



fundatis
managers en adviseurs

Tijd voor actie:
naar een integrale aanpak van
studentenwelzijn op Nederlandse
onderwijsinstellingen, juist nu!

Tijd voor actie: naar een integrale aanpak van studentenwelzijn op Nederlandse onderwijsinstellingen, juist nu!

“Educating the mind without educating the heart is no education at all” – Aristoteles

Studentenwelzijn is al jaren onderwerp van diverse publicaties, onderzoeken en discussie in het (hogere) onderwijs. Uit onderzoek blijkt dat meer dan de helft van de studenten angst- en somberheidsklachten ervaart, dat 25% van de studenten burn-out klachten ervaart en dat het suïcide risico hoog is. Nu de coronacrisis het studentenleven behoorlijk (en blijvend?) op zijn kop heeft gezet, staan onderwijsinstellingen voor een nog grotere uitdaging om het welzijn van hun studenten te monitoren en verbeteren.¹ Ook de projectleiders en adviseurs van Fundatis komen met het onderwerp in aanraking binnen hun opdrachten, bijvoorbeeld daar waar wordt gewerkt aan de organisatie van een studeerbaar programma, flexibilisering van het onderwijs en blended learning. Reden genoeg dus voor Fundatis om dit onderwerp verder uit te diepen. We nodigden twee experts, Jolien Dopmeijer (projectleider Trimbos en docent/onderzoeker Windesheim) en Stephanie Keizer-Hulsebosch (hoofd Student Life Codarts Rotterdam) uit om ons en een groep van ruim 50 geïnteresseerde klanten, relaties en collega's in een hybride [webinar](#) mee te nemen in de wereld van studentenwelzijn. Naast een zeer informatieve presentatie gaven zij ook praktische tips om meteen aan de slag te gaan met het verbeteren van studentenwelzijn, juist nu.

Prestatiedruk en stress

In het eerste deel van de webinar neemt Jolien Dopmeijer ons mee in de belangrijkste resultaten uit haar proefschrift *'Running on empty'*, dat zij afgelopen zomer met succes afrondde. Zij benadrukt dat de studententijd meer omvat dan alleen het opdoen van kennis. De overgang van het voortgezet onderwijs naar het tertiair onderwijs is een cruciale verandering in een mensenleven. Studenten ervaren tijdens deze fase echter steeds vaker (ongezonde) stress en psychische klachten. Dit hangt (onder andere) samen met de individualisering van de samenleving met veel nadruk op presteren. In het onderwijs zijn deze ontwikkelingen doorgesijpeld in de vorm van het zogeheten 'rendementdenken'. Studenten ervaren een hoge prestatiedruk waar ze niet altijd aan kunnen voldoen, wat kan leiden tot stress, *burn out*- en psychische klachten.

Een complicerende factor in dit geheel is het *'dilemma of disclosure'*. Het is voor studenten moeilijk en/of niet vanzelfsprekend om openheid van zaken te geven als ze vastlopen en (psychische) hulp nodig hebben. Op dit onderwerp rust nog te vaak een taboe. Het verhogen

van het bewustzijn omtrent de hulpmogelijkheden en ook zeker van het feit dat veel studenten met vergelijkbare klachten lopen is in deze een belangrijk deel van de oplossing. Door als onderwijsinstelling studenten bewust te maken van het belang van openheid én voorlichting te geven over de hulpmogelijkheden binnen de instelling, biedt je studenten de ruimte om tijdig aan de bel te trekken in een veilige omgeving.

Jolien wijst op de consequenties van (langdurige) psychische klachten tijdens de studententijd. De gevolgen hiervan kunnen levenslang invloed hebben op het mentale welzijn. Preventie is dus erg belangrijk om ervoor te zorgen dat de volwassenen van de toekomst mentaal gezond de wereld in gaan.

Sense of belonging: het belang van het aangaan van sociale relaties en verbinding

Om studentenwelzijn te bewerkstelligen is volgens Jolien een synthese van een duurzame positieve gemoedstoestand, energie en veerkracht, het tevreden zijn met zichzelf en relaties, effectief kunnen

¹ [De Volkskrant](#) 06-11-2020

functioneren en het maximaliseren van je potentieel nodig. Juist in deze crisis tijd is de *'sense of belonging'* van groot belang. Hoe meer een student zich thuis voelt op zijn of haar onderwijsinstelling en het idee heeft gezien te worden hoe lager de kans op psychische klachten. Aangezien online onderwijs en toetsing nu de norm is, hebben studenten niet alleen veel minder mogelijkheid om zich te verbinden met elkaar en met de opleiding, maar is het voor docenten en ondersteuners ook nog moeilijker om voortijdig klachten te signaleren. Veel deelnemers aan de webinar vroegen zich af hoe je hier als instelling op kunt inspelen. Het antwoord lijkt simpel: zorg voor een stukje extra persoonlijke aandacht. Begin je online college bijvoorbeeld met een korte check in: hoe voelt iedereen zich? Heb oog voor de student als persoon. Daarnaast is het juist nu belangrijk om (online) dingen te organiseren waarbij studenten de mogelijkheid krijgen om zich meer met elkaar en de instelling te verbinden.

De eerste concrete stap die onderwijsinstellingen volgens Jolien zouden moeten zetten is het aanstellen van een coördinator studentenwelzijn die het onderwerp op de kaart zet én actief contact onderhoudt met andere instellingen, want juist door kennisdeling kan veel bereikt worden. Het landelijk netwerk studentenwelzijn, waar zowel Jolien als Stephanie actief lid van zijn, is een mooi voorbeeld van hoe er door een aantal onderwijsinstellingen al actief wordt samengewerkt aan een landelijke en integrale aanpak voor het verbeteren van studentenwelzijn op Nederlandse onderwijsinstellingen. De vijf pijlers van deze aanpak zijn het creëren van bewustzijn voor studentenwelzijn, het zorgen voor binding en een veilig studieklimaat, preventie en vroege signalering, professionalisering van docenten en studentbegeleiders en hulpaanbod voor psychosociale interventies.

