

Ontdek jouw talenten

Gids voor multipotentialiteit

in studie en carrière

Dr. Sabine Sypré, PhD in psychologie



Inhoud

Introductie	3
De uitdaging van studiekeuze	4
Multipotentialiteit bij kinderen en jongeren	7
Begeleiding: een gids voor ouders	10
Multipotentialiteit bij volwassenen	14
Zelfsturing en multipotentialiteit	16
Conclusie	18

Dr. Sabine Sypré

Als ik terugkijk op mijn leven, zie ik een pad dat me van de architectuur en engineering naar de boeiende wereld van begaafdheidsonderwijs heeft geleid. Na mijn studie aan de Universiteit Gent werkte ik twintig jaar gepassioneerd als ingenieur-architect, tot mijn leven een onverwachte wending nam.

Mijn vier kinderen brachten me op een nieuwe reis. Al snel bleek dat ze niet alleen slim waren, maar hoogbegaafd. Hun nieuwsgierigheid, creativiteit en intense manier van denken openden mijn ogen voor een wereld die ik nog niet kende.

Mijn interesse in begaafdheid groeide, waarna ik mijn carrière omgooid. Ik volgde een opleiding tot specialist in begaafdheidsonderwijs aan de Radboud Universiteit en startte mijn bedrijf, Hoogbloei, waar ik begaafde kinderen, hun ouders, en leraren begeleidde en trainde.

Mijn reis stopte daar niet. In 2018 begon ik een PhD in psychologie aan de Universiteit Gent en KU Leuven.

Mijn onderzoek richt zich op begaafdheid, motivatie en zelf-determinatie bij jongeren. Ik werkte mee aan Project TALENT, dat de motivatie van begaafde leerlingen in Vlaanderen onderzoekt, en voerde een interventiestudie uit naar de effectiviteit van een door mij ontwikkeld programma voor onderpresterende begaafde adolescenten.

Mijn missie is om de kloof tussen begaafdheid en onderwijs te overbruggen, zodat elk begaafd kind zijn volledige potentieel kan bereiken. Ondanks de onverwachte wendingen in mijn reis, ben ik dankbaar voor elke ervaring die me hier heeft gebracht.



De uitdaging van studiekeuze

Bij sommige begaafde jongeren speelt multipotentialiteit een cruciale rol in de moeilijkheden bij het maken van een studiekeuze. Multipotentialiteit betekent dat een jongere in meerdere vakken excelleert, wat hen voor een uitdagend dilemma stelt: welke richting moet je kiezen als je overal goed in bent? Deze situatie kan zowel een zegen als een vloek zijn.

Wanneer een leerling in verschillende vakken hoge cijfers behaalt, kan het lastig zijn om te bepalen waar hun ware passie ligt. Dit leidt vaak tot twijfel en het uitstellen van de uiteindelijke keuze voor een studie. De jongere staat voor meerdere opties en moet kiezen op basis van factoren die vaak losstaan van hun eigen interesses of talenten. Deze keuze kan gebaseerd zijn op verschillende redenen:

Breedte van de studie

Emma is zowel goed in scheikunde, geschiedenis als kunst. Omdat ze niet kan kiezen tussen deze uiteenlopende interesses, besluit Emma om te gaan voor een brede studie zoals Liberal Arts and Sciences in Nederland. Deze opleiding biedt haar de mogelijkheid om van alles wat te doen zonder meteen een duidelijke richting te hoeven kiezen. Hoewel dit haar de tijd geeft om te ontdekken waar haar passie ligt, stelt ze tegelijkertijd de beslissing voor een specifieke loopbaan verder uit. Ze blijft dus langer in een fase van oriëntatie, wat later in haar studieloopbaan kan leiden tot keuzestress.

Conformisme

Dan hebben we Jasper, die altijd goed is geweest in wiskunde en natuurkunde, maar niet echt weet of hij dit zijn hele leven wil doen. Wanneer zijn beste vriend besluit om industrieel ingenieur te gaan studeren, besluit Jasper zonder al te veel nadenken om hetzelfde te doen. Hij kiest deze studie vooral omdat hij zijn vriend wil volgen en zich niet wil losmaken van zijn vertrouwde omgeving. Hierdoor maakt hij niet zozeer een keuze op basis van zijn eigen interesses, maar meer uit een gevoel van conformisme en de behoefte om niet buiten de groep te vallen.





