

## Voortgangsrapportage 4 Stoplichten: Resultaten 2012 Bureau Studentenartsen juni 2013

### 1. Studentengezondheidstest blijft actueel

De Studentengezondheidstest is in het leven geroepen om studenten gezondheids- en studieproblematiek in een vroeg stadium te laten herkennen. Dit kan verergering van klachten en de daar vaak mee gepaard gaande studievertraging voorkomen.

Uit eerder onderzoek bleek namelijk dat een groot aantal studenten, gezondheidsproblemen heeft, maar hiervoor geen, of in een *te laat* stadium, hulp zoekt (Van der Heijde, Vonk & Meijman, 2012; Verouden, Vonk & Meijman, 2010a; 2010b).

Naast de Studentengezondheidstest leverden een aantal andere recente onderzoeken resultaten op die aansluiten bij onze bevindingen: De grote

studiedrukenquête door de redacties van de bladen/sites van tien universiteiten en vijf hogescholen: kwam in 2012 met de bevinding dat 40% van de studenten forse studiedruk ervaart, vrouwen meer dan mannen (De Hoog & Schilp, 2012).

Hogeschool Windesheim, met hun projekt FIVE (ruim 2000 studenten), vond correlaties tussen alcoholgebruik, psychische gezondheid, obesitas en ervaren sociale cohesie enerzijds en studievertraging anderzijds. Zij pleiten onder andere voor vroegsignalering van psychische problemen en voor meer sociale cohesie op de hogeschool (Muller, 2012). Deze bevinding sluit aan bij gegevens van de Nationale Studenten Enquête waar meer onvrede bij studenten heerst bij de grootschalige studies (Steenkamp et al, 2008).

Eind maart 2013 kopte de Landelijke Studenten Vakbond met : Psychische klachten bij helft studenten: Zij deden een onderzoek bij ruim 1000 studenten. Stress, vermoeidheid en depressie komen het meeste voor. Studiedruk wordt als belangrijke oorzaak genoemd, evenals de combinatie van verschillende bezigheden (m.n. werk). Psychische problemen zijn tevens nog steeds taboe en begeleiding van studenten met problemen kan beter (Schmidt & Simons, 2013).

#### Tweede ronde

In 2011 is begonnen met de eerste ronde van Stoplichten: digitale en gevalideerde Studentengezondheidstest om studenten in een vroegtijdig stadium gezondheidsklachten bij zichzelf te laten herkennen. Deze benadering komt tegemoet aan de behoefte van studenten om (in eerste aanleg) problemen zelf en anoniem op te kunnen lossen. Hiertoe vullen zij een



Peter Vonk, directeur studentenartsen bij Een vandaag 30 maart, 2013, over Psychische klachten bij studenten

digitale getrapte vragenlijst in en ontvangen geïndividualiseerde geautomatiseerde feedback die bestaat uit *stoplichten*, zijn /haar scores vergeleken met die van de gemiddelde student, en informatie en verwijzingen naar voor hem/haar relevante informatiebronnen en (hulp)diensten per onderdeel.

Voor het valideren van Stoplichten en het bepalen van de afkappunten, d.w.z. wanneer iemand een groen, oranje of rood stoplicht ontvangt op een bepaald onderdeel, zijn een aantal pilots aan de digitale versie van het instrument voorafgegaan (zie voor uitgebreide info de eerste nieuwsbrief).

## **Resultaten tweede ronde Stoplichten**

Van mei – oktober 2012 heeft de tweede ronde van Stoplichten, de digitale versie van de Studenten-gezondheidstest, plaatsgevonden. Dit keer hebben weer meer opleidingen meegedaan ten opzichte van 2011.

### Steekproef

Respectievelijk 9 faculteiten /opleidingen van de UvA en 6 domeinen van de HvA hebben geparticipeerd. Dit betrof in totaal 3923 studenten.

De steekproef van de studenten UvA bestaat uit 1609 studenten waarvan 67% vrouwen en 33% mannen met een gemiddelde leeftijd van 22,3 jaar (sd =3,98); de steekproef van de studenten HvA bestaat uit 2323 studenten waarvan 69% vrouwen en 31% mannen met een gemiddelde leeftijd van 22,7 jaar (sd =4,53).

### Gezondheid

Bijna 40 procent van de bijna 4000 studenten geeft een of ander actueel gezondheidsprobleem aan. Studenten die gezondheids- of

studentenverwante problemen melden willen opmerkelijk vaak geen hulp: dit is ruim 40 procent!

### Veel hinder van psychische klachten

Van de beperkingen en klachten die studenten melden, blijkt de student de meeste hinder te ervaren van psychische klachten. De LSVB gaf eerder dit jaar aan dat ongeveer de helft van de studentenpopulatie psychische klachten ervaart tijdens de studie. Omdat psychische klachten juist het moeilijkst te herkennen zijn, vervult de Studentengezondheidstest hier een belangrijke rol in.

