

Psychische klachten onder studenten



landelijke studenten vakbond

Dit is een uitgave van het onderzoeksbureau van de Landelijke Studenten Vakbond (LSVb).

Voor vragen of extra informatie kan gemaild worden naar: lsvb@lsvb.nl. Dit onderzoek kan worden gepubliceerd of geciteerd, mits correcte bronvermelding wordt gebruikt.

Auteurs: Eduard Schmidt, BSc, BA
Marte Simons, MSc

Met medewerking van Simone de Bruijn, MSc

Landelijke Studenten Vakbond
Postbus 1335
3500 BH Utrecht
Tel. 030-2316464

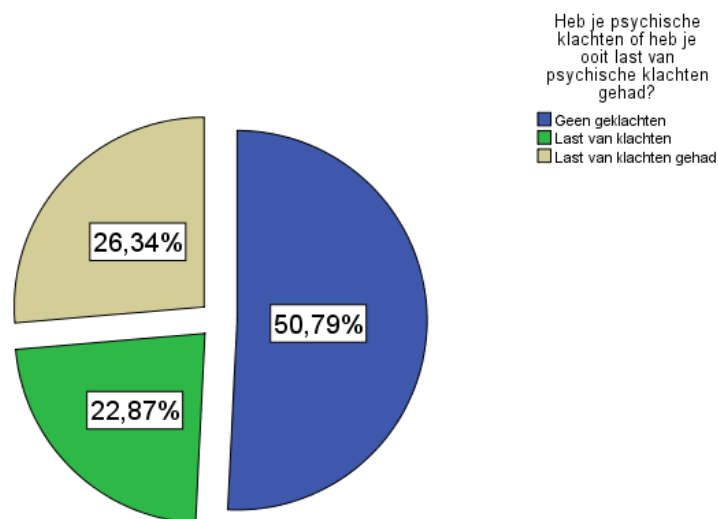
Samenvatting

Onderzoeksopzet

De Landelijke Studenten Vakbond (LSVb) heeft onderzoek gedaan naar psychische klachten van studenten in het hoger onderwijs. Voor dit onderzoek is een survey gehouden (N = 1.110) gecombineerd met interviews. In de survey konden studenten niet alleen aangeven of ze psychische klachten hebben gehad, maar ook hoe zij denken dat deze veroorzaakt zijn. Op basis van de wetenschappelijke literatuur zijn vier concepten te onderscheiden met allen hun eigen invloed op psychische klachten. Deze invloed kan zowel stimulerend (grotere kans op klachten) als remmend zijn (verkleind de kans op het rapporteren van klachten) De vier concepten zijn:

1. **Inter- persoonlijke kenmerken:** Kenmerken volgend uit relaties van studenten met anderen (Voorbeeld: lid zijn van een studie- en of studentenvereniging)
2. **Intra- persoonlijke kenmerken:** Kenmerken volgend uit de student zelf (Voorbeeld: onzekerheid over de financiële situatie)
3. **Academische kenmerken:** (Voorbeeld: waardering van de studiebegeleiding)
4. **Omgevingskenmerken:** (Voorbeeld: uitwonend zijn of niet)

Belangrijkste resultaten



Figuur 1: Aantal Studenten dat klachten heeft of heeft gehad

- Liefst 49% van de studenten geeft aan psychische klachten te hebben of te hebben gehad
- Bijna 23% van de studenten geeft aan op dit moment psychische klachten te hebben
- HBO studenten rapporteren significant vaker psychische klachten
- Vrouwen rapporteren significant vaker psychische klachten
- Studenten die lid zijn van een studievereniging hebben significant minder kans op het hebben van psychische klachten
- Studenten met psychische klachten zijn significant negatiever over de studiebegeleiding.

Meest gerapporteerde klachten en oorzaken

De meest gerapporteerde klachten zijn:

- Depressie (klinisch en niet klinisch)
- Stress
- Vermoeidheid

De meest gerapporteerde oorzaken zijn:

- Studiedruk / rendementverhogende maatregelen
- Familie omstandigheden
- Teveel activiteiten naast studie

Alles bij elkaar worden factoren die druk leggen op de student het meest genoemd als oorzaak: prestatiedruk, studiedruk, financiële druk, hoge verwachtingen van zichzelf en de combinatie van studie, werk, cv-building en een sociaal leven worden als stressvol ervaren.

Antwoorden op deelvragen

- **Hoeveel studenten rapporteren psychische klachten?**

Ongeveer de helft van het aantal studenten rapporteert psychische klachten, om precies te zijn 49%.

- **Wat voor psychische klachten worden gerapporteerd door studenten?**

De meest genoemde klachten zijn: depressie, vermoeidheid en stress.

- **Welke factoren veroorzaken (mede) psychische klachten bij studenten?**

De meest genoemde factoren die (mogelijk) klachten veroorzaken zijn: studiedruk/rendementsverhogende maatregelen, familie omstandigheden en teveel activiteiten naast studie.

- **In hoeverre weten studenten de weg naar professionele hulp te vinden?**

Uit dit onderzoek was niet goed op te maken of alle studenten daadwerkelijk weten welke hulp er allemaal mogelijk is. In het algemeen waren studenten die klachten hebben, minder positief over de begeleiding die zij krijgen vanuit de instelling.

- **Welke invloed hebben verschillende overheidsmaatregelen op het hebben van klachten?**

Studenten laten weten dat studiedruk en rendementsverhogende maatregelen een belangrijke factor zijn die ervoor zorgt dat zij psychische problemen krijgen. Dat studiedruk is toegenomen, blijkt ook uit cijfers van bijvoorbeeld studentpsychologen.

Inhoudsopgave:

Samenvatting

| | |
|----------------------------------|----------------|
| 1. Aanleiding | blz. 9 |
| 2. Theoretisch kader | blz. 10 |
| 2.1 Inleiding | |
| 2.2 Theorie | |
| 2.2.1. Inter- persoonlijk | |
| 2.2.2. Intra- persoonlijk | |
| 2.2.3. Academisch | |
| 2.2.4. Omgeving | |
| 2.3 Zoeken naar hulp | |
| 2.4 Conceptueel model | |
| 2.5 Overzicht hypothesen | |
| 3. Methode | blz. 16 |
| 3.1 Kwantitatieve methoden | |
| 3.2 Kwalitatieve methoden | |
| 3.3 Data | |
| 3.4 Statistische analyse | |
| 4. Bronnenonderzoek | blz. 18 |
| 5. Resultaten | blz. 19 |
| 5.1 Beschrijvende resultaten | |
| 5.1.1. Type klachten | |
| 5.1.2. Type oorzaken | |
| 5.2 Analyses | |
| 5.3 Beantwoording deelvragen | |
| 6. Conclusie en discussie | blz. 34 |
| 7. Literatuurlijst | blz. 35 |

Appendix:

- Grafieken
- Tabellen
- Type problemen

Lijst met figuren

Figuur 1: 4 clusters voor veroorzakers van psychische klachten, tussen haakjes de operationalisering in dit onderzoek

Figuur 2: Conceptueel model

Figuur 3: Berichten in de media over incidenten te maken met psychische klachten bij studenten

Figuur 4: Aantal studenten dat klachten heeft of heeft gehad

Figuur 5: Heb je last van psychische klachten (gehad)?

Figuur 6: Psychische klachten bij wo-studenten

Figuur 7: Psychische klachten bij hbo-studenten

Figuur 8: Meest voorkomende psychische klachten

Figuur 9: Depressie onder hbo- en wo-studenten

Figuur 10: Depressie onder mannelijke en vrouwelijke studenten

Figuur 11: Vermoeidheid onder hbo- en wo-studenten

Figuur 12: Vermoeidheid onder mannelijke en vrouwelijke studenten

Figuur 13: Stress onder hbo- en wo-studenten

Figuur 14: Stress onder mannelijke en vrouwelijke studenten

Figuur 15: Academische oorzaken van psychische klachten

Figuur 16: Studiedruk als oorzaak van klachten bij hbo- en wo-studenten

Figuur 17: Studiedruk als oorzaak van klachten bij mannelijke en vrouwelijke studenten

Figuur 18: Inter-persoonlijke oorzaken van psychische klachten

Figuur 19: Familie als oorzaak voor klachten bij hbo- en wo-studenten

Figuur 20: Familie als oorzaak voor klachten bij mannelijke en vrouwelijke studenten

Figuur 21: Omgevingsoorzaken van klachten

Figuur 22: teveel dingen naast elkaar moeten doen als oorzaak van psychische klachten bij hbo- en wo-studenten

Figuur 23: teveel dingen naast elkaar moeten doen als oorzaak van psychische klachten bij mannelijke en vrouwelijke studenten

Figuur 24: Intrapersoonlijke oorzaken van psychische klachten

Figuur 25: Aantal eerste- en ouderejaars dat last van psychische klachten heeft (gehad)

Figuur 26: Aantal mannelijke en vrouwelijke studenten dat last van psychische klachten heeft (gehad)

Figuur 27: Psychische klachten bij studenten die wel of geen lid zijn van een studentenvereniging

Figuur 28: Psychische klachten bij studenten die wel of geen lid zijn van een studievereniging

1. Aanleiding

De aandacht voor psychische klachten onder studenten is de afgelopen jaren toegenomen. Onder andere uit Amsterdam¹, Tilburg², Delft³ en Zwolle⁴ zijn de laatste jaren berichten gekomen over psychische klachten onder studenten. Binnen de eerste drie steden was de tendens van de berichten negatief: het aantal studenten met psychische nood was toegenomen. Ook de Landelijke Studenten Vakbond (LSVb) vermoedt dat studenten steeds vaker last hebben van psychische klachten. Een onderzoek van de LSVb uit 2011, "*de (on)schuld van langstudeerders*", bekeek de oorzaken van studievertraging in het hoger onderwijs en liet zien dat ziekte het meest als reden voor vertraging werd genoemd. Opvallend vaak gaven studenten daarbij aan dat het ging om psychische klachten zoals stress, depressies en burnouts. Voor de LSVb is niet duidelijk waar deze klachten vandaan komen, hoeveel studenten met dit soort klachten kampen en of studenten de weg weten te vinden naar (professionele) hulp. Dit onderzoek heeft aldus als doel om inzicht te geven in psychische problemen van studenten. Voor dit onderzoek zijn verschillende onderzoeksvragen opgesteld om inzicht te krijgen in de huidige situatie. Deze vragen zijn als volgt:

- Hoeveel studenten rapporteren psychische klachten?
- Wat voor psychische klachten worden gerapporteerd door studenten?
- Welke factoren veroorzaken (mede) psychische klachten bij studenten?
- In hoeverre weten studenten de weg naar professionele hulp te vinden?
- Welke invloed hebben verschillende overheidsmaatregelen op het hebben van klachten?