Praktische overwegingen

Neem nu Lisa, die zowel een passie heeft voor musicologie als voor rechten. De universiteit in haar eigen stad biedt echter alleen een rechtenstudie aan. Omdat het dichtbij huis is en zij dan kan blijven wonen waar ze woont, besluit Lisa om voor rechten te kiezen. Deze praktische overweging—dicht bij huis blijven en geen verhuizing nodig hebben—maakt dat ze haar interesse in musicologie opzij zet. Ze kiest dus meer voor gemak dan voor waar haar hart werkelijk ligt.

Financiële overwegingen

Tot slot is er Noah, een slimme jongen die alles zou kunnen studeren, maar vooral geïnteresseerd is in filosofie en kunstgeschiedenis. Zijn ouders en leraren wijzen hem er echter steeds op dat het moeilijk is om in deze vakgebieden een goedbetaalde job te vinden. Hierdoor laat Noah zich overtuigen om voor een studie handelsingenieur te kiezen, omdat hij daar volgens iedereen tenminste zeker van is dat hij later een goed salaris zal verdienen. Zijn keuze wordt dus sterk beïnvloed door financiële overwegingen, in plaats van zijn echte passie.

Vaak blijkt dat deze keuze niet volledig door de jongere zelf wordt gemaakt, maar door invloeden uit hun **omgeving**. Ouders, leraren en vrienden, vaak met de beste bedoelingen, proberen hen te overtuigen van een "veilige" keuze. Dit resulteert regelmatig in studierichtingen zoals economie, marketing, informatica, geneeskunde, of rechten. Deze worden beschouwd als academisch veilig en bieden duidelijke carrièreperspectieven.

Aan de andere kant zijn er minder jongeren die bewust kiezen voor studies in talen, wiskunde, biologie, sociale wetenschappen of kunsten, ondanks hun talenten op deze gebieden. Vooral jongens ervaren een aanzienlijke druk om een exacte wetenschappelijke richting te kiezen, zeker als hun vaders ook in die vakken uitblonden.

Hoofdstuk één



Het resultaat hiervan is vaak een student die niet volledig enthousiast is over zijn studie en geen intrinsieke motivatie heeft om te slagen. Dit verhoogt het risico dat de studie niet succesvol wordt afgerond, wat kan leiden tot een baan die slechts als tussenoplossing dient. Zelfs als de studie wel succesvol wordt afgerond, bestaat de kans dat de jongere in een baan terechtkomt die geen voldoening geeft.

Dit kan jaren later leiden tot een **burn-out** of bore-out, zonder dat de oorzaak daarvan duidelijk is.

Ouders en leraren begrijpen vaak niet waarom een ogenschijnlijk veelbelovende jongvolwassene worstelt in zijn of haar carrière. Ze blijven aandringen met de boodschap: "**Je kunt alles worden wat je wilt,**" zonder te beseffen dat dit juist het probleem is.

Terwijl veel jongeren hun studiekeuze baseren op het vak waarin ze het sterkst zijn, moeten begaafde jongeren vaak hun keuze maken op basis van andere criteria dan hun bekwaamheid. Dit zorgt voor een **uitdagend proces**, waarbij de jongere constant wordt geconfronteerd met de vele mogelijkheden die voor hen openliggen.

Multipotentialiteit bij kinderen en jongeren

Als ouder van een begaafd kind kun je soms geconfronteerd worden met unieke uitdagingen. Een van deze uitdagingen is het herkennen van multipotentialiteit, een eigenschap waarbij je kind uitblinkt in meerdere vakgebieden en interesses heeft die ver uiteenlopen. Hoewel dit een prachtige eigenschap is, kan het ook leiden tot besluiteloosheid en stress. Hier zijn enkele kenmerken van multipotentialiteit, die je kunnen helpen om deze eigenschap bij je kind te herkennen.

Basisschool

Op de basisschool kun je merken dat je kind het **moeilijk vindt om keuzes** te maken, vooral wanneer het de vrijheid krijgt om zelf een onderwerp of project te kiezen. Stel je voor dat je kind, laten we hem (maar kan ook haar zijn) Sam noemen, gevraagd wordt om een project te maken over een dier naar keuze. Terwijl andere kinderen snel kiezen voor bijvoorbeeld een hond of een leeuw, blijft Sam twijfelen tussen verschillende dieren omdat hij over elk dier evenveel wil leren.

Sam toont ook interesse in verschillende hobby's, maar het enthousiasme lijkt vaak van **korte duur**. Zo kan hij de ene maand helemaal opgaan in muziekles en de volgende maand ineens gepassioneerd raken door schilderen, om daarna weer iets anders te proberen.

