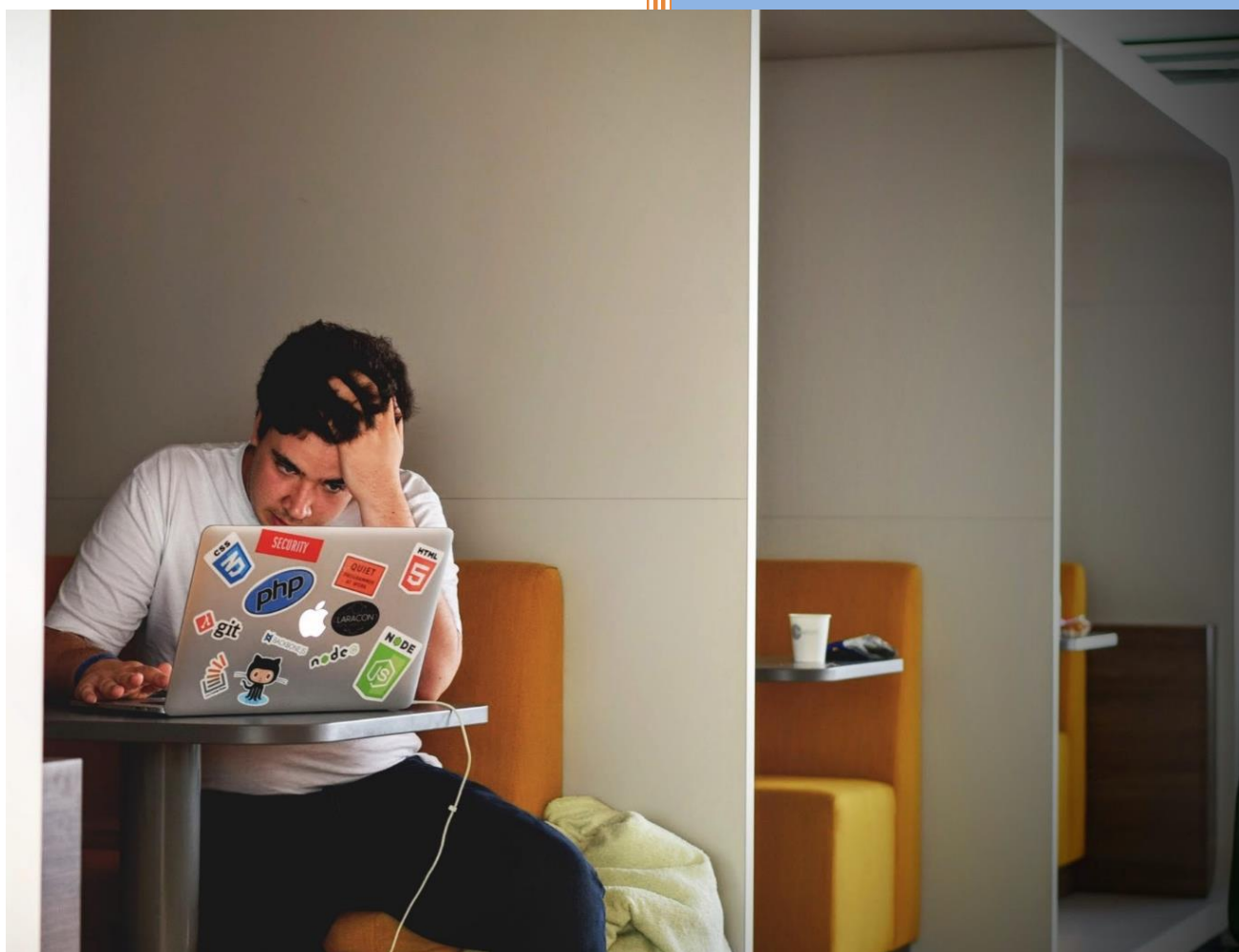


NETWERK STUDENTENWELZIJN



2018

Actieplan Studentenwelzijn



Actieplan Studentenwelzijn

Inleiding

Steeds meer jongeren gaan gebukt onder mentale druk en er wordt een stevig beroep gedaan op hun veerkracht¹. Een veranderende maatschappij en overheidskeuzes op gebied van zorg, welzijn en onderwijs lijken hierin een belangrijke rol te spelen. Belangrijke thema's hierbij zijn prestatiedruk, de toename van burn-out klachten, de negatieve invloed van social media op het zelfbeeld van jongeren en de daarmee samenhangende Fear of Missing Out (FOMO), de toename onder studenten van concentratie-bevorderende middelen als amfetaminen en Ritalin (ook zonder AD(H)D), etc.². In het maatschappelijke debat is er steeds meer aandacht voor mentale druk en psychische klachten van jongeren, zo blijkt onder meer uit het in november 2017 ondertekende Manifest *Samen, slim en slagvaardig kansen creëren voor minder zelfredzame jongeren* tijdens de Jongvolwassenen-top³ en het Trendscenario en Toekomstverkenningen van de in ontwikkeling zijnde Volksgezondheid Toekomst Verkenning-2018⁴.

Aswan (23) gaat op aandringen van zijn vader na het VO HBO-Rechten studeren. Hij is de eerste in de familie die in Nederland gaat studeren en voelt de verwachtingen van het thuisfront. Aswan voelt zich niet helemaal thuis als Afrikaanse jongen op een witte school, maar wil zijn best doen om zijn familie trots te maken. Ter compensatie van het harde studeren gaat hij in het weekend steeds vaker naar feestjes waar hij vrienden maakt en waar stevig wordt gedronken. Steeds vaker verschijnt Aswan met een stevige kater in de collegezaal en begint hij te merken dat het hem moeilijker lukt goede cijfers te halen. Hij komt moeilijker zijn bed uit en mist soms lessen. Als hij wel op school is, kan hij zich slecht concentreren. Om zich beter te voelen begint hij ook doordeweeks te drinken tot hij merkt dat hij alcohol steeds moeilijker kan laten staan. Aswan schaamt zich en ervaart een grote drempel om hulp te vragen. Zoals Aswan zijn er veel studenten, mannen en vrouwen, die risicovol alcohol drinken.

