

Het bewaken en bevorderen van studentenwelzijn in het hoger onderwijs.

Praktische handvatten voor docenten, opleidingen en instellingen op basis van een systematische overzichtsstudie.

Meer weten?

Lees het [onderzoeksrapport](#).



Hanke Korpershoek
h.korpershoek@rug.nl



Marjolein Deunk
m.i.deunk@rug.nl

Didactische aanpakken

- **Toepassen activerende en verbindende didactiek.** Bijv. groepsdiscussies, werken in kleine groepen, samenwerken aan uitdagende problemen. Implementeer, evalueer en verbeter op basis van studentervaringen. Heb oog voor ervaringen van minder prominente studenten.
- **Aanpassen van toetsing en roostering.** Bijv. onderwijsvrije weken, deadlines binnen reguliere werktijden, formatieve toetsing, eerste semester geen cijfers. Houd ongewenste neveneffecten (zoals piekbelasting) in de gaten.

Relationele aanpakken

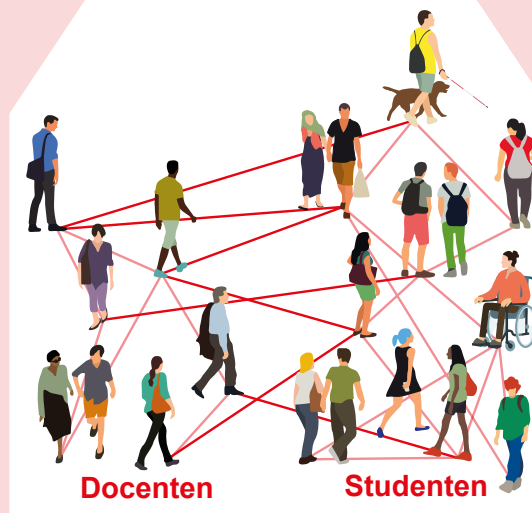
- **Contact tussen studenten.** Bijv. peer mentoring (van eerstejaars door ouderejaars), intervisie. Ondersteun mentoren en zorg voor duidelijke verwachtingen over taak en doel.
- **Contact tussen studenten en docenten.** Bijv. samenwerken in projecten, ruimte voor informele contacten. Benadruk als instelling het belang van authentiek contact en faciliteer docenten met tijd en middelen.
- **Verbondenheid met de instelling en de opleiding.** Bijv. uitnodigende fysieke omgeving, extra-curriculaire activiteiten, contact met de lokale omgeving, het werkveld en alumni.

Persoonsgerichte aanpakken

- **Kennis delen over mentaal welzijn.** Studenten leren signalen bij zichzelf en anderen herkennen en kunnen actie ondernemen.
- **Positieve psychologie.** Bijv. reflectieve opdrachten, concentratie- of mindfulnessoefeningen in de les.
- **Praktische vaardigheden.** Bijv. tijdsmanagement. Let op: risico op symptoombestrijding.

Maatschappij

Hoger onderwijs



Studentenwelzijn

Academische integratie

- Student maakt verbinding met de **inhoud van de studie**
- Student antwoordt positief op vragen als: *Kan ik meekomen? Begrijp ik waarom ik dit leer? en Ben ik in staat de vakken te halen?*

Sociale integratie

- Student maakt verbinding met de **mensen** betrokken bij de studie en instelling
- Student heeft positieve sociale contacten en ervaart **gevoel van verbondenheid**
- Student **identificeert** zich op een positieve manier als student en aankomend professional.

De "modelstudent"?

- Houd oog voor verschillen tussen studenten en houd bij de aanpakken rekening met (het welzijn van) studenten die niet in het plaatje van de "modelstudent" passen.

En nu?

Reflectieve vragen voor docenten, teams, instellingen en opleidingen.

Reflectieve vragen op cursusniveau

Didactisch

Bevat onze (komende) cursus (genoeg) activerende elementen? Kunnen we samenwerkingsvormen verwerken in de cursus? Verwachten we dat studenten 's avonds en in het weekend studie-activiteiten ondernemen?

Relationeel

Hoe is de sfeer tijdens de bijeenkomsten? Kunnen we de contacten tussen studenten in de cursus versterken? Is het nodig om op sociale veiligheid in te gaan? Op welke manieren kunnen studenten met ons in contact komen? Hoe staan we tegenover persoonlijker contact met studenten?

