**<https://www.scienceguide.nl/2018/11/leenstelsel-en-bsa-leiden-tot-depressies-bij-studenten/>**

**Leenstelsel en bsa leiden tot depressies bij studenten**

Nieuws | door Frans van Heest

**28 november 2018** | Hoe ga je om met toenemende suïciderisico’s en psychische klachten bij studenten? “We moeten als hoger onderwijs een warm nest zijn voor deze jongens en meiden,” zegt Kees Boele (HAN).

Hoewel er nog geen groot landelijk onderzoek is, blijkt uit onderzoeken op verschillende hogescholen en universiteiten dat het probleem van psychische klachten bij studenten aanzienlijk is. In Utrecht werd onlangs een studiemiddag georganiseerd over dit thema. Hoe ga je bijvoorbeeld om met een student die aangeeft dat hij het leven niet meer ziet zitten? Op Hogeschool Windesheim blijkt namelijk dat 1 op de 5 studenten te maken heeft met een suïciderisico. Het bindend studieadvies en het leenstelsel worden door onderzoekers van hogescholen en universiteiten tijdens de bijeenkomst veelvuldig aangewezen als oorzaken.

**Hoger onderwijs moet een warm nest zijn**

Voorzitter van de HAN, Kees Boele ziet dat het bij zijn collega-bestuurders een onderwerp is waar nog maar weinig aandacht voor is. Bij de buren van de Radboud universiteit werd in 2017 vastgesteld dat er een groot risico op psychische klachten heerst, [iets waar Boele zich al eerder over uitliet dit jaar](https://www.scienceguide.nl/2018/09/de-kwalificatiefunctie-van-het-hbo-staat-te-wiebelen/). Boele stelt dat het hoger onderwijs een warm nest moet zijn voor deze studenten.

De eerste spreker was Jolien Dopmeijer, docent en onderzoeker aan Hogeschool Windesheim. Dit voorjaar lanceerde zij een [actieplan onder andere samen met het ISO en de LSVb](https://www.scienceguide.nl/2018/03/actieplan-om-depressies-bij-studenten-bespreekbaar-te-maken/) tegen studiedruk. Zij deed onderzoek naar studiestress onder [3100 studenten van Windesheim](https://www.scienceguide.nl/2017/11/kamer-steggelt-prestatiedruk-studenten/). “We zagen in ons onderzoek dat meer dan de helft van onze studenten enige tot ernstige mate van somberheid en angstklachten heeft. We zien dat al bij meerdere metingen. Eén op de vier studenten geeft aan burn-outklachten te hebben. Er wordt fors risicovol gedronken. Bijna 70% ervaart vaak tot zeer vaak prestatiedruk en het suïciderisico was bij onze studenten 1 op de 5 studenten, dat is heel fors.”

“Dit laatste roept veel vragen op en ik zou het graag verder willen onderzoeken waarom dat zo is. We weten wel dat suïcide één van de belangrijkste doodsoorzaken is onder studenten. De conclusie van ons onderzoek is dat studenten een hoog risico lopen op psychisch-sociale klachten en bovenmatig middelen gebruiken. En die klachten zien wij vooral ook terug bij mensen die uitvallen in het hoger onderwijs.”

De redenen voor deze studiedruk zijn veelal terug te brengen op twee ontwikkelingen van de afgelopen paar jaar in het hoger onderwijs, zegt Dopmeijer. “Het leenstelsel is er gekomen en de bsa-norm is verhoogd, dat levert veel druk op. Studenten in ons onderzoek geven dit ook aan als redenen waarom zij studie- en financiële druk ervaren.”

**Studenten zoeken heel weinig hulp**

Een ander probleem is dat studenten moeilijk hulp zoeken. “Er heerst een hulp mijdende cultuur op dit moment onder studenten. Ik heb een aantal onderzoeken in voorbereiding om te kijken hoe psychische klachten bespreekbaar kunnen worden gemaakt. Wij weten dat studenten heel weinig hulp zoeken. Er sprake is van schaamte, daardoor zit het ook zo vast.”

Daarom moet vooral iet aan preventieve worden gedaan om deze studenten te helpen, zo zegt Dopmeijer. “We vinden dat er een verschuiving moet plaatsvinden naar vroegtijdig signaleren. In plaats van dat we nu opeens een blik aan studentpsychologen opentrekken. Zodat deze studenten geholpen kunnen worden. Dan ben je vooral aan de achterkant zaken aan het repareren. Het is wel belangrijk dat dit gebeurt en dat er voldoende hulpverlening is. Maar we moeten vooral zorgen dat studenten vroegtijdig zelf gaan inzien met een beetje hulp dat er iets aan de hand is.”