Er is tevens een sterke samenhang gevonden tussen kwaliteit van leven en tevredenheid met de studie en gezondheid.

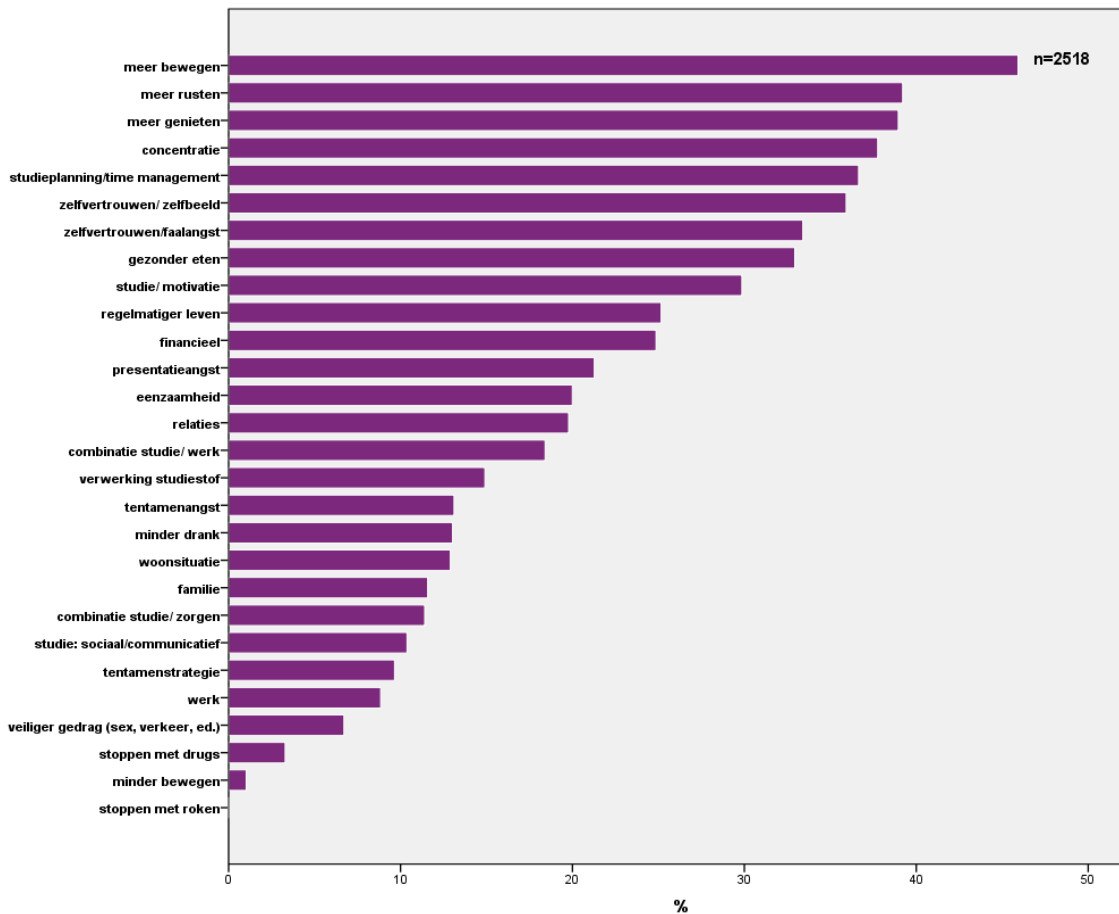
### Wat voor soort problemen melden studenten?

Van de studenten die problemen hebben herkend met de Studentengezondheidstest, (2 van de 3 studenten), melden meer studenten dan je zou verwachten concentratieproblemen (39%) en studieplannings c.q. timemanagement-problemen (38%), op de voet gevolgd door gebrek aan zelfvertrouwen/ faalangst (34%) en motivatieproblematiek (31%). Zelfs in de masterfase rapporteert nog bijna één op de drie studenten problemen met concentratie (29%), studieplanning (31%) of zelfvertrouwen (29%) en één op de vijf studenten problemen met motivatie (21%).

Wat betreft leefstijl blijkt vooral het *alledaagse* gezondheidsgedrag, zoals regelmatig bewegen (47%), rusten (38%) en gezond eten (34%) moeilijk te zijn voor de studenten.

Het soort problemen dat studenten noemen is redelijk stabiel over 2011 en 2012.

