

Lustrum-editie
Landelijk Netwerk Studentenwelzijn

hoger onderwijs | 2018-2023

ECIO

leren
zonder belemmering



Voorwoord

Vijf jaar geleden, in september 2018, werd het Landelijk Netwerk Studentenwelzijn opgericht. Marian de Groot, voormalig directeur van ECIO benadrukte bij de start de noodzaak van dit netwerk: „Er is toename van (aandacht voor) belemmeringen die studenten ervaren door psychische klachten, prestatiedruk, een beperking of mantelzorgtaken. Studenten ervaren stress, somberheid en soms zelfs suïcidegedachtes. Het is aan ons om deze problemen te erkennen en binnen het onderwijs aan te pakken." De indrukwekkende opkomst van de eerste bijeenkomst weerspiegelde niet alleen de dringende behoefte, maar ook de vastberadenheid om hier gezamenlijk aan te werken. In de afgelopen vijf jaar zijn duizenden docenten, studentbegeleiders, studentenpsychologen, beleidsmakers, studentwellbeing officers en directeuren samengekomen, allen met één gemeenschappelijk doel: het bevorderen van het welzijn van studenten. Dit is en blijft onze missie.

Vijf jaar geleden was ik zélf zo'n student. In het jaar 2017 tot 2018 was ik actief als studentbestuurder van de Landelijke Studentenvakbond. Landelijke kregen we signalen over 'burn-out' en 'prestatiedruk'. Achter de schermen kreeg ik zelf mijn eerste paniekaanval. Destijds was de weerstand groot: 'cijfers in onderzoeken werden overdreven' en 'de gepamperde student moest worden aangepakt, niet het onderwijs'. Vijf jaar later blijkt dat 2018, het jaar van onze oprichting, het keerpunt was voor een brede beweging: van een onderwijssysteem gericht op prestaties naar inclusief onderwijs. Vanaf het begin vormen we als Landelijk Netwerk Studentenwelzijn de voorhoede.



Tijdens de coronacrisis kwam er maatschappelijke aandacht voor de mentale problemen van studenten. Daarvoor werden er binnen ons netwerk al nieuwe onderzoeken gestart, initiatieven opgezet en talloze praktijkvoorbeelden gedeeld. Nu vijf jaar later is kennisdeling binnen het onderwijs nog steeds nodig: het welzijn van studenten staat nog altijd onder druk. De komende jaren vervolgen we onze missie, maar met deze bundel blikken we ook terug op de geboekte vooruitgang van de afgelopen vijf jaar. We hebben inmiddels 18 netwerkbijeenkomsten georganiseerd met per bijeenkomst gemiddeld 150 deelnemers. Mede op aandringen van signalen uit het netwerk kwam er een Monitor Mentale Gezondheid en Middelengebruik waarmee we over landelijke cijfers beschikken. Er kwam een landelijk samenwerkingsverband tussen het ministerie van OCW, de onderwijskoepels UNL en VH en de studentenorganisaties ISO en LSVb. Als netwerk lanceerden we een centrale database voor onderzoek en praktijkvoorbeelden: de landelijke kennisbank studentenwelzijn. Er werd een online community opgericht voor onderlinge uitwisseling en we organiseerden masterclasses. Sinds juni 2023 hebben de studenten, hogescholen en universiteiten zelfs de handen ineen geslagen voor een meerjarenkoers: het Landelijk Kader Studentenwelzijn 2023-2030. Vanuit het mbo groeide de betrokkenheid bij ons netwerk. Dit heeft er in geresulteerd dat we vanaf 2024 zelfs mogen gaan uitbreiden naar het mbo!

Dankwoord

Ik wil alle collega's van ECIO bedanken, met name: Linda Schlundt Bodien, Jessie van de Haterd, Annabel de Koning, Judith Jansen en Nora Bruning. Een speciaal dankwoord gaat uit naar de (oud)leden van het strategieteam; een prachtig team met bevlogen leden van universiteiten, hogescholen en studenten. Zij hebben zich jarenlang vrijwillig ingezet voor beter studentenwelzijn. Marieke de Bakker, Rob Vaessen, Annemarie Urselmann, José Theulen, Jolien Dopmeijer, Stephanie Keizer Hulsebosch, Thomas Bijl, Lieke Luikens, Ger Boonen en Maarten van Os: dankzij jullie bestaat het Landelijk Netwerk (nog steeds)! Tot slot een speciale dank aan de actieve leden en bijdragers: de kern van ons netwerk. Op naar vijf nieuwe jaren waarin we samen werken aan beter studentenwelzijn, met het uiteindelijke doel om onze rol overbodig te maken.

Ik voel me dankbaar voor de stappen die we de afgelopen vijf jaar hebben gezet en om vanuit ECIO hier samen met jullie aan bij te dragen.

Veel leesplezier!

Joyce van der Wegen,
Namens Expertisecentrum inclusief onderwijs (ECIO)

Inhoud



06. **Studentenwelzijn in vogelvlucht**
Tijdlijn



08. **Samenwerking**
Synergie en impact



11. **Kennisdeling**
Synergie en impact



14. **Ontmoeting**
Synergie en impact



18. **In de media**
Nieuws uitgelicht



19. **In de picture**
Ervaringen uitgelicht



24. **Van Actieplan naar Landelijk Kader**
Speerpunten



26. **Meer studentenwelzijn**
Synergie en impact

Studentenwelzijn in vogelvlucht

Steeds meer jongeren gaan gebukt onder mentale druk en er wordt stevig beroep gedaan op hun veerkracht. Mentale druk en psychische klachten van jongeren kregen al in 2017 aandacht in het maatschappelijke debat. Ook in het onderwijs was de roep om samenwerking groot. Handen werden ineen geslagen voor samenwerking, om definities te bepalen, oplossingen te bedenken, onderzoek te doen en om kennis en ervaringen te delen. Dit resulteerde in de oprichting van het Landelijk Netwerk Studentenwelzijn, geïnitieerd en gefaciliteerd door ECIO. Met een tijdlijn geven we de highlights rondom studentenwelzijn weer.

