

VU Visie op Studentenwelzijn

1. Inleiding

Studeren aan de universiteit is meer dan alleen kennis en academische vaardigheden opdoen. De meeste studenten ontwikkelen in hun studententijd hun autonomie en identiteit. Ze leven in een complexe maatschappij waarin druk om te presteren en sociale vergelijking alom aanwezig zijn. De universiteit speelt een grote rol in het welzijn van studenten op een cruciaal moment in hun ontwikkeling. Het aanleren van life skills, zoals zelfvertrouwen en sociale vaardigheden, kan studenten helpen om de normale stressoren in het leven aan te kunnen en studiesucces te bevorderen.

De VU heeft hierin dan ook een taak om studenten op te leiden tot veerkrachtige en weerbare individuen, die in staat zijn elke uitdaging op een gezonde manier het hoofd te bieden om zo uiteindelijk een waardevolle bijdrage te kunnen leveren aan de maatschappij. Wanneer het welzijn van studenten niet voldoende wordt gewaarborgd, kan dat leiden tot een negatief effect op hun academische en persoonlijke ontwikkeling. Sinds de coronacrisis is het welzijn van studenten steeds meer in het gedrang gekomen en zijn problemen die al bestonden nadrukkelijker aan het licht gekomen.^{1,2} Daarbij vraagt de diverse studentenpopulatie van de VU aandacht voor specifieke groepen, zoals internationale studenten en studenten met een migratieachtergrond. Uit de VU Coronamonitor Studentenwelzijn (januari 2021) is gebleken dat deze groepen in het bijzonder werden geraakt. De VU heeft als maatschappelijk betrokken en diverse universiteit de taak om te zorgen dat alle studenten de kans krijgen om zich optimaal te kunnen ontwikkelen, niet alleen op de universiteit, maar ook in de maatschappij.

Dit document geeft allereerst een definitie van studentenwelzijn en beschrijft vervolgens de visie op studentenwelzijn, inclusief de randvoorwaarden, die de VU hanteert als richtsnoer voor beleid. De speerpunten die centraal staan in deze visie zijn: bewustwording, preventie, professionalisering en verbinding. Gezamenlijke verantwoordelijkheid, co-creatie, een inclusieve benadering en een veilig klimaat zijn daarbij belangrijke randvoorwaarden.

¹ Resultaten Coronamonitor Studentenwelzijn VU januari 2021

² Resultaten survey Caring Universities 2020, de geestelijke gezondheid van studenten tijdens de covid-19 pandemie, beschikbaar via: https://www.vu.nl/nl/Images/Rapportage_CaringUniversities_GeestelijkeGezondheidStudentenCOVID19_19082020_tcm289-949689.pdf

2. VU Definitie Studentenwelzijn

De VU definieert studentenwelzijn als een staat van zijn waarin een student zich op een positieve en gezonde manier verhoudt tot zijn/haar studie³ en de balans kan bewaken tussen positieve en negatieve aspecten van de studententijd. Er is sprake van een duurzame positieve psychische gesteldheid, gekenmerkt door veerkracht en tevredenheid met zichzelf, waarbij persoonlijke en academische ontwikkeling optimaal kunnen floreren en studiesucces wordt bevorderd. De student kan zo een positieve bijdrage leveren aan de maatschappij.

Deze definitie is gebaseerd op een aantal eerdere definities en onderzoek. Zo is bovenstaande definitie deels in overeenstemming met de definitie van Het Landelijk Netwerk Studentenwelzijn (LNS). Deze is gebaseerd op de Australische SCOPE-definitie en luidt: '*Studentenwelzijn is een duurzame positieve psychische gesteldheid, gekenmerkt door veerkracht, tevredenheid met zichzelf, het aangaan van relaties en opdoen van ervaringen tijdens de studententijd en gekenmerkt door de afwezigheid van psychische klachten zoals stress, angst en depressie, burn-out, verslaving.*'⁴