Dit onderzoek heeft een exploratieve inslag. Juist omdat het onduidelijk is hoeveel studenten psychische klachten hebben, wat de gevolgen hiervan zijn, wat oorzaken van de klachten zijn en hoe deze klachten wellicht voorkomen kunnen worden, is ervoor gekozen om een open opzet te gebruiken. Binnen de dataverzameling is daarom ook niet enkel gesproken met studenten maar ook met studiebegeleiders, studentpsychologen en studentdecanen. De enquête kenmerkt zich daarnaast door de open opzet: veelal is geprobeerd om studenten zelf in te laten vullen wat hun klachten waren en deze laten te analyseren. Op deze manier is voorkomen dat studenten gestuurd werden in hun antwoorden.

¹ <http://www.ad.nl/ad/nl/1012/Nederland/article/detail/3367059/2012/12/21/Amsterdamse-studenten-hebben-steeds-vaker-last-van-studiestress.dhtml>

² <http://universonline.nl/2011/10/19/meer-studenten-in-psychische-nood/>

³ <http://delta.tudelft.nl/artikel/psychische-nood-onder-studenten-neemt-toe/8813>

⁴ <http://www.scienceguide.nl/201211/gezond-naar-school,-succes-in-studie.aspx>

2. Theoretisch kader

2.1 Inleiding

Veel jongeren krijgen te maken met psychische en emotionele problemen tijdens de pubertijd. Uit onderzoek van het Rijks Instituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM) uit 2003 bleek dat naar schatting 31% van de jongeren in de leeftijd van 18 tot 24 jaar last heeft of heeft gehad van depressieve gevoelens. Wanneer de definitie van psychische klachten nog ruimer wordt opgezet, blijkt dat tussen generaties, jonge mensen relatief weinig last hebben van psychische klachten. Het CBS concludeerde in 2011: *“psychische klachten komen het vaakst voor onder 75-plussers, gevolgd door personen van 45 tot 55 jaar. Jongeren tot 25 jaar zijn op geestelijk vlak het meest gezond.”* Wanneer gekeken wordt naar opleidingsniveau, blijkt dat er een verband is tussen opleiding en klachten: *“Lager opgeleiden hebben vaker psychische klachten dan hoger opgeleiden. Van degenen met een hbo- of universitaire opleiding kampte gemiddeld 9,7 procent met psychische problemen, tegen bijna 24 procent van de personen die alleen het basisonderwijs gevolgd hebben.”*

Cijfers over de specifieke groep van studenten zijn minder voorhanden. De voorbeelden die in de inleiding op dit onderzoek genoemd werden, zijn allen lokaal en vaak beperkt tot één hoger onderwijsinstelling. Ook de onderzoeken van het CBS en het RIVM gaan niet specifiek in op studenten maar kijken naar leeftijdscategorieën. Op basis van deze cijfers zou verwacht kunnen worden dat juist jonge, hoogopgeleide mensen minder vaak psychische klachten rapporteren.

Onderzoek in het buitenland kan ons wel één en ander vertellen over de situatie van studenten en vormt daardoor het vertrekpunt van de literatuurstudie. Onderzoek uit Australië liet zien dat studenten vaker last hebben van klachten dan niet- studenten uit dezelfde leeftijdscategorie (Brimstone, Thistlethwaite & Quirk, 2007) en een overzicht van berichtgeving in de Nederlandse media lijkt die resultaten te ondersteunen. Dat psychische problemen bij studenten een prominente plek op de agenda behoeft is enerzijds gebaseerd op een gebrek aan systematisch onderzoek en anderzijds op de het feit dat de problemen steeds vaker lijken voor te komen.

2.2 Theorie

Binnen onderzoek naar psychische klachten heeft de positieve psychologie gezorgd voor een nieuwe focus. Door de opkomst van de positieve psychologie wordt niet enkel meer gekeken naar de problemen van mensen, maar ook naar de kracht van mensen (Schaufeli, 2007; Ouweneel, Le Blanc & Schaufeli, 2011). Dit onderzoek zal proberen hierop in te spelen door te kijken welke variabelen ervoor zorgen dat psychische druk gemodereerd wordt. Vanuit de literatuur zijn een aantal variabelen die naar voren komen die psychische effecten kunnen verminderen of kunnen voorkomen. Het is belangrijk om aan te geven dat deze variabelen niet gezien kunnen worden als factoren die klachten per definitie voorkomen.

De verwachting is dat er verschillende variabelen zijn die kunnen optreden als buffer en daardoor *de kans op klachten* onwaarschijnlijker maken. Belangrijk om te vermelden is dat hierbij een onderscheid kan worden gemaakt in academische, omgeving, inter-persoonlijke en intra-persoonlijke veroorzakers van stress (Ross, Niebling & Heckert, 1999).

INTER- PERSOONLIJK:

- Relaties met anderen (lid van een studie- of studentenverenigingen)
- Extra activiteiten (actief lid van studie- of studentenvereniging)

INTRA- PERSOONLIJK:

- Studietoestand
- Man/vrouw
- Leeftijd

ACADEMISCH:

- Studietoestand (niveau van het BSA)
- Studietoelichting (beoordeling van de studietoelichting)

OMGEVING:

- Financiële onzekerheid
- Falen/slechte beoordeling
- Eenzaamheid

Figuur 1: 4 clusters voor veroorzakers van psychische klachten, tussen haakjes de operationalisering in dit onderzoek (vrij naar Ross et al, 1999)

2.2.1 Inter- persoonlijk:

Interpersoonlijke kenmerken hebben vooral te maken met de relaties die een student onderhoudt met anderen. Een voorbeeld daarvan is social support. Eggens (2011) geeft in haar dissertatie *“the Student X-Factor”* aan dat social support een buffer kan vormen tegen stress. Hierbij wordt een onderscheid gemaakt tussen twee verschillende concepten. Allereerst wordt gesproken over sociale steun. Dit is steun die direct voorhanden is vanuit iemands netwerk. Daarnaast wordt gesproken over persoonlijke netwerken. Hierbij gaat het om de participatie in sociale groepen, zonder dat daar direct de intentie om iemand te steunen wordt meegenomen (Eggens, 2011). Dit kan verschillen tussen man en vrouw (Day & Livingstone, 2002). Dit onderzoek kijkt vooral het tweede onderdeel, de persoonlijke netwerken, omdat het buiten de macht van dit onderzoek ligt om de ‘inhoud’ van sociale steun te onderzoeken. Het concept persoonlijke netwerken is iets gemakkelijker te onderzoeken en dit leidt tot de volgende hypothese:

H: Studenten die lid zijn van een studie- of studentenvereniging hebben minder last van psychische klachten.

Gesteld kan worden dat het belangrijk is dat studenten een soort sociaal vangnet hebben. Aan de andere kant geeft Eggens (2011) ook aan dat er soms sprake is van conflicterende verwachtingen. Een groot sociaal netwerk brengt ook druk met zich mee om bijvoorbeeld 's avonds te gaan stappen of andere leuke dingen te ondernemen. Dit kan leiden tot conflicten (bijvoorbeeld ervoor kiezen om uit te gaan terwijl je moet studeren) die weer kunnen leiden tot stress. Eggens concludeert dat een groot sociaal netwerk *“goed is voor de studievoortgang van studenten”* (p. 140) maar geeft tevens aan dat het wel verschilt hoe dit netwerk eruit ziet.

De hierboven beschreven vorm van sociale steun is vooral vanuit vrienden. De relatie van een student met ouders is echter ook belangrijk. Ross et al (1999) geven echter aan dat het belangrijk is om mee te nemen dat deze relaties bij verschillende studenten verschillend worden beleefd en dat het daarom moeilijk is om over deze relatie een uitspraak te doen. In dit onderzoek zal daarom vooral een beroep worden gedaan op kwalitatieve gegevens die studenten in de survey verstrekten over de rol die hun sociale netwerk heeft gespeeld.

2.2.2 Intra- persoonlijk

Waar in Nederland zoals gezegd nog weinig bekend is over psychische klachten bij studenten, is er in het buitenland al meer onderzoek gedaan. Ross, Niebling en Heckert (1999) geven aan dat vooral eerstejaars studenten kans hebben op het krijgen psychische klachten. De onderzoekers denken dat dit te wijten is aan de grote transitie die zich voordoet bij eerstejaars studenten (bijvoorbeeld op kamers gaan wonen en een nieuwe vriendenkring opbouwen). Dit levert de volgende hypothese op:

H: Eerstejaars studenten hebben meer kans op het krijgen van psychische klachten dan ouderejaars studenten

Interessant is dat psychische klachten eerst lijken af te nemen (studenten zijn bijvoorbeeld meer gewend aan het studentenleven) maar later in de studie weer terugkomen. Dit kan komen als gevolg van het schrijven van een scriptie (wat door veel studenten als een stressvolle onderneming wordt gezien) en door de angst om geen baan te vinden (Ross et al., 1999; Misra & McKean, 2000). Ook financiële zorgen zijn groter bij studenten die verder gevorderd zijn met hun studie (Cooke, Barkham, Audin & Bradley, 2004).

Naast leeftijd is ook geslacht een variabele die invloed lijkt te hebben (Day & Livingstone, 2002). Een reden hiervoor kan liggen in het zelf opleggen van eisen. Volgens Misra & McKean (2000) leggen vrouwen zichzelf hogere eisen op dan mannen, zowel als het gaat om studieresultaten als om sociale activiteiten. Uit onderzoek van het CBS (2011) blijkt dat, wanneer gekeken wordt naar de hele Nederlandse samenleving, vrouwen vaker psychische klachten rapporteren dan mannen. Uit deze gegevens volgt de hypothese:

H: Vrouwelijke studenten hebben meer kans op psychische klachten dan mannelijke studenten

2.2.3 Academisch

Eisen die gesteld worden door instellingen kunnen ook bijdragen aan het hebben van klachten onder studenten. In de vragenlijst is gevraagd naar bijvoorbeeld de hoogte van het bindend studieadvies als graadmeter van hoe streng de opleiding is. Daarnaast kregen respondenten in het kwalitatieve onderdeel van de survey en in de interviews ook de gelegenheid om hierop te reageren. Behalve eisen kunnen instellingen ook studenten hulp bieden bij het studeren. Een belangrijke variabele in deze context is de waardering voor begeleiding die studenten krijgen. Op basis van 4 variabelen is een schaal gemaakt over de begeleiding van studenten. Dat begeleiding van belang is, blijkt onder andere uit recent onderzoek van de hogeschool Windesheim. In het onderzoek "*Fit en Veilig Windesheim (#FIVE)*" onder studenten van de hogeschool in Zwolle kwam naar voren dat begeleiding

een belangrijke onderdeel is voor studenten. Studenten blijken beter te presteren wanneer er goede begeleiding is binnen een instelling.

