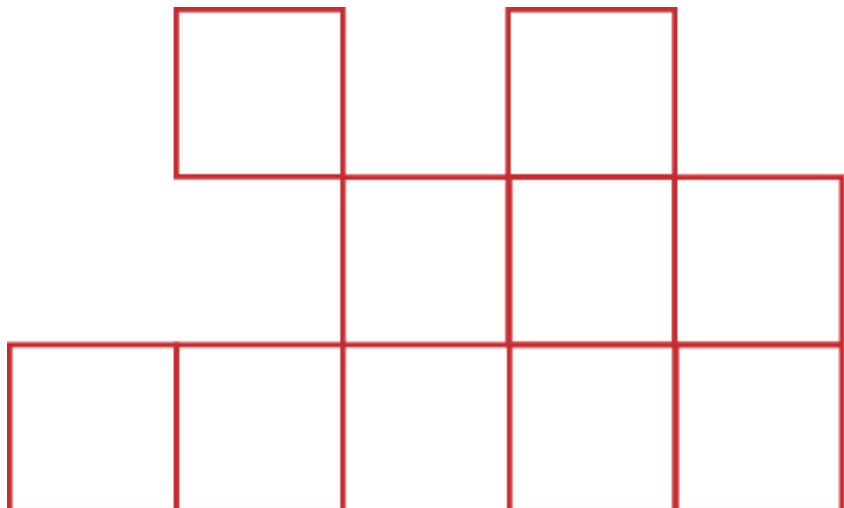


# Visie Mentaal Welzijn

Op weg naar beter mentaal studentenwelzijn



Dit is een uitgave van de Landelijke Studentenvakbond (LSVb). Voor vragen of extra informatie kan gemaïld worden naar: [lsvb@lsvb.nl](mailto:lsvb@lsvb.nl)

Auteurs: Ama Boahene, voorzitter 2021-2022  
Sarah Boulehoual, beleidsmedewerker onderwijs

Met dank aan het voorwerk van: Charifa Soulami, Eline Terpstra, Annejet Lont en Dinja de Vries

Landelijke Studentenvakbond  
Postbus 1335  
3500 BH Utrecht  
Tel. 030-2316464

Juni 2022



## Samenvatting

Mentaal welzijn onder studenten staat onder druk. Benauwende omstandigheden, zoals studiekosten, de hoge huurprijzen, het tekort aan studentenhuysvesting, de hoge en langdurige prestatiedruk, het bindend studieadvies en het leenstelsel hebben een negatieve invloed op het mentaal welzijn van studenten. De LSVb vindt het belangrijk dat er actie wordt ondernomen tegen deze factoren die voor verslechterd mentaal studentenwelzijn zorgen, zodat iedereen die wil studeren, dit kan doen.

### Vijf knelpunten

#### 1. Hoge en langdurige prestatiedruk

Hoge en langdurige prestatiedruk, vooral vanuit de onderwijsinstelling, houdt verband met de toenemende psychosociale klachten onder studenten.

#### 2. Weinig persoonlijke begeleiding

Studenten met psychische klachten zijn negatiever over de begeleiding die zij vanuit de onderwijsinstelling krijgen. Weinig persoonlijke begeleiding kan hieraan bijdragen. Voor studenten die op mentaal vlak kwetsbaar zijn en/of een ondersteuningsbehoefte hebben, is persoonlijke begeleiding van groot belang.

#### 3. Eenzaamheid

Eenzame studenten die geen steun vanuit hun sociale omgeving en onderwijsinstellingen krijgen, zijn gevoeliger voor het ontwikkelen van mentale klachten.

#### 4. Moeilijk om (juiste) hulp te krijgen

Een gebrek aan informatievoorziening, de verwaarlozing van de doorverwijzende functie van medewerkers, de lange wachtlijsten en de zware bewijslast zorgen ervoor dat studenten moeilijk in aanraking komen met de juiste hulp.

#### 5. De nasleep van corona

Studenten zijn eenzamer en hebben meer psychische problemen door de coronacrisis, omdat de druk om af te studeren nu hoger ligt dan voor de coronacrisis. Veel studenten kampen met achterstanden en een olopende studieschuld.

