gaan uit, blijven tot laat films kijken op Netflix of feesten de hele nacht door.' Nu zou dat allemaal niet zo erg zijn, zegt Hamburger, als die jongeren nog steeds aan hun benodigde negen uur slaap zouden komen. 'Maar omdat ze de volgende dag vroeg moeten opstaan, bijvoorbeeld omdat ze naar school moeten, slapen ze niet lang genoeg. Als dat structureel gebeurt, ontwikkelen ze een chronisch slaaptekort.'

Het probleem is dus niet zozeer dat jongeren laat gaan slapen, meer dat ze de volgende dag vroeg opstaan en daardoor te weinig slaap krijgen. Compenseren door de volgende avond vroeg naar bed te gaan lukt niet, omdat hun biologische klok dat niet toestaat. *Hamburger:* 'Als ze elke nacht om vijf uur gaan slapen en pas om twee uur wakker worden, is er niets aan de hand. Maar de buitenwereld accepteert dat niet: school en colleges beginnen nu eenmaal vroeg. Bovendien zouden ze allerlei sociale activiteiten missen.' Hij noemt dit verschijnsel daarom ook wel een sociale jetlag.

Biologische klok

Uit recent onderzoek van de Radboud Universiteit blijkt dat jongeren die slechter slapen dan leeftijdgenoten, later meer verslavende middelen gebruiken dan jongeren die goed slapen. Ook Hamburger ziet veel 'totaal ontregelde studenten' die verslaafd raken aan cannabis of alcohol. 'Dat gebruiken ze om eerder in slaap te komen, maar daar worden ze de volgende dag weer slaperig van.' In zijn slaapcentrum helpt hij ze de klok weer terug te schuiven in een natuurlijker ritme. Ze krijgen lichttherapie en op gezette tijden melatonine, zodat hun lichaam 'snapt' dat het wat eerder kan slapen. De slaapdeskundige vindt dat er meer aandacht moet komen voor het principe van de biologische klok. 'Het is heel normaal dat je als twintiger 's avonds niet in slaap kunt komen. Als je maar weet hoe je ermee om moet gaan.'

Een van de belangrijkste tips die hij studenten geeft, is om 's avonds geen smartphone, laptop of tablet meer te gebruiken. Het blauwgroene licht vertraagt het natuurlijke aanmaakproces van melatonine: het hormoon waar we slaperig van worden. Die vertraging komt bovenop de verschuiving van de

SLAAPSTOORNISSEN

Er zijn meer dan tachtig soorten slaapziektes. De meest voorkomende onder jongeren is Delayed Sleep-Phase Syndrome (DSPS), ook wel slaapritmestoornis genoemd. Kenmerken: je valt 's avonds pas laat in slaap en kunt 's ochtends moeilijk je bed uitkomen. Dat heeft te maken met de biologische klok, die vanaf je zestiende naar een later tijdstip verschuift waardoor je later moe wordt. Als je slecht kunt inslapen, niet doorslaapt en ook nog vroeg wakker wordt, is er iets anders aan de hand. Grote kans dat je lijdt aan insomnia, de 'klassieke' slapeloosheid. Snurk je overmatig? Dan heb je misschien apneu. Deze slaapstoornis, waarbij de ademhaling korte tijd wordt onderbroken, wordt verergerd door het gebruik van alcohol en komt dan ook vaak voor bij studenten.

GEVOLGEN

Op korte termijn kan slecht slapen leiden tot een verzwakking van je immuunsysteem, waardoor je vatbaarder wordt voor ziektes. Ook wordt je geheugenopslag verstoord en sla je 's nachts nieuwe informatie minder goed op, voor zover je je daar door slaperigheid overdag op hebt kunnen concentreren. Uit internationaal epidemiologisch onderzoek blijkt dat er op lange termijn een verhoogd risico bestaat op hart- en vaatziekten, herseninfarcten, hogere bloeddruk en maag-darmstoornissen. Ook klachten van psychische aard zijn mogelijk: zo kun je angstig worden of een dwangstoornis ontwikkelen. Een recent Chinees onderzoek onder ruim 1300 adolescenten wees uit dat jongeren die minder dan acht uur slapen, drie keer zoveel kans hebben op het ontwikkelen van suïcidale neigingen.

WAKE-UP CALL

Volgens slaaponderzoekers wordt slapen door jongeren nog te veel gezien als iets voor mietjes. Gerard Kerkhof: 'Wie zit te gapen en zegt dat hij vannacht zo slecht heeft geslapen, maakt zich in de groep niet echt populair. Drink nog een paar koffie, klinkt het dan.' Onder invloed van de 24-uursmaatschappij wordt dit alleen nog maar erger, denkt hij. 'We willen altijd overal bereikbaar zijn en alles doen, voor slapen hebben we geen tijd. In het bankwezen zijn zogeheten all-nighters geen zeldzaamheid: je werkt de hele nacht door, doucht even, trekt een schoon shirt aan en gaat weer door. Dat moet anders.'

Hogeschool van Amsterdam

AmsterdamFM

MAATSCHAPPIJ EN RECHT

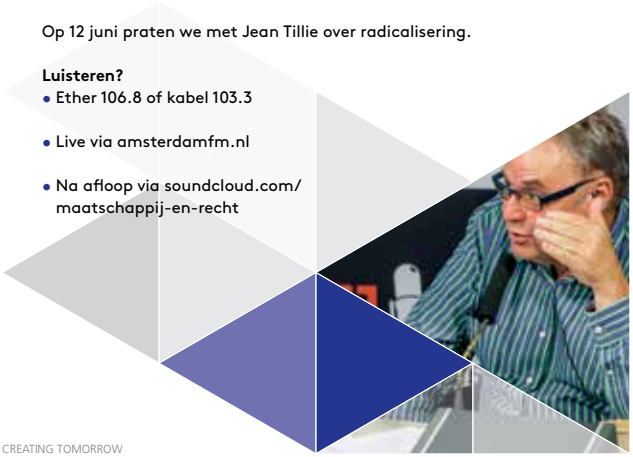
AMSTERDAM LEEFT
FLIPPING THE CLASSROOM?

Het domein Maatschappij en Recht maakt wekelijks een live radioprogramma over onderwijs en onderzoek en de verbinding met Amsterdam.

Iedere vrijdag van 14:00 - 15:00 uur live vanuit de studio op de eerste etage van de Openbare Bibliotheek Amsterdam (naast het CS).

Op 12 juni praten we met Jean Tillie over radicalisering.

Luisteren?
- Ether 106.8 of kabel 103.3
- Live via amsterdamfm.nl
- Na afloop via soundcloud.com/maatschappij-en-recht