Wetenschappelijk onderzoek naar het effect van bijvoorbeeld de harde knip of bindend studieadvies op het krijgen van psychische klachten is niet eerder verricht. Uit eerder onderzoek van de LSVb (2011) bleek wel dat studenten door bijvoorbeeld de harde knip of een gebrek aan begeleiding studievertraging opliepen. Dit zouden factoren kunnen zijn die psychische klachten (bijvoorbeeld door (keuze-) stress) in de hand helpen. Daarom wordt de volgende hypothese opgesteld:

H: Een strenger studieregime vergroot de kans op psychische klachten

H: Studenten die negatief zijn over de studiebegeleiding, hebben een grotere kans op psychische klachten.

2.2.4 Omgeving

De omgeving van de student is ook van belang. Meestal gaat het hierbij om bijvoorbeeld “physical resources”.

Ook de financiële situatie van studenten speelt een rol. Onderzoek uit Groot-Britannië liet zien dat de *“student who where identified as having high financial concerns possessed significantly worse scores than students with low financial concern”* (Cooke et al., 2004: p. 53). Dit wordt ondersteund door onderzoek van Ross et al (1999) die financiële moeilijkheden als één van de belangrijkste aspecten aanwijst van ‘stressors’ uit de omgeving.

Men kan ervan uitgaan dat studenten die een stabielere financiële situatie hebben, minder last hebben van stress. Dit leidt tot een volgende hypothese:

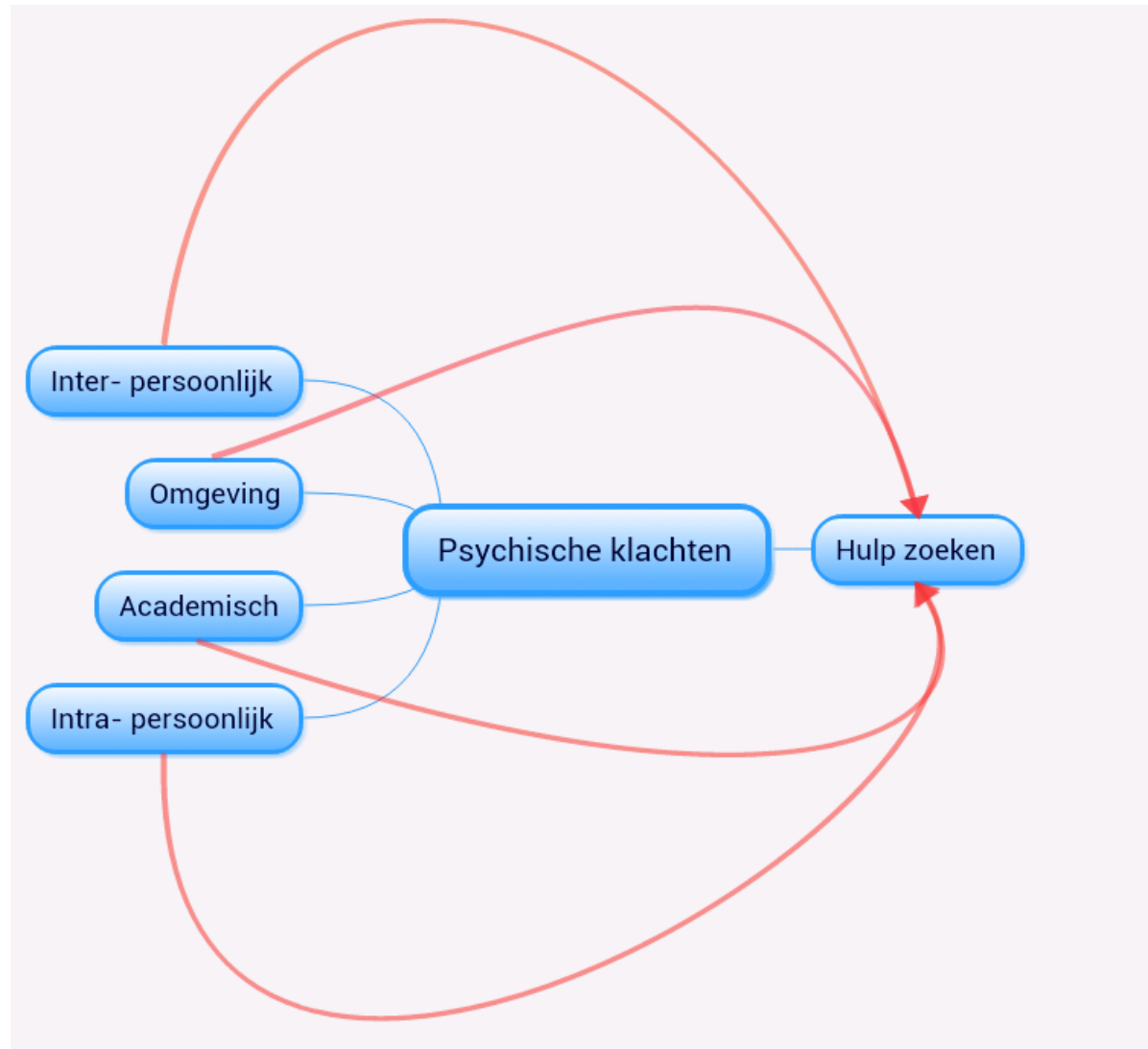
H: Studenten met een stabiele financiële situatie hebben minder kans op psychische klachten

2.3 Zoeken naar hulp

Over het zoeken naar hulp bij het hebben van psychische klachten bij studenten is ook niet veel geschreven. De Amsterdamse Studentenvakbond (ASVA) deed in het verleden onderzoek naar studentpsychologen binnen Amsterdam. Verder werd in 2010 het boek *“Studenten en stille pijn. Wel problemen maar geen hulp zoeken”* van Nick W. Verouden, Peter Vonk en Frans J. Meijman uitgegeven. Zij gaan in op de hulpvraag van studenten en onderscheiden zes type studenten met klachten. Deze typologie staat in de appendix weergegeven. Sommige studentpsychologen geven als reactie op dat boek echter ook aan dat het ingewikkeld is om tot precieze cijfers te komen (DUB, 2010). Daarom is in dit onderzoek geprobeerd deze leemte te vullen door zelf interviews te houden met zowel studenten als betrokkenen. Denk hierbij bijvoorbeeld aan studentpsychologen, studentendecanen en studiebegeleiders.

2.4 Conceptueel model

De voorgaande 4 paragrafen leiden tot het volgende conceptuele model dat als uitgangspunt dient in dit onderzoek. Zie hiervoor de volgende pagina.



Figuur 2: Conceptueel model (vrij naar Ross et al., 1999)

2.5 Overzicht hypothesen

H: Eerstejaars studenten meer kans op het rapporteren van psychische klachten in vergelijking met ouderejaars

H: Vrouwelijke studenten hebben een grotere kans op het rapporteren van psychische klachten in vergelijking met mannen.

H: Studenten die lid zijn van een studie- of studentenvereniging hebben een kleinere kans op het rapporteren van psychische klachten

H: Een strenger studieregime vergroot de kans op het rapporteren van psychische klachten

H: Studenten met een stabiele financiële situatie hebben minder kans op het rapporteren van psychische klachten

H: Studenten die negatief zijn over de studiebegeleiding, hebben een grotere kans op psychische klachten.

H: Studenten met studievertraging hebben meer kans op het rapporteren van psychische klachten

3. Methode

Voor dit onderzoek is gebruik gemaakt van een mixed- methods design. Allereerst is er een exploratieve survey opgezet om inzicht te krijgen in psychische klachten bij studenten. Binnen deze survey kunnen zowel kwantitatieve als kwalitatieve elementen worden onderscheiden. Zo zijn er vragen gesteld over het wel of niet hebben (gehad) van psychische klachten en konden studenten deze binnen het kwalitatieve gedeelte van de survey zelf verder duiden. Daarnaast is op een groot aantal achtergrondkenmerken van studenten geselecteerd zodat er een groot aantal analyses kon worden uitgevoerd.

3.1 Kwantitatieve methoden

Zoals in de inleiding van dit hoofdstuk is aangegeven, is er gebruik gemaakt van een survey. Deze survey bestond uit twee delen, allereerst een grote lijst met vragen over allerlei factoren die van invloed kunnen zijn op het wel of niet hebben van psychische klachten en ook de vraag of en zo ja welke klachten de studenten zelf hebben (ervaren).

Het tweede deel van deze survey bestond uit vragen die afkomstig zijn uit de Utrechtse Burnout Scale, een wetenschappelijk geverifieerde schaal om een burn out vast te stellen. Omdat er voor burnout gevalideerde vragenlijsten beschikbaar zijn, is ervoor gekozen om dit onderwerp in een apart rapport te behandelen. De LSVb zal de analyses van dit deel van de survey in een later stadium uitvoeren.

3.2 Kwalitatieve methoden

Voordat de definitieve vragenlijst is ontworpen, zijn ook interviews gehouden met mensen die dagelijks te maken hebben met studenten met psychische klachten. Bij verschillende hogescholen en universiteiten zijn interviews gehouden met (student)decanen, studieadviseurs en studentpsychologen om zo een goed beeld te kunnen krijgen van de problematiek. Interessante onderwerpen die in deze gesprekken naar voren kwamen, zijn meegenomen in de enquête.

Daarnaast is er ook voor gekozen om naast het analyseren van de resultaten van de enquête ook interviews te houden. Door deze interviews te houden, kan een duidelijker beeld ontstaan van wat precies de onderliggende mechanismen zijn die psychische klachten veroorzaken. De enquête geeft een goed, breed beeld van problemen, door middel van interviews kan er verder op de onderlinge correlaties en mechanismen worden ingezoomd.