## Zes voorwaarden

### 1. Geen druk, maar geluk

De focus moet verschoven worden van prestatiedruk naar studentgeluk. Het wordt belangrijker dat studenten met behulp van intrinsieke motivatie de studie op hun eigen tempo kunnen doorlopen, dan dat ze hoge cijfers halen en snel afstuderen. Onderwijsinstellingen moeten benauwende factoren, zoals het bindend studieadvies, wegnemen.

### 2. Meer persoonlijke begeleiding

De student moet centraal staan binnen het onderwijs. Om dit te bereiken stelt de LSVb dat onderwijsinstellingen meer persoonlijke begeleiding en maatwerk moeten bieden. Persoonlijke begeleiding op regelmatige basis komt zowel studiesucces als studentsucces ten goede.

### 3. Maak mentaal welzijn bespreekbaar

Het bespreekbaar maken van mentaal welzijn kan ervoor zorgen dat studenten eerder gebruik durven te maken van hulp die aangeboden wordt. Onderwijsinstellingen kunnen de bespreekbaarheid van mentaal welzijn vergroten door informatiesessies te organiseren.

### 4. Duidelijke informatievoorziening

Het is lang niet altijd duidelijk voor studenten welke hulp er beschikbaar is. Daarom vindt de LSVb dat onderwijsinstellingen een centraal punt moeten opzetten waar alle informatie overzichtelijk te vinden is en eventueel hulp geboden kan worden bij het doorverwijzen van de student naar de juiste persoon of instantie.

### 5. Professionalisering van medewerkers

(Zorg)professionals op onderwijsinstellingen, zoals docenten, studieadviseurs, studentendecanen, studentenpsychologen en vertrouwenspersonen moeten precies weten wat zij kunnen betekenen voor een student met een hulpvraag. Daarnaast kunnen medewerkers, zoals docenten, van belangrijke betekenis zijn bij vroegsignalering van mentale problemen.

### 6. Inclusief (zorg)beleid

Onderwijsinstellingen moeten inclusief beleid voeren waarin voor iedereen ruimte is en er tegelijkertijd plek is voor specifieke behoeftes.

## Inleiding

Volgens de LSVb moet iedereen die wil studeren, kunnen studeren<sup>1</sup>. Er mogen daarom geen barrières zijn voor iedereen die kan studeren. Het tekort aan studentenhuisvesting, de hoge huurprijzen en de kosten van het studeren zijn al langer bekende obstakels. Maar studenten ervaren nu steeds meer mentale druk door verschillende benauwende omstandigheden.

Allereerst is er financiële druk: sinds de afschaffing van de basisbeurs werken studenten meer naast hun studie. 12 procent van de wo-studenten en 26 procent van de hbo-studenten werkt meer dan zestien uur per week naast hun studie.<sup>2</sup> Zodra studenten zestien uur of meer per week werken, gaat dit ten koste van de studieresultaten.<sup>3</sup> Daarnaast wordt er van studenten verwacht dat ze nominaal afstuderen, hun bindend studieadvies in één jaar halen en extracurriculaire activiteiten doen. Bovendien ervaren studenten veel onzekerheid over hun toekomst: het wordt steeds moeilijker om een huis en een vaste baan te vinden en er hangt jongeren een dreigende klimaatcrisis en economische crisis boven het hoofd. Bovenop deze omstandigheden kwam de coronacrisis, waardoor studenten online onderwijs moesten volgen en nauwelijks sociaal contact hadden. Kortom, studenten bevinden zich in een kwetsbare positie. Dit soort benauwende factoren hebben een grote impact op het mentale welzijn van studenten. Uit meerdere onderzoeken blijkt dat studenten in toenemende mate stress-, angst-, burn-out en depressieklachten ervaren.<sup>4</sup> Volgens een studie van RIVM, Trimbos-instituut en GGD GHOR Nederland, is de studie de belangrijkste bron van stress bij studenten die laten weten stress te ervaren (72 procent).<sup>5</sup> Het onderzoek laat ook zien dat de helft van de studenten (51 procent) psychische klachten ervaart, van wie 12 procent in ernstige mate.<sup>6</sup> Daarnaast zijn sociale veiligheid en diversiteit en inclusie in relatie tot mentaal welzijn belangrijke thema's.