Hans Thijssen, hoogleraar filosofie die zich in zijn onderzoek bezighoudt met het onderwerp geluk, kwam bij deze bijeenkomst cijfers toelichten van een eerder [onderzoek aan de Radboud Universiteit](https://www.scienceguide.nl/2018/08/nijmeegse-studenten-maken-actieplan-voor-studentenwelzijn/) over studiedruk onder studenten.

Dat de Radboud Universiteit onderzoek doet naar het welbevinden van studenten komt voort uit het strategisch plan van de universiteit, legt Thijssen uit. Toch kon dit onderzoek niet rekenen op een warm onthaal door rectoren van andere universiteiten. “Het strategisch plan van de Radboud Universiteit stelt dat de universiteit zich inzet voor het welzijn van de maatschappij en zich inzet voor de zoektocht naar zingeving van haar studenten. Binnen dat kader heeft de rector besloten om een onderzoek uit te zetten onder studenten. Hij werd voor gek verklaard in het College van Rectoren van andere universiteiten die zeiden: ‘waar begin jij aan?’ Toch heeft hij doorgezet.”

Uit dat onderzoek van de Radboud Universiteit blijkt dat niet al te veel studenten zich gelukkig voelen. Volgens Thijssen zijn de cijfers, “schrikbarend en ernstiger dan ik dacht. 60% van de studenten uit het onderzoek lijdt onder prestatiedruk. En 27% geeft aan dat dit veel invloed heeft op de studie en 8% zegt heel veel. 34% van de studenten zegt dat de werkdruk een grote invloed heeft op het geluksgevoel.”

Thijssen legt ook uit dat de toegenomen excellentiecultuur op universiteiten de druk op studenten heeft verhoogd. “Elke universiteit in Nederland wil excellent zijn en hebben speciale programma’s daarvoor. Wat de studenten teruggaven in dit onderzoek is dat dit soort marketing hen onder druk zet. Het welbevinden van studenten verliezen universiteiten uit het oog. Men is alleen nog maar bezig met de elite-studenten. Eigenlijk hebben alle studenten behoefte aan multidisciplinaire projecten, meer begeleiding of maatschappelijk georiënteerde projecten. Universiteiten moeten niet alleen prestaties vooropstellen, maar ook het welbevinden van studenten.”

**Studenten hebben geleerd om hulpeloos te zijn**

Carolien Gravesteijn, lector ouderschap van de Hogeschool Leiden [heeft eerder al een pleidooi gehouden voor meer ouderbetrokkenheid in het hoger onderwijs](https://www.scienceguide.nl/2018/05/ouderbetrokkenheid-bevordert-de-studieresultaten/). Gravestijn stelde allereerst dat de switch van het vo naar het hbo vaak een grote stap is voor studenten. “Wij krijgen in ons onderzoek vaak te horen dat studenten op de middelbare school geleerd hebben om hulpeloos te zijn. Ze komen bij ons binnen, en wij moeten het eigenlijk beetje zien op te knappen voor de studenten. Het is daarom belangrijk dat die studenten meer hun stem kunnen laten horen binnen de hogeschool.” Volgens haar is het meest essentiële advies om meer te investeren in de relatie die studenten onderling hebben en tussen studenten en docenten.

Ook gaat Hogeschool Leiden handvatten bieden voor docenten om het moeilijke gesprek te voeren. “Wij gaan een gereedschapskist ontwikkelen, met verschillende effectieve manieren om het moeilijke gesprek te voeren. Stel dat een jongen aangeeft: ‘ik zie het leven niet meer zitten.’ Op wat voor manier kun je dan het gesprek aangaan? Ik heb met veel docenten gesproken die dit probleem nog weleens tegenkomen. Dan kun je niet van alle docenten verwachten dat ze dan weten waar ze die jongen naar kunnen doorverwijzen.”

Gravesteijn geeft aan dat het ook belangrijk is om ouders te betrekken als studenten in de problemen komen. Dit contact met ouders kan al in een vroeg stadium gelegd worden. “Het valt of staat met het begin. Als de student de hogeschool binnenkomt dan kan de ouder ook geïnformeerd worden middels een website of via een ouderavond. Over wat ouderbetrokkenheid betekent in het hoger onderwijs. Als je dat goed neerzet, dan heb je al heel veel winst behaald.”