3.3 Data

Voor dit onderzoek is een beroep gedaan op het studentenpanel van de LSVb. Dit panel bestaat uit meer dan 7500 studenten die zich tijdens hun studie hebben aangemeld voor dit panel. De studenten zijn via social media, introweken en de website van de LSVb aangespoord om zitting te nemen in dit panel. Daarnaast is de enquête ook onder niet panelleden verspreid via verschillende social media zoals Twitter en Facebook en via de website van de LSVb. Na controle van de data bleven er 1113 bruikbare cases over.

Om ervoor te zorgen dat de resultaten zoveel mogelijk aansluiten bij gehele populatie studenten, is besloten om een weging van de data te gebruiken om verschillende correcties uit te voeren. Hoewel de weging in sommige gevallen vrij fors is (bijvoorbeeld door de grote ondervertegenwoordiging van mannen uit het HBO) is er toch voor gekozen om deze weging te gebruiken omdat enkel op deze manier een beeld geschetst kan worden dat aansluit op de gehele populatie studenten. Belangrijk om hierbij te vermelden is dat dit onderzoek niet per definitie beoogt om generaliseerbare resultaten neer te zetten maar dat met de weging een generalisatie wel zo dicht mogelijk benaderd wordt.

3.4 Statistische analyse

Voor de statistische analyse is, vanwege het gebruik van voornamelijk ordinale of nominale, dichotome variabelen, gekozen voor het maken van kruistabellen en het gebruik van de chi-square test.

Door het gebruik van deze test is het moeilijk om te zeggen of er daadwerkelijk sprake is van een causaal verband of dat er een groep is die significant vaker klachten weergeeft. Wat deze techniek wel kan, is aangeven of er een correlatie is tussen verschillende variabelen. Dit, aangevuld met de beschrijvende statistiek, leidt tot een uitspraak over mogelijke verbanden.

Op plekken waar het mogelijk is, wordt de analyse uitgevoerd met lineaire of logistische regressies. Een lineaire regressie kan wel een causaal verband onthullen, waardoor deze techniek meer zegt dan een chi-square.

4. Bronnen onderzoek

Zoals eerder aangegeven is de studentenwereld de afgelopen jaren opgeschrikt met verschillende grote incidenten die te maken hebben met psychische klachten bij studenten. In onderstaande lijst staat een kort overzicht van de belangrijkste gebeurtenissen. De lijst is niet uitputtend, omdat er veel verschillende artikelen zijn verschenen over dit onderwerp.

| <u>Datum</u> | <u>Titel</u> | <u>Omschrijving</u> | <u>Bron</u> |
|-------------------------|---|--|--|
| 16 oktober 2010 | De stille pijn van studenten | Veel studenten hebben last van psychische problemen maar komen daar niet voor uit | Hoger Onderwijs Persbureau (HOP) |
| 2 februari 2011 | Meer studenten doen beroep op psycholoog | Het aantal studenten dat een beroep doet op studentenpsychologen is de afgelopen 5 jaar toegenomen | Volkscrant |
| 17 februari 2011 | Radboud Universiteit in actie na twee zelfdodingen | De RU neemt maatregelen na in korte tijd twee zelfmoorden van studenten | www.nu.nl |
| 19 oktober 2011 | Meer studenten in psychische nood | De wachttijd voor een gesprek met studentpsychologen is opgelopen | Univers (online) |
| 6 februari 2012 | Psychische klachten buitenlandse student probleem voor RUG | Studentpsychologen aan de RUG weten niet goed wat zij met klachten van buitenlandse studenten moet doen. | Transfer Magazine |
| 6 maart 2012 | Helpt studenten stresst soms tijdens studie | De helft van de studenten ervaart (soms) stress tijdens de studie | Verschillende instellingsbladen |
| 21 december 2012 | Amsterdamse studenten hebben steeds vaker last van studiestress | Het aantal studenten met psychische problemen groeit jaarlijks | Algemeen Dagblad |

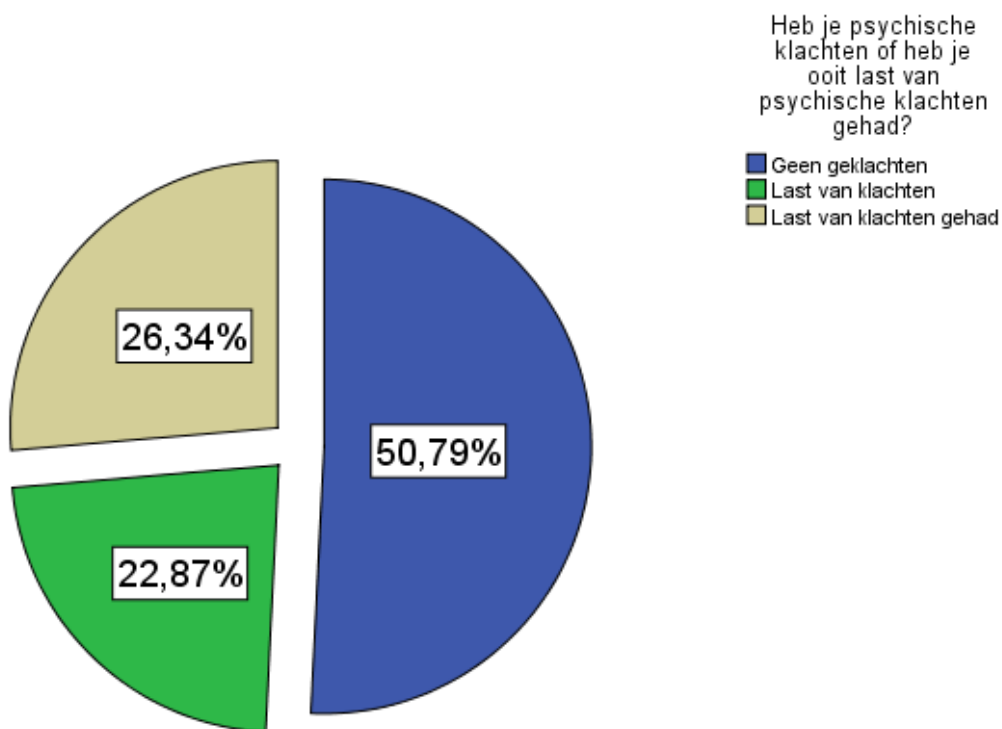
Figuur 3: Berichten in de media over incidenten te maken met psychische klachten bij studenten

5. Resultaten

In dit hoofdstuk wordt stilgestaan bij de resultaten van de data-analyse en de interviews. Allereerst worden de beschrijvende resultaten gepresenteerd, daarna worden ook de verklarende analyses toegelicht.

5.1 Beschrijvende resultaten

Liefst 49% van de studenten geeft in de enquête aan dat ze last hebben of hebben gehad van psychische klachten. Figuur 3 geeft de precieze cijfers.



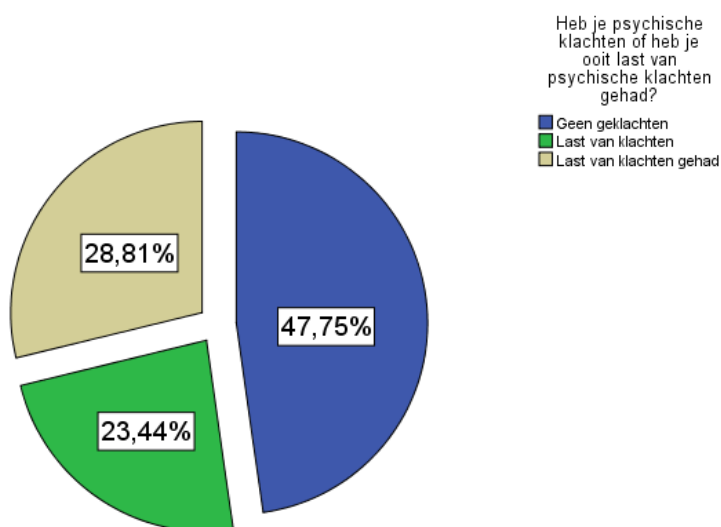
Figuur 4: Aantal studenten dat klachten heeft of heeft gehad

Van de studenten die zeggen dat ze klachten hebben of hebben gehad, heeft iets minder dan de helft (22,87) op dit moment (nog) klachten. Tabel 1 op de volgende pagina geeft een overzicht van het aantal studenten dat klachten heeft of heeft gehad.

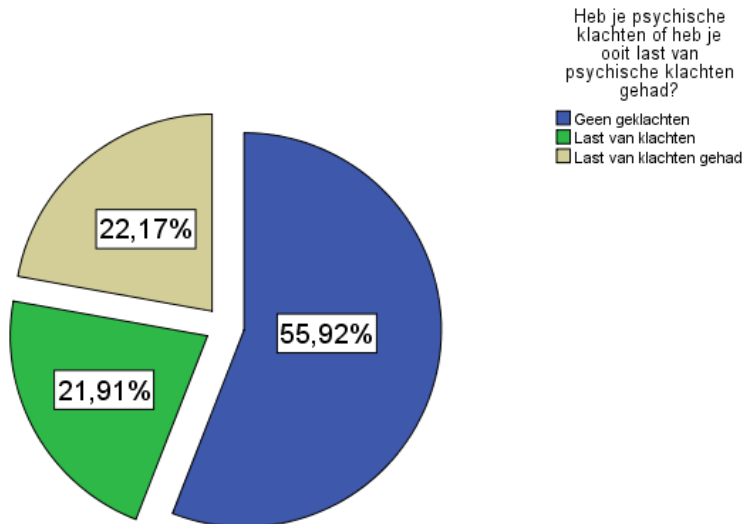
| Heb je last van psychische klachten (gehad)? | | |
|--|---------------|-------|
| Geen klachten | Aantal | 564 |
| | % | 50,8% |
| Last van klachten | Aantal | 254 |
| | % | 22,9% |
| Last van klachten gehad | Aantal | 292 |
| | % | 26,3% |
| Totaal | Aantal | 1110 |
| | % | 100 |

Figuur 5: Heb je last van psychische klachten (gehad)?

Wanneer een uitsplitsing wordt gemaakt naar opleidingsniveau valt op dat er relatief meer hbo studenten zijn in vergelijking met wo studenten die aangeven last te hebben of hebben gehad van psychische klachten.