CREATING TOMORROW

2e Psychoanalyse SUMMER UNIVERSITY



29 juni t/m 3 juli

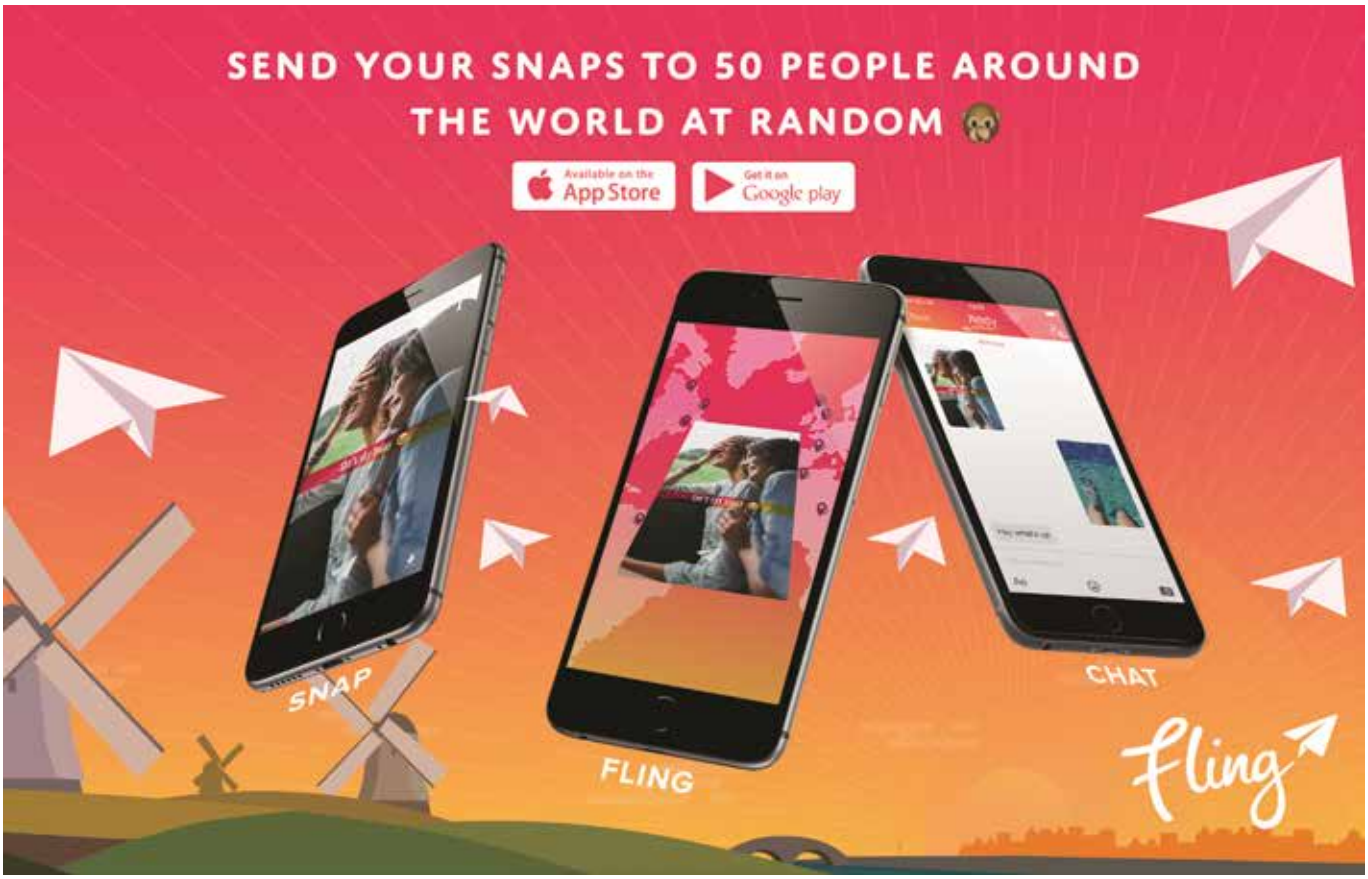
Twitterend door de psychoanalyse

Een week in het teken van psychoanalytische onderwerpen zoals dromen, kinderontwikkeling, overdracht en tegenoverdracht. In een verdiepend deel aandacht voor psychoanalytische grondleggers (o.a. Freud en Bion), de klinische praktijk en actuele thema's als schaamte, migratie en trauma. Verbinding zal worden gemaakt met kunst , film& fotografie.

Doelgroep: studenten psychologie, pedagogiek, filosofie, sociale wetenschappen, geneeskunde en overige geïnteresseerden.

Locatie: Universiteit van Amsterdam, Oudemanhuispoort 4-6
Kosten: Inleiding (ma t/m wo): studenten €75
Verdieping (do en vrij): studenten €50
Hele week: studenten €100,-

Aanmelden: www.psychoanalysesummer.nl



biologische klok, waardoor we nog later willen slapen. ‘Leg die telefoon niet naast je bed,’ zegt ook Gerard Kerkhof. ‘Ontspan voordat je gaat slapen. Lees een boekje, loop wat rond, doe een spelletje, ga kletsen met je huisgenoot.’ Het voorkomt ook emotionele reacties, zeggen de slaaponderzoekers. ‘Een beledigende tweet, een alarmerend berichtje op WhatsApp: je ligt er alleen maar wakker van.’

Handige adviezen, maar zijn ze ook realistisch? Kun je van een student verlangen dat hij braaf om twaalf uur naar bed gaat, zodat hij de volgende dag uitgerust in college zit? En dat hij zijn iPhone, waarop zijn hele sociale leven zich afspeelt, links laat liggen? ‘We snappen dat het moeilijk is,’ zegt Kerkhof. ‘Maar we zeggen dit ook niet met een opgeheven vingertje. Het belangrijkste is dat studenten weten wat slechte slaap met je kan doen. Eén nacht doorhalen heeft al effect op je immuunsysteem. Bovendien verstoor je de geheugenopslag, die tijdens de slaap plaatsvindt, je onthoudt informatie dus minder goed. Dat lijkt me niet wenselijk als je studeert.’ ↙

Mijs Besseling (22)

bachelor kunstgeschiedenis aan de UvA



‘Twee jaar geleden ging ik kamperen met een vriendin. Ik merkte meteen dat ik vaster sliep en ’s ochtends al vroeg fit was, terwijl ik in mijn normale leven ontzettend veel moeite heb mijn bed uit te komen. Al mijn hele studententijd slaap ik slecht. ’s Nachts word ik altijd wel een paar keer wakker. Soms hoef ik alleen maar even naar de wc, maar ik lig ook wel eens urenlang te woelen. Dan denk ik na over wat ik allemaal nog moet doen voor mijn studie, maak ik lijstjes in mijn hoofd en pieker ik over wat de toekomst gaat brengen. Het feit dat ik weet wat slechte slaap met je kan doen, geeft alleen maar meer stress. **Ik denk constant “Ik moet slapen, ik moet slapen” en dan lukt het al helemaal niet.** Ik neem me vaak voor om de volgende dag op tijd naar bed te gaan, maar ’s avonds word ik juist actief. Daarom slik ik sinds kort melatonine. Ik besef dat het beter zou zijn om vaker in de buitenlucht te zijn, maar dat kan niet altijd.’

Philip Stein (25)

master sociologie en master psychologie aan de UvA



‘Ik zit vaak tot laat in de avond achter mijn laptop papers te schrijven of literatuur voor mijn studie te lezen. Daarna kijk ik nog wat televisie. Als ik naar bed ga, pak ik altijd nog even mijn telefoon om te facebooken, te whatsappen of om mijn e-mail te checken. Eigenlijk zit ik dus constant achter een scherm. Voordat ik het weet is er weer een uur voorbij en ga ik te laat naar bed. Ik heb een app gedownload, F.lux, die het blauwe licht uit mijn beeldscherm haalt. Dat is wat plezieriger voor mijn ogen, en ik merk dat ik er wat beter door slaap. **Voor mij is het geen optie om mijn telefoon ’s avonds weg te leggen.** Dat is voor mijn generatie sowieso moeilijk, denk ik. Dat er zoveel studenten met slaapproblemen zijn, is in mijn omgeving niet bekend. Maar dat komt ook omdat het een onderwerp is dat je niet echt bespreekt. Ik vraag in ieder geval nooit in de kroeg hoe het met iemands slaappatroon is. Jij wel?’

Alette Schut (21)

Verpleegkunde HBO-V HvA



‘Vroeger had ik vaak nachtmerries en was ik bang in de nacht, maar dat is sinds mijn studententijd minder geworden. Nu ben ik vooral heel vaak heel moe: ik slaap zodra mijn hoofd het kussen raakt. Mijn vriend ligt dan vaak nog uren wakker en probeert met rustgevende muziek en mindfulness-oefeningen de slaap te vatten. Als ik ’s ochtends mijn bed uit spring, is hij nog volledig in dromenland, dat is niet echt gezellig. **Doordeweeks ga ik wel eens leuke dingen doen, maar niet als ik de volgende dag naar mijn stage moet.** Ik werk veel met patiënten en dan vind ik het te risicovol om met een slaperig hoofd rond te lopen. Je merkt toch meteen dat je minder geconcentreerd bent. Als ik er dan voor kies om thuis te blijven, voelt dat soms wel dubbel. Door berichtjes op sociale media en WhatsApp zie je dat anderen op zo’n moment wél iets leuks aan het doen zijn. Ik ben dan wel bang om iets te missen.’