Moeite om keuzes te maken



Heel veel hobby's



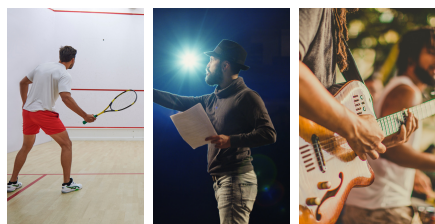
Hoofdstuk twee



Daarnaast heeft hij soms moeite om **taken af te maken**, zelfs die taken die hij aanvankelijk leuk vond. Ondanks deze uitdagingen behaalt Sam uitstekende resultaten in bijna alle schoolvakken, wat voor jou als ouder een teken kan zijn dat hij in veel verschillende dingen uitblinkt.

Secundair onderwijs

Wanneer Sam naar de middelbare school gaat, kunnen deze kenmerken zich verder ontwikkelen. De moeite met besluitvorming wordt nog duidelijker, bijvoorbeeld wanneer hij moet **kiezen** tussen verschillende richtingen of buitenschoolse activiteiten. Stel je voor dat Sam gevraagd wordt om te kiezen tussen verschillende sportclubs en creatieve ateliers na schooltijd. In plaats van één keuze te maken, schrijft hij zich in voor meerdere activiteiten, van voetbal tot theater, omdat hij geen duidelijke voorkeur heeft.



Deze diversiteit in interesses zorgt ervoor dat zijn **weekplanning** steeds voller wordt, met weinig tijd voor rust en ontspanning. Sam blijft echter goed presteren in veel of alle vakken, maar je merkt als ouder dat hij soms overweldigd raakt door het aantal verplichtingen en keuzes die hij moet maken.

In de bovenbouw van de middelbare school worden de uitdagingen rond multipotentialiteit nog complexer. Sam moet nu beslissingen nemen die zijn toekomstige studie en loopbaan beïnvloeden. De beslissing wordt echter bemoeilijkt door zijn brede interesses en talenten.

Hoofdstuk twee

Sam neemt deel aan een buitengewone diversiteit van schoolactiviteiten, zoals atletiek, muziek, toneel en het schoolparlement. Hij wordt vaak gekozen en benoemd als leider van verschillende groepen, zowel op school als in andere organisaties. Ondanks zijn indrukwekkende prestaties zie je soms tekenen van **stress en uitputting**. Hij kan afwezig zijn, kampt soms met chronische ziekten, en vertoont periodes van depressie en angst, vooral tijdens drukke periodes zoals examens of belangrijke projecten.

Wanneer het tijd is om keuzes te maken voor zijn verdere studie of carrière, raakt Sam soms verlamd door de mogelijkheden. Testen naar beroepskeuzes laten een **vlak resultaat** zien, wat betekent dat hij in veel verschillende beroepen geïnteresseerd is en moeilijk een duidelijke richting kan kiezen. Dit leidt soms tot vertraging of aarzeling in het maken van beslissingen over zijn toekomst.

Tips voor ouders

Als je deze kenmerken bij je kind herkent, is het belangrijk om geduld te hebben en te begrijpen dat multipotentialiteit zowel een kracht als een uitdaging kan zijn. Help je kind door open gesprekken te voeren over hun interesses en passies, en ondersteun hen bij het maken van keuzes die hen gelukkig en gemotiveerd houden, zonder hen te overweldigen. Wees je bewust van de tekenen van stress en zorg ervoor dat je kind voldoende tijd heeft om te ontspannen en te herstellen.

Signalen van stress



Teveel beroepskeuzes



Begeleiding: een gids voor ouders

Het begeleiden van een kind met multipotentialiteit kan een boeiende maar uitdagende taak zijn. Deze kinderen hebben vaak verschillende interesses en talenten, wat het moeilijk maakt om een duidelijke richting te kiezen. Door te begrijpen wat multipotentialiteit inhoudt, kun je je kind beter begeleiden op hun unieke pad, hen helpen om hun vele talenten te omarmen, en samen zoeken naar een evenwicht tussen hun brede interesses en hun welzijn. Hier is een gids om ouders te helpen hun kind te ondersteunen op verschillende momenten in hun ontwikkeling.