Figuur 6: Psychische klachten bij hbo-studenten



Figuur 7: Psychische klachten bij wo-studenten

5.1.1 Type klachten⁵

Zoals eerder aangegeven zijn er vele verschillende soorten klachten die onder psychische klachten kunnen vallen. Veelal wordt gedacht aan zaken zoals stress, depressies of burn outs maar ook klachten zoals faalangst kunnen gerekend worden onder psychische klachten. Om inzicht te krijgen in wat voor type klachten door studenten worden gerapporteerd, is in de enquête gevraagd aan studenten die aangaven psychische klachten te hebben, welk type klachten zij hebben ondervonden. Op deze manier ontstaat, op basis van de kwalitatieve gegevens, een eerste indruk van het type klachten dat studenten hebben.

Er is in de enquête een open vraag gesteld aan de studenten over welke psychische klachten ze last hebben of hebben gehad:

‘Van welke psychische klachten heb je last (gehad)?’

Er zijn hier uiteenlopende antwoorden op gegeven. Hieronder zullen de meest gegeven antwoorden weergegeven worden. Sommige van onderstaande antwoorden werden op verschillende manieren geformuleerd of omvatten meerdere zaken tegelijkertijd. Als dat het geval is, zal dit toegelicht worden. Een klacht als ‘stress’ is alleen geteld als de respondent zelf ook dat woord gebruikte, hetzelfde geldt voor ‘depressie’ en ‘burnout’. Sommige studenten noemen meerdere klachten.

⁵ Door ontbrekende antwoorden van sommige respondenten, kan het zo zijn dat de cijfers van het totale aantal klachten kleine verschillen vertonen. Als voorbeeld: het verschil in het totaal aantal studenten met depressieve klachten in tabel 9 en 10 komt doordat er van één student met depressieve klachten geen antwoord was op de vraag op wat zijn/haar geslacht is.

De 8 meest voorkomende klachten zijn als volgt gerapporteerd:

| KLACHT | TOELICHTING | AANTAL |
|---------------------|----------------------------------|--------|
| Depressie | Zowel klinisch als niet klinisch | 191 |
| Vermoeidheid | | 107 |
| Stress | | 93 |
| Angst | | 47 |
| Faalangst | | 42 |
| Concentratie | | 38 |
| Burnout | | 35 |
| Demotivatie | | 33 |

Figuur 8: Meest voorkomende psychische klachten

Naast deze klachten noemden de respondenten nog veel andere klachten, zoals slapeloosheid, stemmingswisselingen of verslaving. In totaal zijn er 25 verschillende soorten klachten te onderscheiden in dit onderzoek. Depressie, vermoeidheid en stress zijn veruit het meest genoemd door de respondenten.

| | | Opleidingsniveau | | Totaal |
|--------------------------|-----|------------------|-----|--------|
| | | HBO | WO | |
| Klacht: depressie | Nee | 233 | 130 | 363 |
| | Ja | 124 | 67 | 191 |
| Totaal | | 357 | 197 | 554 |

Figuur 9: Depressie onder hbo- en wo-studenten

| | | Wat is je geslacht? | | Totaal |
|--------------------------|-----|---------------------|-----------|--------|
| | | Vrouwelijk | Mannelijk | |
| Klacht: depressie | Nee | 167 | 197 | 364 |
| | Ja | 108 | 82 | 190 |
| Totaal | | 275 | 279 | 554 |

Figuur 10: Depressie onder mannelijke en vrouwelijke studenten

Depressie is verreweg het meest genoemd door de respondenten. Het gaat hierbij alleen om respondenten die zelf letterlijk het woord 'depressie' hebben genoemd, het gaat niet noodzakelijk om klinische depressie, hoewel sommige respondenten wel aangeven dat ze behandeld zijn. Uit een

verdere analyse blijkt dat respondenten op hogescholen twee keer zo vaak last hebben van depressie dan studenten die op de universiteit studeren.

| | | Opleidingsniveau HBO of WO | | Totaal |
|-----------------------------|-----|----------------------------|-----|--------|
| | | HBO | WO | |
| Klacht: vermoeidheid | Nee | 284 | 163 | 447 |
| | Ja | 73 | 34 | 107 |
| Totaal | | 357 | 197 | 554 |

Figuur 11: Vermoeidheid onder hbo- en wo-studenten

| | | Wat is je geslacht? | | Totaal |
|-----------------------------|-----|---------------------|-----------|--------|
| | | Vrouwelijk | Mannelijk | |
| Klacht: vermoeidheid | Nee | 220 | 227 | 447 |
| | Ja | 54 | 52 | 106 |
| Totaal | | 274 | 279 | 553 |

Figuur 12: Vermoeidheid onder mannelijke en vrouwelijke studenten

Daarnaast is vermoeidheid door 107 studenten genoemd als psychische klacht. Studenten noemen dit zelden als enige klacht: “oververmoeidheid, stress” en “stress, moeheid, moeite met helder denken”. Studenten op de hogescholen gaven dit twee keer zo vaak op als klacht, het verschil tussen mannen en vrouwen is verwaarloosbaar.

| | | Opleidingsniveau | | Totaal |
|-----------------------|-----|------------------|-----|--------|
| | | HBO | WO | |
| Klacht: stress | Nee | 305 | 156 | 461 |
| | Ja | 52 | 41 | 93 |
| Totaal | | 357 | 197 | 554 |

Figuur 13: Stress onder hbo- en wo-studenten

| | | Wat is je geslacht? | | Totaal |
|-----------------------|-----|---------------------|-----------|--------|
| | | Vrouwelijk | Mannelijk | |
| Klacht: stress | Nee | 232 | 229 | 461 |
| | Ja | 43 | 50 | 93 |
| Totaal | | 275 | 279 | 554 |

Figuur 14: Stress onder mannelijke en vrouwelijke studenten

Na depressie en vermoeidheid is ook stress een veelvoorkomende klacht. Stress wordt ook genoemd als oorzaak van klachten. Het is onduidelijk wat studenten zelf verstaan onder stress: sommigen zien het enkel als hoge druk, anderen zien ook klachten als hoofdpijn of vermoeidheid als een vorm van

stress. Zodoende kunnen respondenten het zien als een oorzaak van lichamelijke klachten of als een gevolg van bijvoorbeeld hoge verwachtingen van de omgeving. Er is weinig verschil tussen de stressklachten van mannen en vrouwen of tussen studenten van hogescholen dan wel universiteiten.

5.1.2 Type oorzaken

Naast klachten konden studenten ook oorzaken noemen waarvan zij zelf denken dat ze van invloed zijn geweest. Hoewel het voor de onderzoekers onmogelijk is om vast te stellen of de genoemde invloeden ook daadwerkelijk de veroorzakers zijn van psychische klachten, kan wel degelijk waarde worden gehecht aan de uitspraken van studenten. Het gaat immers om de oorzaken waarvan zij zelf denken dat ze van invloed waren en door deze te bevragen, kan een breder beeld ontstaan van het type oorzaken dat van invloed is op de studenten. Het geeft een beeld van wat studenten zelf het meest noemen als psychische klacht en wat zij zelf denken dat de oorzaken hiervan zijn. Er is een open vraag gesteld wat betreft de oorzaken van de klachten:

‘Waardoor denk je dat deze klachten werden/zijn veroorzaakt?’

De antwoorden op deze vraag zijn zo letterlijk mogelijk geïnterpreteerd en daarna gestandaardiseerd in 17 antwoorden. Om deze antwoorden te categoriseren, is er gebruik gemaakt van de groepen aangegeven in het artikel ‘Sources of stress among college students’ (Ross, Niebling & Heckert, 1999). Dit artikel ondervroeg studenten hun eigen ervaring met stress aan te geven door middel van het rangschikken van een aantal oorzaken van klachten. Deze oorzaken kunnen verdeeld worden in vier categorieën die al eerder aan bod zijn gekomen: (i) interpersoonlijk, waar het gaat om relaties met andere personen, (ii) intrapersoonlijk, welke veranderingen in gedrag aanduidt, (iii) academisch, waarbij gekeken is naar kenmerken van de opleiding en het studerende leven en (iiii) omgeving, welke de leefsituatie van de student aangeeft, maar ook zaken als werk en nieuwe ervaringen. Zoals eerder in dit hoofdstuk aangegeven, is dit onderzoek niet alleen op zoek gegaan naar de oorzaken van stress, maar van psychische klachten in het algemeen. Toch zijn de klachten grotendeels op dezelfde wijze in te delen, dit zal per antwoord hieronder worden toegelicht. Ook hier komt het vaak voor dat studenten meerdere oorzaken noemen in hun antwoord: “studiedruk, faalangst, druk van de overheid” en “hoge druk vanuit opleiding, tegelijk met financiële druk en druk vanuit vrijwilligerswerk”.

Academisch

De categorie ‘academisch’ heeft de hoogste score met 192 antwoorden die hier iets mee te maken hebben:

| OORZAAK | TOELICHTING | AANTAL |
|----------------------------|--------------------------------------|--------|
| Studiedruk | | 155 |
| Maatregelen | nieuwe kabinet/rendementsmaatregelen | 27 |
| Slechte begeleiding | | 10 |
| TOTAAL | | 192 |

Figuur 15: Academische oorzaken van psychische klachten

Deze categorie omvat studiegerelateerde oorzaken. Deze zijn gecategoriseerd in enerzijds ‘studiedruk’ en anderzijds maatregelen van het nieuwe kabinet (zoals het afschaffen van de basisbeurs) en rendementsmaatregelen van de instelling (zoals een bindend studieadvies). Voor deze categorieën werden uiteenlopende antwoorden bij elkaar genomen.

| | | Opleidingsniveau | | Totaal |
|----------------------------|-----|------------------|-----|--------|
| | | HBO | WO | |
| Oorzaak: studiedruk | Nee | 268 | 136 | 404 |
| | Ja | 90 | 60 | 150 |
| Totaal | | 358 | 196 | 554 |

Figuur 16: Studiedruk als oorzaak van klachten bij hbo- en wo-studenten

| | | Wat is je geslacht? | | Totaal |
|----------------------------|-----|---------------------|-----------|--------|
| | | Vrouwelijk | Mannelijk | |
| Oorzaak: studiedruk | Nee | 194 | 210 | 404 |
| | Ja | 80 | 69 | 149 |
| Totaal | | 274 | 279 | 553 |

Figuur 17: Studiedruk als oorzaak van klachten bij mannelijke en vrouwelijke studenten

Sommige studenten benoemden zelf letterlijk “hoge studiedruk” en “zware studie”, en bij sommige studenten gaat het nog verder: “de studie eiste teveel van me en ik had veel last van stress, daarom ben ik er ook mee gestopt”. Studenten van de hogeschool en vrouwen gaven in dit onderzoek vaker aan last te hebben van studiedruk. Daarnaast maken een aantal studenten zich druk over de maatregelen van het nieuwe kabinet en de bezuinigingen. Slechte begeleiding wordt veel genoemd

in combinatie met een scriptie of stage, wat studenten in een moeilijke situatie kan brengen met afstuderen.