	Landelijk Netwerk Studentenwelzijn	Politieke agendering	Maatschappelijke ontwikkelingen
2016 ▶		■ Nederland ratificeert het **VN-verdrag** voor gelijkheid, autonomie en participatie.	
2017 ▶			■ Ondertekening manifest voor **steun aan jongvolwassenen 16-27 jaar** op de Jongvolwassenentop in Utrecht. ■ **RVS-rapport** 'Recept voor maatschappelijk probleem.
2018 ▶	■ Het **Actieplan Studentenwelzijn** wordt opgesteld door verschillende partijen en onderzoekers voor een integrale aanpak op studentenwelzijn, geënt op vijf pijlers voor beter studentenwelzijn. ■ ECIO krijgt extra middelen om de uitvoering van het gezamenlijke actieplan te ondersteunen. Hiermee krijgt aandacht voor studentenwelzijn structureel een vervolg. ■ Aftrap Landelijk Netwerk Studentenwelzijn: 'Ik geef kleur aan studentenwelzijn'.	■ Start **overheidscampagne 'Hey! het is oké**, maak depressie bespreekbaar'.	■ Lancering rapport **Volksgezondheid Toekomst Verkenning**.
2019 ▶	■ **Position paper** Stuurgroep Landelijk Netwerk Studentenwelzijn naar Tweede Kamer. ■ Landelijke Netwerk Studentenwelzijn vraagt aandacht voor **studenten die een zieke naaste helpen**.	■ **Aandacht** in Tweede Kamer psychische gezondheid jongeren.	■ **Onderzoeksrapport** RIVM en CBS: psychische gezondheid jongeren achteruit in afgelopen tien jaar. ■ **Inventarisatie** laagdrempelige psychische hulpverlening mbo, hbo en wo.

	Landelijk Netwerk Studentenwelzijn	Politieke agendering	Maatschappelijke ontwikkelingen
2020 ▶	■ ECIO lanceert de **online community** 'Studentenwelzijn in het hoger onderwijs' ter ondersteuning van onderwijsprofessionals. ■ Landelijke werkgroep bundelt studentenwelzijnsinitiatieven hoger onderwijs in **handreiking** 'Studentenwelzijn in corona-tijd' met oproep om aan te sluiten bij het Landelijk Netwerk Studentenwelzijn.	■ Studentenwelzijn, werkdruk en sociale veiligheid voor het eerst in **Staat van het Onderwijs**.	■ Op 11 maart 2020 roept de WHO COVID-19 uit tot **pandemie**. 16 maart tot 6 april sluiten de scholen. ■ Kennismaking nieuw studiejaar vindt online plaats. ■ **Harde lockdown**: geen fysiek onderwijs vanaf 20 december meer mogelijk.
2021 ▶	■ Staatsecretaris Paul Blokhuis (VWS) ondertekent met betrokken maatschappelijke organisaties, waaronder ECIO, de **landelijke Agenda Suïcidepreventie 2021-2025** (januari). ■ ECIO werkt aan online landelijk platform voor ontsluiting initiatieven vanuit de leden van het Landelijk Netwerk.	■ **Voortgangsrapportage en jaarplan** Landelijke Werkgroep Studentenwelzijn met activiteiten Landelijk Netwerk behandeld in Tweede kamer.	■ 9 januari is fysiek onderwijs weer mogelijk voor kwetsbare studenten met mondkapjesplicht en 1,5m afstand. ■ **Monitor** Trimbos-instituut Mentale gezondheid en middelengebruik studenten hoger onderwijs. ■ 19 december: algehele lockdown.
2022 ▶	■ Lancering van de **landelijke kennisbankstudentenwelzijn.nl**. Aanleiding was de behoefte vanuit het Landelijk Netwerk Studentenwelzijn aan een centrale database dat praktijkvoorbeelden, beschikbaar onderzoek en losse welzijnsinitiatieven met elkaar verbindt. ■ ECIO werkt met de landelijke werkgroep Studentenwelzijn samen aan een landelijk kader voor integrale aanpak studentenwelzijn in het hoger onderwijs.	■ Trimbos-instituut, RIVM en ECIO starten in opdracht van het ministerie van OCW een onderzoek naar stress en prestatiedruk onder studenten: Harder Better Faster Stronger? ■ Voortgang **Nationaal Programma Onderwijs** in Tweede Kamer met aandacht voor stress en de prestatiedruk bi j studenten.	■ 15 januari is fysiek onderwijs weer mogelijk. ■ In februari vervalt de 1,5m-maatregel en worden in maart de coronamaatregelen adviezen. ■ **AOB**: 'Als de mooiste tijd van je leven eenzaam is.
2023 ▶	■ Lancering **Landelijk kader studentenwelzijn 2023-2030** voor een integrale aanpak hoger onderwijs. ■ 5 oktober viering eerste lustrum van het Landelijk Netwerk Studentenwelzijn.	■ **Kamerbrief** Aanpak studentenwelzijn in het mbo, hbo en wo. ■ Grote zorgen om studentenwelzijn tijdens **rondetafelgesprek** Tweede Kamer.	■ Trimbos-instituut, RIVM en ECIO publiceren de **onderzoeksresultaten** Harder Better Faster Stronger? Met oplossingsrichtingen voor studenten, onderwijsinstellingen en de maatschappij als geheel voor prestatiedruk en stress in het hoger onderwijs.