Uit het laatste onderzoek van Hogeschool Windesheim, waarin alcoholgebruik onderzocht wordt volgens de normen van de Wereldgezondheidsorganisatie, blijkt dat percentage risicovol drinkende studenten boven de 87% te liggen. Risicovol alcoholgebruik kan leiden tot tegenvallende studieprestaties en verder ontwikkelen van verslavingsproblemen voor een deel van deze studenten. Een aanvullend onderzoek naar een passende, specifieke studentennorm is bijna afgerond, waarmee de student kan worden geïdentificeerd die hier écht risico op loopt. Gelukkig is er goed hulpaanbod ontwikkeld waarmee dit voor velen voorkomen kan worden, maar is het nog zoeken naar hoe studenten het beste laagdrempelig bereikt kunnen worden met dit aanbod vanwege veelal hulpvaardig gedrag vanwege schaamte en ervaren prestatiedruk bij studenten.

Onderwijs en het welzijn van jongeren

Ook vanuit het onderwijs klinken steeds meer geluiden over mentale druk en psychische klachten bij leerlingen en studenten. Waar hier in het primair, voortgezet en middelbaar beroepsonderwijs al aandacht voor is, bereikt het thema welzijn en psychische klachten het hoger onderwijs nog nauwelijks. Reden hiervan kan zijn dat de meeste studerende jongeren 18 jaar en ouder zijn en de verantwoordelijkheid voor hun welzijn voornamelijk bij de volwassen student zelf en niet zozeer bij de onderwijsinstelling wordt gelegd. Tegelijkertijd bevinden studenten zich in de jongvolwassen leeftijdsfase, een fase die steeds meer gezien wordt als een kwetsbare fase wat betreft ontwikkeling van de identiteit. Niet elke student slaagt in het vinden van een juiste balans tussen capaciteiten en grenzen, in het zich soms moeten aanpassen aan de omstandigheden in de onderwijsomgeving en weten wanneer (durven) nee te zeggen. Dit is mede afhankelijk van de persoonlijke bagage die elk mens met zich meedraagt en die het psychisch welbevinden mee bepaalt. Op dit vlak worden problemen bij jongeren nog wel eens onderschat, mede uit schaamtegevoelens bij de betrokkene

zelf en de taboesfeer die er heerst op dit aspect, ook in het onderwijs⁵. Dit kan leiden tot psychische problemen, wat studierendement negatief kan beïnvloeden^{6,7}.

