

Welzijn en professioneel gedrag van Generatie Z studenten

Een onderzoek naar welzijn en professioneel gedrag van studenten binnen de Faculteit der Geneeskunde VU

Door:

Facultaire Studentenraad Geneeskunde VU

Studentassessor

Februari 2025

AANLEIDING ONDERZOEK

Het faculteitsbestuur van de Faculteit der Geneeskunde aan de Vrije Universiteit heeft geconstateerd dat de opkomst van bachelorstudenten bij colleges en practica is afgenomen ten opzichte van eerdere jaren. Daarnaast is gebleken, door beperkte aanwezigheid, dat het huidige counselingsaanbod op het gebied van studentenwelzijn onvoldoende aansluit bij de behoeften van studenten. Naar aanleiding hiervan heeft de faculteit de studentengremia geraadpleegd met de vraag 'hoe om te gaan met een nieuwe generatie studenten?'.

Hoewel de studentengremia geen concrete data hebben ontvangen om de genoemde beweringen te valideren, achten zij het van belang om nader inzicht te krijgen in hoe studenten van de faculteit zelf hun welzijn ervaren. Daarnaast zijn studentengremia geïnteresseerd in de redenen die studenten aanvoeren voor hun afwezigheid bij colleges, practica en studiegroepen. Een dergelijke beschrijvende analyse kan waardevolle informatie opleveren voor beleidsmakers in het onderwijs en studentengremia om gericht in te spelen op de behoeften van studenten en het onderwijsaanbod en de ondersteuning effectiever te maken.

INLEIDING

De ‘Universiteiten van Nederland’ hebben in hun rapport ‘Visie op Studentenwelzijn’ de definitie van gezondheid van de Wereldgezondheidsorganisatie (WHO) omgezet naar één die van toepassing is op studentenwelzijn: ‘Studentenwelzijn is een toestand van welzijn waarin een student in staat is zijn of haar capaciteiten te benutten, kan omgaan met de normale stress van de studententijd, productief kan werken aan zijn of haar eigen ontwikkeling, de balans kan bewaken tussen positieve aspecten en negatieve aspecten van de studententijd en kan bijdragen aan de academische gemeenschap en maatschappij’.¹

Individuele factoren van studentenwelzijn omvatten onder andere leeftijd, geslacht, genetische aanleg, kwetsbare groepen, lichaamsbeweging, voeding, sport, het gebruik van alcohol en drugs, slaap, ontspanning, stress, mentale vaardigheden, zelfbeeld, zelfregulatie en zingeving. Sommige van deze factoren, zoals leeftijd, geslacht en genetische aanleg, zijn niet veranderbaar. Andere, zoals leefstijl, kunnen daarentegen wel worden beïnvloed. Vaak zijn factoren slechts gedeeltelijk veranderbaar, met zowel beïnvloedbare als niet-beïnvloedbare aspecten.²

Omgevingfactoren van studentenwelzijn omvatten onder andere een gevoel van verbondenheid, academische en sociale integratie, het studieklimaat, prestatiedruk, sociale relaties, de gezinssituatie, de arbeidsmarkt, onderwijsbeleid en cultuur. Ze staan met elkaar in verband en kunnen elkaar, evenals individuele factoren, beïnvloeden.²

Uit de Monitor Mentale gezondheid en Middelengebruik Studenten hoger onderwijs 2023 blijkt dat 44 procent van de studenten last heeft van depressie- of angstklachten. Vergelijkbare of zelfs hogere percentages worden gerapporteerd voor klachten zoals emotionele uitputting, prestatiedruk, (zeer) hoge stressniveaus en gevoelens van eenzaamheid.³ Klachten van mentale gezondheid zijn geassocieerd met mindere prestaties op academisch gebied.^{4,5}

Er is bewijs dat preventieve interventies voor psychische problemen, met name voor het verminderen van depressie- en angstklachten, op de lange termijn effectief blijven. Interventies gericht op het bevorderen van mentale gezondheid laten kortdurend veelbelovende resultaten zien.^{4,6}

Universiteiten kunnen een cruciale rol spelen in het bevorderen van studentenwelzijn door middel van dergelijke preventieve maatregelen en ondersteuning. Het Landelijk Kader Studentenwelzijn 2023–2030 benadrukt het belang van een integrale aanpak, waarbij instellingen samenwerken met

¹ Universiteiten van Nederland. (2022). Visie op Studentenwelzijn.