Samenwerking | Synergie en impact

Samenwerkingsverbanden op student-, instellings- en landelijk niveau

In het Landelijk Netwerk wordt op verschillende niveaus samengewerkt. Studenten zitten vaak vol goede ideeën hoe het anders of beter kan op hun onderwijsinstelling. Instellingen hebben er dan ook baat bij hun behoeften te vertalen in het onderwijsbeleid. Dit geldt zeker ook voor de betrokkenheid van studenten bij het vormgeven van beter studentenwelzijn.

Studenten participeren in de verschillende samenwerkingsverbanden van het Landelijk Netwerk en leveren hierin een belangrijke bijdrage. Ook worden ervaringsdeskundige studenten betrokken bij de bijeenkomsten van het netwerk. Zo hebben inmiddels 29 studenten met het delen van hun ervaringen en tips de netwerkleden geïnspireerd. In dit kader wordt samengewerkt met FNO Jongerenpanel, LSVb, ISO, Ieder(in).

Strategisch team

Het strategisch team, voorheen de landelijke stuurgroep studentenwelzijn, bewaakt de lange termijndoelen van het Landelijk Netwerk. Het team schetst de kaders en zorgt samen met de programmacommissie voor de vormgeving van de bijeenkomsten en signaleert en agendeert via Universiteiten van Nederland en Vereniging Hogescholen als spreekbuis. Ook buiten het netwerk dragen ze het belang uit van aandacht voor studentenwelzijn. Lees het **artikel** 'Tijd voor actie: naar een integrale aanpak van studentenwelzijn op Nederlandse onderwijsinstellingen, juist nu!

> ***Niets over ons zonder ons***





Annemarie Urselmann, Manager Student Facilities, Technische Universiteit Eindhoven



Marieke de Bakker, Afdelingshoofd Studenten, Universiteit Utrecht



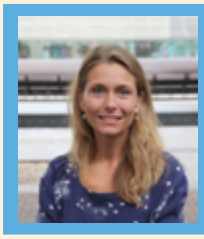
Jolien Dopmeijer, docent-onderzoeker hogeschool Windesheim, projectleider Studenten en onderzoeker Trimbos-instituut.



Rob Vaessen, head Student Affairs (teams Student Life & International Mobility, Student Support en beleidsteam), Radboud Universiteit



José Theulen, directeur Studentenvoorzieningen, Fontys Hogescholen.



Stephanie Keizer-Hulsebosch, afdelingshoofd Student Life en onderzoeker Codarts, hogeschool voor de podiumkunsten in Rotterdam.



Lieke Luikens, student actief op studentenwelzijnsinitiatieven, Hanzehogeschool Groningen



Thomas Bijl, student Universiteit Utrecht en oud-bestuurslid Frisse gedachtes

Landelijke Werkgroep Studentenwelzijn

Het Landelijk Netwerk Studentenwelzijn werkt actief samen met de Landelijke Werkgroep Studentenwelzijn. De onderwijskoepels Vereniging Hogescholen en Universiteiten van Nederland, de studentenorganisaties LSVb en ISO, ECIO en het ministerie van OCW zijn hierin vertegenwoordigd.

Programmacommissie

Sinds de zomer van 2023 worden de bijeenkomsten van het Landelijk Netwerk Studentenwelzijn vormgegeven door de programmacommissie. Een enthousiaste en diverse groep professionals en studenten zetten zich hier samen met ECIO, op instellingsniveau, voor in.



Floris de Boer, Student Global sustainability science, Universiteit Utrecht



Zarrea Plaisier, Student Wellbeing Officer, Tilburg University



Liza Gan - van Iperen, Projectleider Student Life bij Codarts, Hogeschool voor de Kunsten Rotterdam



Miriam Zwaan, Senior Study Career Coach Communication Studies, Hogeschool van Arnhem en Nijmegen



Serge Feldmann, Studentendecaan, Hogeschool Rotterdam

Kennisdeling | Synergie & impact

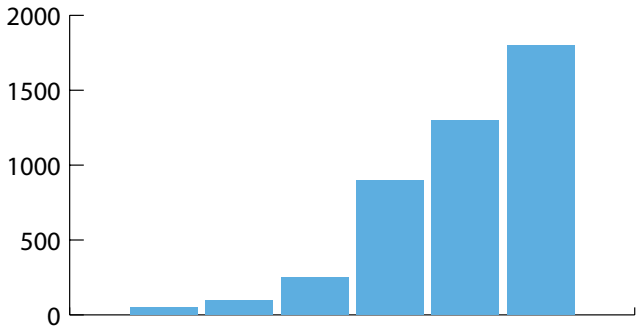
Bijeenkomsten Landelijk Netwerk Studentenwelzijn

Niet opnieuw het wiel uitvinden maar verder bouwen op bestaande initiatieven voor beter studentenwelzijn. Dat is het doel van het Landelijk Netwerk Studentenwelzijn. Tijdens de **bijeenkomsten**, die sinds 2018 plaatsvinden, wordt ingezoomd op diverse studentenwelzijnsthema's.

Online community Studentenwelzijn

De online community is een **netwerkgroep** voor en door hoger onderwijs-professionals om te allen tijde te kunnen sparren met gelijkgestemden. Een community voor uitwisseling van ervaringen en het delen van kennis, goede praktijken en knelpunten rondom studentenwelzijn. In de community worden veel tips, ervaringen, onderzoeken en interessante bijeenkomsten gedeeld.