ADVERTENTIE

Minor Privacy Studies

Snowden, NSA, Google, Facebook,

Bio-Banks, Metadata, Targeted Advertising, Cookies,
K-Anonymity, Profiling, Pseudonimity, Data Leaks, Right to be Forgotten,
Big Data, Fingerprints, Right to Data Portability, Data Protection, Open Data, Electronic Patient Files,
Private Life, Home, Communication, Family Life, Personal Data, Purpose Limitation, Function Creep, Automatic Decision Making, Confidentiality, Security, Access, Control, Ownership,
Property, Bodily Integrity, Transparency, Quantified Self Movement, Informatics, Legal, Philosophy, Sociology, Anthropology, Political Science, Communication Science, History, Healthcare Sector, International Relationships, Media Studies, Singularity, Viktor Mayer-Schonberger, Bruce Schneier, Hellen Nissenbaum, Anita Allen, Julie Cohen, Jacob Kohnstam, Max Schrems Snowden, NSA, Google,



The interdisciplinary minor Privacy Studies is open to bachelor students from all UvA faculties

www.iis.uva.nl/minor-privacy

Prikbord HvA-UvA

FMG Echo Award 2015



Sociologiestudent Tirza Snoijl (29) heeft de Echo Award 2015 gewonnen, een prijs voor multicultureel talent in het hoger onderwijs. Ze treedt daarmee toe tot het netwerk van Echo-ambassadeurs en mag een zomercursus volgen aan de University of California, Los Angeles (UCLA). In 2011 was Snoijl een van de oprichters van de New Urban Collective, een studentenorganisatie die zich inzet voor jongeren met een allochtone achtergrond. Momenteel is ze trainer bij het Leger des Heils en werkt ze bij de daklozenopvang Amsterdam, waar ze ook haar scriptie over schrijft.

Asva Dag van de Amsterdamse Student



Op 6 juni geeft Asva Studentenunie een kijkje in het studentenleven met de Dag van de Amsterdamse Student (DAS). Door de hele stad vinden er activiteiten plaats. Zo gaan studenten in gesprek met Jort Kelder over de vraag 'Een echte student zijn, hoe heurt dat eigenlijk?', openen studentenhuizen hun deuren voor Amsterdammers, verzorgt studievereniging AmFiBi in de geest van Spinoza een filosofische rondleiding door de binnenstad en geven studenten van het UvA-Orkest J. Pzn Sweelinck een optreden in de buitenlucht. Houd voor de precieze programmering de Facebookpagina van DAS in de gaten.

Alumni Universiteitsdag



Komende zaterdag 6 juni vindt de Universiteitsdag weer plaats, het jaarlijkse evenement voor alumni, medewerkers en studenten. Hoofdspreker is universiteitshoogleraar Robbert Dijkgraaf, die in de Aula het college 'Aan de grenzen van de kosmos' geeft. Andere sprekers zijn onder meer Damiaan Denys en Renske Keizer. NOS-presentator en *Wie is de Mol*?-winnaar Rik van de Westelaken presenteert de uitreiking van de UvA-scriptieprijs en Niña Weijers en Simone van Saarloos verzorgen hun inmiddels roemruchte 'seksistische talkshow'. Locaties: Oudemanhuispoort en Science Park.

Rectificatie Rudolf Valkhoff



Rudolf Valkhoff heeft nooit beweerd Docent van het Jaar geweest te zijn, zoals gesteld werd in 'Rudolfs Revolutie' (*Folia 27*). Hij zei in een interview met WNL: 'Ik word jaar in jaar uit gekozen tot een van de beste docenten van de UvA', doelend op zijn evaluaties door studenten.

ideëen voor deze rubriek: redactie@folia.nl

ADVERTENTIES





International

Students, teachers and scholars make up a crucial part of Amsterdam. Their news and views.

APPING THE AREA

Feeling lonely, lost, or just unfamiliar with Dutch etiquette? There's nary a problem faced by newly arrived internationals that can't be solved by an app. But which of those available are helpful and which are just a waste of precious data? Folia surveys, lists and reviews.



text **Bob van Toor**
illustration **Vruchtvlees**

When stranded on foreign shores, where does a millennial turn to but his smartphone? Few objects offer as much solace in unfamiliar surroundings and nothing bridges cultural gaps like a few well-chosen apps. In May, international education foundation Nuffic launched Hoi Holland!, an app designed to help prospective international students learn Dutch and a few cultural mores to boot. Both large organisations and educational institutions are slowly realising how helpful apps can be to internationals, but are students really finding their way with the nifty little programmes? Which apps have the power to smooth a student's transition to Amsterdam, and, perhaps more importantly, which are still missing from the broad array already on offer?

'A unique app', Freddy Weima, president of Nuffic, said when Hoi Holland! was launched. The app teaches students Dutch language and culture (if 'culture' entails ordering *bitterballen*) even before they arrive. 'When students speak Dutch, even just a little,' Weima continued, 'it will be easier for them to make contact with the Dutch and to find a job after their degree.' Apps that help break down the language barrier are a booming market. 'If you make a search for a language app in the app store, you'll get about twenty options,' says Anke (25) from Germany. She's doing the international minor in multimedia design at HvA and knows her way around the world of applications. Her personal favourite in the language department? 'Duolingo.



It's a fun serious game and can teach you almost all languages in the world, including Klingon.'

Interestingly, it seems one must learn the basics of Dutch in order to use the apps most helpful to arriving internationals. 'I find my way around with 9292's public transport planner, and use the ING app even though they're both in Dutch', says Menting (20, International Business & Management Studies) from China. Guessing the simple Dutch words in the app may even have helped her learn Dutch, she explains. 'But when I go to a supermarket, there're just too many terms I don't understand. I wish there was a way to scan products and get some information about them in my own language.'

'I wish there was a way to scan products and get some information about them in my own language'

For many other aspects of the budding internationals' daily life, Facebook and WhatsApp groups are still at the core of the social arena. 'When I'm looking for a new room, I post something on a Facebook group made for that purpose. It would be great if there was an app for that', says Simeon (21, International Business & Management Studies) from Bulgaria. Like Menting and many others, he admits he'd be lost without public transport app 9292. 'It's pretty hard to use though. When I first came here I had no idea what it said. Luckily someone explained its use to me and I slowly learned how to use it.'

Simeon's favourite is electronic music magazine Resident Advisor's eponymous app. 'I'm a DJ and I love that it tells me where all the good parties are.' Informing students about the interesting activities going on around town would be the perfect niche for future apps, Anke adds. 'There's We are on a boat, a wonderful local app that tells you who has a boat ride to offer near you, in exchange for a bottle of wine or a small fee. But otherwise, there's a lack of apps for people who want to meet, but not date. If you have a boyfriend or girlfriend already, you're not likely to use Tinder, and it's especially hard to get in touch with Dutch people before you've actually arrived in the country. It would be great if the HvA, instead of information booklets, provided an app connected with the UvA's and the ISN's social calendars.'

Apt apps

Clearly, some gaps remain in the variety of apps on offer to internationals (app designers, take your cue). But some apps already do a good job at making settling in Amsterdam easier.

Hoi Holland!



Developed in cooperation with the European Platform Nuffic, this language course with a cultural twist has a sleek design, with little origami tulips as a recurring theme. The course centres on realistic conversations ('Where can I buy an OV-chip card?') between quirky, photographed cutouts of boys and girls next door. Playful and immediately applicable in the real world, it would benefit from an extension with a few more levels.

Tricount



Nothing can ruin the first tentative steps towards international friendships like hassling over a bill for twenty minutes, or losing track of the beers you owe. Tricount allows you to split the accumulated bills over time within a group of friends. Whereas this app is almost childishly simple (everyone knows most phones come with a calculator, right?), its Dutch equivalent Wiebetaaltwat.nl allows all participants to sign in online to add their expenses and see what money they owe. The latter app, however, isn't free for iPhone users.