Ondertussen is vanuit de urgentie om de genoemde lage rendementcijfers in het hoger onderwijs te adresseren, onderzoek gedaan naar diverse beïnvloedende factoren hiervan. Deze onderzoeken tezamen met geluiden uit de praktijk van het onderwijs leveren het beeld op dat studenten in grote getalen psychische klachten ervaren, welke samenhangen met studieproblemen. Hiermee is studentenwelzijn een cruciale factor voor succesvol studeren. Het versterken van het welzijn van studenten wordt ook op Europees niveau als een steeds belangrijkere benadering gezien van de ontwikkeling van studenten op zowel sociaal, emotioneel als academisch gebied⁸. Volgens het Centre for Education of Statistics and Evaluation (CESE) dient onderwijs niet alleen gericht te zijn op het behalen van academische prestaties, maar ook het welzijn van de student op intellectueel, fysiek, sociaal-emotioneel en moreel gebied.

Desiree (19) is 2e-jaars studente Verpleegkunde. Sinds een half jaar zorgt zij voor haar zieke moeder, die een beroerte kreeg en daardoor gedeeltelijk verlamd raakte. Desiree begeleidt haar moeder regelmatig naar het ziekenhuis voor controles en ondersteunt haar bij het douchen, aankleden en in de huishoudelijke taken, zij wisselt hierin af met haar broer van 21 die ook nog thuis woont. Hierdoor moet Desiree vaak colleges en tentamens missen, op een ander tijdstip lukt niet. Ze liep hierdoor al een half jaar studieovertraging op. De combinatie van zorg voor haar moeder en studie maakt dat ze weinig tijd voor zichzelf heeft en niet vaak mee uit kan gaan. De afgelopen maanden heeft de grote verantwoordelijkheid die Desiree voelt zich ontwikkeld tot burn-out klachten. Daarnaast voelt Desiree zich geïsoleerd en eenzaam, doordat ze steeds minder aan kan sluiten bij haar klasgenoten vanwege haar achterstand en frequente afwezigheid als gevolg van haar zorgtaak.

Er zijn veel meer studenten zoals Desiree die mantelzorg verlenen naast hun studie. Recent onderzoek van Hogeschool Windesheim gaf aan dat bijna 8% van de onderzochte studenten de langdurige zorg heeft voor een zieke naaste. Een derde van hen gaf aan dat dit negatieve gevolgen heeft voor studieprestaties, het halen van de eindstreep is voor hen een lastige opgave. Velen van hen krijgen te maken met klachten van opgebrand raken, depressiviteit, faalangst en eenzaamheid.

Onderzoek naar studentenwelzijn

Prestatiedruk, studiedruk, financiële druk, persoonlijke omstandigheden en het combineren van werk, studie- en een sociaal leven worden door studenten vaak als oorzaak voor hun psychische klachten gerapporteerd in onderzoeken naar studentenwelzijn⁹. Uit onderzoek van onder meer Hogeschool Windesheim, het Bureau Studentenartsen van de Hogeschool en de Universiteit van Amsterdam en het lectoraat Studiesucces van Hogeschool Inholland blijkt dat studenten in toenemende mate stress-, angst-, burn-out- en depressieklachten ervaren¹⁰⁻¹⁵ en dat studenten zeer risicovol drinken met negatieve gevolgen voor hun functioneren in de studie. Studenten ervaren regelmatig zodanig studiestress dat hun privéleven eronder lijdt¹⁶⁻¹⁸.

Tevens blijken studenten in het hoger onderwijs relatief veel gezondheidsklachten te ervaren vergeleken met niet-studerende leeftijdsgenoten. Ondanks hun klachten zoeken studenten hiervoor nauwelijks hulp. Als ze al hulp zoeken, doen ze dat vaak in een (te) laat stadium¹⁹, terwijl uit onderzoek gebleken is dat wanneer studenten wel hulp krijgen bij psychische problemen dit een positief effect heeft op hun welbevinden en studieprestaties²⁰. Een steunend studieklimaat is echter voorwaardelijk om hulpzoekend gedrag bij studenten te stimuleren. Het studieklimaat in het hoger onderwijs kenmerkt zich momenteel door ambitie en excellentie. Voor veel studenten draagt dit bij aan de druk om te presteren.