Persoonsgericht

In welke mate staan negatieve emoties en cognities het leerproces van onze studenten in de weg? In hoeverre zijn dergelijke zorgen bespreekbaar? Bieden we voldoende structuur? Is het verwerken van korte reflectieve activiteiten of mindfulness in de bijeenkomsten iets voor onze cursus?

Reflectieve vragen op opleidings- en instellingsniveau

Didactisch

Welke norm dragen wij uit met betrekking tot werkeethos en presteren? Hoe vaak worden deadlines buiten werktijd gesteld? Hoe vallen inleverdata van verschillende cursussen ten opzichte van elkaar? Hoeveel flexibiliteit biedt ons besluiten kader?

Relationeel

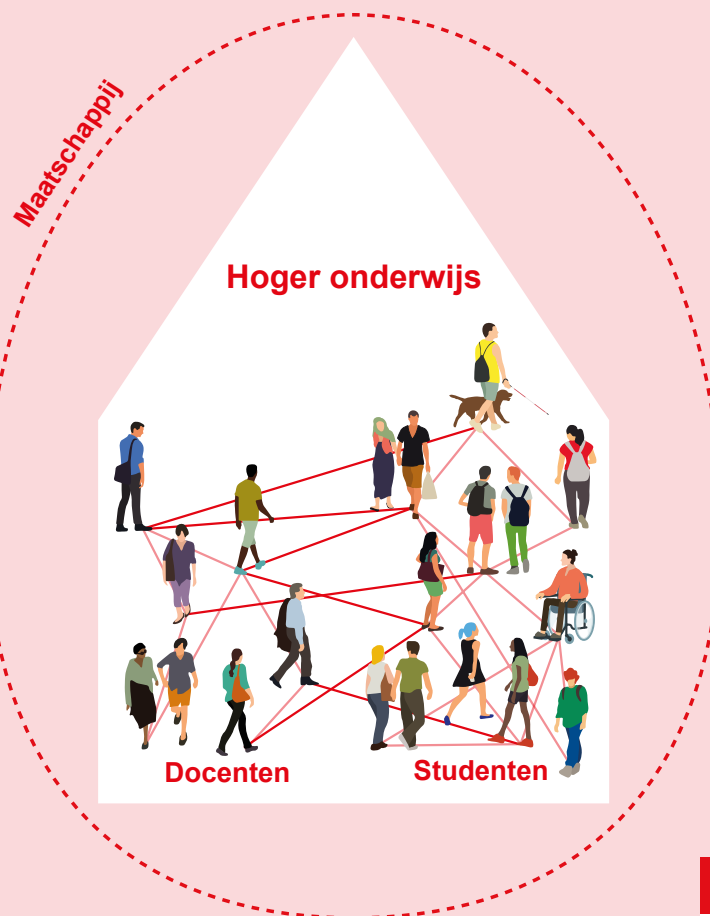
In welke mate zijn onze ruimtes verwelkomend? In welke mate worden studenten persoonlijk aangesproken door de opleiding en de instelling? In welke mate passen wij (peer) mentoring toe en op welke doelgroep(en) richten wij ons met mentoring?

Persoonsgericht

In welke mate is aandacht voor welzijnsonderwerpen geïntegreerd in het curriculum? In welke mate bieden wij studenten de mogelijkheid om persoonlijke "coping"-vaardigheden zoals tijdsmanagement, omgaan met prestatiedruk en angstbeheersing te vergroten?

Algemeen

Hebben wij een beeld van het welzijn van onze studenten? Ervaren studenten een drempel om bijvoorbeeld via studieadvies om hulp te vragen en kunnen we deze drempel verlagen? Hebben wij een beeld van de manieren waarop docenten aandacht besteden aan het welzijn van studenten en de effectiviteit daarvan? Hoe faciliteren wij docenten en teams bij het implementeren van op welzijn gerichte aanpakken in het onderwijs en het monitoren en evalueren van de effecten van die aanpakken?



Studenten

Ga in gesprek met studenten, ook met ondervertegenwoordigde studenten. Wat zijn hun ervaringen? Welke mogelijkheden en oplossingen zien zij? Pas co-creatie toe waar mogelijk. Studentenorganisaties en jaarvertegenwoordigingen vormen een belangrijke schakel tussen studenten en docenten(teams), opleiding en instelling.