Party with a local



A laudable initiative that bridges the gap between friends-only apps like WhatsApp and full-on romance apps like Tinder and Happen, Party with a local allows you to reach out and do just that. Well-designed and user friendly enough for it to become everyone's next favourite social tool, it works a bit like Airbnb, but with people. Each of the app's 20,000 users has a profile stating their smoking, drinking and partying habits, and what they feel like doing that evening. Similar to Airbnb, a system of reviews separates the friendly locals from the dull and dangerous.

Skyscanner



Whoever arrives is likely, at some point, to leave again, either to visit relatives, continue their education elsewhere or to take on a job far away. It's long been a public but remarkably little known secret that Skyscanner mysteriously finds ridiculously cheap flights without many of the additional costs added by other travel websites. But a word of warning: it still directs users through to retailers that might try to bankrupt you.

Google translate



Whereas map apps and browsers come with most phones, you'll have to download Google's simple translation function separately. Not having to boot up a browser every time makes looking up an unfamiliar food item on a Dutch menu, with the waiter hovering over you, much quicker.

Moet ik rennen?



Designed by plucky students at our very own HvA, Moet ik rennen? gives you a simple answer to the crucial question whether you'll have to start running to make your train on time. Clever and charming as this app is, many prefer the more comprehensive overview of the arcane universe of buses, trams and metros offered on the apps 9292 and the Dutch railways' NS Reisplanner. Regrettably, none of these apps have English versions, which is a disgrace considering their wide usage among internationals. Surely a programmer, two rainy afternoons and a good dictionary could solve this problem? ↙

Opinions, questions, suggestions, or want to share your 'Keys to the city'? Email bob@folia.nl



Keys to the city

WILL SMITHWICK

(21, Economics)

From: United States

Space to think

'Café 't Blauwe Theehuis is nicely tucked away but still centrally located in Vondelpark. I think I've finished four books outside that café in the few months since I came to Amsterdam last February.'

Feels like home

'Growing up in coastal Maine, Hannekes Boom is the closest thing to the local sea side bars I'm used to. The combination of rustic indoor and outdoor space makes the place a favourite of mine and definitely reminds me of home. I had the privilege of watching quite the storm go by on Liberation Day from its cosy interior.
Grab a pitcher with some friends and practice your inebriated swinging abilities on their water-side tire swing.'

'Amsterdam has a chilled-out, almost Caribbean vibe'

Best bite

'Lombardo's, a burger joint on Kerkstraat right near the Rijksmuseum, ran a special burger called the Guac Attack. It may be among the top five burgers I've ever had.
Going to one of Amsterdam's food truck festivals is also a must.'

Guilty pleasuree

'The rotisserie chicken spots on the Albert Cuyp market. They sell you an entire, perfectly seasoned, cooked chicken for about € 4,-. After digging in, grab a stroopwafel from the stand right next door.'

Hidden treasure

'Koko Coffee&Design, on Oudezijds Achterburgwal, is not that far off from Dam Square. If you're looking for a hip, trendy place to show off to some friends, this way-cool boutique clothing store with a café twist is the place. I once listened to two Italian fashion designers give an interview there as I wrote an essay. Needless to say, I was more focused on what they had to say than on my paper.'

Crazy Dutch

'Amsterdam has a chilled-out, almost Caribbean vibe, and not just because of the weed. The Dutch ability to balance the necessities of a productive life, healthy lifestyle and drinking is absolutely stunning.'

Op de tong



MIANG KHAM

Miang kham is een traditionele Thaise snack van ingrediënten in een blaadje. Miang betekent eten gevouwen in bladeren en kham betekent een hapje. Het blaadje dat wordt gebruikt is de piper sarmentosum, ofwel cha phlu in het Thais. In het Nederlands wordt dit wilde peper- of betelblad genoemd.



KINNAREE

De kinnaree of kinnari is een fabeldier uit de Zuid-Aziatische folklore. Het is een vrouw met het onderlijf van een vogel. In de boeddhistische enhindoeïstische mythologie komt het dier ook voor (de kinnara). Hier kan het tevens mannelijk zijn of het onderlijf van een paard hebben.



PAD THAI

Pad thai is een populair Thais gerecht van gebakken rijstnoodles met ei, tofoe en groenten en/of vlees. Hoewel het gerecht een van Thailands nationale gerechten is en de naam 'Thai' bevat, is het oorspronkelijk waarschijnlijk Vietnamees of Chinees. In 2011 kwam het gerecht op de vijfde plaats in CNN's top vijftig van de lekkerste gerechten ter wereld.

Folia Magazine ontvangt graag je restaurantrecensie en vergoedt bij plaatsing tot € 50,-. Maximaal 270 woorden, kaders zijn welkom, maar niet verplicht. Mail je recensie (met prijzen) naar **redactie@folia.nl** en de originele bon naar Folia, Stephanie Gude, Prins Hendrikkade 189b, 1011 TD Amsterdam.



Kinnaree

Eerste Anjeliersdwarsstraat 14

Volgens Tripadvisor is Kinnaree de beste Thai van Amsterdam. Het restaurant kreeg op de beoordelingensite 161 keer vijf sterren ('uitstekend') én een certificaat van uitmuntendheid. Ook Johannes van Dam gaf het restaurant in 2008 een 9+. De verwachtingen zijn dus hooggespannen.

Bij binnenkomst valt meteen het interieur op: niet druk en met alle kleuren van de regenboog – zoals menig Thais restaurant er van binnen uitziet – maar ingetogen en stijlvol. En op de muur zijn geen olifanten te bekennen. De enige kleurrijke print is het bloemetjesmotief van de stoelen. We worden in vloeiend Engels te woord gestaan door vermoedelijk de manager, een vriendelijke vrouw. 'Good choice,' zegt ze glimlachend als we kiezen voor de Tod man pla (Thaise viskoekjes met chili en pinda's, € 7,50) vooraf, met de Pad prik thai dam (rundvlees in zwarte pepersaus met cashewnoten, € 16,50) en de Pad thai (gebakken Thaise noodles met garnalen, € 17,50) als hoofdgerecht. Maar eerst krijgen we uit de open keuken nog een Thaise amuse van het huis: een blaadje met daarin pinda, rode ui, citroen en gember.

De gerechten zijn rijk van smaak en echt verrukkelijk. Ze worden mooi opgemaakt en opgediend op hete borden, nog een pluspunt. Het is bovendien precies zo pittig als we wilden, mede mogelijk gemaakt door de rode bolletjes op de menukaart, die aangeven hoe zeer een gerecht je mond laat branden. De porties zijn groot genoeg, dus een dessert gaat er niet meer in. Als we de rekening vragen, krijgen we eerst nog een dampend warm en bloemig geurend handdoekje om onze handen mee te reinigen. Wat een service! Kinnaree wordt mijn nieuwe Thai om aan iedereen aan te raden. ↙

tekst Carlijn Schepers **foto** Daniël Rommens



HADJAR BENMILOUD

Crisis

Om mijn hoge huur en biologische speltbrood te betalen en mezelf daarbij hopelijk ook nog een beetje nuttig te maken, geef ik workshops aan ambitieuze twintigers. Ik bedoel die twintigers die het meest in hun mars hebben, inclusief de meeste burn-outs. Zo stond ik laatst op dezelfde dag eerst voor een luidruchtige groep even creatieve als chaotische televisiemakers, en die avond voor een groep netjes geklede en eloquente uitblinkers bij de VU, van wie bijna niemand minder dan zes jaar had gestudeerd en iedereen bezig was aan zijn master Chinese bedrijfskunde dan wel aan een oogbal-netvliesspecialisatie. Als je naar ze keek leken deze twee groepen hooguit hun leeftijd gemeen te hebben, maar alleen op hun kamer lopen ze tegen precies dezelfde problemen aan. Van existentiële crisissen tot de meer simpele maar voor het bestaan even prangende vragen als: hoe betaal ik mijn speltbrood?