Studenten ervaren dus steeds meer mentale problemen. Hoewel er steeds meer kennis komt over mentale problemen onder de studenten is het taboe over dit onderwerp nog erg groot.<sup>7</sup> De LSVb vindt deze ontwikkelingen zorgelijk. Het is belangrijk dat er wordt gesproken over mentale problemen en er ingezet wordt op maatregelen om verslechterd mentaal welzijn aan te pakken.

## Leeswijzer

Dit visiedocument beschrijft de belangrijkste knelpunten en voorwaarden om het mentale welzijn van studenten te verbeteren. Er zijn verschillende andere onderwerpen met mentaal welzijn verbonden, zoals sociale veiligheid, digitalisering en diversiteit en inclusie. De visie op die onderwerpen wordt in dit document niet uitgewerkt. Deze visie vormt de leidraad voor het bestuur, de medewerkers en vrijwilligers van de LSVb als zij de organisatie vertegenwoordigen. De visie wordt vastgesteld voor de periode juni 2022 tot juni 2027.

<sup>1</sup> Landelijke Studentenvakbond. (2016). *Visie Landelijke Studentenvakbond 2016-2026*, p. 8. <https://lsvb.nl/wp-content/uploads/2016/11/Visie-LSVb-2016-2026.pdf>

<sup>2</sup> Loosbroek, S. (2019, 19 september). Bijbaan kan studie schaden. *Mareonline*. <https://www.mareonline.nl/nieuws/bijbaan-kan-studie-schaden/>

<sup>3</sup> Tweede Kamer. (2019) *Monitor Beleidsmaatregelen 2018-2019*, p. 7. <https://www.tweedekamer.nl/kamerstukken/detail?id=2019Z17146&did=2019D35543>

<sup>4</sup> ECIO. (2018) *Actieplan studentenwelzijn*, p. 2. <https://www.ecio.nl/wp-content/uploads/sites/2/2020/10/Actieplan-Partnership-Studentenwelzijnversie-def.pdf>

<sup>5</sup> RIVM. (2021). *Monitor Mentale gezondheid en Middelengebruik Studenten hoger onderwijs: Deelrapport I*, p. 12.

<https://www.rivm.nl/bibliotheek/rapporten/2021-0194.pdf>

<sup>6</sup> RIVM. (2021) *Monitor Mentale gezondheid en Middelengebruik Studenten hoger onderwijs: Deelrapport I*, p. 10.

<sup>7</sup> Nationale Nederlanden. (2019, 18 juni). *Veel onbesproken taboes in Nederland*. <https://www.nn.nl/Over-NationaleNederlanden/Actualiteiten/Persbericht/Veel-onbesproken-taboes-in-Nederland-.htm>

## Proces

Voor het schrijven van deze visie is gebruik gemaakt van de documenten waar de vorige twee LSVb-besturen aan zijn begonnen. Die visiedocumenten zijn nooit definitief afgemaakt en aan de ALV voorgelegd. Verder zijn de input van de lidbonden, de beleidsraad, het LSVb-bestuur en de beleidsmedewerkers en kennis van onze samenwerkingspartners in deze visie verwerkt. De concept-visie wordt op het Informeel Bondenoverleg (IBO) besproken en op basis daarvan wordt de ALV-versie opgesteld.

## Knelpunten

Het mentale welzijn van studenten staat door de hoge prestatiedruk, een gebrek aan (sociaal) contact en het ontbreken van de juiste hulp onder grote druk. In dit hoofdstuk wordt het verslechterde mentale welzijn van studenten geduid aan de hand van vijf knelpunten. De knelpunten die in dit hoofdstuk worden genoemd, zijn diepgeworteld, structureel van aard en zorgen voor een hoge druk op het mentale welzijn van studenten.