Met gemiddeld 1,5 bericht per week en ±1.800 leden is het een levendig netwerk.



Deelnemers online community

De online community kent een diversiteit van deelnemers waarmee perspectieven rondom studentenwelzijn vanuit verschillende perspectieven worden belicht.



Kennisbankstudentenwelzijn.nl

De **kennisbankstudentenwelzijn.nl** is het centrale platform met overzicht van beschikbare welzijnsinitiatieven zoals onderzoek, praktijkvoorbeelden en tips uit het onderwijs. Het biedt onderwijsprofessionals handvatten voor een kwalitatieve aanpak op beter studentenwelzijn.





Stepchange-model

De kennisbankstudentenwelzijn.nl gaat uit van het **Stepchange-model**. Een model dat is gebaseerd op relevante studentenwelzijnsthema's. Dit **model** ondersteunt bij een instellingsbrede beleid- en visieontwikkeling waarbij de mentale gezondheid centraal staat. John de Pury (Universities UK), een van de grondleggers van het model, tijdens een van de netwerkbijeenkomsten, aan de netwerkleden.



Speciale nieuwsflits voor netwerkleden

Het Landelijk Netwerk Studentenwelzijn heeft inmiddels zo veel leden bereikt dat het niet langer mogelijk is om iedereen tegelijkertijd te e-mailen. Een mooie aanleiding om over te stappen op een nieuwsflits die de belangrijkste ontwikkelingen weergeeft. Met de nieuwsflits informeren we leden over netwerkevents, nieuwe initiatieven op de kennisbankstudentenwelzijn.nl en andere relevante actuele ontwikkelingen. Een impressie:













Meld je ook aan voor de nieuwsflits en blijf automatisch op de hoogte.
Je kunt je op elk gewenst moment weer afmelden.

Ontmoeting | Synergie & impact

Bijeenkomsten Landelijk Netwerk Studentenwelzijn

thema's, ervaringen en aanverwante activiteiten uitgelicht

2018

- 'Ik geef kleur aan studentenwelzijn' - aftrap gezamenlijke aanpak.

Goede, bekwame sprekers vanuit onderzoek en praktijk. Heel waardevol ook dat er een student bij was. De tijdsindeling van het webinar zat goed in elkaar.

"Heel nuttig om praktijkvoorbeelden te zien: hoe pakken andere instellingen (aspecten van) studentenwelzijn aan?'

2019

- afstemming focus activiteiten
- prioritering studentenwelzijn taboe rond
- burn-out en depressie.

2020

- uitwerking thematische samenwerking
- landelijke monitor mentale gezondheid en middelengebruik
- suïcidepreventie/peer-to-peer
- sociale binding i.r.t. de coronacrisis.

Inspiratie-event Studentenwelzijn

Het sprak erg aan dat er good practices werden gegeven, zodat je op ideeën komt wat er mogelijk is.

2021

- empowerment van studenten
- mentaal welzijn i.r.t. het brein
- studiekeuze en motivatie
- mentale gezondheid en middelengebruik.

Masterclass: empowerment van studenten

De mix tussen ervaringsverhalen, tips en initiatieven qua samenwerking is heel goed!

Leuk om met mensen uit een andere regio aan tafel te zitten. Dan merk je dat het in andere gemeenten anders georganiseerd kan zijn.

2022

- nieuwe lockdown & eenzaamheid
- nieuwkomers en vluchtelingstudenten
- sociale veiligheid
- binding van studenten met de onderwijsinstelling.

Masterclass: Hoe organiseren we nieuwe binding?

2023

- verlies en suïcidepreventie
- hoogbegaafdheid
- lustrumbijeenkomst.

Lunchbijeenkomst Mentale gezondheid onder mannen.

Onderzoek en handreiking prestatiedruk en stress onder hoger onderwijsstudenten

Goede toon getroffen passend bij het onderwerp. Dapper dat er studenten waren die hun verhaal deden.

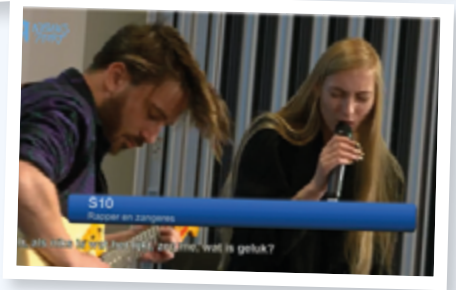
De bijeenkomst heeft mij veel inzichten gegeven, voldoende info om mee verder te kunnen.

Impressie bijeenkomsten

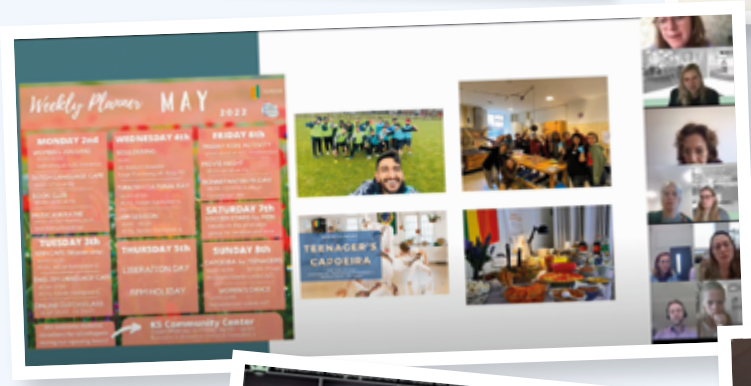


















Bijdragen bijeenkomsten Landelijk Netwerk Studentenwelzijn

Een greep uit de organisaties



In de media | Nieuws uitgelicht

Een greep uit de landelijke berichtgeving

Onderwijsinspectie wil het over moeilijke onderwerpen hebben

Studentenwelzijn, werkdruk en sociale veiligheid voor het eerst in Staat van het Onderwijs