Onze ambitie is eindeloos, maar de fantasie op. Zo was het best logisch dat we met de ambitieuze doch onzekere en doodvermoeide jongeren bij zowel BNN als de VU uiteindelijk uitkwamen op precies dezelfde noodzaak: nadenken over waar je talenten en passies liggen, en hoe je die zo goed mogelijk kunt ontwikkelen en exploiteren. Niet alleen maak je dan de meeste kans je strijd op overleven vol te houden, ook heeft de huidige chaotische samenleving er een stuk meer aan als de juiste mensen op de juiste plekken zitten. Zoals op bestuurlijke plekken, ik noem maar wat.

Onze ambitie is eindeloos, maar de fantasie op

Aan het einde van de avond op de VU was er een meisje dat bijna tranen in haar ogen had, maar ook een hele brede lach. Ze studeerde geloof ik management, en had nog nooit zo over haar leven nagedacht. Ze wilde eigenlijk moeder worden, en een filosofisch debatcafé met taarten en spelletjes openen. Ze fluisterde bijna, maar ik denk dat ze weleens heel rijk en gelukkig zou kunnen worden... twee dingen die je diploma absoluut niet garandeert.

Toehoorders

Hoorcollege **contentmanagement** door Suzanne de Bakker en gastdocent Lobke Heisen, donderdag 21 mei, 11.00 uur, Roeterseiland

Aanwezigen 45
Waarvan mannen 4
Scrabblewoorden contenthub, techno-anarchisten, multimediawizzards

Suzanne de Bakker zwaait met haar armen in de lucht. 'Joehoe, we zijn al begonnen hoor!' De gastdocent was al een tijdje bezig met haar presentatie, maar niemand merkte het. 'Tss... Praat dan wat harder,' mompelt een blond meisje dat met haar vriendinnen net aan een enerverend verhaal was begonnen over de geplette koekjes in haar tas ('iiieeeuuwww!').
Maar zodra de speciaal voor vandaag uitgenodigde contentmanager haar verhaal hervat, houdt iedereen zijn mond en vult de zaal zich met het geluid van – gelakte – nagels op een toetsenbord. Er zitten opvallend veel vrouwen bij dit hoorcollege. Ze lijken op elkaar: hun lange haar valt los over hun schouders of is netjes in een staart geknoopt, ze dragen kleurrijke kleren en ronde oorbelletjes, op hun tafeltje staat Vifit. Hier en daar spotten we een hippe bril.
Dit zijn de contentmanagers van morgen. En er wordt nogal wat van hen gevraagd, volgens gastdocent Lobke Heisen van conceptbureau LBL. Lui vanaf je bureautje tweets de wereld insturen is er niet meer bij – bedrijven moeten online en offline overal aanwezig zijn. Op haar sheets schitteren de merken die het helemaal begrijpen, zoals KLM, Triodos, Zalando en Lego. Allemaal spelen ze in op de veranderende markt: van groot naar klein, van wat naar waarom, van *selling marketeer* naar *community marketeer.*
Ook onthouden: 'Niche is de nieuwe succesfactor.' Het staat genoteerd, op de Dell-laptopjes. Als Lobke tegen twaalven het zoveelste filmpje instart ('Dit is wat mensen willen!') heeft het wel weer lang genoeg geduurd. Gezucht, gefluister, rugzakken die worden dicht geritst: de behoefte aan cafeïne wordt hoorbaar. De studenten hebben geen vragen over de stof voor het tentamen. 'Geweldig,' zegt Suzanne de Bakker. 'Dat worden dus allemaal negens volgende week.'

tekst en foto's Nina Schuyffel



Kelly ten Berge

20, communicatiewetenschap (UvA)
'Op zich vond ik het college wel interessant. Maar de filmpjes duurden te lang: die tijd had ik beter kunnen besteden aan leren voor het tentamen. Wat ik heb onthouden is dat je niet zomaar meer een marketingplan kan opstellen om de wereld in te sturen, maar dat je echt goed moet kijken naar de belevingswereld van de klant en wat hij nodig heeft. Zelf wil ik de pr-kant op, daarom doe ik deze studie ook. Ik heb een tijdje media, informatie & communicatie aan de HvA gedaan, maar dat vond ik te praktisch.'



Debbie Soeters

21, communicatiewetenschap (UvA)
'Ik weet het niet... Misschien gaf de gastdocent net iets te veel voorbeelden om haar punt te maken. Maar het is wel leuk om te zien hoe het in de praktijk allemaal werkt. Toch trekt contentmanagement me niet zo, het is me iets te commercieel. Ik kom van een creatieve opleiding, Amfi, en wil later de fotojournalistiek in. Met beeld kun je veel meer dan met tekst. Het spreekt meer en is levendiger, terwijl je bij tekst als ontvanger meer energie en fantasie nodig hebt om de boodschap te kunnen begrijpen.'



Stefan Rutten

20, communicatiewetenschap (UvA)
'Ik ben een van de weinige jongens bij deze studie. Bij werkcolleges is dat wel fijn; ik haal meestal hogere cijfers als ik met meisjes samenwerk, haha. Het filmpje van de jongen die zelf zijn fiets in elkaar zet vond ik leuk. Zelf werkte ik tijdens mijn stage bij ABN Amro mee aan een huizenbezichtigingvideo, waarbij een achtbaan door een huis werd gebouwd. Dat was heel cool, want het filmpje ging viraal. Toch wil ik niet bij een bank werken; je kunt het daar nooit goed doen. Ik zie mezelf eerder bij een grote multinational terechtkomen, zoals KLM.'

Promoties

Donderdag 4/6

10.00 uur: Eline Möller – Pedagogiek
Do Fathers Matter? The Relative Influence of Fathers versus Mothers on the Development of Infant and Child Anxiety (Agnietenkapel)

12.00 uur: Charlotte Vrijman – Geneeskunde
Evaluation and Treatment of Vitiligo (Agnietenkapel)
14.00 uur: Bart Grady – Geneeskunde
Risk Factors and Disease Progression (Agnietenkapel)

Vrijdag 5/6

10.00 uur: Dana Blok – Geneeskunde
Toll-like Receptor and Associated Regulators in Pneumonia and Sepsis (Agnietenkapel)
11.00 uur: Francesco Zappon – Natuurkunde
It Is About Time. Design and Test of a Per-Pixel High-Resolution TDC (Aula)
12.00 uur: Rob van Zwieten – Geneeskunde
Rare Red Blood Cell Abnormalities (Agnietenkapel)
14.00 uur: Kun Shi – Geneeskunde
Blood Coagulation-(In)Dependent Protease Activated Receptor Signaling in Pancreatic Cancer (Agnietenkapel)

Dinsdag 9/6

14.00 uur: Dicle Hasdemir – Biologie
Validation of Systems Biology Models (Agnietenkapel)
16.00 uur: Ozlem Korucuoğlu – Psychologie
Neurocognitive Processes and the Prediction of Addictive Behaviors in Late Adolescence (Agnietenkapel)

Woensdag 10/6

10.00 uur: Rosa Sloot – Geneeskunde
Epidemiological Studies on Tuberculosis Control and Respiratory Viruses (Agnietenkapel)
11.00 uur: Margreet Schoorl – Geneeskunde
Innovative Haematoglogical Parameters in Clinical Practice (Aula)
13.00 uur: Suze Zijlstra – Geschiedenis
Anglo-Dutch Suriname Ethnic Interaction and Colonial Transition in the Caribbean, 1651-1682 (Aula)
14.00 uur: Eleonoor Theunissen – Tandheelkunde
Treatment-induced Hearing Loss After (Chemo) Radiotherapy in Patients with Head and Neck Cancer (Agnietenkapel)

Uitgebreide informatie: uva.nl/nieuws-agenda

Hora est



Eline Möller
Pedagogiek

Donderdag 4 juni 2015, 10.00 uur, Agnietenkapel

'Ik zat echt niet alleen maar saai achter de computer te tikken'

Bevinding 'Ik heb onderzoek gedaan naar de verschillende rollen van vaders en moeders bij de angstontwikkeling van kinderen. In eerder onderzoek werd vooral gekeken naar moeders, ondanks dat er wel van "ouders" werd gesproken. Ik heb gekeken naar wat ouders vanuit evolutionair perspectief meenemen in de opvoeding. Vaders zijn wilder, nemen meer risico en brengen meer competitie in, terwijl moeders verzorgender en beschermender zijn. De interessantste bevinding kwam uit de proef met baby's die over een afgrond bedekt met plexiglas moesten kruipen, terwijl een van hun ouders het kind aanmoedigde. We merkten dat angstig gedrag van de vader samenhing met meer angst bij de baby. Bij moeders en hun baby's vonden we dit verband niet. De causaliteit hebben we nog niet aangetoond. Het zou kunnen zijn dat de angst van de vader de baby angstiger maakt, of andersom. In ieder geval doen vaders er wel degelijk toe in de opvoeding en dat is belangrijk om te weten nu ze steeds vaker thuis zijn.'