² Dopmeijer, J., Van der Horst, M., Van der Avoort, J., Scheeren, L., Van der Wegen, J., & Van Veen, E. (2022). *Individuele factoren studentenwelzijn*. Onderwijskennis.nl (NRO)

³ RIVM, Trimbos- instituut. Monitor Mentale gezondheid en Middelengebruik Studenten hoger onderwijs 2023.

⁴ Bruffaerts, R., Mortier, P., Kiekens, G., Auerbach, R. P., Cuijpers, P., Demyttenaere, K., Green, J. G., Nock, M. K., & Kessler, R. C. (2017). Mental health problems in college freshmen: Prevalence and academic functioning. *Journal Of Affective Disorders*, 225, 97–103.

⁵ Chu, T., Liu, X., Takayanagi, S., Matsushita, T., & Kishimoto, H. (2022). Association between mental health and academic performance among university undergraduates: The interacting role of lifestyle behaviors. *International Journal Of Methods In Psychiatric Research*, 32(1).

⁶ Winzer, R., Lindberg, L., Guldbrandsson, K., & Sidorchuk, A. (2018). Effects of mental health interventions for students in higher education are sustainable over time: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials.

studentenorganisaties en het ministerie van OCW om het welzijn van studenten te verbeteren.⁷ Preventie en vroegsignalering zijn hierbij essentieel; door tijdig hulp te bieden, kunnen studenten beter functioneren en wordt studievertraging beperkt.⁷

Het Kader benoemt vier lijnen waarlangs onderwijsinstellingen (inclusief de afzonderlijke faculteiten) kunnen bijdragen aan studentenwelzijn:⁷

- Het versterken van een gevoel van verbondenheid en het aanbieden van praktische hulpmiddelen die bijdragen aan het bevorderen van het mentale welzijn van studenten.
- Naast het aanpakken van reeds bestaande problemen en klachten, meer nadruk leggen op preventieve maatregelen.
- Het uitbreiden van kennis en vaardigheden binnen onderwijsinstellingen om het welzijn van studenten en middelengebruik.
- Het vergroten van de samenwerking tussen organisaties en instellingen binnen de zorgketen, zoals GGZ en Jeugdzorg.
- Het versterken van de samenwerking tussen instellingen en de organisaties die deel uitmaken van de zorgketen (samenwerking met GGZ, Jeugdzorg etc.).

⁷ ISO, LSVb, VH en UNL (2023). Landelijk Kader Studentenwelzijn 2023-2030.

Onderzoeksvragen

Om de uitdagingen ten aanzien van studentenwelzijn effectief aan te pakken, is het belangrijk om deze problematiek op faculteitsniveau te onderzoeken. Voor de Faculteit der Geneeskunde aan de Vrije Universiteit is dit eveneens relevant. Onderzoeken naar de mentale gezondheid van geneeskundestudenten laten namelijk zorgelijke cijfers zien met betrekking tot burn-out klachten en het risico hierop.⁸

Voor dit onderzoek zijn daarom de volgende drie kernvragen geformuleerd:

- 1) Hoe beoordelen studenten van de Faculteit der Geneeskunde aan de Vrije Universiteit hun eigen mentale welzijn?
- 2) In hoeverre zijn studenten op de hoogte van de beschikbare counselingdiensten, en welke obstakels ervaren zij bij het vinden of gebruiken van deze diensten?
- 3) Wat zijn de belangrijkste redenen voor studenten om afwezig te zijn bij colleges, practica en studiegroepen?

⁸ Zie bijvoorbeeld het onderzoeksrapport van De Geneeskundestudent 'Mentale gezondheid 2.0' uit 2023. Hierin werd geconcludeerd dat een kwart van de geneeskundestudenten kampt met een hoog risico op burn-out. Vaak is een goede werk-privébalans gedurende de studie niet haalbaar. Bij twee derde van de studenten speelden ook andere zorgen een rol, bijvoorbeeld over de werkdruk, werk-privébalans, vervolgopleidingen, baankansen en financiën.