Jasper (21) is 4^e-jaars student Commerciële Economie. De afgelopen twee jaar kampt hij al met depressieve klachten, waarvoor hij in contact is met een psycholoog die dichtbij hem woont. De klachten nemen de laatste maanden toe door de druk die hij voelt tijdens het afstuderen. Hij weet dat hij positief op moet vallen om in zijn vakgebied aan een goede baan te komen waar veel studenten voor gaan. De laatste twee weken zijn Jaspers klachten dusdanig toegenomen dat hij moeite heeft met uit bed komen en zich bezig te houden met zijn afstudeeropdracht. Hij slaapt slecht, voelt zich somber en uitgeput, maar laat dit niet merken op school omdat hij voelt dat er veel van hem verwacht wordt. Ook zijn ouders en vriendin stimuleren hem om te gaan voor het afstuderen. Jasper voelt zich echter steeds slechter, hij merkt dat hij zijn gevoel van eigenwaarde begint te verliezen. Het lukt hem niet te presteren zoals van hem verwacht wordt, of zoals hij denkt dat van hem verwacht wordt. Langzaam maar zeker denkt Jasper steeds vaker aan dat dit leven niet is zoals hij het wil en dat het een opluchting zou kunnen zijn om niet meer te leven.

Suicide is doodsoorzaak nummer 1 onder studenten. Uit recent onderzoek op Hogeschool Windesheim is gebleken dat ruim 18% van de studenten een hoog risico heeft op zelfdoding.

Urgentie en missie

De toename van de mentale druk op jongeren en de gebleken samenhang tussen psychische klachten en studieproblemen maken het een urgent probleem dat een aanpak noodzakelijk maakt. Het is van belang dat we inzichtelijk maken welke risicofactoren er zijn voor psychische problemen bij studenten en welke oplossingen er zijn om studentenwelzijn te bevorderen in termen van behandel aanbod en het bevorderen van het studieklimaat. Vanuit het hoger onderwijs hebben Hogeschool Windesheim, Hogeschool Inholland en het Bureau Studentenartsen van de Hogeschool van Amsterdam en de Universiteit van Amsterdam hiervoor de handen ineengeslagen. Samen willen deze (afgevaardigden vanuit) onderwijsinstellingen met partners uit onderwijs, zorg en welzijn het welzijn van studenten bevorderen door te werken vanuit een integrale aanpak, waarin zelfontplooiing van de student, vroegsignalering van (psychische) klachten, bevorderen van veerkracht, weerbaarheid, inclusiviteit en duurzame (arbeids)participatie centraal staan. Uit dit initiatief is een netwerk ontstaan van partijen die dezelfde doelen nastreven.

Elke student beschikt over talenten en wij vinden het de maatschappelijke opdracht van het onderwijs om de student te helpen om zijn talenten te leren kennen en deze optimaal te ontplooiën en daarnaast een bijdrage te leveren aan het afleveren van zelfbewuste en verantwoordelijke en ethische handelende volwassenen. Het instrument om een dergelijk doel te bereiken is een actief samenwerkingsverband in het hoger onderwijs. Onderzocht wordt hoe deze samenwerking concreet gestalte kan krijgen, gedacht wordt daarbij in eerste instantie aan een partnership Studentenwelzijn, een meerderheid van de ondersteuners van dit actieplan vindt dit voor de hand liggend. In ieder geval wil men een netwerk/samenwerkingsverband zonder vrijblijvend karakter. Het wordt opgericht met als missie om bij te dragen aan het maatschappelijke discours over het welzijn van studenten, om studentenwelzijn te helpen bevorderen, om kennisdeling tussen onderwijsinstellingen op het thema studentenwelzijn te bewerkstelligen en om hen de krachten te laten bundelen in onderzoek naar en de ontwikkeling van een integrale aanpak voor de bevordering van studentenwelzijn. Studentenwelzijn wordt hier gedefinieerd als: *‘een duurzame positieve psychische gesteldheid, gekenmerkt door veerkracht, tevredenheid met zichzelf, het aangaan van relaties en opdoen van ervaringen tijdens de studententijd en gekenmerkt door de afwezigheid van psychische klachten zoals stress, angst en depressie’* ²¹.