Analyse | door Tonke Andreoli

30 april 2020 | Opleidingen en instellingen moeten nu eindelijk eens meer van elkaar gaan leren, en de NVAO moet bij visitaties en accreditaties naar moeilijke onderwerpen gaan vragen, bij een stil grijnzende editie van de Staat van het Onderwijs pakt de Inspectie voor het eerst de onderwerpen studentenwelzijn, sociale veiligheid en werkdruk op. Ze ziet voortzetting van trends als het lerarentekort en kansenongelijkheid, en ze vindt de WHW verouderd.



Bindend studieadvies gaat op de schop: onderwijsinstellingen reageren verdeeld

Studie en mantelzorg is uitdaging voor student én voor de instelling

Opinie | door Ingrid van Tienen & Simone de Roos & Alice de Boer

28 mei 2019 | In januari 2019 vroeg het Landelijke Netwerk Studentenwelzijn aandacht voor studenten die een zieke naaste helpen. Het netwerk deed de aanbeveling om mantelzorgende studenten extra ondersteuning te bieden. Een nadere omschrijving van wat nodig zou zijn werd niet gegeven, maar is wel noodzakelijk.

Aanpak studentenwelzijn niet zonder gemeenten

Het verbeteren van het welzijn van studenten kan niet alleen binnen de muren van onderwijsinstellingen gebeuren, aldus minister Dijkgraaf.

Een stimulans om eerder aan de bel te trekken

Verslag | door Tonke Andreoli

26 juni 2019 | Erasmus-alumna en econometrist Sophie Schmeets kreeg tijdens haar master te kampen met een depressie. Nu treedt ze op bij studentenverenigingen met haar 'Maskerdans' om het thema bespreekbaar te maken. "Ik heb het voor elkaar gekregen om het al die maanden achter de schermen te houden, ik heb mijn masker opgehouden."



Robbert Dijkgraaf, minister van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap: „Veel druk werkt verlammend."

Foto Merlijn Doomernik

Luister naar 05:26

Interview

'Ook de student moet meer rust en ruimte krijgen'



Suicide is de meest voorkomende doodsoorzaak bij jongeren onder de 30 jaar, zo bleek in mei uit cijfers van het Centraal Bureau voor de Statistiek. Psychische klachten als angst en depressie zijn wereldwijd met een kwart toegenomen, blijkt uit onderzoek van de Vrije Universiteit en de Wereldgezondheidsorganisatie (WHO). Die problemen zijn onder jongeren het grootst.

Dijkgraaf komt met aanpak om welzijn studenten te versterken



Tweede Kamer: 'Mentale druk op studenten moet snel aangepakt'

De coronamaatregelen in het hoger onderwijs zijn gestaakt, maar daarmee zijn de mentale problemen van studenten nog niet verdwenen. Het ministerie van Onderwijs werkt aan een "integrale aanpak" van het welzijn van studenten.



Introductieweek moet voor iedereen feest zijn



In de picture | Ervaringen uitgelicht



Thomas Bijl
Stuurgroeplid (student)

Hoi! Ik ben Thomas Bijl, net afgestudeerd van de master Organisaties, Verandering en Management aan de Universiteit Utrecht en nu studentlid binnen het strategisch team van het Landelijk Netwerk Studentenwelzijn. De afgelopen drie jaar heb ik mij op verschillende manieren ingezet voor dit belangrijke onderwerp, waarvan 1,5 jaar als bestuurslid van stichting **Frisse Gedachtes**.

Beter studentenwelzijn

Drie jaar geleden, aan het begin van de coronacrisis, merkte ik in mijn omgeving dat het niet goed ging met studenten, en ik ervaarde later dat dit veel problemen zijn waar deze groep al een hele tijd mee kampt en die door corona uitvergroot werden. Via Frisse Gedachtes heb ik met veel studenten, (studenten)initiatieven en organisaties gesprekken gevoerd over hoe we met elkaar het studentenwelzijn kunnen verbeteren, en sloot ik mij als studentlid aan bij het strategisch team. Het is geweldig om te merken hoeveel energie en daadkracht er in dit team zit, om verschillende aspecten van studentenwelzijn te belichten en kennis met elkaar te delen.

Studentenperspectief

Bijeenkomsten over je thuis voelen bij je instelling, het ervaren van verlies of omgaan met hoogbegaafdheid zijn allemaal zo waardevol: iedere onderwijsinstelling heeft hiermee van doen. Ik vind het een geweldige kans om vanuit mijn studentenperspectief input te geven om het maximale uit het netwerk te halen. Tegelijkertijd is het vanuit mijn studieachtergrond ontzettend interessant om, naast de bijeenkomsten, ook op strategisch niveau na te mogen denken hoe we met iedereen van het netwerk het studentenwelzijn de komende jaren een beetje beter kunnen maken.

Motivatie

Het netwerk verbreden, iedereen meekrijgen om aan de slag te gaan en zo impact te maken is voor mij een grote motivatie om hier onderdeel van te zijn.



Marieke de Bakker, voorzitter strategisch team (Universiteit Utrecht)

Als ik terugkijk op vijf jaar landelijk netwerk studentenwelzijn dan staat de inhoud van de bijeenkomsten voor mij met stip op één. We hebben zoveel inspirerende sprekers mogen verwelkomen!

