

Overzicht praktische voorbeelden studentenwelzijn

Good practices



[Student Coaching](#) | Fontys

Student Coaching is een platform met als doel om onderwijsprofessionals te ondersteunen gericht op studentenwelzijn met inspiratie, tools en voorbeelden. Vanwege de toename van signalen over studiedruk is Fontys aan de slag gegaan met het actieplan studentenwelzijn (*evidence based*) en is er een werkgroep opgericht. Daarbij is ingezet op vroegsignalering, zelfredzaamheid van studenten en de studeerbaarheid van het curriculum. Professionalisering van docenten en studentcoaches, bijvoorbeeld duidelijk over het doorverwijzen (wanneer en naar wie) is hiervoor van belang.



[Are you ok out there?](#) | Erasmus Universiteit Rotterdam

'Are you ok out there?' is het online wellbeing platform dat is gelanceerd tijdens de coronacrisis. Dit platform heeft als doel de negatieve effecten van de coronacrisis op het welzijn van de studenten tegen te gaan. Het platform is beschikbaar via inlog (intranet). Het aanbod is gegroepeerd rondom vijf actielijnen uit het werkprogramma studentenwelzijn: mentaal, sociaal, cognitief, spiritueel en fysiek welbevinden. Daarnaast is er een 'students4students' hulplijn ingericht: chatsessies met peer supporters. Via een live chat zijn 'peers' vijf dagen per week beschikbaar.



[Wellbeing week](#) | Universiteit Utrecht

De Wellbeing week is een week vol met activiteiten voor studenten voor een betere balans tussen studie en ontspanning. Juist nu in de coronatijd wil de universiteit de student zo goed mogelijk ondersteunen met vragen over effectief thuis studeren, het in balans houden van de mentale gezondheid en bijvoorbeeld over het creëren van een passend dagritme. Aankomende editie vindt plaats van 16 tot en met 20 november 2020.



[Skills Lab UU](#) | Universiteit Utrecht

Skills Lab ondersteunt studenten die extra studiehulp nodig hebben. Het lab richt zich voornamelijk op studiegerelateerde vaardigheden en wordt door studenten gezien als laagdrempelig. Een belangrijk onderdeel is de peer-to-peer-coaching voor alle studenten op het gebied van schrijven, planning of studeren. Het vaardigheidsaanbod is toegankelijk en overzichtelijk en worden er verschillende evenementen georganiseerd. In de coronatijd zijn er extra initiatieven georganiseerd zoals 'digitale doorschrijf weken' en 'digitale doorwerkgroepjes' waarin studenten elkaar helpen met planning en het behalen van doelen.

Overzicht praktische voorbeelden studentenwelzijn

Good practices



[Maskerclass](#) | Initiatief Sophie Schmeets

Met Maskerclass worden ervaringen en kennis rondom studeren met een depressie op dynamische wijze gedeeld met het publiek. Sophie, die haar depressie verborgen hield waardoor haar studie en sociale leven tot stilstand kwam, ervoer dat het vertellen van haar verhaal aan medestudenten juist helpt. Met haar eigen ervaring en door samenwerking met zowel mensen die zelf ook een depressie hebben gehad als met deskundigen op dit gebied, heeft ze Maskerclass opgezet. "Het taboe rondom depressie en het gebrek aan kennis maakt het vaak moeilijk om dit onderwerp te bespreken met studenten en docenten. Met Maskerclass breng ik hier verandering in."



[Community Radio](#) | TU/e

De TU/e-gemeenschap bracht de studenten tijdens de coronatijd samen, zonder dat zij fysiek op de campus aanwezig waren. Met de Community Radio konden studenten met elkaar in contact blijven.



[Factsheet studentenwelzijn in coronatijd](#) | VH-netwerk

De factsheet beschrijft een aantal (best) practices en is opgebouwd rondom vier thema's: behoefte aan duidelijkheid en structuur, behoefte aan meer betrokkenheid van de opleiding, psychisch welbevinden staat onder druk en zorgen over studieverloop en toekomst. De factsheet beschrijft de belangrijkste aandachtspunten rondom thuisstudie en is gebaseerd op informatie van twaalf hogescholen.



[Factsheet Studentenwelzijn](#) |

Een inventarisatie, van de Vereniging Hogescholen, in hoeverre de afgesproken ambities van de Gezamenlijke ambitie Studentenwelzijn zijn gerealiseerd. Hier hebben 31 hogescholen aan deelgenomen. De factsheet schetst een beeld van het (implementatie)beleid van hogescholen op het gebied van Studentenwelzijn.

Tips



[Infographic effectief thuisstuderen](#) | Hogeschool InHolland

Het online onderwijs vraagt veel van studenten. Thuisstudie kan voor velen van hen, zonder de faciliteiten en regelmaat van school, een behoorlijke opgave zijn. Deze infographic biedt tien evidence-based tips voor motivatie, inzet, welzijn, actieve betrokkenheid, binding en engagement van studenten.

Overzicht praktische voorbeelden studentenwelzijn

Tips



[Tips en Tools](#) | Radboud Universiteit

Een actieplan met tips en tools en diverse pilots zoals 'Flexibel Onderwijs' voor studenten met een zorgtaak en een verbeterde voorlichting: 'Are you fit to study?'. Deze activiteiten zijn mede geïnitieerd door de resultaten van het onderzoek dat RU samen met de studentenraad in 2018 uitvoerde. Uit het onderzoek bleek dat 60% van de studenten druk ervaart en dat ze sociale problemen ervaren, zoals het niet kunnen meedoen en geen vrienden hebben.