Inter-persoonlijk

In de categorie 'inter-persoonlijk' geven 169 studenten aan dat dit een mogelijke oorzaak is van hun klachten. In dit onderzoek vallen de volgende antwoordcategorieën hieronder:

| ORZAAK | TOELICHTING | AANTAL |
|--------------------------|---------------------------|--------|
| Familie | Familie, thuissituatie, | 78 |
| Jeugd | Jeugd, opvoeding | 55 |
| Druk van omgeving | Druk van ouders, docenten | 36 |
| TOTAAL | | 169 |

Figuur 18: Inter-persoonlijke oorzaken van psychische klachten

Bij 'familie' zijn antwoorden gerekend van familieomstandigheden die tijdens de studie voorkwamen, zoals het overlijden van een familielid of een moeilijke thuissituatie. Onder 'jeugd' worden oorzaken in de thuissituatie verstaan die voor de studie voorkwamen. Veel respondenten noemden ook zelf vaak "moeilijke jeugd" of "scheiding ouders op 2-jarige leeftijd". Druk van de omgeving wordt gezien als 'prestatiedruk', een aantal respondenten ervaren klachten door de hoge druk die door hun omgeving wordt opgelegd om de studie snel en met goed resultaat af te ronden.

| | | Opleidingsniveau | | Totaal |
|-------------------------|-----|------------------|-----|--------|
| | | HBO | WO | |
| Oorzaak: familie | Nee | 305 | 169 | 474 |
| | Ja | 52 | 27 | 79 |
| Totaal | | 357 | 196 | 553 |

Figuur 19: Familie als oorzaak voor klachten bij hbo- en wo-studenten

| | | Wat is je geslacht? | | Totaal |
|-------------------------|-----|---------------------|-----------|--------|
| | | Vrouwelijk | Mannelijk | |
| Oorzaak: familie | Nee | 228 | 246 | 474 |
| | Ja | 46 | 33 | 79 |
| Totaal | | 274 | 279 | 553 |

Figuur 20: Familie als oorzaak van klachten bij mannelijke en vrouwelijke studenten

Deze studenten hebben dus aangegeven last te hebben of hebben gehad van bijvoorbeeld een lastige thuissituatie. Ook het hebben van relatieproblemen en het overlijden van naaste familieleden

worden door studenten als oorzaak genoemd. Vrouwen en studenten van de hogeschool geven familieomstandigheden vaker op als oorzaak dan mannen en studenten van de universiteit.

Daarnaast wordt de druk die door de omgeving wordt opgelegd ook als oorzaak genoemd. Dit gaat om ouders en familieleden, maar ook docenten of zelfs de regering; studenten hebben vaak het gevoel dat er veel van hen wordt verwacht op academisch vlak.

Omgeving

De categorie 'omgeving' omvat de meeste antwoordcategorieën. Dit varieert van teveel activiteiten naast de studie tot een trauma dat op is gelopen.

| OORZAAK | TOELICHTING | AANTAL |
|---|---|--------|
| Teveel activiteiten naast studie | Meest genoemd de opstapeling van studie en werk | 69 |
| Financieel | | 24 |
| Eenzaamheid | | 15 |
| Falen/slechte beoordeling | | 12 |
| Trauma | | 11 |
| TOTAAL | | 136 |

Figuur 21: Omgevingsoorzaken van klachten

Naast de vele activiteiten die een student moet ondernemen zoals werk en studie, vinden studenten de veranderde sociale omgeving soms ook moeilijk. Een aantal respondenten geven aan het moeilijk te vinden in de nieuwe sociale context te leven - op kamers in een nieuwe stad - en zien dit als oorzaak van hun psychische klachten: "Te grote overstap van klas op middelbaar onderwijs naar honderden studenten in een bioscoopzaal. Gevoel van eenzaamheid."

| | | Opleidingsniveau | | Totaal |
|--|-----|------------------|-----|--------|
| | | HBO | WO | |
| Oorzaak: Teveel naast elkaar | Nee | 317 | 167 | 484 |
| | Ja | 40 | 29 | 69 |
| Totaal | | 357 | 196 | 553 |

Figuur 22: teveel dingen naast elkaar moeten doen als oorzaak van psychische klachten bij hbo- en wo-studenten

| | | Wat is je geslacht? | | Totaal |
|-------------------------------------|-----|---------------------|-----------|--------|
| | | Vrouwelijk | Mannelijk | |
| Oorzaak: teveel naast elkaar | Nee | 242 | 241 | 483 |
| | Ja | 31 | 37 | 68 |
| Totaal | | 273 | 278 | 551 |

Figuur 23: teveel dingen naast elkaar moeten doen als oorzaak van psychische klachten bij mannelijke en vrouwelijke studenten

Een groot aantal van de respondenten geeft aan het groot aantal verschillende dingen in hun studentenleven moeilijk te kunnen combineren. De druk om te werken om financieel rond te komen, academisch te presteren en sociale contacten te onderhouden wordt vaak als stressvol ervaren: “druk, door een te drukke stad waarin je moet werken, sporten, studeren, cv aanvullen, sociale contacten en familie, etc.”. Vooral studenten van de hogeschool hebben hier last van, dit kan te maken met een hogere aanwezigheidsplicht dan op de universiteit, waardoor tijd minder flexibel in te delen is door de student.

Intra- persoonlijk

| OORZAAK | TOELICHTING | AANTAL |
|------------------------------------|-------------|--------|
| Lichamelijk/erfelijk | | 55 |
| Stress | | 48 |
| Perfectionistisch/faalangst | | 38 |
| Onzekerheid | | 30 |
| TOTAAL | | 171 |

Figuur 24: Intra- persoonlijke oorzaken van psychische klachten

Tenslotte worstelt een groot aantal respondenten met intrapersonlijke oorzaken. Dit gaat veelal om druk die ze zichzelf opleggen. Dit wordt benoemd als perfectionisme, faalangst, onzekerheid, twijfel over eigen kunnen en (te) hoge verwachtingen van zichzelf hebben. Zoals eerder al aangegeven zien respondenten stress zowel als een psychische klacht als ook een oorzaak van klachten. Dit hangt af van de interpretatie van de respondent. Uiteindelijk is het feit dat studenten zelf aangeven last te hebben van stress verontrustend, in totaal benoemen 141 dit in één van de twee antwoorden.

Concluderend kan gezegd worden dat de meeste studenten een vorm van druk als oorzaak zien van hun psychische klachten. Dit kan zijn prestatiedruk vanuit de omgeving of van henzelf, financiële druk of druk om veel dingen tegelijk goed te doen en te onderhouden. Studenten krijgen aan het begin te

maken met veel verschillende veranderingen, onzekerheden en verwachtingen wat overweldigend kan zijn.

5.2 Analyses

H: Eerstejaars studenten hebben een grotere kans op het rapporteren van psychische klachten in vergelijking met ouderejaars

| Heb je last van psychische klachten (gehad)? | | | |
|--|---------------|-------------|-------------|
| | | Ouderejaars | Eerstejaars |
| Geen last van klachten | Aantal | 544 | 19 |
| | % | 50,1% | 79,2% |
| Last van klachten (gehad) | Aantal | 541 | 5 |
| | % | 49,9% | 20,8% |
| Aantal | | 1085 | 24 |
| % | | 100,0% | 100,0% |

Figuur 25: Aantal eerste- en ouderejaars dat last van psychische klachten heeft (gehad)

Uit de analyse blijkt dat er een correlatie is tussen studiejaar en wel of geen last van klachten hebben (gehad): (chi-square = 7.916, df=1, $p < .05$). Echter, door het lage aantal eerstejaars studenten in de survey, is het niet te zien of er daadwerkelijk gezegd kan worden dat ouderejaars studenten significant vaker dan eerstejaars studenten last hebben van psychische klachten.

H: Vrouwelijke studenten hebben een grotere kans op het rapporteren van psychische klachten in vergelijking met mannen.

| Heb je last van psychische klachten (gehad)? | | | |
|--|---------------|---------|--------|
| | | Vrouwen | Mannen |
| Geen last van klachten | Aantal | 238 | 326 |
| | % | 41,0% | 61,4% |
| Last van klachten (gehad) | Aantal | 342 | 205 |
| | % | 59,0% | 38,6% |
| Totaal | Aantal | 580 | 531 |
| | % | 100,0% | 100,0% |

Figuur 26: Aantal mannelijke en vrouwelijke studenten dat last van psychische klachten heeft (gehad)

Uit de analyse blijkt dat er een significant verband is tussen geslacht en het melden van psychische klachten: (chi-square = 45,971, df = 1, p <.01) . Het blijkt dat vrouwen veel vaker aangeven psychische klachten te hebben dan mannen, wat ook in lijn is met de verwachtingen vanuit de literatuur.

H: Studenten die lid zijn van een studie- of studentenvereniging hebben een kleinere kans op het rapporteren van psychische klachten

| Heb je last van psychische klachten (gehad)? | | | |
|--|---------------|-------------------------------------|--------------------------------|
| | | Geen lid van Studentenvereniging | Lid van studentenvereniging |
| Geen last van klachten | Aantal | 348 | 210 |
| | % | 62,4% | 37,6% |
| Last van klachten (gehad) | Aantal | 346 | 200 |
| | % | 63,4% | 36,6% |
| Totaal | Aantal | 694 | 410 |
| | % | 62,9% | 37,1% |

Figuur 27: Psychische klachten bij studenten die wel of geen lid zijn van een studentenvereniging

| Heb je last van psychische klachten (gehad)? | | | |
|--|---------------|----------------------------------|-----------------------------|
| | | Geen lid van Studievereniging | Lid van Studievereniging |
| Geen last van klachten | Aantal | 260 | 298 |
| | % | 46,6% | 53,4% |
| Last van klachten (gehad) | Aantal | 287 | 259 |
| | % | 52,6% | 47,4% |
| Totaal | Aantal | 547 | 557 |
| | % | 49,5% | 50,5% |

Figuur 28: Psychische klachten bij studenten die wel of geen lid zijn van een studievereniging

Studenten die lid zijn van een studievereniging hebben een significant lagere kans op het rapporteren van psychische klachten. Dit geldt niet voor studenten die lid zijn van een studentenvereniging. Echter dient ook aangetekend te worden dat het ook geen omgekeerd verband is: er is geen statistisch bewijs dat lid zijn van een studentenvereniging leidt tot een grotere kans op psychische klachten.