Zelf kwam Gravesteijn met een tragisch voorbeeld uit haar eigen beroepspraktijk waarom het belangrijk kan zijn om goed oudercontact te hebben. “Ik heb heel lang op de Haagse Hogeschool gewerkt en daar heeft een student een einde aan zijn leven gemaakt, afschuwelijk. Daar hadden de ouders, de opleiding en de vrienden het idee: ‘wij wisten wel dat het niet zo goed ging, maar dat het zo extreem was wisten we niet.’”

“Wij hebben toen een heel betekenisvolle avond georganiseerd waar iedereen bij elkaar is gekomen. Als we van elkaar geweten hadden dat dit speelde in het leven van deze jongen, wie weet – maar dat weet je natuurlijk nooit – hadden we het wel kunnen voorkomen. Dit is ook een pleidooi om er open voor te staan dat als het niet goed gaat met een student, om ook het gesprek aan te gaan met de ouders.”

**Er is een periodieke monitor nodig**

Ook Rob Bovens, Coördinator Academische werkplaats verslaving bij Tranzo, Tilburg University en voorheen lector verslaving Windesheim ziet dat er een groot gebrek is aan systematisch onderzoek. “Het vervelende is dat wij nooit stelselmatig monitoren of er prestatiedruk is. We hebben in Nederland vanuit Trimbos Instituut een onderzoek onder scholieren. Tot en met 17 en 18-jarigen weten we alles. Vervolgens kom je op de hogeschool of de universiteit en is er opeens een black box. We weten eigenlijk niet hoe het zit met de psychische gezondheid van studenten. Er zijn zo nu en dan conceptuele onderzoeken. Maar is dit een trend, is het iets dat toeneemt of afneemt? Wat nodig is, is een periodieke monitor van studentenwelzijn en psychische gezondheid.”

Ook Bovens ziet als oorzaak van de toegenomen studiedruk eerder genoemde problemen met het leenstelsel en het bsa. “Een van de zaken die er ook voor gezorgd heeft en dat weten we wel degelijk op basis van onderzoek is het bindend studieadvies, dat ligt aan de basis van de prestatiedruk, maar dus ook het leenstelsel.”

Bovens die oud-lector is van Windesheim heeft daar ook ervaren hoe belangrijk het is dat er een vast aanspreekpunt is voor dit vraagstuk. “Wat belangrijk is coördinatie, er moet een trekker zijn. Ik ga nu toch even terug naar Windesheim. Dat doe ik niet om mijn vorige werkgever te kakken te zetten. Maar wat je wel ziet is dat Jorien Dopmeijer bezig is met haar promotie en een project heeft opgezet, maar het is nog niet volledig in het beleid van de hogeschool opgenomen. Wat je nu ziet is dat het weer langzamerhand aan het afkalven is.”

“Dat is de belangrijkste les die ik jullie mee wil geven vanmiddag. Zorg ervoor dat het in het beleid van de hogeschool en universiteit terecht komt. Zorg er ook voor dat er iemand verantwoordelijk is voor het totaal en daar ook uren voor krijgt.”

Ook richting politiek Den Haag had Bovens nog een advies. “Wat echt moet gebeuren is dat ook het Ministerie van Volksgezondheid hierbij betrokken wordt. Het wordt zo vaak gezien als iets van het ministerie van OCW. Het gaat altijd over studieprestaties, studieuitval en VWS wordt daar niet bij betrokken. Wel als het gaat om suïcide preventie, dan zijn ze wel betrokken, maar het zou nog veel meer moeten.”

**Moeten al die internationale studenten hier wel naartoe komen?**

Marian de Groot, directeur Expertisecentrum handicap + studie ziet dat studenten met psychische problemen onvoldoende hulp krijgen vanuit het hoger onderwijs. “Wij laten zelf de module van de Nationale Studenten Enquête over studeren met een beperking analyseren. Wat je daarin ziet is dat er een toename is van studenten met psychische problematiek. Studenten met psychische problemen zijn ook het minst tevreden over wat er op de hogeschool of universiteit voor hen gebeurt. Studenten met een fysieke beperking of met dyslexie zijn relatief veel tevredener. Dat betekent dat wij als hoger onderwijs minder goed raad weten met studenten met psychische problemen.”

Handicap + studie ziet wel dat de studentenbonden een belangrijke rol hebben gespeeld om dit vraagstuk op de agenda te zetten. “Vergeet niet de studentenbonden ISO en LSVb. De LSVb heeft hier al jaren achtereen onderzoek naar gedaan. Je kan best wat afdingen op de kwaliteit van hun onderzoek, maar wat ze daarmee wel boven tafel hebben gehaald is dat veel studenten problemen hebben met de prestatiedruk. Het ISO heeft er ook voor gezorgd dat op alle instellingen studentenwelzijn in de medezeggenschap geagendeerd wordt. Dat is heel knap, zij nemen dat bijzonder serieus.”