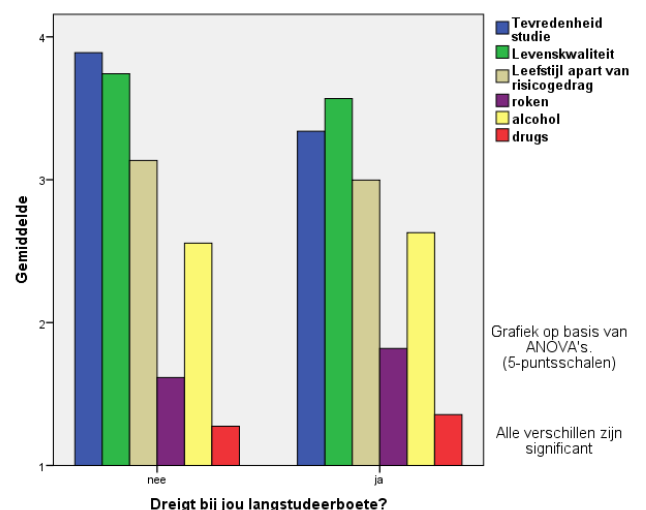
Welke problemen hebben studenten genoemd?



Tabel 1: Overzicht van de studenten die problemen hebben herkend met de Studentengezondheidstest

## Langstudeerboete

Dit jaar is informatie verzameld bij welke studenten afgelopen jaar langstudeerboete dreigde. Bij ruim een kwart van de studenten dreigde afgelopen jaar langstudeerboete! Zij laten op belangrijke waarschuwingpunten een significant ongunstiger beeld zien: gezondheid, leefstijl (o.a. roken, alcohol en drugs), kwaliteit van leven en tevredenheid met de studie. Vooral die laatste blijkt een belangrijke voorspeller van langstudeerboete.



Tabel 2: Langstudeerders zijn significant minder tevreden over hun studie en met hun leven en hebben een significant ongezondere leefstijl

## De UvA en HvA vergeleken

De deelnemende UvA studenten scoren gunstiger op het Stoplicht Gezondheid dan de deelnemende HvA studenten. Wat betreft leefstijl, scoren de deelnemende UvA studenten iets minder gunstig met betrekking tot alcohol- en drugsgebruik vergeleken bij de deelnemende HvA studenten en vergelijkbaar wat betreft roken. Wat betreft de verdere leefstijl (d.w.z. leefstijlfactoren zoals voeding, rust en beweging) scoren de deelnemende UvA studenten gunstiger dan de deelnemende HvA studenten. UvA studenten schatten de kans dat zij stoppen met de studie lager in dan de deelnemende HvA studenten. Bij de HvA ligt de kans op langstudeerboete juist lager dan bij de UvA.

## Verschillen tussen mannelijke en vrouwelijke studenten

Er zijn significante verschillen tussen mannelijke en vrouwelijke studenten gevonden. Mannen ontvangen meer oranje en rode stoplichten op roken, alcohol en drugsgebruik, maar voelen zich gezonder dan vrouwen! Wat betreft verdere leefstijl scoren mannen wel gunstiger dan vrouwen (bewegen, gezond eten, rusten e.d.) Vrouwen scoren significant meer groene stoplichten op kwaliteit van leven en tevredenheid met de studie.

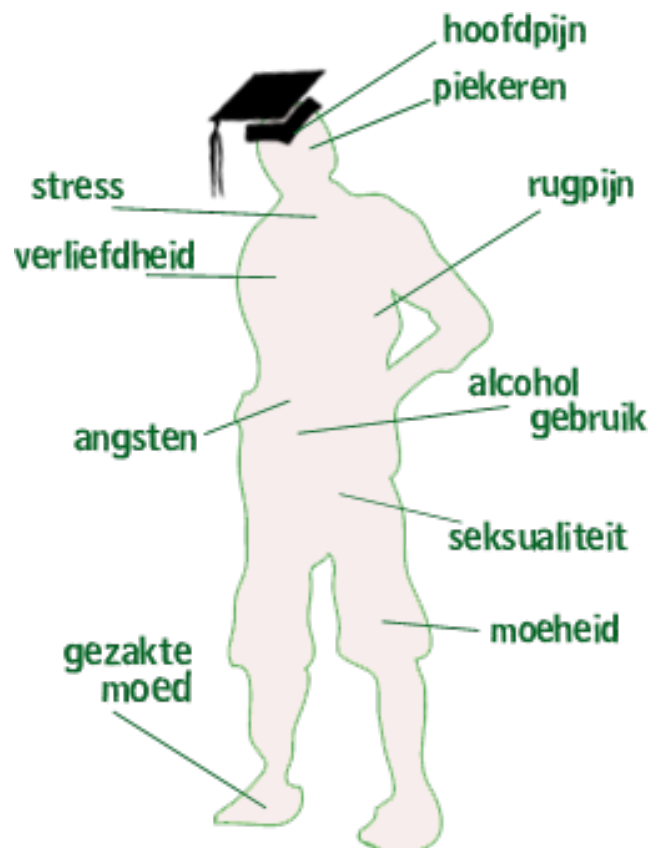
## Leeftijdsverschillen

Oudere studenten zijn iets ontevredener over hun levenskwaliteit en over hun studie (van 18 tot einde twintig). Tot en met achterin de twintig neemt het roken en drugsgebruik geleidelijk aan toe en daarna af. Studenten minderen al iets eerder met alcohol: alcoholgebruik neemt al vanaf