De verwachtingen kunnen dus slechts ten dele verworpen worden.

H: Een strenger studieregime vergroot de kans op het rapporteren van psychische klachten

Binnen het onderzoek was het aantal cases dat het Bindend Studie Advies (BSA) rapporteerde te laag om statistische analyses op uit te voeren. Daarnaast was het aantal eerstejaarsstudenten ook relatief laag en kon deze hypothese niet worden getoetst.

Interessant maar buiten de scope van dit onderzoek valt wel de observatie dat het grootste deel van de studenten geen weet had van een BSA bij de opleiding. Daarnaast wisten de studenten die wel op de hoogte waren van een BSA binnen de opleiding, veelal niet hoe hoog dit aantal was. Zoals gezegd is het niet het doel van dit onderzoek om hier uitgebreid op in te gaan, maar de resultaten zijn dermate verontrustend dat het niet onvermeld kan blijven, ook omdat de LSVb in eerder onderzoek over voorlichting al concludeerde dat weinig instellingen informatie over het BSA geven.

H: Studenten met een stabiele financiële situatie hebben minder kans op het rapporteren van psychische klachten

Dat financiën een belangrijke rol spelen voor het wel of niet hebben van psychische klachten, bleek al uit de literatuur die besproken werd in het theoretisch kader. Uit de analyse blijkt dat een hogere

onzekerheid over de financiële situatie leidt tot meer kans op het rapporteren van psychische problemen. Omgedraaid is hetzelfde effect zichtbaar: studenten die aangeven psychische klachten te hebben, geven aan significant meer onzeker te zijn over hun financiële situatie.

Uit eerder onderzoek bleek dat studenten met een moeilijke financiële situatie meer last hadden van psychische klachten. In dit onderzoek is dit resultaat omgedraaid en geformuleerd als bovenstaande hypothese. Uit het onderzoek blijkt dat de respondenten die zich druk maakten over hun financiële situatie, vaker last hebben van psychische klachten.

H: Studenten die negatiever zijn over de studiebegeleiding, hebben grotere kans op het rapporteren van psychische klachten

Uit de analyse blijkt dat studenten die psychische klachten hebben of hebben gehad, een stuk negatiever zijn over de studiebegeleiding die zij hebben gehad, vergeleken met hen die geen klachten hebben of hebben gehad. De kans op het rapporteren van psychische klachten is ook groter voor de groep studenten die studiebegeleiding lager waardeert.

H: Studenten met studievertraging hebben grotere kans op het rapporteren van psychische klachten

Zoals al uit de inleiding van dit onderzoek bleek, heeft de LSVb eerder onderzoek gedaan naar de redenen van studievertraging. Dat onderzoek vormde de aanleiding voor dit onderzoek. Om de cirkel rond te maken, is gekeken of studenten die psychische klachten rapporteren ook daadwerkelijk meer studievertraging hebben. Dat blijkt het geval te zijn. Daarnaast bleken studenten met studievertraging (of het nou een maand of een jaar is) een grotere kans te hebben op het rapporteren van psychische klachten. De verwachting dat studenten met studievertraging een grotere kans hebben op het rapporteren van klachten, wordt daarmee dus niet verworpen.

5.3 Beantwoording deelvragen

Na het bespreken van alle resultaten, kan antwoord worden gegeven op de onderstaande deelvragen.

- **Hoeveel studenten rapporteren psychische klachten?**

Bijna de helft van het aantal studenten rapporteert psychische klachten tijdens de studie, om precies te zijn 49%.

- **Wat voor psychische klachten worden gerapporteerd door studenten?**

De meest genoemde klachten zijn: depressie, vermoeidheid en stress.

- **Welke factoren veroorzaken (mede) psychische klachten bij studenten?**

De meest genoemde factoren die (mogelijk) klachten veroorzaken zijn: studiedruk, rendementmaatregelen en slechte begeleiding.

- **In hoeverre weten studenten de weg naar professionele hulp te vinden?**

Uit dit onderzoek was niet goed op te maken of alle studenten daadwerkelijk weten welke hulp er allemaal mogelijk is. In het algemeen waren studenten die klachten hebben, minder positief over de begeleiding die zij krijgen vanuit de instelling. Daarnaast laat eerder onderzoek zien dat sommige studenten het moeilijk vinden om begeleiding te zoeken.

- **Welke invloed hebben verschillende overheidsmaatregelen op het hebben van klachten?**

Studenten laten weten dat studiedruk en rendementsverhogende maatregelen een belangrijke factor zijn die ervoor zorgt dat zij psychische problemen krijgen. Dat studiedruk is toegenomen, blijkt ook uit cijfers van bijvoorbeeld studentpsychologen.

6. Conclusie & Implicaties van het onderzoek

Dit onderzoek laat zien dat psychische klachten onder studenten een niet te onderschatten probleem is. Binnen de gebruikte data zijn er zeer veel studenten die aangeven psychische klachten te hebben. Door het gebruik van zowel kwantitatieve als kwalitatieve analyse methoden, werd ons duidelijk dat er veel verschillende redenen zijn voor deze klachten. Maar wat wel opvalt is dat veel oorzaken die genoemd worden te maken hebben met een vorm van druk die studenten voelen en dat begeleiding een cruciale rol speelt in het voorkomen van klachten.

De LSVb roept het ministerie op tot nader onderzoek naar studenten met psychische klachten en vraagt zowel universiteiten als hogescholen om dit probleem kritisch onder de loep te nemen. Hiermee volgt de LSVb onder andere de hogeschool Windesheim die na eigen onderzoek ook aangaf dat er op grotere schaal onderzoek gedaan moet worden naar gezondheid⁶ van studenten.

Een toenemende studiedruk, gebrekkige begeleiding en toenemende financiële onzekerheid kunnen leiden tot psychische klachten, die daarna weer hun effect hebben op de studieresultaten van studenten en daarmee op de rendementen van instellingen. Het is daarom belangrijk dat dit onderwerp niet alleen bespreekbaar wordt gemaakt, maar ook dat er goed wordt gekeken hoe studenten beschermd kunnen worden tegen psychische klachten. Een belangrijke taak ligt hierbij voor studiebegeleiding die, zoals uit het onderzoek naar voren kwam, een belangrijke rol kan spelen in het voorkomen van klachten. Het is belangrijk dat er voldoende begeleiding is voor studenten maar ook dat de kwaliteit van begeleiding en het doorverwijzen naar andere instanties op orde is. Hoewel het uitgesloten is dat het probleem volledig kan worden opgelost, denkt de LSVb wel dat er goed moet worden gekeken naar manieren om in ieder geval de kans op psychische klachten te verkleinen. Dit kan door kritisch te kijken naar zaken als studiefinanciering, het bindend studieadvies (BSA), de aanvullende beurs maar ook studiebegeleiding en studiedruk.

⁶ <http://www.scienceguide.nl/201211/gezond-naar-school,-succes-in-studie.aspx>

7. Literatuurlijst

Literatuur

Day, A.L. & Livingstone, H.A. (2002). *Gender Differences in Perceptions of Stressors and Utilization of Social Support Among University Students*. Canadian Journal of Behavioural Science. 35 (2) 73 - 83.

Eggen, L. (2011). *The Student X-Factor: Social and psychological determinants of students' attainment in higher education*. Groningen: GION

Misra, R. & McKean, M. (2000). *College students' academic stress and its relation to their anxiety, time management and leisure satisfaction*. American Journal of Health Studies. 16 (1)

Ouweneel, E., Le Blanc, P.M. & Schaufeli, W.B. (2011). *Flourishing students: A longitudinal study on positive emotions, personal resources, and study engagement*. The journal of Positive Psychology 6, (2) 142 - 153.

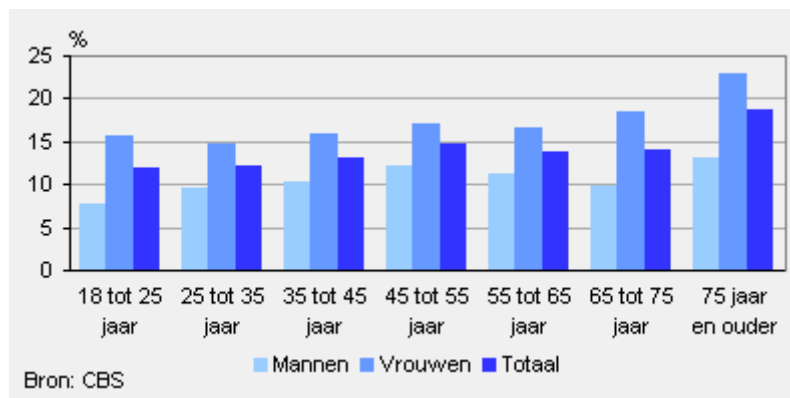
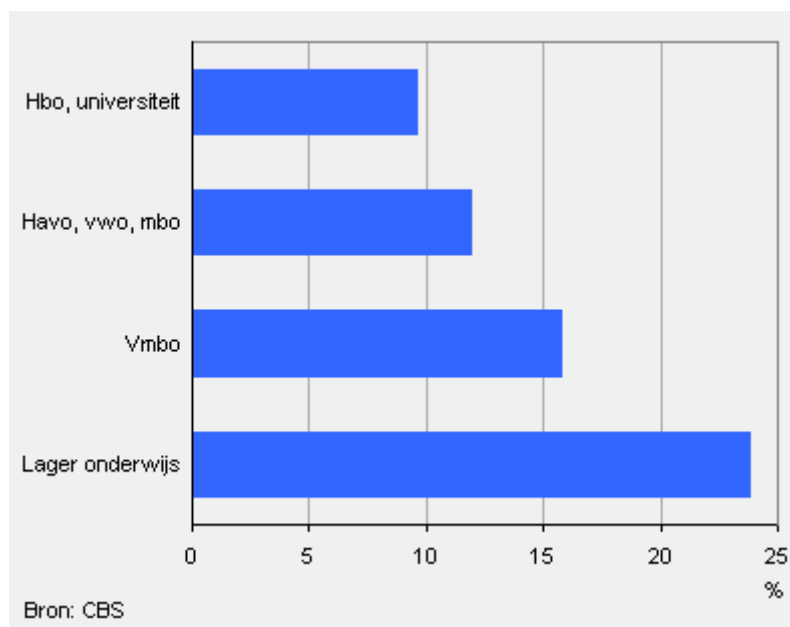
Ross, S.E., Niebling, B.C., Hecker, T.M. (1999). Sources of stress among college students *College student journal*, 33 (2) 312 – 318.