Leuk 'Als je orthopedagoog wordt, zeggen mensen dat je niet veel met kinderen werkt, maar het leuke aan dit onderzoek was juist dat ik wél veel met kinderen in contact kwam. Ik zat echt niet alleen maar saai achter de computer te tikken, zoals het beeld misschien is van promoveren. Er was juist een goede balans met de tijd in het lab.'

Moeilijk 'Het moeilijkste is dat mijn proefschrift nu af is, maar het onderzoek naar dit onderwerp nog lang niet. Het antwoord dat mijn onderzoek biedt, is maar een kleine toevoeging aan de wetenschap. Dan vraag je je weleens af hoeveel nut dat heeft. Maar gelukkig mag ik me door mijn verworven postdoc-positie nog tweeënhalf jaar langer bezighouden met dit onderwerp.' ↙ Carlijn Schepers



De politie drijft demonstrerende studenten uiteen met een waterkanon (1969)



Voormalig Asva-voorzitter Esther Crabbendam tijdens de Dag van de Amsterdamse Student (2014)



tekst **Willem van Ewijk**

Asva 70 jaar

foto's **Asva** en **Vera Duivenvoorden**

De actie is ingepolderd

Toen de Asva zeventig jaar geleden vanuit het studentenverzet werd opgericht, was haar doel vooral om het hoger onderwijs breder toegankelijk te maken. Vanaf eind jaren zestig zette een aantal progressief-geëngageerde decennia in, maar inmiddels heeft het activisme grotendeels plaatsgemaakt voor service.

Wie naar Noeri van den Berg luistert gelooft dat de Asva een spin in het web is, een stille kracht die met succes voor de belangen van de Amsterdamse student strijdt. 'Het succes van de Asva is dat we altijd partijen weten te verbinden en studenten bijstaan met kennis en advies,' zegt Van den Berg. Hij klinkt als een ervaren politicus; hij weegt zijn woorden.

Deze week viert de Algemene Studenten Vereniging Amsterdam haar zeventigjarig bestaan. De vakbond heeft een roemrucht verleden. Vanaf de late jaren zestig van de vorige eeuw wist de Asva zich te profileren als een belangrijke speler in de onderwijspolitiek. Met oud-voorzitter Maarten van Poelgeest, die minister Deetman op televisie een leugenaar noemde. En Daniël Engelsman, naar eigen zeggen 'een woeste actievoerder', die in 1984 het nieuwe gebouw van de letterenfaculteit bezette. Maar in een tijd dat Amsterdamse studenten – met de bezettingen van Bungehuis en Maagdenhuis – activistischer zijn dan ooit, laat Asva het initiatief opvallend genoeg over aan bewegingen als Humanities Rally en De Nieuwe Universiteit. Op het kantoor aan de Nieuwe Achtergracht lijken ze het actievoeren te zijn verleerd. 'De Asva heeft onvoldoende voeling gehad met wat er broeide in het Bungehuis,' zegt voormalig Asva-woordvoerder Lennart Booij, een van de oprichters van Campagnebureau BKB. Moet de studentenvakbond activistischer zijn?

Huidig voorzitter Noeri van den Berg reageert laconiek. Als een organisatie als de Asva, ingebed als die is in de overlegpolitiek van de universiteit, ineens tot actie overgaat, is dat niet geloofwaardig, meent hij. 'Daarom is het beter om dit soort bezettingen over te laten aan spontane actiegroepen,' zegt Van den Berg. Dat heeft nog een voordeel. 'Als de Asva er daarna alsnog bovenop duikt, wordt de impact groter.' →



De politie verwijdert studenten uit het bezette Maagdenhuis (1969)



De Asva heeft een eigen ordedienst tijdens de leenstelseldemonstratie (2014)

Trouwens, haast hij zich daaraan toe te voegen, het succes van Humanities Rally is gedeeltelijk met hulp van de Asva tot stand gekomen. 'We zijn meteen naar ze toegegaan en zeiden "Wat kunnen we doen?" We vroegen vergunningen aan voor demonstraties, en raadden ze aan met de politie te gaan praten.'

Verfbommen

'Wij waren veel meer op actie gericht,' zegt Maarten van Poelgeest over de naar zijn mening zwaar gepolariseerde jaren tachtig. 'Dat ging er vrij heftig aan toe, met kraakacties en zo.' Van Poelgeest zegt dat het bij de Asva niet alleen om studentenbelangen te doen was. 'We wilden dat de wereldrevolutie dichterbij kwam.' In 1988, het jaar na zijn Asva-voorzitterschap, trok Van Poelgeest met de LSVb naar Den Haag om te protesteren tegen de plannen van toenmalig minister van Onderwijs Wim Deetman om een basisbeurs in te voeren. Daarbij vlogen de eieren en verfbommen tegen de ruiten van het Tweede Kamergebouw, en Deetman kreeg een schop in zijn maag.

Alhoewel de jaren tachtig volgens Van Poelgeest wat studentenpolitiek uiterst succesvol waren, wil hij niet 'de oude lul uithangen die zegt hoe het beter moet'. Het is een andere tijd, en de mensen van nu moeten het zelf uitzoeken, zegt hij. 'In de jaren zeventig speelde de vraag of de student een arbeider is die in opstand moet komen, of dat hij door zijn studie een bourgeois is die zich los moet maken om in de haven te gaan werken. Daar werd eindeloos over gediscussieerd.' Volgens Van Poelgeest waren de jaren tachtig dan weer veel pragmatischer.

Typemachines

Dat de Asva met zijn tijd meebuigt, beaamt historicus en Asva-deskundige Peter-Paul de Baar, die eind jaren zeventig actief was in verschillende commissies van de studentenvakbond. In de eerste jaren na de Tweede Wereldoorlog was studeren nog iets dat alleen was weggelegd voor de bovenklasse, weet De Baar. Studentenhuisvesting was duur, en er waren nog geen mensa's waar studenten goedkoop konden eten. 'De Asva vond dat een universitaire studie ook voor de lagere klassen toegankelijk moest worden en ging met particulieren praten om kamers beschikbaar te stellen,' aldus De Baar. Ook kon men met een ledenkaart van de Asva korting krijgen bij bioscopen en bij de aanschaf van typemachines.

Halverwege de jaren zestig was het doel van een meer toe-

gankelijke universiteit bereikt, en liepen er ruim tienduizend studenten rond op de UvA. ‘Dit was een nieuw type student, niet alleen geïnteresseerd in zich klem zuipen en aan jasjes sjorren,’ zegt De Baar. ‘Ze waren activistischer.’

In 1966 huurde de Asva een trein en doopte die om tot de Asva Armoede-express. Met spandoeken togen ze naar Den Haag om op het Malieveld te demonstreren tegen het beurzenbeleid. ‘Dat was nog nooit vertoond,’ zegt De Baar, ‘en de Nationale Studentenraad [de Nederlandse koepel van studentenvakbonden, red.], nog beheerst door de corpsballen, moest er niets van weten’.