midden twintig weer wat af. De verdere leefstijl (bewegen, gezond eten, rusten e.d.) zien we afnemen met de leeftijd.

## Effectiviteit Studentengezondheidstest

Van de studenten die het gehele traject van de studentengezondheidstest hebben doorlopen (digitale getrapte vragenlijst en doornemen feedback) heeft een deel (22%) ook nog een korte vragenlijst ingevuld met de vraag of de studentengezondheidstest invloed gehad heeft op hun kwaliteit van leven. Een niet te verwaarlozen deel van deze studenten rapporteert daadwerkelijk effect van het doorlopen van de vragenlijst en het ontvangen van feedback op hun kwaliteit van leven. (respectievelijk 11% en 12%). Dit is iets meer dan vorig jaar (8% en 8%).



## Aanbevelingen tweede ronde Stoplichten

Het verdient aanbeveling de studentengezondheidstest structureel en periodiek af te laten nemen onder alle studenten van de UvA en HvA, omdat:

- a) een behoorlijk deel gezondheidsproblemen ervaart en een niet te verwaarlozen deel niet snel uit zichzelf hulp zal zoeken.
- b) psychische problemen voor hinder zorgen en dit juist de problemen zijn die moeilijk te herkennen zijn, niet alleen voor mensen in de directe omgeving maar ook voor de student zelf.
- c) studenten met problemen zo sneller toe geleid kunnen worden naar gepaste hulp waardoor verergering van klachten en studievertraging kan worden voorkomen.

Het verdient aanbeveling nader onderzoek te doen naar een zinvolle aanpak van een aantal naar voren gekomen studieproblemen. Hierbij is vooral te denken aan:

- a) concentratieproblemen
- b) studieplanningsproblemen
- c) faalangst
- d) motivatieproblemen

Het verdient aanbeveling om de data van de studentengezondheidstest - uiteraard anoniem - op enige wijze te koppelen aan "UvAdata" om zo te komen tot nog meer geïntegreerde managementinformatie voor de UvA.

## Nog vragen?

Indien u nog vragen heeft naar aanleiding van deze voortgangsrapportage, of uw opleiding wilt aanmelden neem dan contact op met de projectcoördinator, Claudia van der Heijde.

## Referenties

- De Hoog, D. & Schilp, M. De grote Studiedruk enquête. Ad Valvas, 8 maart, 2012.
- Muller, F. Wij –gevoel houdt student bij de les. Stentor. 7 november 2012.

Schmidt E & Simons M. Psychische klachten onder studenten. Utrecht: LSVB, 2013.

Van der Heijde, CM, Vonk, P & Meijman, FJ. Stoplichten. Projectresultaten Studentengezondheidstest 2011. Amsterdam: Bureau Studentenartsen/UvA, 2012.

Verouden N.W., Vonk P., Meijman F.J. (2010a). Context guides illness-identity: a qualitative analysis of Dutch university students' non-help-seeking behavior. *International Journal of Adolescent Medicine and Health*, 22, 307-20.

Verouden N.W., Vonk P., Meijman F.J. (2010b). Studenten en Stille Pijn. Amsterdam: Elsevier Gezondheidszorg.

Steenkamp, F, et al. (2008). Tien jaar patronen en trends in "student satisfaction" in Nederland: een analyse van oordelen uit de Keuzegidsenquête en de Nationale Studenten Enquête, 1996-2005. Beleidsgerichte studies Hoger onderwijs en Wetenschappelijk onderzoek, Vol. 131. Min. van OCW.

**Colofon:** Project Stoplichten, Bureau Studentenartsen, Universiteit van Amsterdam & Hogeschool van Amsterdam

### Website

<http://www.studentengezondheidstest.nl>

### Ethische commissie

Dit project is goedgekeurd door de Commissie Ethiek van de afdeling psychologie van de Universiteit van Amsterdam.

Projectcoördinator: Claudia M. van der Heijde,

Projectbegeleider: Frans J. Meijman, VUmc Afdeling Huisartsgeneeskunde & ouderengeneeskunde,

Onderzoekscoördinator: Peter Vonk, Studentenarts en directeur Bureau Studentenartsen