Schaufeli, W.B. (2007). *Burnout in discussie: Stand van zaken*. De Psycholoog, 42, 534 - 540.

Verouden, N.W., Vonk, P. & Meijman, F.J. (2010). *Studenten en Stille Pijn: wel problemen maar geen hulp zoeken*. Amsterdam: ELSEVIER Gezondheidszorg

Media

Hoger Onderwijs Persbureau (2010). De stille pijn van studenten.

APPENDIX:*Grafieken***Figuur 1: Psychische klachten naar leeftijd (CBS, 2011)****Figuur 2: Psychische klachten naar onderwijsniveau (CBS, 2011)**

Tabellen

| Variabele | Populatie | Sample | Populatie/Sample | Weging |
|------------------|-----------|--------|------------------|--------|
| HBO Man | 0,30 | 0,094 | 0,30 / 0,094 | 3,19 |
| HBO Vrouw | 0,33 | 0,180 | 0,33 / 0,180 | 1,83 |
| WO Man | 0,18 | 0,257 | 0,18 / 0,257 | 0,70 |
| WO Vrouw | 0,19 | 0,469 | 0,19 / 0,469 | 0,41 |
| Totaal | 1 | 1 | | |

Tabel A: Weging

| Nieuwe variabele: waardering (studie)begeleiding | Lading op Factor 1 |
|---|--------------------|
| Ik heb voldoende begeleiding binnen mijn hogeschool of universiteit | ,775 |
| Ik ben niet tevreden over de begeleiding binnen mijn hogeschool of universiteit | ,699 |
| Ik ben goed op de hoogte van de mogelijkheden tot extra begeleiding | ,567 |
| Ik vind het moeilijk om te vragen naar extra begeleiding binnen mijn hogeschool of universiteit | ,602 |
| Eigen value | 1,773 |
| Cronbach's alpha | .566 |

Tabel B: Betrouwbaarheids- en factoranalyse schaal studiebegeleiding

| Nieuwe variabele: Financiële onzekerheid | Lading op Factor 1 |
|--|--------------------|
| Ik kan iedere maand goed rondkomen | ,808 |
| Ik kom regelmatig in de situatie dat ik iets niet kan betalen | ,828 |
| Ik maak me vaak zorgen om mijn financiële situatie | ,791 |
| Ik heb altijd genoeg geld om te doen wat ik wil | ,794 |
| Ik ben vaak bang dat ik aan het einde van de maand niet genoeg geld zal hebben | ,822 |
| Het lukt me om tijdens mijn studententijd geld te sparen | ,660 |
| Eigen value | 3,705 |
| Cronbach's alpha | .872 |

Tabel C: Betrouwbaarheids- en factoranalyse schaal financiën

| Chi-Square Tests | | | | | |
|--|--------------------|----|-----------------------|----------------------|----------------------|
| | Value | df | Asymp. Sig. (2-sided) | Exact Sig. (2-sided) | Exact Sig. (1-sided) |
| Pearson Chi-Square | 7,022 ^a | 1 | ,008 | | |
| N of Valid Cases | 1111 | | | | |
| a. 0 cells (0,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 203,34. | | | | | |
| b. Computed only for a 2x2 table | | | | | |

Tabel D: Psychische klachten: opleidingsniveau

| Chi-Square Tests | | | | | |
|---|--------------------|----|-----------------------|----------------------|----------------------|
| | Value | df | Asymp. Sig. (2-sided) | Exact Sig. (2-sided) | Exact Sig. (1-sided) |
| Pearson Chi-Square | 7,916 ^a | 1 | ,005 | | |
| N of Valid Cases | 1109 | | | | |
| a. 0 cells (0,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 11,82. | | | | | |
| b. Computed only for a 2x2 table | | | | | |

Tabel E: Psychische klachten: eerstejaars versus ouderejaars

| Chi-Square Tests | | | | | |
|--|---------------------|----|-----------------------|----------------------|----------------------|
| | Value | df | Asymp. Sig. (2-sided) | Exact Sig. (2-sided) | Exact Sig. (1-sided) |
| Pearson Chi-Square | 45,971 ^a | 1 | ,000 | | |
| N of Valid Cases | 1111 | | | | |
| a. 0 cells (0,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 261,44. | | | | | |
| b. Computed only for a 2x2 table | | | | | |

Tabel F: Psychische klachten: geslacht

| | B | S.E. | Wald | df | Sig. | Exp(B) |
|---------------------|-------|------|-------|----|------|--------|
| studentenvereniging | ,041 | ,132 | ,099 | 1 | ,753 | 1,042 |
| Studievereniging | -,258 | ,127 | 4,102 | 1 | ,043 | ,773 |
| Constant | ,093 | ,090 | 1,053 | 1 | ,305 | 1,097 |

Tabel G: Psychische klachten: studie- of studentenvereniging (logistische regressie)

| | B | S.E. | Wald | df | Sig. | Exp(B) |
|---------------------|--------|------|--------|----|------|--------|
| Financiële situatie | ,609 | ,062 | 95,446 | 1 | ,000 | 1,839 |
| Constant | -1,877 | ,200 | 88,228 | 1 | ,000 | ,153 |

Tabel H: Psychische klachten: Financiële situatie

| Variables in the Equation | | | | | | | |
|---------------------------|-------|------|--------|----|------|--------|--|
| | B | S.E. | Wald | df | Sig. | Exp(B) | |
| Studiebegeleiding_totaal | -,497 | ,077 | 41,386 | 1 | ,000 | ,609 | |
| Constant | ,024 | ,062 | ,155 | 1 | ,694 | 1,025 | |

Tabel I: Psychische klachten: studiebegeleiding

| Coefficients ^a | | | | | | |
|---------------------------|--|-----------------------------|------------|---------------------------|--------|------|
| | | Unstandardized Coefficients | | Standardized Coefficients | t | Sig. |
| | | B | Std. Error | Beta | | |
| | (Constant) | ,273 | ,034 | | 8,048 | ,000 |
| | Klachten_janee Heb je psychische klachten of heb je ooit last van psychische klachten gehad? | -,322 | ,048 | -,196 | -6,670 | ,000 |

Tabel J: Psychische klachten: invloed psychische klachten op waardering studiebegeleiding

| | B | S.E. | Wald | df | Sig. | Exp(B) |
|------------------|-------|------|--------|----|------|--------|
| Studievertraging | ,939 | ,126 | 55,323 | 1 | ,000 | 2,559 |
| Constant | -,595 | ,098 | 36,443 | 1 | ,000 | ,552 |

Tabel K: Psychische klachten: studievertraging

| Coefficients ^a | | | | | | |
|---------------------------|--|-----------------------------|------------|---------------------------|--------|------|
| Model | | Unstandardized Coefficients | | Standardized Coefficients | t | Sig. |
| | | B | Std. Error | Beta | | |
| 1 | (Constant) | ,485 | ,020 | | 24,044 | ,000 |
| | Klachten_janee Heb je psychische klachten of heb je ooit last van psychische klachten gehad? | ,222 | ,029 | ,226 | 7,708 | ,000 |

Tabel L: Psychische klachten: invloed psychische klachten op maanden studievertraging

Type problemen

ZES TYPES PROBLEMEN

1. 'Schone schijn'

Het privéleven van deze studenten verschilt sterk van het beeld dat ze anderen graag geven: namelijk dat van een geslaagde student. "Mijn familie wist wel dat ik niet heel veel tentamens meer haalde, maar ze hadden wel het idee dat ik het naar mijn zin had in Amsterdam."

2. 'Gekoesterde eenzaamheid'

Om met buitensluiting om te gaan, benadrukken deze studenten juist dat ze niet begrepen worden en anders zijn. "Door anders te zijn sta je sterker in je schoenen. Als mensen kritiek op je hebben, dan voelt het minder als een aanval. Het maakt allemaal minder uit."

3. 'Mijn nieuwe ik'

Omdat ze hun nieuwe leven soms verwarrend vinden, zoeken deze studenten houvast bij elkaar. Klachten als stress en vermoeidheid worden gedeeld en geven een groepsgevoel dat geruststellend is. "Het resultaat was dat ik al mijn problemen bleef opkroppen tot het me te veel werd."

4. 'Tussen twee werelden'

De omgang met verschillende leefwerelden (vaak het studentenleven en het ouderlijk nest, maar dat hoeft niet) maakt deze studenten besluiteloos en hun problemen ongrijpbaar. "Je wordt er steeds aan herinnerd dat iedereen een andere kijk heeft op problemen. Op een gegeven moment weet je zelf ook niet meer wie er gelijk heeft."

5. 'Troosteloze eenzaamheid'

Om hun eigenwaarde te behouden proberen deze studenten onopgeloste klachten uit het verleden zoveel mogelijk te negeren. Het voelt alsof ze stilstaan, maar ze praten er niet over met anderen omdat ze geen zeurpiet willen zijn. Als mensen hun vragen hoe het gaat, antwoorden ze: "Never mind me, we gaan het wel over jullie dingen hebben."

6. 'Studeren met een beperking'

Wilskracht en doorzettingsvermogen vormen vaak het beeld dat anderen van een student met een beperking of handicap hebben. Door die verwachtingen camoufleren zij nieuwe klachten. "Bob is buiten zijn studie een doorzetter, waardoor iedereen er vanuit gaat dat hij sterk in zijn schoenen staat. Hij vindt het fijn om zijn vrienden te helpen, maar is ook blij dat hij het daardoor niet over zijn eigen problemen hoeft te hebben."

(Bron: Hoger Onderwijs Persbureau n.a.v. het boek "Studenten en stille pijn. Wel problemen maar geen hulp zoeken")