METHODE

De methode van dit onderzoek bestond uit een combinatie van het verzamelen van kwantitatieve gegevens. Hiermee werd een breed inzicht in studentenwelzijn nagestreefd.

Kwantitatieve gegevens: enquête

Een enquête werd in november 2023 verspreid onder studenten uit verschillende studiejaar aan de Faculteit der Geneeskunde van de Vrije Universiteit. De vragen richtten zich op vier hoofdthema's:

- Tevredenheid over mentaal welzijn.
- Gebruik van counselingdiensten.
- Obstakels bij het zoeken naar hulp.
- Redenen voor verzuim bij colleges en practica.

De enquête werd via Instagram (het account van de FSR Geneeskunde VU en de Faculteit der Geneeskunde VU) verspreid, om op een efficiënte manier een brede groep studenten te bereiken binnen een korte tijd. De antwoorden werden geanalyseerd om de knelpunten in het welzijn en gedrag van studenten te identificeren.

Kwalitatieve gegevens: interviews

De enquêtegegevens werden verdiept met kwalitatieve inzichten uit interviews. Deze gesprekken werden gevoerd met drie sleutelfiguren binnen de universiteit: een studieadviseur, een coördinator en een studentenpsycholoog. De interviews richtten zich op:

- Hun perceptie van de mentale gezondheid en het gedrag van studenten.
- Het gebruik van counselingdiensten door studenten.
- Specifieke uitdagingen waarmee studenten worden geconfronteerd, zoals prestatiedruk, flexibiliteit in het curriculum en veranderingen na COVID-19.

RESULTATEN

Populatie en demografie

Onderstaande tabel geeft inzicht in de demografische gegevens van de studenten die mee hebben gedaan aan het onderzoek. De belangrijkste constatering op basis van deze data zijn de volgende:

- Van de eerste 47 respondenten missen we geslacht, leeftijd en studiejaar.
- Onder de respondenten waarvan het geslacht bekend is, is een kleine 80% vrouw.
- De meeste respondenten bevinden zich in de leeftijdscategorie van 18 tot en met 23 jaar, waarbij de leeftijd van 18 jaar de grootste groep vormt. Naarmate de leeftijd toeneemt, neemt het percentage respondenten per leeftijdscategorie af.
- De meerderheid van de respondenten bevindt zich in het eerste studiejaar (B1). Het percentage respondenten daalt naarmate het studiejaar oploopt.

	Aantal	Percentage n=190	Percentage n=234
Geslacht			
Vrouw	147	77.4	62.8
Man	40	21.1	17.1
Onbekend	47	24.1	20.1
Leeftijd			
16	1	0.5	0.4
17	4	2.1	1.7
18	47	24.7	20.1
19	36	18.9	15.4
20	27	14.2	11.5
21	18	9.5	7.7
22	14	7.4	6.0
23	13	6.8	5.6
24	9	4.7	3.8

25	8	4.2	3.4
26	6	3.2	2.6
27	1	0.5	0.4
30	1	0.5	0.4
Onbekend	47	24.1	20.1
Studiejaar			
B1	88	46.3	37.6
B2	43	22.6	18.4
B3	25	13.2	10.7
Wachttijd	8	4.2	3.4
M1	17	8.9	7.3
M2	5	2.6	2.1
M3	1	0.5	0.4

Enquête

De percentages zijn gebaseerd op n=234, omdat deze door alle respondenten is ingevuld.

1. Tevredenheid over mentaal welzijn

- **Gemiddelde tevredenheidsscore:** 3,56 op een schaal van 1 tot 5
- **Verdeling van scores:**
 - Score **1 (zeer ontevreden):** 4 studenten (1,7%)
 - Score **2:** 24 studenten (10,1%)
 - Score **3:** 98 studenten (41,4%)
 - Score **4:** 98 studenten (41,4%)
 - Score **5 (zeer tevreden):** 13 studenten (5,5%)

2. Gebruik van counselingdiensten

- **Geen gebruik gemaakt van counselingdiensten:** 171 studenten (72,2%)
- **Wel gebruik gemaakt van counselingdiensten:** 37 studenten (15,6%)
- **Onbekendheid met beschikbare diensten:** 22 studenten (9,3%) weten niet waar ze hulp kunnen vinden.