De missie van het beoogde samenwerkingsverband Studentenwelzijn is:

“bijdragen aan het welzijn, de zelfontplooiing en duurzame inzetbaarheid van de professional van morgen. We willen awareness creëren voor studentenwelzijn en het belang van inclusiviteit en hiervoor het onderwijs in stelling brengen. Om dit te bereiken bieden wij handvatten waarmee studenten hun weerbaarheid vergroten.”

Met dit actieplan vragen de ondertekenaars aan de landelijke overheid, de gemeenten, de belangenverenigingen- en onderwijsinstellingen voor hoger onderwijs om concrete stappen te ondernemen om het welzijn van studenten te bevorderen mede ter invulling van de motie van Tweede Kamerleden Asante en Bruins van 2 februari 2017²². Dit actieplan stelt hiertoe een integrale aanpak voor en doet hiervoor een aantal aanbevelingen, geënt op 5 pijlers: 1) Awareness creëren voor studentenwelzijn, 2) Binding en een veilig studieklimaat, 3) Preventie en vroegsignalering, 4) Professionalisering van docenten en studentbegeleiders, 5) Hulpaanbod en Psychosociale interventies.

Auteurs van dit actieplan:

Jolien Dopmeijer, Nikkie Gubbels, Rutger Kappe, Rob Bovens, Jannet de Jonge, Claudia van der Heijde, Peter Vonk en Reinout Wiers.

Dit actieplan wordt ondersteund door:

Vanuit de doelgroep van studenten/cliënten(vertegenwoordiging):

Interstedelijk Studenten Overleg (ISO), Landelijke Studentenvakbond (LSVb), Samen Sterk Zonder Stigma, MIND.

Vanuit de onderwijsinstellingen:

Landelijk overleg Studentendecanen in het HBO (LOSHBO), landelijke studentendecanen in het WO, Initiatief Gezond HBO (9 HBO's), sectie Studentenpsychologen van het NIP, Bureau Studentenartsen van UvA en HvA, Hogeschool Windesheim, lectoraat Studiesucces Hogeschool Inholland.

Overige betrokken partijen:

Triodos Foundation, TIME OUT!, Stichting Scherp, Expertisecentrum Handicap + Studie, GGZ Nederland, Verslavingskunde Nederland, 113 Zelfmoordpreventie, Tranzo Wetenschappelijk Centrum voor Zorg en Welzijn Tilburg University.

We zien graag dat meerdere partijen zich bij ons aansluiten.

De ontwikkelingen worden nauwgezet gevolgd door de VSNU en de Vereniging van Hogescholen die hebben uitgesproken veel aandacht te willen schenken aan het thema Studentenwelzijn. Met het Trimbos-instituut wordt in het najaar een gezamenlijke inspiratiedag voorbereid. GGZ Nederland volgt de ontwikkelingen rond het Actieplan met belangstelling en fungeert graag als gesprekspartner voor het samenwerkingsverband.

Online

Zie binnenkort ook onze webpagina voor de tekst van het Actieplan Studentenwelzijn:

www.studentenwelzijn.nl

De vijf pijlers ter bevordering van studentenwelzijn:





Awareness voor studentenwelzijn

- **Vergroot het maatschappelijke bewustzijn van de negatieve invloed van prestatiedruk, sociale normen en sociale media op het welzijn van studenten.**
- **Verminder stigma's m.b.t. psychosociale problemen en hulpzoekend gedrag van studenten door het opzetten van awareness campagnes en de inzet van rolmodellen.**
- **Vergroot Mental Health Literacy van studenten, docenten en studentbegeleiders.**




Binding en een veilig studieklimaat

- **Creëer een veilig, steunend studieklimaat door openheid over fysieke en psychosociale problemen van studenten te normaliseren en uitnodigend te zijn naar studenten die hulp kunnen gebruiken.**
- **Maak het mogelijk dat hogescholen en universiteiten kunnen aansluiten bij het Gezonde School concept en formuleer de criteria waaronder ook hogescholen en universiteiten het vignet Gezonde School kunnen behalen.**
- **Versterk de sociale en academische binding, onder meer bij aanvang van de opleiding. Investeer als onderwijsinstelling in een eerste 100 dagen aanpak, die gericht is op de sociale- en academische binding van studenten met de instelling, opleiding, docenten, medewerkers (waaronder studentbegeleiders) en medestudenten. Voorkom (teveel) wisselingen van studentbegeleiders.**