[Corona information](#) | Universiteit Twente

Het online platform met corona-informatie is een initiatief van Student Union. Student Union is een non-profitorganisatie die zich inzet om de studententijd fantastisch te maken. Oók in de coronatijd. Zij zette zich in om alle studenten te betrekken bij initiatieven in samenwerking met studentenorganisaties.



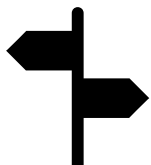
[Ochtendritueel](#) | Hogeschool Rotterdam

Met het digitale ochtendritueel kunnen studenten, gedurende de coronacrisis, hun dag starten met medestudenten. Het is een ondersteuning om goed en gemotiveerd de dag te beginnen, gezellig én een stok achter de deur. Deze ochtendmeet-up startte elke ochtend om 9u via Microsoft Teams. Dit laagdrempelige ritueel heeft ook toekomst na de coronatijd.



[Wegwijzer autisme & corona](#) | NVA

Een wegwijzer, van de Nederlandse Vereniging voor Autisme, met behulpzame tips en links voor mensen met autisme en hun naasten. Zoals tips bij stress, praktische of psychische hulp tijdens werk, eenzaamheid, informatie voor ouders en voor mensen met een verstandelijke beperking, verwijzingen naar regelgeving, gezondheidsdiensten en ondersteunende filmpjes.



[Verwijskaart](#) | Studentennetwerk Utrecht

Studenten die in Utrecht gaan studeren, schrijven zich niet of nauwelijks in bij een huisarts. Hierdoor weten ze vaak onvoldoende het netwerk van de zorg te vinden. De verwijskaart 'Waar en wanneer huisartsen hun cliënten kunnen verwijzen binnen het hoger onderwijs Utrecht' ondersteunt hen hierbij. De verwijskaart is samengesteld door het Studentennetwerk Utrecht dat samenwerkt en kennis deelt over het thema 'zorg voor de Utrechtse student'.

Overzicht praktische voorbeelden studentenwelzijn

Onderzoeken & beleidsdocumenten



[Handreiking Studentenwelzijn](#) | Landelijke Werkgroep Studentenwelzijn

De handreiking heeft als doel om onderwijsinstellingen praktisch te ondersteunen met inspirerende voorbeelden en aandachtspunten. Het belang van maatwerk wordt onderstreept door het aanbieden van informatie en voorzieningen voor studenten met een ondersteuningsvraag in het hoger onderwijs.



[Monitor Mentale Gezondheid en Middelengebruik Studenten in het hoger onderwijs](#)

"Het leveren van eenduidige breed gedragen representatieve landelijke cijfers over de mentale gezondheid en middelengebruik van studenten in het hoger onderwijs, en de belangrijkste beschermende en risicofactoren". Aan de hand van een 'rugbybal' worden de belangrijkste risicofactoren én beschermende factoren in kaart gebracht. Er wordt gekeken hoe het samenspel tussen sociale en individuele factoren die zich afspelen in de maatschappelijke context, invloed hebben op het welbevinden. Deze monitor wordt opgezet door Trimbos, RIVM en GGDGHOR Nederland in opdracht van de ministeries OCW en VWS. Het onderzoek loopt nog.



[Analyse Studentenwelzijn](#) | ISO

Een inventarisatierapport van achttien grote onderzoeken die tot 2019 zijn uitgevoerd rondom studentenwelzijn. Het rapport schetst een landelijk beeld van de problemen waar studenten mee kampen: meer dan 70% van de studenten geeft aan (zeer) vaak druk te ervaren om te presteren, 32% heeft last van concentratieproblemen en bijna 53% kampt met burn-outklachten zoals emotionele uitputting.



Onderzoek naar integrale aanpak voor studentenwelzijn | Jolien Dopmeijer

Problematiek die onder studenten vaker lijkt terug te komen, zijn angst- en depressie, alcohol- en drugsgebruik, burn-out, suicide-risico, 'sense of belonging' en eenzaamheid. Het doel van dit onderzoek is om risicofactoren en risicogroepen in kaart te brengen. Het promotie-onderzoek is nog niet gepubliceerd.



[StepChange-model](#) | University of Bristol

StepChange zoomt vanuit verschillende aspecten in op studentenwelzijn en draagt bij aan integraal beleid, visie en implementatie rondom de mentale gezondheid van studenten en medewerkers. De aanpak raakt vier domeinen binnen het onderwijs: leren, werken, begeleiden en leven. Daarbij staan vijf thema's centraal die een instellingsbrede aanpak ondersteunen: leiderschap, coproductie, informatie, inclusie en onderzoek & innovatie.

Overzicht praktische voorbeelden studentenwelzijn

Oktober, 2020

**Uitgave: Landelijke Werkgroep Studentenwelzijn
Met voorbeelden uit het Landelijk Netwerk Studentenwelzijn**

De verslagen over de bijeenkomsten van het Landelijk Netwerk Studentenwelzijn (fundament van deze rapportage) zijn terug te vinden via <https://www.ecio.nl/het-landelijk-netwerk-studentenwelzijn-ho/>