Ook ziet de directeur van handicap + studie dat vooral veel internationale studenten te kampen hebben met deze problematiek en vraagt zich af of het hoger onderwijs hier geen verantwoordelijkheid voor moet nemen. “Wij horen dat veel internationale studenten lijden aan eenzaamheid. Zij weten moeilijk aansluiting te vinden met Nederlanders en de Nederlandse cultuur. Veel studenten die hier naartoe komen zeggen dat ze te maken hebben met psychische problematiek. Het is bijvoorbeeld ook niet goed geregeld met de verzekeringen voor deze groep. Ik denk dat dit iets is waar wij ook aandacht voor moeten hebben. Om die reden moet je ook nadenken of je de hele tijd nou alleen maar internationale studenten hier naartoe moet halen.”

**Het is aan ons zelf te wijten**

De laatste spreker deze middag was Kees Boele, voorzitter van de HAN die al langer aandacht vraagt voor de prestatiedruk bij studenten. Hij gaf meteen wel aan dat het een lastig probleem is. “Wat ik zeg en wat ik bepleit is heel moeilijk in de praktijk te brengen. Ook binnen de HAN, maar ik vertel dit verhaal met een steeds groter wordend hart voor al die studenten die wij in huis hebben, die steeds meer problemen hebben. Ik vraag er ook publiekelijk aandacht voor, ook in het bestuurlijke wereldje. Maar juist daar is het heel moeilijk om het op de agenda te krijgen. Ik ga uitleggen waarom dat zo is.”

“Ik denk namelijk dat een deel, misschien wel een groot deel van de problemen onder studenten te wijten is aan onszelf. En met ons bedoel ik de hogescholen, universiteiten, maar laat ik me beperken tot hogeschool. Daar ben ik zelf voorzitter van. Dat komt op de manier hoe wij dingen hebben georganiseerd en wat wij doen.”

“Als ik het heel kort samenvat en ik zeg daarbij dat ik chargeer: dan hebben wij sinds een jaar of 25 van hogescholen bedrijven gemaakt. Het hoger onderwijs is een institutie, als het goed is spreek je niet over een klant maar over een student. Onderwijs moet gaan niet om productiviteit, maar om betekenis van de les. Het onderwijs is een publiek goed en niet een private investering. Dat is namelijk ook het onderliggende model bij het leenstelsel.”

**Ik had nog hoop met Jet Bussemaker**

Dat bedrijfsmatige paradigma zit heel diep zegt Boele. “Ook in al die mooie teksten van OCW. Vorig jaar had ik bij Jet Bussemaker weer hoop, maar een jaar later heb je toch weer van die prestatieafspraken. Dat vertoog van presteren zit dus heel diep. Ik snap het ook wel, want het geeft zekerheid voor veel toezichthouders en bestuurders. Ik ben niet optimistisch dat dit paradigma ook snel zal veranderen.”

Toch sluit Boele niet uit dat juist de toenemende druk onder studenten een verandering teweeg kan brengen in het vertoog over hoger onderwijs. “Maar misschien dat het welzijn van studenten wel een katalysator zou kunnen zijn om dit te veranderen. Dat merk ik ook binnen de HAN. Als je het hier over hebt, dan doet dat wel wat met je. Als je zegt dat 40% van de studenten op HAN het moeilijk heeft. Dat zijn dus 14.000 studenten bij ons, van wie je het aan de buitenkant niet ziet. Dan moet je wel een hart van steen hebben als dat je niet raakt.”

Uit onderzoek van het Sociaal Cultureel Planbureau blijkt volgens Boele dat er thuis ook steeds minder gesproken wordt en dat studenten steeds minder vaak een veilig thuis hebben. “Als je kijkt hoeveel er gepraat wordt thuis dat keldert de afgelopen 15 jaar. Was dat eerst nog negenenhalf uur per week, dat staat nu op zes uur. Jongeren hebben dus ook geen adres meer, ze hebben thuis ook steeds minder een veilig nest. De school is in hoge mate nog een soort van nest. Dus ik denk ook dat de warme kant van school zijn, juist ook in het hoger onderwijs dat we daar meer aandacht voor moeten hebben. Wij zijn geen therapeuten dat weet ik ook wel. Maar geef die jongens en meiden het gevoel dat ze een veilige basis hebben. Daar kunt u iets aan doen, u op uw manier en ik op de mijne. Dus ga morgen even met die ene collega of student zitten en even doorvragen: ‘hoe gaat het met je?’ Het zijn dan soort kleine dingen.”