### 1. Langdurig prestatiedruk

Prestatiedruk is een probleem waar veel studenten al een langere tijd mee worstelen. Volgens onderzoek van het RIVM, Trimbos-instituut en GGD GHOR Nederland, ervaart 76 procent van de studenten prestatiedruk<sup>8</sup>. Deze druk kan veroorzaakt worden door bijvoorbeeld studiedruk, werk, nevenfuncties of mantelzorg. Ook structurele factoren, zoals het bindend studieadvies en het leenstelsel, maken dat veel studenten de druk ervaren om zo snel mogelijk hun studie af te ronden. Meer dan de helft van de studenten ervaart druk vanuit de onderwijsinstelling<sup>9</sup>. Denk hierbij aan druk vanuit de instelling om nominaal af te studeren, de nadruk op hoge cijfers en excellentie. Onderzoek van het lectoraat Studiessucces geeft weer dat prestatiedruk vanuit de studie de laatste jaren is toegenomen<sup>10</sup>. Op lange termijn kan deze druk leiden tot psychosociale klachten<sup>11</sup> en verslechterd welzijn, zoals depressie, burn-outs of angststoornissen<sup>12</sup>. Studenten moeten op meerdere terreinen (studie, werk, sociaal) ballen in de lucht houden. Daarnaast kan prestatiedruk een belemmerende factor zijn voor intrinsieke motivatie voor het studeren en daardoor het leerproces in de weg staan.<sup>13</sup> Beleid dat de nadruk legt op studiesucces en excellentie in plaats van studentsucces zorgt dus niet alleen voor verdere afbreuk van het mentale studentenwelzijn, maar ook voor een verslechterd leerproces.

### 2. Weinig persoonlijke begeleiding

Grootschalig onderwijs gaat vaak gepaard met weinig persoonlijke begeleiding. Denk hierbij aan weinig contactmomenten tussen student en docenten, mentoren en studieadviseurs. Volgens onderzoek zijn studenten met psychische klachten negatiever dan andere studenten over de begeleiding die zij krijgen vanuit de onderwijsinstelling<sup>14</sup>. De kans op psychische klachten is ook groter bij de groep studenten die studiebegeleiding lager waardeert<sup>15</sup>. Persoonlijke begeleiding draagt namelijk niet alleen bij aan de persoonlijke ontwikkeling van studenten, maar kan studenten ook helpen met het ontwikkelen van gezonde (mentale) patronen<sup>16</sup>. Vooral voor studenten die op mentaal vlak kwetsbaar zijn en/of een ondersteuningsbehoefte hebben, is een persoonlijke benadering van groot belang. Studenten die weinig steun ontvangen vanuit hun omgeving hebben ook een lagere veerkracht: het vermogen om je aan te passen aan stress en tegenslag.<sup>17</sup> Studenten met minder veerkracht hebben een grotere kans op psychische klachten en emotionele uitputtingsklachten.<sup>18</sup>

<sup>8</sup> RIVM. (2021). *Monitor Mentale gezondheid en Middelengebruik Studenten hoger onderwijs: Deelrapport I*, p. 54.

<sup>9</sup> InHolland Hogeschool. (2021, 24 november) *Prestatiedruk studenten: burn-out op de loer*. <https://www.inholland.nl/nieuws/prestatiedruk-studenten-burn-out-op-de-loer/>

<sup>10</sup> Adrichem, L., Herpen, S. van & Kappe, R. (2021). *Prestatiedruk: uitleg, onderzoek & tips*. InHolland. <https://www.inholland.nl/onderzoek/publicaties/prestatiedruk-uitleg-onderzoek-tips>

<sup>11</sup> Dopmeijer, J.M. (2020). *Running on empty. The impact of challenging student life on wellbeing and academic performance*. Amsterdam: Universiteit van Amsterdam.

<sup>12</sup> Raad voor Volksgezondheid en Samenleving (RVS). (2018). *Overbezorgd: maatschappelijke verwachtingen en mentale druk onder jongvolwassenen*, p. 6.

<sup>13</sup> <https://www.raadvv.nl/documenten/publicaties/2018/07/12/maatschappelijke-verwachtingen-en-mentale-druk-bij-jongvolwassenen>

<sup>14</sup> Nationaal Regieorgaan Onderwijsonderzoek (2021). *Solution room studenten en docentenwelzijn*. <https://www.onderwijskennis.nl/artikelen/solution-room-studenten-en-docentenwelzijn>

<sup>15</sup> Landelijke Studentenvakbond. (2013). *Onderzoek: Psychische klachten onder studenten*, p. 3. [https://lsvb.nl/wp-content/uploads/2016/10/Onderzoeksrapport\\_Psychische\\_klachten.pdf](https://lsvb.nl/wp-content/uploads/2016/10/Onderzoeksrapport_Psychische_klachten.pdf)

<sup>16</sup> Landelijke Studentenvakbond. (2013). *Onderzoek: Psychische klachten onder studenten*, p. 32.