Service

Het legde de kiem voor een waterscheiding in de Amsterdamse studentenorganisaties. De traditionele studenten die zich vooral met het behartigen van studentenbelangen wilden bezighouden scheidden zich af en richtten de Obas op: Organisatie voor Belangenbehartiging van de Amsterdamse Studenten. De Asva radicaliseerde en ging zich steeds meer met politiek bezighouden. Deze trend bereikte een hoogtepunt toen Asva-voorzitter Simone Walvisch in 1978 in het districtsbestuur van de CPN werd verkozen. Toen bleek dat de communistische partij al jaren in het geheim vergaderingen belegde met bestuursleden van de Asva die ook lid van de CPN waren. De partij had de studentenvakbond praktisch overgenomen.

De radicalisering vertaalde zich in een sterk dalend ledenaantal. In de jaren vijftig was 93 procent van de Amsterdamse studenten lid van de studentenvakbond. In de jaren zeventig was dit nog maar 1 procent en in de jaren tachtig zat de Asva zelfs een tijd zonder bestuur. Onder Van Poelgeest leefde de groep weer op. ‘Voor demonstraties tegen de basisbeurs kon hij massa’s op de been krijgen,’ zegt Peter-Paul de Baar, ‘maar er was nog steeds geen sprake van een vaste achterban’. Veel studenten hadden niet zo veel op met studentenpolitiek. Dat zag ook Lennart Booij, oprichter van campagnebureau BKB. Hij was in het jaar ’93-’94 woordvoerder van de Asva. Daar stuitte hij op de restanten van de afzetcultuur tegen de Obas, die hij ‘enorm overdreven’ vond. ‘Ze wilden precies hetzelfde!’, zag hij. Booij en zijn bestuur stelden zich de vraag wat studenten nou echt nodig hadden: ‘Ze hebben een studentenkamer nodig.’ En dus werd het noodlijdende Kamerbureau beter gepromoot. ‘Ze moeten een fiets kunnen kopen voor weinig geld,’ en dus kwamen er Asva-fietsen. Ook noemt Booij de studiegids waarin docenten en colleges beoordeeld →



Een chaotische bijeenkomst van Asva-leden (jaren zestig)



Asva-voedselbonnenactie, als protest tegen het verdwijnen van de stufi (2014)



Asva-leden bezetten een deel van het eiland Pampus, als protest tegen de woningnood voor studenten (1965)



Een student uit haar ongenoegen over het leenstelsel op ludieke wijze (2014)

werden. Zo bracht zijn bestuur de Asva terug naar het serviceniveau waar de studentenorganisatie oorspronkelijk voor bedoeld was.
Toch was de Asva in de tijd van Booij betrokken bij een Maagdenhuisbezetting: die van 1993. Minister Ritzen van Onderwijs wilde op de basisbeurs korten. Studenten kwamen hiertegen in geweer en eisten van het College van Bestuur dat het zich solidair verklaarde. De bezetting werd bewust braaf gehouden en liep binnen een dag af: toen collegevoorzitter Gevers zich achter een groot deel van de eisen schaarde, werd hij als eregast onthaald en gingen de bezetters naar huis. ‘Wat je op de barricaden kunt bereiken is beperkt,’ zegt Lennart Booij. ‘We zaten ook altijd aan tafel met het bestuur. Je hebt beide nodig, actie en overleg.’

Met die combinatie van actie, overleg en service zit het volgens Noeri van den Berg wel goed. Hij legt uit dat hij met gemeenteraadsleden, Kamerleden en de minister contact heeft over kamernood en het leenstelsel. Hij spreekt met landelijke studentenvakbonden LSVb en ISO en gaat net zo lief met de megafoon naar een demonstratie tegen de bezuinigingen op de Faculteit der Geesteswetenschappen. De actie ‘Asva geeft je stroom’ heeft ervoor gezorgd dat er in universiteitsgebouwen meer stopcontacten zijn gekomen waar studenten hun laptop en telefoon kunnen opladen.

Leerschool

Lennart Booij is tevreden met hoe zijn oude club zich heeft ontwikkeld, maar hij mist bij de Asva nog een echte visie op onderwijs en de academische wereld. ‘Ze moeten zich de vraag stellen “waartoe zijn wij als academische gemeenschap op aarde?”’ aldus Booij. ‘Hoger opgeleiden hebben de taak om na te denken over maatschappelijke verantwoordelijkheid. Wat doe je met de kennis die je opdoet?’ zegt ook Maarten van Poelgeest. Alhoewel hij het goed vindt dat de Asva zich breder oriënteert, ligt daar volgens de ooit zo beruchte studentenleider nog een belangrijke taak voor de Asva. ‘Moeten onderzoeksresultaten worden afgeschermd in het belang van het bedrijfsleven? Of moet die kennis aan de hele gemeenschap beschikbaar worden gesteld?’

Dat de studentenvakbond zich meer moet bezighouden met het ontwikkelen van een visie op onderzoek en onderwijs vindt ook Martijn Weeda. Hij was in het jaar 2008-2009 voorzitter

van de Asva en demonstreerde, samen met actiegroepen en de Centrale Studentenraad, tegen de 'ambitietax'. Het College van Bestuur van de UvA wilde studenten die meer dan zestig studiepunten per jaar haalden meer collegegeld laten betalen. De acties hadden succes en het CvB trok het plan in.

Het was een jaar waarin er veel onderwijshervormingen op tafel lagen. Het budget dat de UvA per student van de overheid kreeg werd met een derde verminderd. Aangezwengeld door de demonstraties begon het Asva-bestuur pas halverwege het jaar aan een visiestuk over de kwaliteit van het onderwijs. 'Ik denk dat het beter was als we eerder met een nog beter doordachte agenda waren gekomen,' zegt Weeda nu. Maar of de Asva daar ooit echt toe in staat zal zijn, weet hij niet. Weeda ziet de Asva vooral als een leerschool. 'Als bestuurslid zit je er maar een jaar, dan is het makkelijker om te reageren dan aan de lange termijn te denken.' Volgens de huidige Asva-voorzitter Noeri van den Berg is dat ook helemaal niet erg. Een studentenvakbond moet niet paternalistisch zijn, vindt hij. 'We moeten niet met een visiestuk komen en zeggen "dit is het". Studenten kunnen heel goed zelf nadenken.'

De Asva moet de studentenprotesten faciliteren en voeden. Die taakomschrijving past heel goed bij de tijdgeest, ziet Van den Berg. 'Kijk naar de Occupy-beweging. Die kende geen leiders en was heel horizontaal georganiseerd.'

'Dat horizontale zag je ook terug in het Maagdenhuis. We hebben goed gezien dat we het niet zelf moesten gaan doen.' ↙

VOORAL GEFINANCIERD UIT SUBSIDIES

De Asva kreeg het afgelopen jaar 177.000 euro subsidie van de UvA en 22.500 euro van de HvA. Daarnaast krijgt de studentenvakbond jaarlijks 25.000 euro van de HvA waaruit vier deeltijdmedewerkers worden betaald. De kosten die de Asva maakt voor projecten als KersVers (een introductie-evenement voor eerstejaarsstudenten) en de Docent van het Jaar-verkiezing worden door de UvA en de HvA vergoed. De 3.000 leden van de Asva betalen 15 euro contributie per jaar. Bestuursleden besteden een jaar lang al hun tijd aan de Asva. Voor studievertraging en levensonderhoud worden ze gecompenseerd uit de profileringsfondsen van de UvA en de HvA. Het afgelopen jaar werd hiervoor een bedrag van in totaal 35.000 euro uitgekeerd.



