



# GradLife

## Nieuwsbrief

### Wist je dat ...

- ... de vierde en **laatste** meting bijna start (half mei).
- ... de online vragenlijst dan **nog korter** is (~ 30 min).
- ... de **vergoedingen verhoogd** blijven.
- ... deze meting **belangrijk** is om te onderzoeken of en hoe jij dit jaar veranderd bent.
- ... jij dit hierna kunt zien in jouw **persoonlijke verslag!**

Afgelopen jaar was voor jullie allemaal een bijzonder jaar, wij zijn benieuwd naar jouw ervaringen in dit jaar!

### Loterij

- 47** deelnemers wonnen €15 extra (online vragenlijst).
- 14** deelnemers wonnen €10 extra (app-onderdeel).
- 1** deelnemer had veel geluk en won 2 keer!

Winnende deelnemers hebben via mail bericht gehad.

Bij de derde meting won **1 op de 4** deelnemers die de vragenlijst invulde €15 extra!

Dit zal bij meting 4 weer zo zijn! 🎉

## METING 3

In project GradLife, een onderzoek van Tilburg University, onderzoeken we de ontwikkelingen die studenten doormaken in de periode dat zij de universiteit verlaten.

Wij willen alle 193 deelnemers aan meting 3 enorm bedanken!

Door herhaaldelijk mee te doen aan de metingen wordt onderzoek naar ontwikkeling over tijd mogelijk.

*Bedankt!*

In deze nieuwsbrief geven we jullie een exclusief eerste inblikje in de data van project GradLife.