<sup>17</sup> Motivated Minds. (n.d). *Persoonlijke ontwikkeling onderdeel maken van het curriculum van elk onderwijssysteem in Nederland*. <https://www.motivatedminds.nl/onderwijsinstelling>

<sup>18</sup> RIVM. (2021). *Monitor Mentale gezondheid en Middelengebruik Studenten hoger onderwijs: Deelrapport I*, p. 10, 70.

<sup>19</sup> RIVM. (2021). *Monitor Mentale gezondheid en Middelengebruik Studenten hoger onderwijs: Deelrapport I*, p. 37.

### 3. Eenzaamheid

Eenzaamheid is een groot probleem waar veel studenten dagelijks mee worstelen. Volgens onderzoek ervaart bijna 80 procent van de studenten eenzaamheid, waarvan 29 procent zich sterk eenzaam voelt<sup>19</sup>. De isolerende coronamaatregelen hebben een grote impact gehad op het eenzaamheidsgevoel van studenten. Op veel plekken is het onderwijs grootschalig, waardoor studenten zich niet altijd onderdeel voelen van een studiegemeenschap. Studenten die geen steun ontvangen vanuit hun onderwijsinstelling en hun sociale omgeving hebben een grotere kans op slecht mentaal welzijn dan studenten die zich wel gesteund voelen<sup>20</sup>. De meerderheid van studenten voelt zich niet of nauwelijks gesteund door docenten, tutoeren, mentoren of studieloopbaanbegeleiders<sup>21</sup>. De omvang van het aantal studenten dat zich eenzaam voelt en de rol van de onderwijsinstelling hierin moet dus niet onderschat worden.

### 4. Moeilijk om (juiste) hulp te krijgen

De huidige informatievoorziening is niet goed. Studenten weten vaak niet waar zij bij mentale problemen terecht kunnen binnen hun onderwijsinstelling. De doorverwijzende functie van medewerkers die dicht bij de student staan wordt ook niet altijd vervuld, waardoor het voorkomt dat studenten soms niet in aanraking komen met de juiste hulp. In het geval dat studenten wel hun weg weten te vinden, bijvoorbeeld naar een studentpsycholoog of GGZ, dan komen ze vaak te staan voor lange wachtlijsten<sup>22</sup>. Als wordt gekeken naar het landelijke gemiddelde per stoornis, dan vindt bij geen enkele diagnose een intakegesprek binnen de Treeknorm<sup>23</sup> plaats<sup>24</sup>. Daarnaast rust er op studenten vaak een zware bewijslast om aan te tonen dat ze een ondersteuningsbehoefte hebben. Het is voor studenten dus niet alleen moeilijk om de juiste hulp te krijgen, maar ook om überhaupt geholpen te worden.

### 5. De nasleep van corona

Corona en de coronamaatregelen hebben een grote mentale impact gehad op jongeren. De verwijzingen naar de Reguliere Geestelijke Gezondheidszorg (GGZ) namen in de eerste maanden van 2021 sterk toe en het aantal suïcides onder jongvolwassenen lag in deze maanden hoger dan in voorgaande jaren<sup>25</sup>. Ook hebben studenten meer psychische problemen door de coronacrisis<sup>26</sup>. De druk om tijdig af te studeren ligt nu namelijk hoger dan voor de coronacrisis, omdat veel studenten kampen met achterstanden en een oplopende studieschuld. De pandemie heeft voor (blijvende) effecten op het welbevinden van studenten gezorgd. Dit maakt de urgentie om studentenwelzijn te verbeteren nog groter. Hoewel het niet gezegd is dat corona de komende jaren een factor van grote invloed zal blijven, wordt voorspeld dat er andere virussen en pandemieën kunnen opkomen. Dat zou vergelijkbare situaties kunnen opleveren en ook dan dient de mentale gezondheid van studenten speciale aandacht te krijgen. Als er geen vergelijkbare pandemie meer komt, zou dit knelpunt uit de visie verwijderd kunnen worden.

<sup>19</sup> RIVM. (2021). Monitor Mentale gezondheid en Middelengebruik Studenten hoger onderwijs: Deelrapport I, p. 10.

<sup>20</sup> RIVM. (2021). Monitor Mentale gezondheid en Middelengebruik Studenten hoger onderwijs: Deelrapport I, p. 62.

<sup>21</sup> RIVM. (2021). Monitor Mentale gezondheid en Middelengebruik Studenten hoger onderwijs: Deelrapport I, p. 63.