Hoogtepunten

Wat mij in hun bijdragen vooral aanspreekt is de combinatie van kennis en inzichten uit (wetenschappelijk) onderzoek en de adviezen voor toepassing daarvan in de dagelijkse praktijk. Vooral met onderwerpen die wat beladen kunnen zijn zoals verlies of eenzaamheid denk ik dat dat op een prachtige manier is gelukt. Zeker toen we weer op locatie mochten samenkomen en in contact stonden met de deelnemers, ervoeren we wat het bespreken van deze thema's kon losmaken en teweegbrengen. Een ander hoogtepunt voor mij is dat ook studenten zich steeds meer thuisvoelen bij het landelijk netwerk en zich willen uitspreken. Ze hebben ons deelgenoot gemaakt van prachtige panelgesprekken, waarin de sprekers zich kwetsbaar en open hebben durven opstellen. Een voorbeeld voor ons allemaal.

Landelijk kader: een helder kompas

Ik ben er trots op hoe we de afgelopen vijf jaar hebben kunnen bijdragen aan het verbeteren van het mentale welzijn van studenten door middel van kennisdeling en ontmoeting. Het smaakt naar minstens nog vijf jaren waarin we doorgaan op de ingeslagen weg, en tegelijkertijd ook zullen werken aan verdere ontwikkeling en innovatie. Het landelijk kader studentenwelzijn is daarbij een helder kompas. De stuurgroep van het landelijk netwerk is inmiddels omgedoopt tot strategisch team om aan de koers van het landelijk netwerk voor de komende jaren verdere invulling te geven. Ik ben trots op dit team en ik kijk ernaar uit om samen met jullie verder te bouwen aan kennis en praktijk rond studentenwelzijn in het hoger onderwijs.



Zarrea Plaisier
Netwerklid (Tilburg University)

Mijn naam is Zarrea Plaisier en ik ben inmiddels ruim 18 jaar werkzaam bij Tilburg University. De afgelopen 2,5 jaar in de functie als Student Wellbeing Officer. Ik ben vanaf het begin actief betrokken geweest bij het Landelijke Netwerk Studentenwelzijn, destijds vanuit mijn beleidsfunctie bij het International Office.

Een stem voor studenten en het opdoen van inspiratie

Ik zag van dichtbij hoeveel internationale studenten moeite hadden om wegwijs te raken in het Nederlandse zorgsysteem en tegen welke welzijnsproblemen zij aanliepen. Mijn motivatie om me bij dit netwerk aan te sluiten was voornamelijk om de internationale student een stem te geven en inspiratie op te doen over best practices die op andere plekken al succesvol geïmplementeerd waren.

Complexiteit problematieken

Over de jaren heb ik gemerkt dat het een hele uitdaging is om de juiste oplossingen aan te reiken richting studenten die niet goed in hun vel zitten. De complexiteit van de problematieken lijkt toe te nemen en vanuit onze rol als onderwijsinstelling lopen we soms tegen beperkingen aan met betrekking tot wat we een student kunnen bieden. Vanuit het netwerk heb ik veel steun mogen ervaren en het enthousiasme en de bevlogenheid van de collega's in den lande voelen voor mij nog steeds als een warm bad. Het is ontzettend fijn en helpend om samen te kunnen sparren en uitwisselen, ook over soms lastige onderwerpen zoals zelfmoord, stigma op mentale problemen en middelengebruik.

Trots

Ik ben echt trots op wat we de afgelopen vijf jaar, vanuit die gezamenlijke missie om studentenwelzijn te verbeteren, hebben bereikt. Het onderwerp staat nog steeds hoog op de bestuurlijke agenda, het netwerk blijft gestaag groeien en wordt ook steeds zichtbaarder, is mijn indruk. Op naar de volgende vijf jaar en verder, zodat het netwerk kan blijven groeien en bloeien en we vanuit vereende krachten ons duurzaam mogen inzetten voor het verbeteren van studentenwelzijn.



Eric Wiersma
Netwerklid (Hogeschool Inholland)

Het studentenwelzijn raakt me diep en als lid van het Landelijk Netwerk Studentenwelzijn deel ik mijn passie, ter gelegenheid van het vijfjarig jubileum. Mijn betrokkenheid roept de vraag op wat ik bijdraag aan dit netwerk van onderwijsdeskundigen en wat ik ervan meeneem.

De impact van het Landelijk Netwerk Studentenwelzijn

Ik waardeer de kans om van collega's te leren en ideeën op te doen over de vraag hoe we ervoor kunnen zorgen dat het welzijn van studenten prominent op de agenda staat van alle hogescholen en universiteiten. En hoe we dit kunnen versterken.
Onderzoek laat zien dat toenemende stress en druk nadelige effecten hebben op het welzijn, de motivatie en de studieprestaties van studenten. Als docent vervul ik hierin een belangrijk rol met persoonlijke aandacht, het aanleren van vaardigheden en het gesprek aan te gaan met studenten over het kunnen omgaan met onzekerheid, prestatiedruk en stress. Ook is het belangrijk om studenten te ondersteunen tijdens belangrijke momenten in de studie, en duidelijk te communiceren welke mogelijkheden iedere hogeschool of universiteit heeft om hen daarbij te helpen.