**Julie donaties  
tijdens meting 3**



**€204,53**



**€185,30**



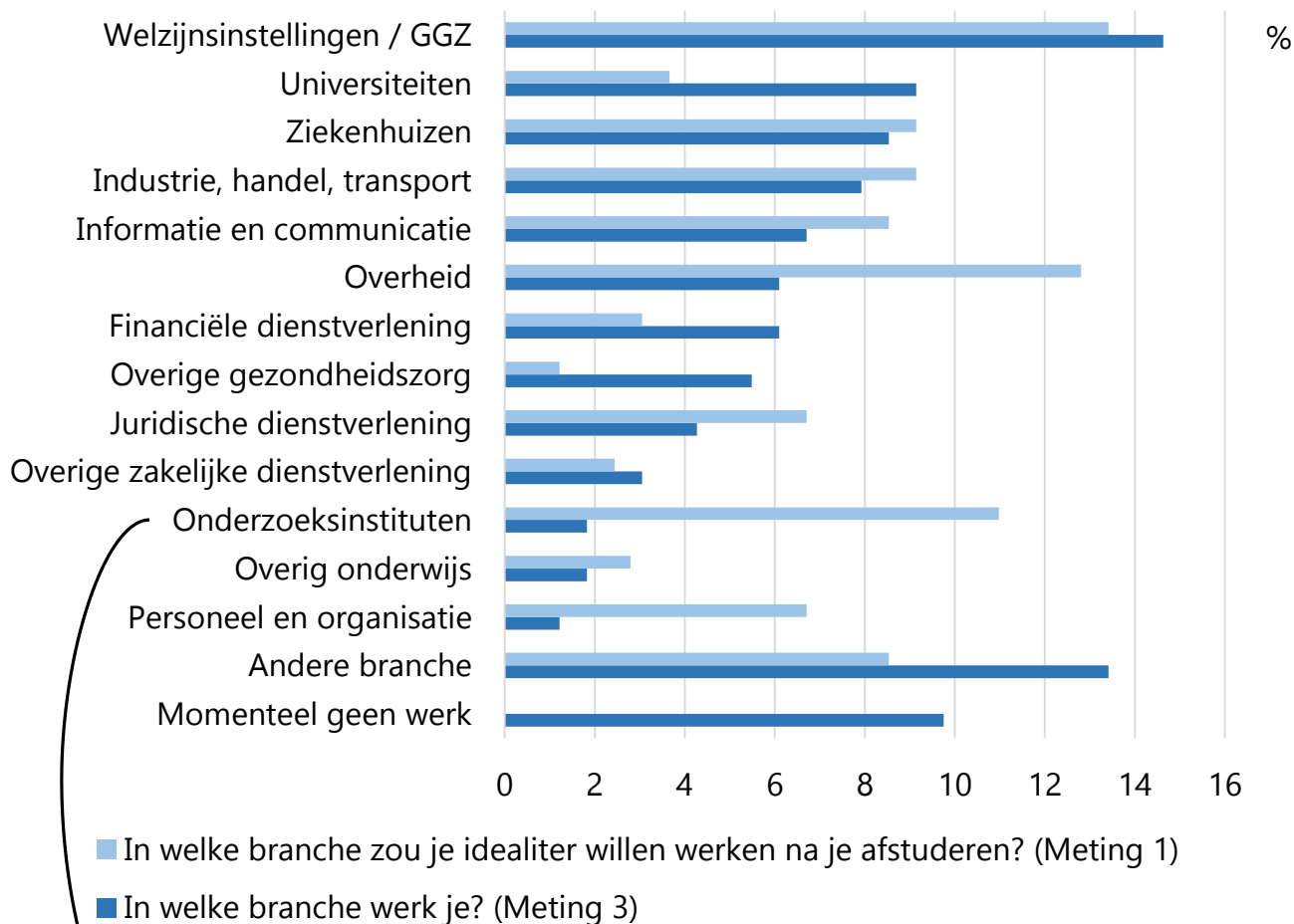
**unicef**

**€132,05**

# Waar zijn jullie op dit moment werkzaam?

Wat doen jullie op dit moment? 11,8% studeert!

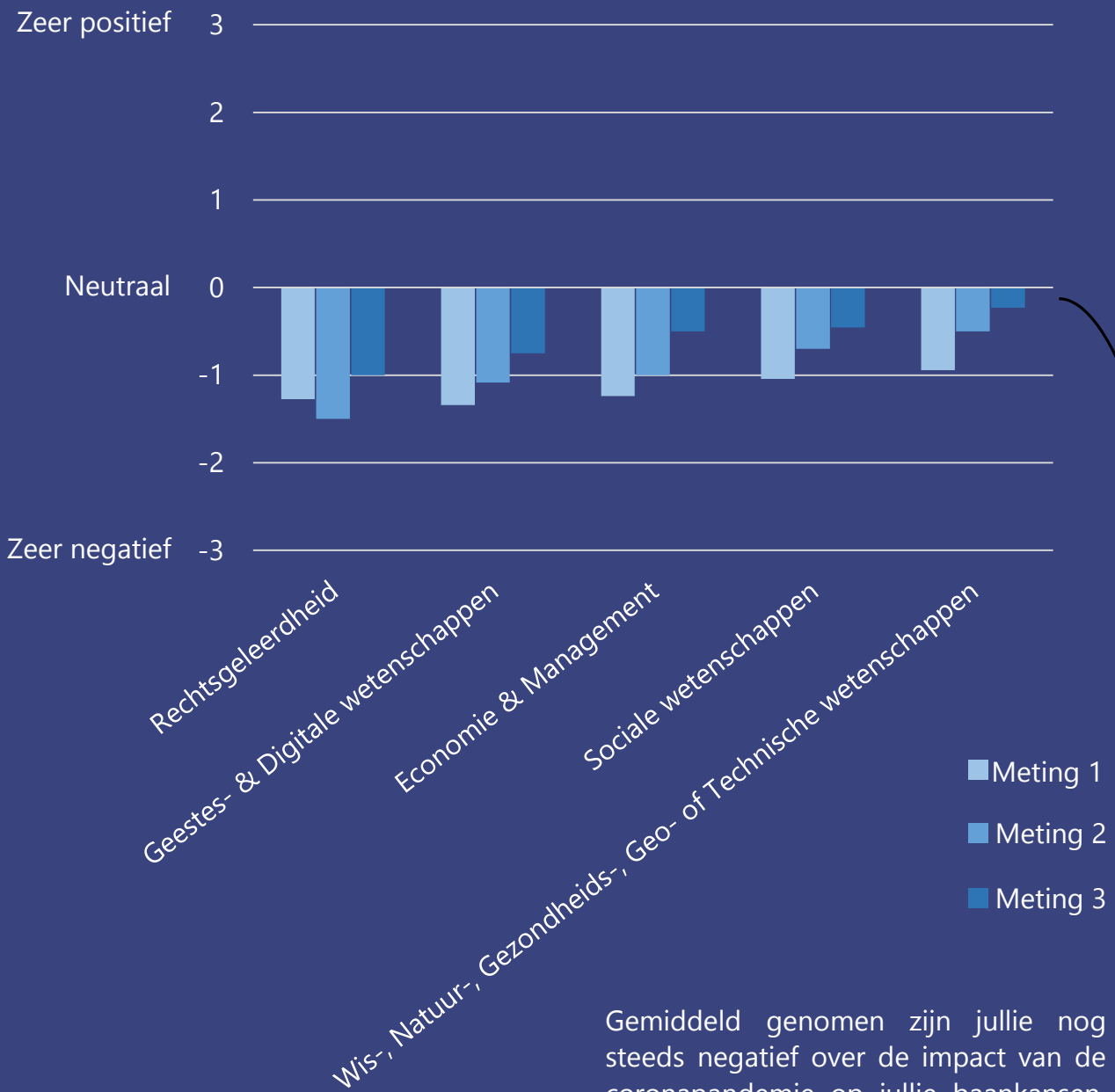
Deelnemers die niet meer studeren vroegen we of en in welke branche ze momenteel werkzaam zijn. Tijdens meting 1 vroegen we ook waar jullie idealiter wilden gaan werken na je afstuderen. Hieronder zie je de percentages aan antwoorden van deelnemers die tijdens meting 3 niet meer studeerden.