Basisschool: de eerste verkenningen

Op de basisschool is het cruciaal om je kind op een speelse manier kennis te laten maken met de **wereld van werk** en verschillende beroepen. Een praktische manier om dit te doen, is door je kind mee te nemen naar je eigen werkplek of die van vrienden en familie. Stel je voor dat je zoon of dochter een dag meeloopt met een dokter, een ingenieur of zelfs een freelance kunstenaar. Dit helpt hen om te zien hoe verschillende beroepen er in de praktijk uitzien en welke vaardigheden erbij komen kijken.



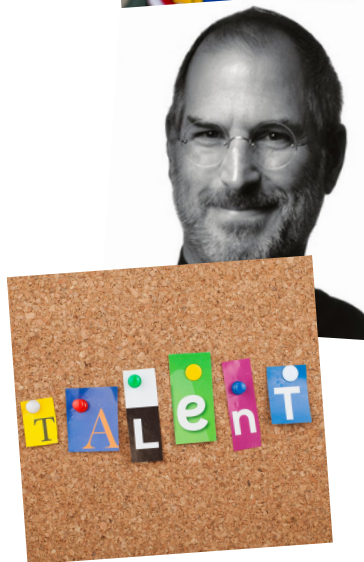
Hoofdstuk drie

Daarnaast kun je de fantasie van je kind stimuleren door **verkleedpartijen** en toneelstukjes te organiseren. Laat hen verschillende rollen aannemen—vandaag een dokter, morgen een wetenschapper—en zorg voor een doos vol kostuums en rekwisieten. Deze activiteiten zijn niet alleen leuk, maar geven je kind ook de kans om na te denken over wat hen aanspreekt in verschillende beroepen.

Verder is het nuttig om je kind te betrekken bij activiteiten die **doelgericht werken** stimuleren. Denk aan klasprojecten of het behalen van badges bij de scouts. Deze taken leren hen om een plan te maken en dat tot een goed einde te brengen, wat hen later zal helpen bij het nemen van belangrijke beslissingen.

Gebruik **biografieën** van inspirerende personen als gespreksmateriaal. Door samen te lezen over het leven van wetenschappers, kunstenaars of leiders, kun je je kind helpen om te reflecteren op wat hen aantrekt in verschillende levensverhalen. Dit kan de eerste stap zijn in het ontdekken van hun grootste passies.

Het is ook belangrijk om regelmatig te **evalueren** wat je kind leuk vindt en waar ze goed in zijn. Samen met leerkrachten kun je zo een duidelijker beeld krijgen van hun sterke punten en interesses, en hen begeleiden naar activiteiten die hen echt aanspreken.



Hoofdstuk drie



Secundair onderwijs: waarden en werk ontdekken

Wanneer je kind naar de middelbare school gaat, wordt het tijd om dieper na te denken over de betekenis van werk en de **waarden** die daarbij horen. Dit is een goed moment om gesprekken te voeren over wat werk voor jullie gezin betekent en welke maatschappelijke waarden jullie belangrijk vinden.

Moedig je kind aan om vrijwilligerswerk te doen in verschillende sectoren die hen interesseren. Stel dat je kind nieuwsgierig is naar dieren, dan kan **vrijwilligerswerk** in een dierenasiel een waardevolle ervaring zijn. Het kan ook nuttig zijn om je kind de kans te geven om een dag mee te lopen met iemand die werkt in een gebied waar hun interesse naar uitgaat. Deze schaduwervaringen geven hen een realistisch beeld van een dag in het leven van een professional.

In deze fase is het ook belangrijk om je kind te leren **prioriteiten** te stellen. Hoewel sociale activiteiten en hobby's belangrijk zijn, kan een overvolle agenda ten koste gaan van het ontdekken van diepere interesses. Help je kind om een paar buitenschoolse activiteiten te kiezen waar ze echt enthousiast over zijn, in plaats van overal een beetje aan mee te doen.

In de bovenbouw van het secundair onderwijs begint je kind zich voor te bereiden op hun toekomstige carrière. Dit is het moment om serieuzer te kijken naar hun interesses en persoonlijkheidskenmerken. Laat je kind deelnemen aan **beroepskeuzetest**s om een duidelijker beeld te krijgen van wat bij hen past.

Hoofdstuk drie



Het bezoeken van **hogescholen en universiteiten** is een volgende stap. Moedig je kind aan om lessen bij te wonen in verschillende vakgebieden. Zo kunnen ze ervaren hoe het is om in die richting te studeren, zonder meteen een definitieve keuze te hoeven maken.