<sup>22</sup> Gestel, van A. (2022, 28 januari). Wachtlijst voor psycholoog 'absurd' lang: 'Je moet soms maanden wachten tot je hulp krijgt'. *De Gelderlander*. <https://www.gelderlander.nl/gezond/wachtlijst-voor-psycholoog-absurd-lang-je-moet-soms-maanden-wachten-tot-je-hulp-krijgt-a31a50fa/>

<sup>23</sup> Volgens de Treeknorm moet iemand binnen vier weken terecht kunnen voor een intakegesprek bij een ggz-aanbieder. Tien weken daarna moet behandeling mogelijk zijn.

<sup>24</sup> NOS. (2021, 14 juli). *Nog altijd wachten, wachten, wachten in de ggz, ervaar hier hoelang*. <https://nos.nl/op3/artikel/2389290-nog-altijd-wachten-wachten-wachten-in-de-ggz-ervaar-hier-hoelang>

<sup>25</sup> Nederlands Jeugdinstituut (2022, 3 maart). *Onderzoek naar corona en mentaal welbevinden*. <https://www.nji.nl/coronavirus/onderzoek-naar-corona-en-mentaal-welbevinden>

<sup>26</sup> Kennisbank Studentenwelzijn (2021, december). *Onderzoek: Studenten hebben meer psychische problemen door coronacrisis*. <https://kennisbankstudentenwelzijn.nl/onderzoek/onderzoeksrapport-studenten-hebben-meer-psychische-problemen-door-de-coronacrisis/>



## Voorwaarden

Om het mentale welzijn onder studenten te verbeteren, zijn een aantal maatregelen nodig. De Rijksoverheid draagt de verantwoordelijkheid om de juiste voorwaarden te scheppen, maar uiteindelijk ligt de uitvoering vooral bij onderwijsinstellingen. De LSVb pleit voor een aantal voorwaarden, zodat elke student de ruimte krijgt die hen verdient en kan studeren op een manier die bij hen past.

### 1. Geen druk, maar geluk

Prestatiedruk moet door onderwijsinstellingen verminderd worden. Er ligt te veel nadruk op presteren, excellentie en studiesucces. Zo worden studenten onder druk gezet om een positief bindend studieadvies te halen en nominaal af te studeren. De focus moet verschoven worden van druk naar geluk. De grondhouding van medewerkers en de onderwijsinstelling ten opzichte van studenten verandert dan: het wordt belangrijker dat studenten met behulp van intrinsieke motivatie de studie op hun eigen tempo kunnen doorlopen, dan dat ze hoge cijfers halen en snel afstuderen. Hierbij is het ook nodig dat onderwijsinstellingen de genoemde benauwende factoren, zoals het bindend studieadvies, wegnemen.

### 2. Meer persoonlijke begeleiding

De student moet centraal staan in het onderwijs. De LSVb stelt dat onderwijsinstellingen meer persoonlijke begeleiding en maatwerk aan studenten moeten bieden om dit te bereiken. Persoonlijke begeleiding op regelmatige basis komt zowel studiesucces als studentsucces ten goede. Maatwerk houdt in dat hulp wordt afgestemd op de behoefte van de individuele student. Om zicht te krijgen op deze behoeftes is het belangrijk dat studenten gedurende de studie dezelfde mentor, coach of (studieloopbaan)begeleider hebben. Daarnaast kunnen onderwijsinstellingen de begeleiding verbeteren door ervoor te zorgen dat regelmatig gesprekken met de studieadviseur of een tutor en studenten georganiseerd worden. Op deze manier wordt het makkelijker om de student te voorzien van op maat gemaakte en persoonlijke begeleiding. Met een persoonlijke aanpak kan de mentale gezondheid bevorderd worden en kan de onderwijsinstelling beter kijken naar hoe met mentale problemen omgegaan moet worden. Voor de ene student werkt het wellicht goed om wekelijks in gesprek te gaan met een studentenpsycholoog, terwijl een andere student verlichting van mentale problemen ervaart door meer te bewegen. Het inplannen van gesprekken op reguliere basis zorgt er ook voor dat bij mentale problemen tijdig gesignaleerd worden en de student (mogelijk) doorverwezen kan worden.