11% gaf bij meting 1 aan bij een onderzoeksinstituut te willen werken, maar hier werkt nu 2% van de deelnemers. Daar staat tegenover dat er ook verschillende branches zijn waar nu meer deelnemers werken dan dat idealiter eigenlijk gepland was.

# Wat is de invloed van de coronapandemie op jullie baankansen?

Hieronder zie je wat deelnemers die op meting 2 en 3 niet meer studeerden gemiddeld dachten over de invloed van de coronapandemie op hun baankansen bij meting 1, 2 en 3.



Gemiddeld genomen zijn jullie nog steeds negatief over de impact van de coronapandemie op jullie baankansen, maar bij meting 3 significant minder dan bij meting 2 en 1!

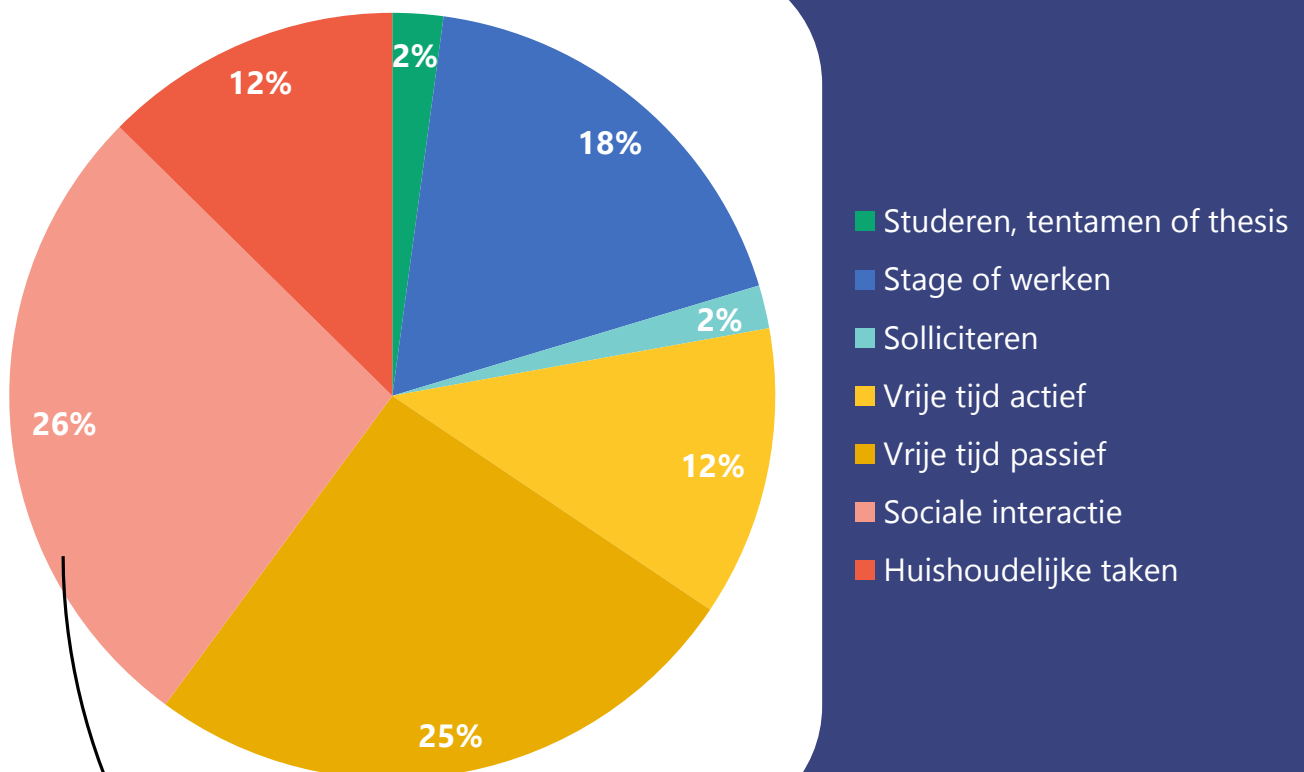
## Wat voor activiteiten doen jullie op een dag?