Uitgebreid vrijwilligerswerk en betaalde stages kunnen ook een cruciale rol spelen in deze fase. Ze bieden je kind de kans om **praktijkervaring** op te doen en te ontdekken wat ze wel en niet leuk vinden aan bepaalde beroepen.

Bij het plannen van hun curriculum is het belangrijk om een stevige basis te leggen. Zorg ervoor dat ze de **juiste vakken** kiezen, zodat ze niet beperkt worden in hun latere keuzes. Dit kan voorkomen dat ze later ontdekken dat ze onvoldoende voorbereid zijn voor hun droomstudie of carrière.

Het belangrijkste is dat je je kind ondersteunt bij het kiezen van een carrière die echt voldoening biedt en past bij hun diepere waarden. Dit betekent ook dat je hen moet helpen om **niet** te vervallen in conformistische of **stereotiepe keuzes**. Een carrière kiezen omdat het 'veilig' lijkt, kan uiteindelijk leiden tot een gebrek aan vervulling. Moedig je kind aan om hun eigen pad te volgen, zelfs als dat pad minder gebruikelijk is.

Door op deze manieren je kind te begeleiden, help je hen niet alleen om hun multipotentialiteit te omarmen, maar ook om een loopbaan te kiezen die echt bij hen past.

Succes!

Multipotentialiteit bij volwassenen

Misschien heb je het gedeelte over ouders en hun rol in het begeleiden van multipotentialiteit overgeslagen omdat het niet direct op jou als volwassene gericht leek. Toch raad ik je aan om dat gedeelte ook eens door te nemen. Het is goed mogelijk dat je jezelf herkent in de beschrijvingen van kinderen en jongeren met een veelheid aan talenten en interesses. Misschien heb je als kind of tijdens je middelbare schooltijd soortgelijke uitdagingen ervaren. Het kan verhelderend zijn om te zien hoe deze kenmerken je loopbaan en keuzes hebben beïnvloed.

Tijdens je studies

Als je terugkijkt op je tijd aan de hogeschool of universiteit, herken je misschien dat je **interesse breed** was, zodanig dat je verschillende academische richtingen hebt gevolgd. Misschien begon je vol enthousiasme aan een opleiding, om na een tijdje te beseffen dat een andere richting toch beter bij je paste. Het kan zijn dat je drie keer of vaker van studie veranderde, op zoek naar de perfecte match. Dit kan een teken zijn van multipotentialiteit, waarbij je meerdere talenten en interesses hebt die je moeilijk kunt beperken tot één specifiek studiegebied.

Ondanks deze veranderingen behaalde je waarschijnlijk nog steeds uitstekende academische resultaten. Misschien nam je daarnaast ook intensief deel aan buitenschoolse activiteiten—je was niet alleen goed in je studies, maar ook actief in sportclubs, culturele verenigingen, of andere extracurriculaire activiteiten. Toch bleef er altijd een zekere bezorgdheid over je toekomstige carrière. Het maken van een studiekeuze voelde soms overhaast of willekeurig, misschien koos je zelfs dezelfde richting als je klasgenoten, meer uit gemak dan uit passie.



Hoofdstuk vier

Als volwassene

Nu je volwassen bent, zie je dit patroon misschien terug in je professionele leven. Misschien heb je al verschillende banen gehad, allemaal in verschillende sectoren of met verschillende rollen. Je prestaties in deze banen waren vaak uitstekend, je kreeg goede evaluaties en collega's waren vol lof. Toch voel je je vaak niet op je plaats. Er is een algemeen gevoel van "gebrek aan aanpassing," alsof je niet echt past binnen de structuren van de meeste banen.

Ondanks je successen kun je toch gevoelens van **vervreemding**, doelloosheid of zelfs depressie ervaren. Het lijkt alsof er iets ontbreekt, zelfs als je op papier alles goed doet. Misschien heb je periodes van werkloosheid doorgemaakt, of heb je tijdelijk werk aangenomen dat niet aansluit bij je kwalificaties, simpelweg om actief te blijven. Dit kan wijzen op een patroon waarbij je, ondanks je capaciteiten, achterloopt op leeftijdgenoten op het gebied van carrière en sociale ontwikkeling. Terwijl je collega's misschien al samenwonen, een hypotheek hebben afgesloten, of nadenken over het starten van een gezin, heb jij het gevoel dat je nog steeds op zoek bent naar de juiste richting. Dit verschil in levensfase kan bijdragen aan een gevoel van gemiste kansen of sociale achterstand, ondanks je professionele prestaties en kwalificaties.