### 3. Maak mentaal welzijn bespreekbaar

In Nederland wordt praten over psychische klachten gezien als het grootste taboe<sup>27</sup>. Dit kan ervoor zorgen dat studenten geen gebruik durven te maken van hulp die aangeboden wordt. Onderwijsinstellingen moeten om deze reden onderwerpen omtrent mentaal welzijn vaker bespreken met studenten, bijvoorbeeld in de vorm van lessen of informatiesessies. Denk hierbij aan een informatiesessie over je persoonlijke ontwikkeling, het herkennen en voorkomen van een burn-out of een gezonde leefstijl. Ook moeten instellingen ruimte maken om mentaal welzijn in groepsverband te kunnen bespreken, bijvoorbeeld in *safe spaces*<sup>28</sup>. Buiten klassikale lessen om spelen medewerkers een belangrijke rol in het bespreekbaar maken van mentale gezondheid. Dat kan al door het stellen van een simpele vraag: “Hoe gaat het met je?”.

#### 4. Duidelijke informatievoorziening

Op veel onderwijsinstellingen worden de nodige voorzieningen beschikbaar gesteld voor studenten. Het is echter lang niet altijd duidelijk voor studenten welke hulp er beschikbaar is. Daarom vindt de LSVb dat onderwijsinstellingen een centraal punt moeten opzetten waar alle informatie overzichtelijk te vinden is en eventueel hulp geboden kan worden bij het doorverwijzen van de student naar de juiste persoon of instantie. Informatievoorziening kan ook duidelijker gemaakt worden door op een centrale website alle informatie, voorzieningen en mogelijkheden voor hulp te verzamelen. De Utrechtse studentenvakbond Vidius heeft dit gedaan door een zorgkaart voor studenten te ontwikkelen, waarin alle instanties die hulp en advies geven letterlijk in kaart worden gebracht<sup>29</sup>. Daarnaast moeten onderwijsinstellingen studenten actief benaderen met informatie. Dat kan bijvoorbeeld door een zorgcoördinator op onderwijsinstellingen aan te stellen of docenten en studieadviseurs daarin een grotere rol te geven. Duidelijke informatievoorziening draagt ook bij aan de laagdrempeligheid van hulp. Studenten zouden wellicht sneller om hulp vragen wanneer ze weten dat hulp ook vrijblijvend wordt aangeboden en ze niet per se vastzitten aan een lang hulptraject.

#### 5. Professionalisering van medewerkers

Onderwijsinstellingen moeten meer investeren in de professionalisering van medewerkers. (Zorg)professionals op instellingen, zoals docenten, studieadviseurs, studentendecanen, studentenpsychologen en vertrouwenspersonen moeten precies weten wat zij kunnen betekenen voor een student met een hulpvraag. Hiervoor is het nodig dat onderwijsinstellingen de taakomschrijvingen voor (zorg)professionals verduidelijken. Wanneer (zorg)professionals niet kunnen helpen, is het nodig dat zij weten waar studenten wel passend hulp kunnen krijgen. Denk hierbij aan het actief doorverwijzen naar de reguliere gezondheidszorg. Daarnaast kunnen medewerkers, zoals docenten, van belangrijke betekenis zijn bij vroegsignalering van mentale problemen. Hierin speelt de sensibilisering van medewerkers voor de signalen en symptomen van verslechterd mentaal welzijn een belangrijke rol. De grens tussen waar de verantwoordelijkheid van de onderwijsinstelling stopt en die van de zorg begint is moeilijk te bepalen. Maar de LSVb vindt dat het doel ten alle tijden moet zijn dat een student met een hulpvraag zo snel mogelijk op de juiste plek terecht komt om zo de verergering van mentale problemen te voorkomen. Het is belangrijk om hier te benoemen dat ook het mentale welzijn van medewerkers onder druk staat. Het is daarom van belang om de professionalisering van medewerkers te bevorderen met oog voor hun welzijn en de hoge werkdruk waar ze mee te maken hebben.

<sup>27</sup> Nationale Nederlanden. (2019, 18 juni). *Veel onbesproken taboes in Nederland*. <https://www.nn.nl/Over-NationaleNederlanden/Actualiteiten/Persbericht/Veel-onbesproken-taboes-in-Nederland-htm>

<sup>28</sup> Een *safe space* is een ruimte die bedoeld is om vrij te zijn van vooroordelen, conflicten en kritiek. Een *safe space* zorgt voor een veilige ruimte om ervaringen, bijvoorbeeld met betrekking tot mentale problemen, te delen.