3. Obstakels bij het zoeken van hulp

- **Geen obstakels ervaren:** 136 studenten (57,4%)

- **Obstakels ervaren bij het zoeken van hulp:** 86 studenten (36,3%)
- **Veelvoorkomende obstakels:**
 - **Gebrek aan tijd:** 111 meldingen; studenten ervaren een gebrek aan tijd om hulp in te schakelen.
 - **Onbekendheid met beschikbare diensten:** 63 meldingen; studenten noemen regelmatig de onbekendheid met de beschikbare counselingdiensten als een belangrijke belemmering.
 - **Stigma rond mentale gezondheid:** 45 meldingen; studenten ervaren een zekere schaamte om hulp te zoeken, vooral rond onderwerpen als mentale gezondheid, wat wijst op een taboe rond dit thema.
 - **Gebrek aan vertrouwelijkheid:** 36 meldingen; studenten vrezen dat persoonlijke informatie mogelijk niet volledig vertrouwelijk wordt behandeld binnen de universitaire counselingdiensten.

4. Redenen voor het missen van practica

- **Persoonlijke verplichtingen:** 132 meldingen; veel studenten missen practica vanwege verplichtingen buiten de studie, zoals werk of zorg voor familie.
- **Gezondheidsredenen:** 130 meldingen; fysieke en mentale gezondheidsproblemen spelen een grote rol in het verzuim.
- **Gebrek aan interesse in het onderwerp:** 41 meldingen; sommige studenten missen practica omdat ze het onderwerp als niet relevant of niet boeiend beschouwen.
- **Financiële zorgen en bijbanen:** 39 meldingen; financiële noodzaak dwingt sommige studenten om te werken, wat hun aanwezigheid beïnvloedt.

5. Redenen voor het missen van colleges

- **Persoonlijke verplichtingen:** 136 meldingen; vergelijkbaar met de redenen voor het missen van practica.
- **Gezondheidsredenen:** 107 meldingen; wat aangeeft dat gezondheidsproblemen ook een grote invloed hebben op collegeverzuim.
- **Gebrek aan interesse in het onderwerp:** 65 meldingen; studenten missen vaker colleges die zij als minder relevant ervaren.
- **Financiële zorgen/bijbaan:** 62 meldingen; net als bij practica, speelt de noodzaak om te werken een grote rol in het missen van colleges.
- **Sociale activiteiten:** 43 meldingen; studenten geven soms prioriteit aan sociale activiteiten boven aanwezigheid bij colleges.

Interviews met studieadviseurs, docent en studentpsycholoog

De interviews met studieadviseurs, een docent en een studentpsycholoog leverden aanvullende inzichten op die de kwantitatieve bevindingen uit de enquête verder aanvullen en verdiepen.

1. Aanwezigheid van studenten bij welzijnsinitiatieven

- **Mind studioo**⁹: Een docent merkt op dat er weinig deelnemers waren bij Mind studioo. De studenten die meededen aan mind studioo waren erg tevreden over het programma. De studieadviseurs gaven aan dat het programma is ontwikkeld in samenspraak met studenten door middel van een focusgroep.
- **Oorzaken**: De docent geeft aan dat studenten mogelijk niet weten dat dergelijke diensten bestaan of beschikbaar zijn voor hen. De studieadviseurs gaven aan dat er wel uitgebreid reclame is gemaakt voor Mind studioo, zo is er een mail gestuurd aan alle bachelorstudenten. Verder kan het komen dat het extracurriculaire karakter van het programma ervoor zorgt dat een verminderde deelname is, aldus een docent. Ook geven de studieadviseurs aan dat het kan meespelen dat het programma een langere termijn besloeg. Het programma is namelijk opgedeeld in acht bijeenkomsten, deze vonden in de namiddag/avond plaats.

2. Onprofessioneel gedrag en strengere regels

- **Toename van onprofessioneel gedrag**: Steeds meer studenten komen te laat of verschijnen niet bij lessen en practica. Studenten lijken minder gewend te zijn aan grenzen en structuur, wat hun gedrag beïnvloedt.
- **COVID-19-effect**: Studenten, vooral die tijdens de pandemie thuis studeerden, hebben moeite met het opnieuw aanpassen aan de verwachtingen van fysieke aanwezigheid en verantwoordelijkheid binnen de universiteit.