Tevens draag ik bij aan het netwerk met enthousiasme en leergierigheid en deel ik mijn ervaringen en best practices vanuit Hogeschool Inholland. Binnen onze school ben ik als docent actief in een netwerk van studenten met een functiebeperking, waarbij we hun behoeften samen identificeren en ondersteunen. Ik droeg bij aan de **publicatie** 'De normaalste zaak van de wereld – een ander gesprek'. Belangrijke les uit het gesprek met een studente over hoe het is om te studeren met een ondersteuningsvraag: alles staat of valt met persoonlijke aandacht voor en betrokkenheid bij de behoeften van de student, als basis om zich gehoord, gezien en gewaardeerd te voelen.



Serge Feldmann & Samantha Pedrosa da Silva Netwerkleden (Hogeschool Rotterdam)

We werken allebei als studentendecaan en combineren dit met beleidsontwikkeling Studentenwelzijn op de Hogeschool Rotterdam. Op zo'n grootstedelijke Hogeschool met 40.000 studenten, kom je niet alleen alle doelgroepen maar ook alle type problematiek en belemmeringen tegen die een student op zijn pad kan tegenkomen. Wij zoeken dan altijd naar mogelijkheden om deze zo veel mogelijk weg te nemen. Vanuit onze missie en visie als afdeling Studentenwelzijn doen we dat oplossingsgericht en met de focus op veerkrachtontwikkeling van de student.

Kennisnetwerk Studentenwelzijn HR

Twee jaar geleden hebben we een Kennisnetwerk Studentenwelzijn opgericht binnen de HR. Deze coördineren we samen. Doel van dit netwerk is het verzamelen, ordenen, onderzoeken, beschikbaar maken en verbinden van de nieuwste evidence-based kennis, ervaring, methoden en technieken voor het ontwikkelen, vergrote en ondersteunen van studentenwelzijn.

Studentenwelzijnsmonitor

Afgelopen studiejaar hebben we ook met onze afdeling voor het eerst een jaarlijkse **studentenwelzijnsmonitor** onder alle studenten afgenomen en een Studentenwelzijnsdag georganiseerd.

Impact Landelijk Netwerk Studentenwelzijn

Het Landelijk Netwerk Studentenwelzijn is hierin van groot belang geweest. Niet alleen door het onderwerp voortdurend te agenderen, maar ook door een voorbeeld te zijn in kracht van samenwerking en synergie.

Ambassadeurs

Juist dat laatste is soms zo lastig, maar juist zo belangrijk om daadwerkelijk resultaat te boeken op dit gebied. Wij zien onszelf dan ook als ambassadeurs van dit thema binnen en buiten de Hogeschool Rotterdam. We willen het Landelijk Netwerk Studentenwelzijn bedanken voor alles wat is gedaan en bereikt en hopen dat zij ook de komende jaren een drijvende kracht blijft om op landelijk niveau studentenwelzijn onder de aandacht te houden.

Van Actieplan naar Landelijk Kader | Speerpunten

Actieplan

Wat verstaan we onder studentenwelzijn? Hoe kunnen we bijdragen aan het bevorderen van studentenwelzijn? En wat is de taak van hogescholen en universiteiten hier wel en niet in? Met deze vragen worstelden hogescholen en universiteiten sinds de toenemende zorgen om het welzijn van studenten. Het **Actieplan studentenwelzijn** (auteurs: J. Dopmeijer e.a.) ondersteund door belanghebbende partijen, werd gepresenteerd tijdens de Wereldgezondheidsdag in 2018. Het plan, met vijf pijlers ter bevordering van studentenwelzijn, was de focus van het Landelijk Netwerk Studentenwelzijn bij de start in 2018:

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.

Welbevinden in coronatijd

De coronapandemie, die in 2020 wereldwijd de kop opstak, had grote impact op het mentaal welzijn van studenten. Studenten waren onder meer aangewezen op online lessen en hadden minder sociaal contact. Stress, spanning en eenzaamheid namen toe. Ook zorgen om financiën, studievoortgang en het vinden van een stage hadden impact op het mentale welzijn van studenten. Ondanks de brede aandacht van hogescholen en universiteiten voor studentenwelzijn en tal van hulpinitiatieven die werden opgezet, gaven studenten aan dat het nog niet altijd goed met hen ging. Dit bleek uit verschillende onderzoeken zoals onder andere van **Caring Universities**.

> ***De studenten worden gek op hun kamertje - Dahran Çoban, voorzitter ISO (2020)***

Krachtenbundeling voor samen sterk

Studentenwelzijn kreeg tijdens de pandemie de hoogste prioriteit. Instellingen waren op zoek naar handvatten voor een aanpak op eenzaamheid, de impact van een nieuwe lockdown en hoe studenten verbonden te houden met de school. De online community groeide in één jaar tijd uit tot ruim 1.000 leden.

Hogescholen en universiteiten spannen zich in om stress en prestatiedruk onder studenten tegen te gaan, bijvoorbeeld door te kijken hoe toetsen en deadlines beter kunnen worden gepland. Maar ook door meer openheid te creëren over mentale gezondheid in de collegezalen of docenten en studentbegeleiders te leren hoe ze goed kunnen signaleren en doorverwijzen. Een ander voorbeeld is dat hogescholen en universiteiten aan de slag gaan met suïcidepreventiebeleid en zich inspannen om duidelijk te communiceren over het aanwezige hulpaanbod.

Synergie en impact

Tal van initiatieven zijn gelanceerd voor het creëren van synergie en het maken van impact. Zo slaan verschillende samenwerkingsverbanden de handen ineen en worden ervaringen en kennis online en via ontmoeting gedeeld om samen vorm te geven aan beter studentenwelzijn. Lees hierover meer in de verschillende paragrafen van dit magazine.