<sup>29</sup> Vidius (2021, 17 mei). *Student&Zorgkaart*. <https://vidius.nl/wp-content/uploads/2021/05/studentzorgkaart.pdf>

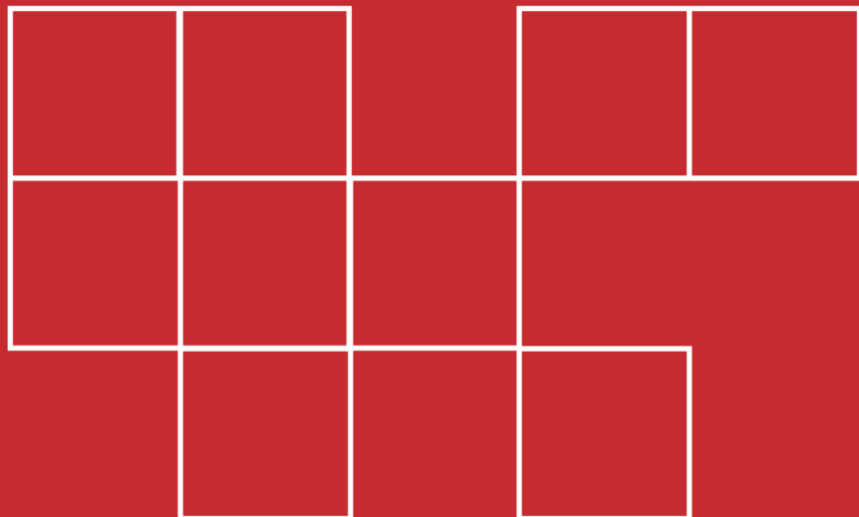
## 6. Inclusief (zorg)beleid

Onderwijsinstellingen moeten inclusief (zorg)beleid voeren. Dat betekent dat er algemeen onderwijsbeleid komt waarin voor iedereen ruimte is en er tegelijkertijd plek is voor specifieke behoeftes. Het beleid op onderwijsinstellingen is op dit moment niet altijd inclusief en toegankelijk voor alle studenten, zoals internationale studenten, studenten met een migratieachtergrond en studenten met een functiebeperking. Het is belangrijk dat ook studenten die mentale problemen ervaren, maar geen functiebeperking hebben, topsporter of mantelzorger zijn, recht hebben op hulp indien dat nodig is. Bovendien kan inclusief beleid zorgen voor meer *sense of belonging*<sup>30</sup> op de campus waar zij studeren. Het creëren van sociale en academische binding kan mentaal welzijn bevorderen<sup>31</sup>. Daarnaast moet er onderzoek gedaan worden om te ontdekken wat er nodig is om inclusief beleid te voeren op een onderwijsinstelling. Hierbij is het belangrijk dat instellingen, medewerkers en studenten met elkaar in gesprek gaan. Ook mogelijke (zorg)ketenpartners en gemeentes kunnen hun steentje bijdragen, zodat het wiel niet op elke instelling opnieuw uitgevonden hoeft te worden. Dit zou bijvoorbeeld gedaan kunnen worden door het instellen van een taskforce inclusief (zorg)beleid die kan onderzoeken wat de behoeftes zijn op een onderwijsinstelling. Daarnaast moet inclusiviteit binnen onderwijsinstellingen gewaarborgd worden door middel van het creëren van een diverse pool aan (zorg)professionals.

---

<sup>30</sup> Een *sense of belonging* is het gevoel dat je ergens bij hoort; een verbondenheidsgevoel met een omgeving.

<sup>31</sup> Dopmeijer, J., Gubbels, N., Jonge, C. V. D. H., Vonk, P., & Wiers, R. (2018). Actieplan Studentenwelzijn. *Netwerk Studentenwelzijn*. <https://www.windesheim.nl/getmedia/0b8e434e-6cc5-4bdc-b4e4-864baaa657b2/Actieplan-Partnership-Studentenwelzijnversie-def.pdf>



**Postadres:**

Postbus 1335  
3500 BH Utrecht

**Bezoekadres:**

Drieharingstraat 6  
3511 BJ Utrecht

**Contactgegevens:**

030 231 6464  
Lsvb@lsvb.nl