STAGE

Fabiënne Meijer (19)

Studie Bèta-gamma (UvA))
Stage Redactie *Het Parool*
Verdiensten 375 euro per maand
Sterren ★★★★★

'Ik wil journalist worden, maar de opleiding journalistiek is weinig onderscheidend. Bovendien wilde ik een academische opleiding doen die aansluit op mijn interesses. Daarom heb ik gekozen voor de studie bèta-gamma, en ben ik daarnaast al snel stage gaan lopen in de journalistiek. Ik wilde daar niet mee wachten, omdat ik altijd al

'Ik loop altijd voor op de rest'

voorloop op de rest en me richt op de toekomst. Bovendien vind ik mijn studie niet uitdagend genoeg en wilde ik er graag een jaar tussenuit. Ik had ook kunnen gaan reizen, maar dat vind ik minder leuk dan wat ik nu doe. Hier op de *Parool*-redactie is altijd van alles te doen. Ik ben bijvoorbeeld voor een recensie bij een concert in Paradiso geweest en voor een reportage in het lab van Shell. Daarnaast schrijf ik korte stukjes en zoek ik dingen uit voor grote projecten. Het is heel leuk om je naam op de voorpagina van de krant terug te zien. Ik heb hiervoor stage gelopen bij *HP/De Tijd* en na de zomer kan ik aan de slag bij *De Groene Amsterdammer*. Dat ik op die plekken terechtkom, is een combinatie van lef en geluk. Ik ben telkens met een open sollicitatie binnengekomen.' ↙ Yannick Fritschy

Wat doe je nu?



Onderzoeker

'Ik werk als onderzoeker voor The International Baccalaureate. Dat is een organisatie die onderwijs verzorgt voor scholen over de hele wereld. Er zijn wereldwijd meer dan 1,2 miljoen leerlingen. Ik doe er onderzoek naar toetsing, internationale maatstaven en plagiaat.

Van dag tot dat betekent dat dat ik veel bezig ben met het statistiekprogramma SPSS. Ik analyseer grote datasets. Als student had ik een hekel aan SPSS, maar nu vind ik SPSS gek genoeg heel leuk. Het bevredigt je nieuwsgierigheid. Dat heeft ook te maken met de grootte van de datasets. Soms heb je wel 3000 studenten, 2000 docenten en 1000 studieadviseurs in een dataset. Dat levert mooie data op uit de hele wereld.

Wat ik zo leuk vind aan mijn werk, is de betekenis ervan voor leerlingen wereldwijd. Je ziet daar in het dagelijks leven niet zo veel van, maar het is wel leuk om een klein radertje te zijn in dat proces.

Officieel zit mijn werk in Cardiff, in Wales, maar mijn team opereert vanuit Den Haag. Dat betekent dat ik veel reis voor mijn werk, dat alles in het Engels gaat en het team heel divers is. Ik vlieg vier tot vijf keer per jaar naar Wales en moet regelmatig resultaten presenteren op internationale onderwijsconferenties.

Mijn studie sluit perfect aan op mijn werk. Ik weet dat universitaire opleidingen vaak niet zo heel goed voorbereiden op de praktijk, maar ik maak dagelijks gebruik van wat ik tijdens mijn studie heb geleerd. Ik kan wel zeggen dat ik mijn werk niet zou kunnen doen zonder mijn studie.

Ik ben juni vorig jaar afgestudeerd, maar ik was al in februari begonnen met solliciteren, terwijl ik nog in Gambia was. Dat kan ik iedereen aanraden. Je bent namelijk heel wat uren dom aan het klikken op internet naar vacatures. En je moet ook oefenen met schrijven. Je hoeft niet bang te zijn dat je jezelf in de vingers snijdt door vroeg te solliciteren. Als ze je echt willen hebben dan is er wel wat te regelen: een sollicitatie via Skype, of later beginnen met je baan omdat je je diploma nog niet hebt. ↙

tekst Stephan Vegelien
foto Mats van Soolingen

'Begin op tijd met solliciteren'

Naam Iris van Meer
Leeftijd 26
Studie Onderzoeksmaster Child Development and Education (UvA)
Afgestudeerd op gedragsproblemen van dove kinderen in Gambia
Werkt sinds augustus 2014 bij The International Baccalaureate
Salaris ongeveer 2000 euro netto per maand

Overigens

De stelling

Als studenten meer democratie willen, moeten ze eerst een andere houding tonen





Aan de UvA leverden twee studentenpartijen hun kieslijsten te laat in. Aan de HvA is het jaarlijks de vraag of genoeg studenten zich kandidaat stellen.

Rick Kwekkeboom
Lector Community Care

‘Eens. Ik heb me flink geërgerd aan de gang van zaken rond de Maagdenhuisbezetting. Zelf was ik in mijn studententijd volop lid van allerlei besturen, maar als ik mijn medestudenten vroeg om ergens over mee te denken, kreeg ik vaak geen respons. Die lakse houding is de reden dat de hoeveelheid inspraak die studenten hebben in de loop der jaren is teruggebracht. Nu is er weer een kleine uitstulping die meer inspraak eist, maar het grootste deel van de studenten is daar volgens mij niet in geïnteresseerd. Bovendien eisen ze inspraak over dingen die buiten de universiteit worden besloten. Ik vind het zorgwekkend dat juist nu er zo hard geschreeuwd wordt studenten te laat zijn met het inleveren van kieslijsten of, zoals aan de HvA, überhaupt niet van zich laten horen. Dan kom je in een negatief daglicht te staan en schiet je in je eigen voet. Ik vind dat de schreeuwende studenten een pas op de plaats moeten maken en eerst hun boodschap aan medestudenten moeten overdragen. Pas als ze er zeker van zijn dat ze namens een meerderheid spreken, kunnen ze meer inspraak eisen.’

Mies Westerveld
Hoogleraar sociaal verzekeringsrecht

‘Oneens. Ten eerste zijn dit twee voorbeelden die niets met elkaar te maken hebben. Bij de HvA is betrokkenheid het probleem, bij de UvA gaat het om slordigheid. Die problemen moeten apart worden behandeld. In het geval van de HvA-studenten kan een lage opkomst leiden tot scheve verhoudingen. Dat is echter nooit reden om het kiesrecht af te nemen. Bij de waterschapsverkiezingen is de opkomst ook laag, maar niemand die voor afschaffing pleit. Om dit probleem op te lossen, zou je eerst moeten weten wat de oorzaken zijn van het gebrek aan betrokkenheid. Bij de UvA-studenten hoort een passende sanctie die ervoor zorgt dat dit niet nog eens gebeurt. De gebruikelijke straf is uitsluiting van de verkiezingen, maar dat is nu ingewikkeld omdat het om de grootste partij gaat. Ook hier is het verminderen van democratie geen oplossing. De situatie rond het Maagdenhuis laat zien dat er momenteel juist veel behoefte is aan inspraak. Mijn tweede en grootste bezwaar tegen de stelling is dat die veel te paternalistisch is. Je kunt niet tegen studenten zeggen: jullie zijn niet toe aan democratie.’

Ed van den Heuvel
Emeritus hoogleraar sterrenkunde

‘Zeer mee eens. De studenten aan zowel de UvA als de HvA zijn kennelijk weinig gemotiveerd om zich echt in te spannen voor democratie en het recht om vertegenwoordigd te zijn. Ik vind het diep treurig dat twee partijen aan de UvA niet eens in staat bleken de deadline voor het inleveren van de kieslijsten te halen, en dan met smoezen kwamen die zelfs voor de eerste klas van de middelbare school nog te kinderachtig zijn, zoals het achterlopende horloge. Een deadline is een deadline voor iedereen, en als je te lui bent om die te halen: jammer dan. Als de studenten van deze twee partijen democratie en vertegenwoordiging wel serieus hadden genomen en belangrijk hadden gevonden, dan hadden ze al tijden van tevoren hun huiswerk af gehad en op 13 april om negen uur met hun kieslijsten op de stoep gestaan, in plaats van na de deadline van vijf uur. Speciaal de thans nog grootste partij Mei denkt kennelijk overal mee weg te kunnen komen. Tegen hen zeg ik dan ook: shame on you!’ ↙

Yannick Fritschy

2015 zomercursussen



CREAmsterdam

CREAmsterdam

www.crea.uva.nl

CREA is het cultureel studenten centrum van de UvA en HvA.