3. Cultuurverschillen en psychische belasting

- **Eerste-generatiestudenten**: Studenten met een migratieachtergrond of studenten die als eerste in hun familie aan de universiteit studeren, ervaren vaak extra druk door familie- en cultuurverwachtingen. Dit kan hun welzijn negatief beïnvloeden.
- **Behoeftte aan begrip en ondersteuning**: Een meer diversiteitssensitieve benadering is essentieel om deze studenten zich gehoord en gesteund te laten voelen.

4. Behoeftte aan flexibiliteit en maatwerk

- **Rigiditeit in het curriculum**: Studenten ervaren dat de opleiding weinig ruimte biedt voor flexibiliteit. Er is een groeiende behoefte aan aanpassingen, zoals een vierdaagse onderwijsweek, om studenten meer ademruimte te geven.

⁹ Een trainingsprogramma ontwikkeld door de Faculteit der Geneeskunde aan de Vrije Universiteit Amsterdam. Dit programma is ontworpen om bachelorstudenten Geneeskunde te ondersteunen in hun persoonlijke en professionele ontwikkeling door middel van interactieve sessies gericht op zelfbewustzijn en effectieve communicatie. Onderwerpen zoals het omgaan met hiërarchische structuren en het verbeteren van persoonlijke veerkracht staan centraal in dit programma. Het programma werd extracurriculair aangeboden.

- **Autonomie:** Meer autonomie over hun tijd en inzet zou studenten kunnen helpen om een betere balans te vinden tussen studie en privéleven. Veel klachten komen voort uit een gebrek aan controle over de eigen agenda.

5. COVID-19-impact en toegenomen stressniveaus

- **Ouderejaarsstudenten:** Ouderejaarsstudenten, die een groot deel van hun studie in isolatie hebben doorgebracht, rapporteren vaker verhoogde stressniveaus en welzijnsproblemen. Deze groep heeft meer behoefte aan mentale ondersteuning en begeleiding.

6. Verantwoordelijkheid en afhankelijkheid van ondersteuning

- **Afhankelijkheid van ouders en externe ondersteuning:** Veel studenten zijn sterk afhankelijk van externe bronnen, zoals ouders, wat hun zelfredzaamheid vermindert. Wanneer deze ondersteuning niet beschikbaar is, neemt de stress bij studenten toe. Deze afhankelijkheid veroorzaakt vaak een gevoel van controleverlies bij studenten.

CONCLUSIE

Studenten van de Faculteit der Geneeskunde VU die de enquête hebben ingevuld beoordelen hun welzijn met een gemiddelde van 3,56. Van de 234 studenten hebben 37 studenten gebruik gemaakt van de counselingsdiensten. 171 studenten hebben geen gebruik gemaakt van counselingsdiensten, 22 studenten wisten niet van het bestaan af. Er werden door 136 studenten geen obstakels ervaren om eventueel contact op te nemen met een counselingdienst. Echter, 86 studenten ervaarden wel obstakels bij het zoeken naar een counselingdienst. Als redenen werden financiële kosten, stigma om (psychologische) hulp te zoeken, angst voor privacy en lange wachttijden genoemd.

Uit de interviews met studieadviseurs, een docent en een studentenpsycholoog bleek dat er weinig deelnemers zijn voor welzijnsinitiatieven, wellicht door een gebrek aan zichtbaarheid van counselingdiensten. In de interviews is benoemd dat studenten kampen met uitdagingen zoals onprofessioneel gedrag door verlies aan structuur tijdens COVID-19, extra druk bij eerste-generatiestudenten door familie- en cultuurverwachtingen, en een gebrek aan flexibiliteit en autonomie in het curriculum. Vooral ouderejaars en studenten die sterk afhankelijk zijn van externe ondersteuning, zoals ouders, ervaren verhoogde stress en hebben behoefte aan meer gerichte begeleiding.