Doe jij mee aan het app-onderdeel? Ook hiermee verzamelen we natuurlijk interessante data!

Wanneer je hier aan meedoet, heb je een persoonlijk verslag ontvangen over jouw data. Doe je ook bij meting 4 weer mee dan zie je deze data terug in het persoonlijk verslag dat je ontvangt over alle metingen.

We vroegen jullie wat voor activiteiten jullie deden in de ochtend, middag en avond.

Hieronder zie je wat jullie deden op groepsniveau.

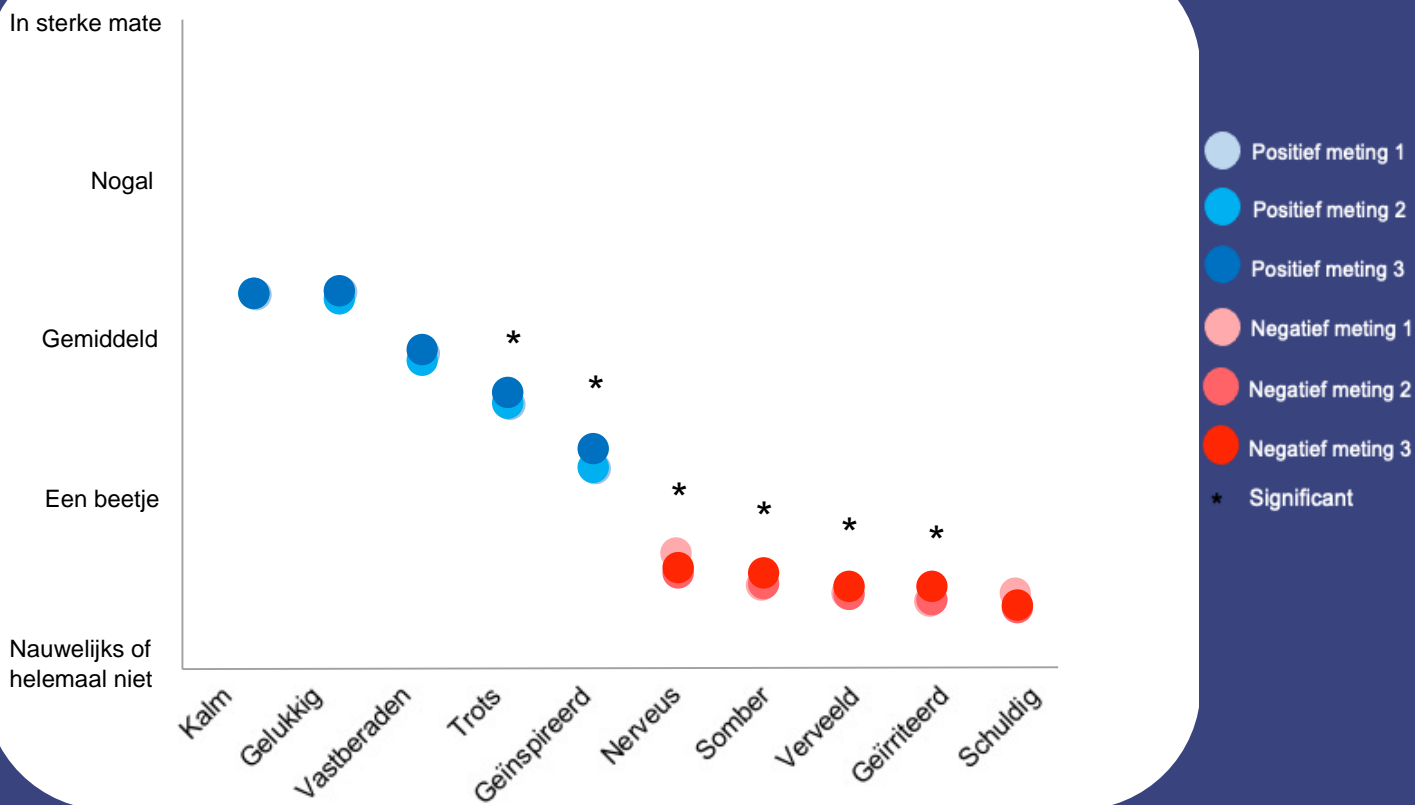


Gemiddeld genomen gaven jullie het vaakst aan tijd te besteden aan sociale interactie!