Landelijk kader integrale aanpak studentenwelzijn

Met de introductie van het landelijk kader voor de integrale aanpak studentenwelzijn slaan alle hogescholen, universiteiten en studenten de handen ineen voor het verbeteren van het studentenwelzijn in de komende jaren.
Hiermee wordt voortgebouwd op het landelijke samenwerkingsverband tussen de hogescholen, universiteiten, studenten, ECIO en het ministerie van OCW dat in 2018 is opgericht met de **'Gezamenlijke ambitie studentenwelzijn'** en het **Actieplan studentenwelzijn**.

Het ideaalbeeld wordt gevormd door vijf uitgangspunten:

- inclusief studieklimaat
- zelfregie en toerusting in vaardigheden
- oog voor verschillende startposities en diversiteit
- (nieuwe) obstakels uit de weg ruimen.
- aandacht voor persoonsvorming en sociale ontwikkeling in het onderwijs.

De vier thema's waarlangs onderwijsinstellingen bijdragen aan studentenwelzijn zijn:

- het vergroten van sense of belonging en het bieden van praktische handvatten
- preventie en inspanning voor het oplossen van ervaren problemen en klachten
- het vergroten van de handelingsbekwaamheid van medewerkers
- versterken van samenwerking tussen instellingen en organisaties vanuit de zorgketen.



Meer studentenwelzijn | Synergie en impact

Intentieverklaring VN-verdrag voor inclusiever onderwijs

Met ondertekening van de **intentieverklaring VN-verdrag** inzake de rechten van personen met een handicap sta je er als onderwijsinstelling niet alleen voor. Hiermee sluit je aan bij de landelijke werkgroep VN-verdrag. Onderwijsinstellingen werken hierin samen aan het het implementeren en borgen van de doelen van het VN-verdrag. ECIO faciliteert en ondersteunt hierbij met kennis. Vind niet opnieuw het wiel uit en sluit ook aan!

Onbelemmerd studeren

Als leren niet vanzelf gaat. Studenten met een functiebeperking, chronische ziekte, psychische klachten of in een bijzondere omstandigheid zoals zwangerschap, jong ouderschap, gendertransitie of mantelzorg kunnen belemmering tijdens de studie ervaren. Via **onbelemmerdstuderen.nl** worden zij wegwijs gemaakt in de voorzieningen en regelingen die hen daarbij kunnen helpen.

Online communities

■ *Ervaringsdeskundige studenten studeren met een beperking of ondersteuningsvraag*
In deze **besloten groep** brengen we ervaringsdeskundige studenten met elkaar in verbinding om tips en ervaringen te delen en elkaar te informeren over actuele ontwikkelingen rondom inclusief onderwijs.

■ *Studentenwelzijn in het middelbaar beroepsonderwijs - mbo*
Dit is een **netwerkgroep** voor en door onderwijsprofessionals in het mbo. Een community voor uitwisseling van ervaringen en het delen van kennis, goede praktijken en knelpunten rondom studentenwelzijn. Het initiatief van deze community is voortgekomen uit het project 'GeestKracht-scholen'. Een project waarin het doorbreken van taboes op psychische problematiek in het mbo centraal staat. Deze community is in april 2022 opgericht en telt inmiddels bijna 200 leden.

Onderzoek prestatiedruk en stress bij studenten in het hoger en wetenschappelijk onderwijs

Het onderzoek Harder Better Faster Stronger? resulteerde in een **rapport** en **handreiking** met oplossingsrichtingen voor studenten, onderwijsinstellingen en de maatschappij als geheel. Het onderzoek werd uitgevoerd door Trimbos-instituut, ECIO en het RIVM in opdracht van het ministerie van OCW. Het rapport en de handreiking werden **overhandigd** aan Hare Majesteit Koningin Máxima, erevoorzitter van MIND Us, en minister Dijkgraaf van OCW bij Fontys Hogeschool in Den Bosch.

Blog 'Verlieskunde en rouwarbeid

Serge Feldman schreef een **blog** over zijn deelname aan de bijeenkomst van het Landelijk Netwerk Studentenwelzijn over 'Verlies & suïcidepreventie'. Hier sprak verlieskundige Heidi van den Hout over diffuus verlies waarvoor vaak zelden aandacht is en hoe deze te verwerken is met rouwarbeid.

Internationaal

Inclusief en toegankelijk studeren en stage lopen in het buitenland. Ook welzijn is daar onderdeel van.
In de **podcast** 'Student Well-being' (Nuffic) vertellen Thomas Bijl van studentenplatform Frisse Gedachtes en Ellen van Veen van ECIO over het belang van de rol van Nederlandse instellingen en geven peer-to-peer oplossingen om door moeilijke tijden heen te komen.

Het spel **Go!forAll** ontwikkeld door ECIO en Nuffic, ondersteunt onderwijsprofessionals bij het bevorderen van inclusieve internationalisering.

Colofon

Lustrumuitgave | 5 jaar Landelijk Netwerk Studentenwelzijn
5 oktober 2023

Redactie
Nora Bruning, Annabel de Koning, Franka van de Wijdeven, Joyce van der Wegen - ECIO

Uitgave
Landelijk Netwerk Studentenwelzijn

ECIO

Contact
073-6800783
algemeen@ecio.nl
ecio.nl/het-landelijk-netwerk-studentenwelzijn-ho/

Vormgever
MEO

Financiering
Uitgave is mede mogelijk gemaakt met financiering van het ministerie van OCW

Deze uitgave is op zorgvuldige wijze en naar beste weten samengesteld. Aan de inhoud kunnen geen rechten worden ontleend. Overname van teksten, ideeën en resultaten uit deze publicatie is vrij toegestaan, mits met bronvermelding.

ECIO

leren
zonder belemmering