DISCUSSIE

Verklaring conclusie

De bevindingen van dit onderzoek sluiten nauw aan bij de in de inleiding beschreven uitdagingen voor studentenwelzijn. Zoals benadrukt in de literatuur, spelen zowel individuele als omgevingsfactoren een rol in het welzijn van studenten. Het gebrek aan zichtbaarheid van counselingdiensten en de obstakels bij het zoeken naar hulp weerspiegelen de noodzaak van een meer integrale aanpak, zoals beschreven in het Landelijk Kader Studentenwelzijn.⁷ Daarnaast onderstrepen specifieke uitdagingen voor geneeskundestudenten, zoals prestatiedruk en een gebrek aan flexibiliteit in het curriculum, het belang van een op maat gemaakte benadering om hun welzijn te verbeteren. Dit bevestigt dat faculteiten, door preventieve en zichtbare maatregelen te implementeren, een cruciale rol kunnen spelen in het bevorderen van studentenwelzijn.

Limitaties

Aan dit beschrijvende onderzoek middels enquête en verdieping middels kwalitatieve interviews naar studentenwelzijn en oorzaken van afwezigheid bij colleges en practica zitten ook limitaties.

De beperkingen van de enquête zijn representativiteit en self-selection bias. De verspreiding via Instagram kan hebben geleid tot een beperkte steekproef die niet representatief is voor alle studenten aan de faculteit, met name ouderejaars en minder actieve gebruikers van sociale media. Omdat deelname vrijwillig was, zijn mogelijk vooral studenten met sterke meningen of een hoge betrokkenheid vertegenwoordigd, wat een vertekening van de resultaten kan veroorzaken (self selection bias).

Ook aan de verdiepende interviews zitten beperkingen vanwege een kleine steekproef (geen verzadiging) en subjectiviteit. De kwalitatieve data zijn gebaseerd op interviews met slechts drie respondenten (docent, studentenpsycholoog en studieadviseur), wat de representativiteit van de inzichten beperkt. De ervaringen van de respondenten kunnen sterk afhankelijk zijn van hun persoonlijke interacties met studenten, waardoor een breder beeld ontbreekt.

Tot slot zijn zowel de interviews als de enquête een momentopname, wat betekent dat de resultaten alleen een weergave bieden van de situatie op het specifieke moment van afname. Dit beperkt de mogelijkheid om conclusies te trekken over trends of ontwikkelingen op de langere termijn. Seizoensgebonden fluctuaties in stressniveaus (bijvoorbeeld tijdens tentamenperiodes) en de impact van veranderende externe omstandigheden (bijvoorbeeld COVID-19), zijn hierdoor niet volledig meegenomen in dit onderzoek.

Aanbevelingen voor toekomstig onderzoek en beleid

De beperkte betrokkenheid van studenten bij bestaande initiatieven (zoals het trainingsprogramma Mind studioo) en de gerapporteerde barrières laten zien dat aanpassingen nodig zijn. Tegelijkertijd bevestigen de resultaten dat persoonlijke, culturele en academische factoren een grote rol spelen in studentenwelzijn, wat consistent is met eerdere onderzoeken.

Toekomstig onderzoek zou zich kunnen richten op het testen van flexibele onderwijsvormen, zoals een vierdaagse onderwijsweek, en de effectiviteit van diversiteitssensitieve ondersteuning. Daarnaast bieden innovatieve welzijnsinterventies en longitudinale studies naar de langetermijneffecten van COVID-19 waardevolle inzichten. Dit onderzoek benadrukt dat het verbeteren van studentenwelzijn vraagt om een flexibele, empathische en inclusieve aanpak. Het implementeren van cultuurgevoelige begeleiding, flexibele studiemodellen en kortdurende interventies biedt veelbelovende kansen om het welzijn en de betrokkenheid van studenten duurzaam te verbeteren. Deze bevindingen vormen een basis voor beleid dat aansluit bij de diverse behoeften van de hedendaagse studentenpopulatie.

Op basis van de resultaten van dit onderzoek kunnen de volgende aanbevelingen worden geformuleerd ten aanzien van welzijn en professioneel gedrag.