Reflectie

Als je jezelf herkent in deze beschrijvingen, kan dat een indicatie zijn van multipotentialiteit. Dit betekent dat je meerdere talenten en interesses hebt die niet altijd in één duidelijke richting kunnen worden geperst.

In plaats van dit te zien als een obstakel, kun je het leren omarmen als een **kracht**. Zoek naar manieren om je veelzijdigheid te benutten, bijvoorbeeld door te streven naar een loopbaan die ruimte biedt voor variatie en continue groei, of door activiteiten te kiezen die je in staat stellen om meerdere passies tegelijk te volgen.



Zelfsturing en multipotentialiteit

Als je verschillende interesses en talenten hebt, kan het maken van keuzes op de hogeschool of universiteit behoorlijk uitdagend zijn, maar ook het vinden van een interessante job. Het is dan ook belangrijk om niet alleen je academische kant te ontwikkelen, maar ook om te leren hoe je jezelf kunt begeleiden in dit proces. Hier zijn enkele stappen die je kunt nemen om richting te geven aan je diverse talenten en interesses.

Loopbaanadvies: ontdek jouw interesses, behoeften en waarden

Het kan enorm helpen om jezelf in te schrijven voor loopbaanbegeleiding. Dit biedt je de kans om samen met een professional een plan uit te stippelen. Deze begeleiding kan je ondersteunen bij het verkennen van verschillende studierichtingen en carrièremogelijkheden, en je helpen om de stap te zetten van school naar de professionele wereld of naar een andere job. Door dit gestructureerd aan te pakken, kun je stapsgewijs dichter bij een studiekeuze of loopbaankeuze komen die niet alleen aansluit bij je vaardigheden, maar ook bij je persoonlijke doelen.

Het begint allemaal met zelfinzicht. Zoek naar loopbaanadvies dat je helpt om niet alleen je interesses, maar ook je behoeften en waarden in kaart te brengen.

Dit kan door middel van verschillende testen en gesprekken. Stel jezelf vragen zoals: "Wat vind ik echt leuk om te doen?" en "Welke waarden zijn voor mij belangrijk in een toekomstige baan?" Door deze aspecten van jezelf beter te begrijpen, kun je gericht keuzes maken die echt bij je passen.





De juiste **opleiding**: een keuze die bij jou past

Een van de grootste beslissingen die je zult maken, is het kiezen van de juiste opleiding. Dit kan overweldigend zijn, zeker als je in veel dingen goed bent. Neem de tijd om te onderzoeken welke opleidingen er zijn en hoe ze aansluiten bij jouw interesses en waarden. Ga op bezoek bij verschillende hogescholen en universiteiten, spreek met studenten en docenten, en vraag jezelf af: "Zie ik mezelf hier gelukkig zijn?" Een goede keuze zal je helpen om gemotiveerd te blijven en met plezier te studeren.

Vind een **mentor**: iemand die je kan begeleiden

Een mentor kan een waardevolle gids zijn op je pad. Zoek iemand die ervaring heeft in het veld dat je interesseert, of die zelf ook multipotentialiteit kent. Een mentor kan je niet alleen advies geven over je studiekeuzes, maar ook helpen om de balans te vinden tussen je verschillende interesses. Dit kan een docent zijn, een professional uit de industrie, of een oudere persoon die dezelfde weg heeft bewandeld.

Langtermijndoelen: kijk vooruit en plan voor de toekomst

Tot slot, denk na over je langetermijndoelen. Waar wil je over vijf of tien jaar staan? Welke stappen moet je nu nemen om daar te komen? Stel duidelijke doelen en overweeg ook post-universitaire vorming, zoals een master, stage of verdere specialisatie. Door nu al een plan te maken voor de toekomst, geef je richting aan je loopbaan en zorg je ervoor dat je niet verloren raakt in je veelvoudige interesses.

Succes!

Conclusie

Embrace Your Journey Multipotentiality

Door deze stappen te volgen, kun je zelfbewust en doelgericht omgaan met je multipotentialiteit. Je leert jezelf beter kennen, maakt weloverwogen keuzes, en bouwt aan een toekomst die zowel uitdagend als bevredigend is. Zo zorg je ervoor dat jouw veelzijdigheid een **kracht** wordt in plaats van een obstakel.

Dr. Sabine Sypré

Referentie

Kerr, B., Hallowell, K., Schroeder-Davis, S. (1991). A handbook for counseling the gifted & talented. Alexandria (USA): American Association for Counseling and Development.