Maar, hoe doe je dat dan?

Voorbeeld uit de praktijk: student life program op Codarts Rotterdam

In het tweede deel van de webinar neemt Stephanie Keizer-Hulsebosch ons mee in de aanpak van Codarts. Daar wordt al ruim zeven jaar hard gewerkt aan het monitoren en verbeteren van studentenwelzijn. En met succes! Door studentenwelzijn een integraal onderdeel

van het onderwijs te maken, ziet Codarts een enorme verbetering op het vlak van studentenwelzijn. Door middel van deze aanpak is de organisatie rondom Student Life van reactief via preventief naar pro-actief gegaan en is deze nu zelfs volledig ingebed in het onderwijs. Met een integrale aanpak gebaseerd op preventie, prestatieverbetering en zelfredzaamheid heeft Codarts het bevorderen van studentenwelzijn door het hele curriculum verweven. Door deze interventies niet alleen uit te laten voeren door een stafafdeling met beleidsmedewerkers, maar juist ook door docenten en een team van deskundigen om het onderwijs heen én de studenten hierbij te betrekken is het programma een succes geworden.

Binnen de vier pijlers; voorzieningen en faciliteiten, Student Life Monitor (screening), onderzoek & ontwikkeling en educatie & voorlichting worden de studenten van Codarts actief begeleid om hun prestaties te verbeteren en te zorgen voor een zo hoog mogelijke staat van welzijn. Door het actief monitoren van het welbevinden van studenten aan de hand van terugkerende vragenlijsten tijdens de lessen en het actief terugkoppelen van feedback in de Student Life Monitor houden studenten zelf ook inzicht in hun prestaties en aandachtspunten. Dit is een mooi voorbeeld van hoe *student & learning analytics* een rol kunnen spelen in het verbeteren van studentenwelzijn.

Vanuit Fundatis wordt hierbij bijvoorbeeld gedacht aan het monitoren van aanwezigheid bij tentamens of colleges. Als een student vaak afwezig is, kan dit een signaal zijn van (psychische) klachten. Hier kunnen natuurlijk ook allerlei andere redenen voor zijn en uiteraard is het van belang om bij het monitoren van dergelijke gegevens zorgvuldig om te gaan met privacyrichtlijnen, en de duiding van de data-analyse.

Codarts verschilt met de meeste (hoger) onderwijsinstellingen Nederland, omdat Codarts onder andere een relatief klein aantal studenten kent. Daarom vroegen de deelnemers aan de webinar zich af of de integrale aanpak van het probleem ook haalbaar is bij een grotere onderwijsinstelling. Stephanie krijgt deze vraag vaker en heeft een simpel advies: begin klein. Kijk bijvoorbeeld binnen welke opleiding of faculteit het studentenwelzijnsprobleem het grootst is en begin daar. Wanneer je echt werk wilt maken van het verbeteren van studentenwelzijn is het van groot belang dat de hele organisatie de urgentie voelt om dit

probleem aan te pakken. Dat betekent dat je bij de verschillende stakeholders (van CvB tot docent) telkens de juiste argumenten moet meenemen om hen te overtuigen echt stappen te zetten. *'What makes them tick'?* Andere geleerde lessen vanuit Codarts die toepasbaar zijn op andere onderwijsinstellingen zijn: het betrekken van alle stakeholders, het zorgen voor een geïntegreerde aanpak en de inbedding in het onderwijs. En misschien wel het allerbelangrijkste; begin! Ook al is het maar klein, begin gewoon.

De vraag of het wel de bedoeling is dat onderwijsinstellingen hun studenten gaan 'pamperen' pareert Stephanie makkelijk door te stellen dat het niet gaat om 'pamperen' maar om *'empowerment'*. Door studenten de benodigde faciliteiten en veiligheid te bieden maar vooral ook in te zetten op het vergroten van de kennis en bewustwording opdat zij zelf actie kunnen ondernemen om hun welzijn te verbeteren, kunnen ze tegelijkertijd hun prestaties verbeteren.

Conclusies

In krap twee uur werden de deelnemers op heldere wijze geïnformeerd door twee experts die met hun kennis en ervaring niet alleen veel achtergrondinformatie maar juist ook praktische tips gaven om studentenwelzijn te verbeteren. Juist deze crisistijd vraagt om extra aandacht voor het welzijn van studenten. Door het wegvallen van de fysieke ontmoetingsplek voor onderwijs missen studenten de *sense of belonging*. Door actief te werken aan (online) alternatieven om studenten een ontmoetingsplek te bieden en met elkaar te verbinden kunnen onderwijsinstellingen in deze tijden zorgen voor hun studenten. Daarnaast is er een concrete stap die alle onderwijsinstellingen zouden moeten zetten; het aanstellen van een coördinator studentenwelzijn. Het praktijkvoorbeeld van Codarts laat zien dat door klein te beginnen alle onderwijsinstellingen in Nederland aan de slag kunnen gaan met een integrale aanpak op studentenwelzijn. Ook de adviseurs van Fundatis kunnen met deze nieuwe kennis en tips aan de slag om ervoor te zorgen dat zij in hun opdrachten het belang van studentenwelzijn borgen.

Tot slot

Een compilatie de webinar (15 min.) kunt u [hier](#) terugkijken.

Op naar de volgende Fundatis webinar! Opmerkingen, vragen of tips naar aanleiding van dit artikel? Mail ons via info@fundatis.nl.