Aanbevelingen ten aanzien van welzijn

1. Verbeter de zichtbaarheid en toegankelijkheid van counselingdiensten en verminder drempels zoals kosten en stigma. Maak als faculteit/universiteit duidelijk welke counselingdiensten worden aangeboden en met welke problematiek de faculteit geconsulteerd kan worden en met welke problematiek de voorkeur naar het medische circuit uit gaat.
2. Blijf studenten betrekken bij het ontwikkelen van programma's, zoals is gedaan bij Mind studioo. Houdt bij het inplannen van dergelijke programma's rekening met de frequentie en data waarop de bijeenkomsten plaatsvinden.
3. Investeer in ondersteuning voor eerste-generatie studenten en studenten met een migratieachtergrond, gericht op cultuurgevoelige begeleiding.
4. Overweeg meer flexibiliteit in het curriculum, zoals meer clustering van onderwijs in de bachelor met minder reisdagen.
5. Stimuleer autonomie en zelfredzaamheid bij studenten door hen meer controle te geven over hun studietraject en planning.

Aanbevelingen ten aanzien van professioneel gedrag

1. Geef duidelijk aan wat er binnen de opleiding onder *professioneel gedrag* wordt verstaan (met inachtneming van bijvoorbeeld de KNMG-Gedragscode voor artsen). Dit zou ertoe kunnen leiden dat er een klimaat ontstaat waarin studenten en docenten elkaar beter kunnen aanspreken op concrete gedragingen en leert de student verantwoordelijkheid te nemen voor het eigen gedrag en dat van anderen.
2. Geef studenten duidelijke kaders ten aanzien van hoeveel practica gemist mogen worden

(bijvoorbeeld: maximum aantal, met/zonder opgave van reden, wanneer is een absentie geoorloofd).

3. Geef duidelijk aan wat de consequenties zijn van het te veel missen van practica en/of studiegroepen en handhaaf dit.

Door deze maatregelen te implementeren, kunnen faculteiten een proactieve rol spelen in het verbeteren van het welzijn en professioneel gedrag van hun studenten en bijdragen aan een gezonde en productieve academische gemeenschap. Op deze manier kan er ook worden aangesloten bij de vier lijnen uit het Landelijk Kader Studentenwelzijn 2023-2030 waarlangs onderwijsinstellingen kunnen bijdragen aan studentenwelzijn (zie inleiding).

Literatuurlijst

- 1) Universiteiten van Nederland. (2022). *Visie op studentenwelzijn*. https://www.universiteitenvannederland.nl/files/publications/Visie%20op%20studentenwelzijn_revRE.pdf
- 2) Dopmeijer, J., Van der Horst, M., Van der Avoort, J., Scheeren, L., Van der Wegen, J., & Van Veen, E. (2022). *Individuele factoren studentenwelzijn*. Onderwijskennis.nl (NRO). Geraadpleegd op 08-12-2024, van www.onderwijskennis.nl/node/3384
- 3) RIVM, Trimbos- instituut. Monitor Mentale gezondheid en Middelengebruik Studenten hoger onderwijs 2023 [Internet]. open.overheid.nl. 2023 [geciteerd 15 november 2024]. Report No.: RIVM-rapport 2023-0412. Beschikbaar op: <https://open.overheid.nl/documenten/29b5fca7-0575-4db2-9960-bab841d142ea/file>
- 4) Bruffaerts R, Mortier P, Kiekens G, Auerbach RP, Cuijpers P, Demyttenaere K, e.a. Mental health problems in college freshmen: Prevalence and academic functioning. *Journal Of Affective Disorders* [Internet]. 25 juli 2017;225:97–103. Beschikbaar op: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28802728/>
- 5) Chu T, Liu X, Takayanagi S, Matsushita T, Kishimoto H. Association between mental health and academic performance among university undergraduates: The interacting role of lifestyle behaviors. *International Journal Of Methods in Psychiatric Research* [Internet]. 10 september 2022;32(1). Beschikbaar op: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9976597/>
- 6) Winzer R, Lindberg L, Guldbrandsson K, Sidorchuk A. Effects of mental health interventions for students in higher education are sustainable over time: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *PeerJ* [Internet]. 2 april 2018;6:e4598. Beschikbaar op: <https://peerj.com/articles/4598/>
- 7) ISO, LSVb, VH en UNL (2023). Landelijk Kader Studentenwelzijn 2023-2030. <https://www.rijksoverheid.nl/documenten/rapporten/2023/06/16/landelijk-kader-studentenwelzijn-2023-2030>
- 8) De Geneeskundestudent (2023). Onderzoeksrapport 'Mentale gezondheid 2.0'. <https://degeneeskundestudent.nl/nieuws/resultaten-onderzoek-mentale-gezondheid/>