Preventie & Vroegsignalering

- **Besteed meer aandacht aan de preventie en vroegtijdige signalering van psychosociale problemen bij studenten zoals angst, depressie, burn-out en middelengebruik.**
- **Besteed meer aandacht aan suïcidepreventie bij studenten.**
- **Creëer een aanbod voor jaarlijkse screening van alle hoger onderwijs studenten op hun psychische gezondheid en zorg voor gepersonaliseerde terugkoppeling aan studenten.**



Professionalisering van docenten en studentbegeleiders

- **Neem studentenwelzijn op als thema in het professionaliseringsaanbod van de onderwijsinstellingen.**
- **Besteed meer aandacht aan deskundigheidsbevordering (kennen, herkennen, erkennen) van docenten en studentbegeleiders op het gebied van: studieklimaat, psychosociale problemen bij studenten, vroegsignalering, zelfhulpmogelijkheden voor studenten en hulpaanbod voor studenten.**



Hulpaanbod en Psychosociale interventies

- **Zorg voor voldoende hulpaanbod voor studenten op elke hogeschool of universiteit in de persoon van studentpsychologen, decanen, studentbegeleiders, studieadviseurs en/of externe zorgprofessionals en verken de mogelijkheid tot peer-support en een maatjessysteem als additionele hulpbron.**
- **Realiseer een goed systeem van ketenzorg, een goede kwaliteit van zorg en goede onderliggende afstemming in de keten, zowel binnen als buiten de onderwijslocatie(s).**
- **Voorzie studenten, docenten, en studentbegeleiders van duidelijke informatie over de mogelijkheden voor hulp en advies m.b.t. psychosociale problemen.**
- **Investeer meer in online en blended (eHealth) hulpaanbod voor studenten.**

Randvoorwaarden

Om een integrale aanpak op het gebied van studentenwelzijn te realiseren en te laten werken is een aantal zaken van essentieel belang. Deze gelden zowel voor onderwijsinstellingen afzonderlijk als voor landelijke partijen die de ontwikkeling van studentenwelzijn kunnen stimuleren en faciliteren.

Visie

Studentenwelzijn is onderdeel van het (lange termijn) instellingsplan van elke hogeschool en universiteit.

Beleid

Laat elke instelling haar eigen keuzes maken ten behoeve van de invulling van het beleid en ondersteun kennisuitwisseling en best-practice onderzoek.

Samenwerking

- **Stimuleer samenwerking binnen het hoger onderwijs op alle 5 de pijlers door gezamenlijke projecten en onderzoeken. Stimuleer daarbij samenwerking tussen:**
 - Afzonderlijke opleidingen
 - Studiesuccescentra (studentendecanen, -psychologen en –artsen) en opleidingen
 - Onderwijsinstellingen
 - Voortgezet onderwijs en het MBO
 - Voortgezet onderwijs en het Hoger Onderwijs
 - MBO en het Hoger Onderwijs

VB: Betrek docenten, studentbegeleiders, onderwijsondersteuners en studenten, in het bijzonder studenten die psychische problemen ervaren, bij het formuleren en implementeren van visie, beleid en procedures op het gebied van studentenwelzijn en bij het in kaart brengen van verbetermogelijkheden.

- **Stimuleer en ondersteun samenwerking tussen het onderwijs en instellingen voor geestelijke gezondheidszorg (GGz) en andere welzijnsorganisaties en stichtingen, die zich richten op de preventie van psychosociale problemen, het tegengaan van stigma en die zich richten op (online e-health) hulpaanbod, zoals (niet limitatief):**
 - Expertisecentrum Handicap + Studie
 - MIND
 - Stichting Hoezo Anders
 - Stichting Scherp
 - TIME OUT! (PodiumT)
 - Samen Sterk Zonder Stigma
 - Mental Health Foundation
 - 113 Zelfmoordpreventie

- **Werk samen met vertegenwoordigers van best practices op het gebied van studentenwelzijn in het binnen- en buitenland, zoals:**
 - Teenmentalhealth.org (Canada)
 - StudentMINDS (UK)
 - Mindmates.be (België)

Onderzoek

Formuleer een onderzoeksprogramma waarin structureel aandacht is voor:

- **de prevalentie van psychosociale problemen bij studenten en daarmee samenhangende (risico-)factoren.**
- **Het opbouwen van een geëigende en effectieve ondersteuningsstructuur in het hoger onderwijs voor het bevorderen van studentenwelzijn.**
- **de effectiviteit van verschillende interventies die worden ingezet om het welzijn van studenten te bevorderen.**
- **Kennisuitwisseling en (meta-)onderzoek op internationaal terrein op een effectieve aanpak**

Ondersteuning

Investeer in een landelijk samenwerkingsverband. Een optie is een Partnership Studentenwelzijn met een stuurgroep, waar hogescholen en universiteiten kennis delen en krachten bundelen in gezamenlijk onderzoek, interventies, professionaliseringsprogramma's en de ontwikkeling van een Studentenwelzijnstoolkit voor alle instellingen.

Een door het merendeel van de ondersteuners voorgestelde organisatiestructuur

Er wordt een samenwerkingsverband/landelijk Partnership Studentenwelzijn ingesteld met als beoogde partners de VSNU, de Vereniging van Hogescholen, het ISO, de LSVb, Mind, Landelijk Overleg Studentendecanen in het HBO (LOSHBO), landelijke studentendecanen in het WO, een vertegenwoordiging van de studenten-psychologen van universiteiten en hogescholen. Het samenwerkingsverband heeft een (onafhankelijk) voorzitter en wordt ondersteund door een projectleider die een goede entree heeft in het onderwijs, kennis heeft van projectmanagement en ervaring heeft met problemen die studenten in het onderwijs ondervinden¹. De projectleider draagt gedurende de projectperiode zorg voor uitvoering van het op basis van dit actieplan op te stellen projectplan, hierbij aangestuurd door de stuurgroep.

Vaste adviseurs van het samenwerkingsverband zijn: het lectoraat studiesucces van de hogeschool InHolland (Rutger Kappe en Nikkie Gubbels), het Bureau Studentenartsen Amsterdam (Claudia van der Heijde), onderzoeker/promovendus Studentenwelzijn van Hogeschool Windesheim (Jolien Dopmeijer), een vertegenwoordiging uit de projectleiders van de ontwikkeltrajecten Studentenwelzijn van hogescholen, resp. universiteiten, 113 Zelfmoordpreventie en de Triodos Foundation.

Om in onderwijsinstellingen Studentenwelzijn te agenderen en te realiseren verdient het aanbeveling om per onderwijsinstelling een projectstructuur te hebben met zo mogelijk een fulltime projectleider. Er wordt een digitaal landelijk platform gecreëerd van de trekkers Studentenwelzijn van de betrokken onderwijsinstellingen waarop ervaringen kunnen worden uitgewisseld. Tevens

¹ Over de bezetting en taakopdracht van stuurgroep, projectleiderschap en voorzitterschap, alsmede over de invulling van werkgroepen komt nog een definitieve besluitronde. Wat betreft projectleiderschap ligt qua benodigd profiel een invulling door het expertisecentrum Handicap en Studie voor de hand.

wordt zorggedragen voor periodiek terugkerende themabijeenkomsten, werkconferenties, symposia, seminars en een digitaal communicatieplatform.

Naast de stuurgroep, de projectleiding en lokale trekkers worden landelijke werkgroepen ingesteld die thematisch werken aan actiepunten, invulling van randvoorwaarden en productontwikkeling (bijvoorbeeld een werkgroep onderzoek, een werkgroep behandelaanbod). Er is een budget nodig voor het financieren van een fulltime projectleiderschap voor in eerste instantie 3 jaar. Daarnaast is een nader te bepalen werkbudget nodig om de werkgroepen in staat te stellen om gezamenlijke projecten, gezamenlijk onderzoek en experimenten en proeftuinen te kunnen realiseren.