# Hoe voelen jullie je nu?

Zijn jullie emoties sinds meting 1 en meting 2 veranderd? Op groepsniveau zie je hieronder jullie gemiddelde emoties bij meting 1, 2 en meting 3.



Op groepsniveau voelen jullie je tijdens meting 3 meer trots en geïnspireerd in vergelijking met meting 1.

Op groepsniveau voelen jullie je tijdens meting 3 minder nerveus en meer somber, verveeld, en geïrriteerd in vergelijking met meting 1.

## Op zoek naar meer info?

Tot slot een aantal postcasts voor jou die meer vertellen over professionele en persoonlijke groei!

**The Tom Ferry show.** Een podcast van de auteur van het bestseller boek 'The 4-hour work week', over het optimaal benutten van je tijd.

**The 5 AM mircale.** Een postcast met tips hoe je je dag met enthousiasme en positieve moed kan starten, en je werklevens kan optimaliseren.

**Getting things done.** Luister naar advies over je productiviteit kan vergroten door het toepassen van de GTD productiviteits methode

**Work in progress.** Deze podcast van intermediar.nl behandelt allerlei onderwerpen op en rondom de werkvloer, maar ook over productiviteit en de balans tussen werk en privéleven.



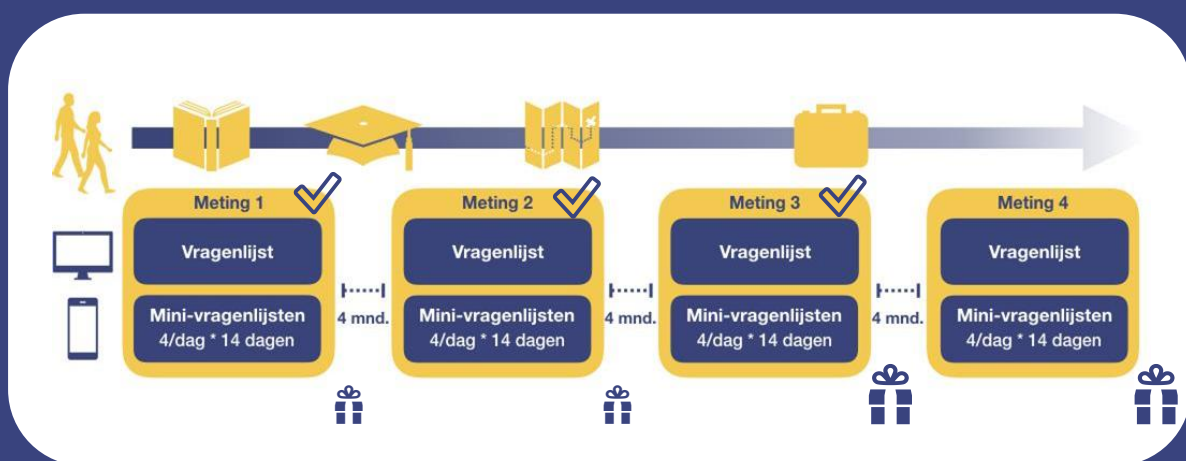


# Project GradLife, wat nu?

De laatste meting, meting 4, volgt half mei 2021. Door aan deze meting mee te doen kunnen wij onderzoeken hoe studenten zich ontwikkelen in het jaar waarin ze de universiteit verlaten. Ons doel! Met jouw deelname maak jij wetenschappelijk onderzoek hiernaar mogelijk. 🙌

Als dank ontvang je na meting 4 opnieuw onze nieuwsbrief en een financiële vergoeding (€8 voor de online vragenlijst en tot €12 voor het app-onderdeel + eventuele extra vergoedingen vanuit de loterijen). 🎁

Aan het eind van meting 4 kun je een persoonlijk verslag ontvangen over jouw gegevens in alle metingen. Zo kun jij zelf kunt zien of en hoe jij veranderd bent gedurende dit bijzondere jaar. Doe je mee aan het app-onderdeel? Dan wordt deze data ook opgenomen in jouw persoonlijk verslag.



Vragen of tips voor ons? Laat het weten via [gradlife@uvt.nl](mailto:gradlife@uvt.nl).

*Tot binnenkort!*



Dr. Anne Reitz



Dr. Lotte van Doeselaar



Evy van Roij