Netwerkpartners Studentenwelzijn die dit actieplan onderschrijven:

Triodos  Foundation



Huisartsen Oude Turfmarkt | Bureau Studentenartsen
Universiteit van Amsterdam | Hogeschool van Amsterdam

TIME OUT!
BEWEGING



113 zelfmoord
preventie



LANDELIJKE ORGANISATIE VAN
STUDENTENDECANEN IN HET WO

Literatuur

1. <https://www.ggznieuws.nl/home/driekwart-van-de-jongeren-heeft-last-van-stress-en-burn-out-klachten/>.
2. Zie bijv: <https://www.youtube.com/watch?v=JB6UF6mrhB4>
3. Manifest Samen, slim en slagvaardig kansen creëren voor minder zelfredzame jongeren (2017): <http://www.16-27.nl/gemeenten/jongvolwassenentop/>
4. RIVM (2018) VTV-2018: Een gezond vooruitzicht: <https://www.vtv2018.nl/>
5. Zie o.a. Weerman, A. (2016). Ervaringsdeskundige zorg- en dienstverleners. Stigma, verslaving & existentiële transformatie. Amsterdam, Eburon. En Weerman, A. & Kisjes, H. (2013). Studeren onder invloed. Hoe om te gaan met problemen met alcohol, drugs, gamen en verslaving tijdens de studie. Amsterdam, SWP
6. Warps, J., Hogeling, L., Pass, J. & D. Brukx (2009) Studiekeuze en studiesucces. Een selectie van gegevens uit de Startmonitor over studiekeuze, studieuitval en studiesucces in het hoger onderwijs. ResearchNED, Nijmegen.
7. Van der Heijde, C.M. & P. Vonk (2011) *Studentengezondheidstest*: <http://www.studentengezondheidstest.nl/nl/over>
8. Noble, T., McGrath, H., Wyatt, T., Carbines, R., & Robb, L. (2008). *Scoping study in approaches to student wellbeing – Final report*. Canberra: Department of Education, Employment and Workplace Relations.
9. Centre for Education Statistics and Evaluation. (2015). *Student Wellbeing. Literature review*. NSW Department of Education and Communities.
10. Schmidt, E., & Simons, M. (2013). *Psychische klachten onder studenten*. Utrecht: LSVB, 13.
11. Conijn, M., Boefsma, H.J.M.V., & Van Rhenen, W. (2015). *Burn-out bij Nederlandse geneeskundestudenten. Prevalentie en Oorzaken*. Ned Tijdschr Geneesk. 159.
12. Schaufeli, W. B., Martinez, I. M., Pinto, A. M., Salanova, M., & Bakker, A. B. (2002). *Burnout and engagement in university students a cross-national study*. Journal of cross-cultural psychology, 33(5), 464-481.
13. Gubbels, N. & Kappe, F.R. (2017). *Stress en bevlogenheid. Explorerend onderzoek naar de mate van stress en bevlogenheid bij studenten van Hogeschool Inholland*. Lectoraat Studiesucces, Hogeschool Inholland.
14. Dopmeijer, J.M., Schoorel, B. & D.C.M. Schwartz (2013) *Project #FIVE Studentonderzoek 2012. Feiten en cijfers over uitval, vertraging, gezondheid en veiligheid*. Interne rapportage Hogeschool Windesheim.
15. Hogeschool Windesheim, Programma FIVE: <https://www.windesheim.nl/onderzoek/onderzoeksthemas/gezondheid-en-welzijn/project-five/>
16. De Kuyper, P. (2012). *Uitkomsten landelijke enquête studiedruk. Opinie*. UT Nieuws. 03.
17. De Hoog, D. & Schilp, M. (2012). *De grote studiedrukenquête*. VU: Ad Valvas. Maart.
18. Rademaker, R., Van der Nat, L., & Meerstadt, N. (2012). *Studiessess: de nieuwe norm*. WUR: Resource, 6 (14).
19. Boot, C.R.L., Vonk, P. en Meijman, F.J. (2007) *Health-related profiles of study delay in university students in the Netherlands*. International Journal of Adolescent Medicine and Health 19(4):413-423.
20. Tosevski, D.L., Milovancevic, M.P., Gajic, S.D. (2010) Personality and psychopathology of university students. Current Opinion in Psychiatry, 23:48-52.
21. Gubbels, N., & Kappe, R. (2017). Onderzoekslijn Studentenwelzijn – onderzoeksagenda. Lectoraat Studiesucces, Hogeschool Inholland.
22. Vaststelling van de begrotingsstaten van het Ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap (VIII) voor het jaar 2017; Motie; Motie van de leden Bruins en Asante over goede en laagdrempelige psychische hulpverlening op iedere instelling. KST34550VIII116, 34550 VIII, nr. 116