Ook een eerdere VU definitie van studentenwelzijn heeft bijgedragen aan de formulering van de huidige definitie. Deze eerdere VU definitie stelt dat studentenwelzijn een staat van zijn is waarin een student zich op een positieve en gezonde manier verhoudt tot zijn/haar studie. Hij/zij stelt realistische doelen, zorgt voor voldoende ontspanning, geeft ruimte aan onzekerheid en twijfel en bespreekt zijn/haar problemen en teleurstellingen. De nadruk ligt op plezier in studeren en kennis vergaren.⁵

Tenslotte is het *Student Wellbeing Model* van Gubbels & Kappe (2017) meegenomen bij het definiëren van studentenwelzijn. Dit model beschrijft een motivatieproces en een uitputtingsproces en veronderstelt dat de balans tussen positieve kenmerken (energiebronnen) en negatieve kenmerken (stressoren) van de studententijd het welzijn van studenten en hun studie-uitkomsten kan beïnvloeden.⁶

³ Onder zijn/haar of hij/zij worden alle studenten van de VU verstaan, ook studenten die zich niet thuis voelen in de binaire gender categorieën man of vrouw (non-binaire/intersekse studenten).

⁴ Noble, T., McGrath, H., Wyatt, T., Carbines, R., & Robb, L. (2008). *Scoping study in approaches to student well-being – Final report*. Canberra, Australia: Department of Education, Employment and Workplace Relations, p.8 ⁵ Definitie Mirjam Pol, *Verder werken aan studentenwelzijn binnen de VU 2019*, p23

⁶ Gubbels, N. & Kappe, F.R. (2017). *Student Wellbeing Model*. Hogeschool InHolland.

Met deze voorgaande definities in gedachten en beredeneerd vanuit een positief psychologisch oogpunt heeft de Projectgroep Studentenwelzijn de huidige VU definitie geformuleerd. We willen erkennen dat gevoelens als stress, eenzaamheid en somberheid onderdeel zijn van het leven; iedereen krijgt er wel eens mee te maken.

Daarom zien wij dergelijke gevoelens niet als wat er niet mag zijn, maar juist als waar je mee kunt leren omgaan en zelfs kracht uit kunt halen. De VU bekijkt de situatie van de student in zijn totaliteit. Wij hebben oog en oor voor de student als mens. Persoonlijke ontwikkeling wordt als even belangrijk gezien als academische ontwikkeling. Het model van Gubbels en Kappe (2017) sluit hier goed bij aan. Door het versterken van energiebronnen en verminderen van stressoren kan de VU studentenwelzijn borgen en sterk ontwikkelde individuen opleiden tot waardevolle deelnemers aan de maatschappij.

3. Visie

3.1 VU visie op studentenwelzijn

De VU helpt studenten zich niet alleen op academisch vlak te ontwikkelen, maar ook op persoonlijk vlak. De VU leidt studenten op tot maatschappelijk betrokken individuen met hun eigen doelen en ambities. Op de VU is er een gemeenschappelijke verantwoordelijkheid voor het welzijn van de studenten. Werken aan studentenwelzijn gebeurt door middel van co-creatie, samen met de student. Inclusiviteit en een veilig klimaat binnen de diverse VU gemeenschap worden optimaal bevorderd. We zijn allemaal onderdeel van de VU gemeenschap, waarin elk lid uniek is en gekend en gerespecteerd wordt. Het wetenschappelijke en het ondersteunend personeel zijn zodanig getraind dat zij studenten optimaal kunnen ondersteunen bij het realiseren van de eigen potentie en het vinden van een balans tussen stressoren en energiebronnen. Studenten voelen zich onderdeel van de *VU community* en hebben een *sense of belonging* binnen de VU gemeenschap. Op die manier versterken studenten hun energiebronnen, worden stressoren waar mogelijk verminderd en leren zij om te gaan met stressoren die onvermijdelijk zijn.

Deze visie op studentenwelzijn is in overeenstemming met de onderwijsvisie van de VU waarin benadrukt wordt dat elke student uniek is en gekend wordt en dat het onderwijs elke student leert zich te verhouden tot de ander en tot de steeds complexere en meer diverse samenleving.⁷ Daarnaast sluit deze visie op studentenwelzijn goed aan op de visie studentbegeleiding zoals deze in 2018 geformuleerd is.⁸

⁷ Onderwijsvisie VU, (2018), p.7

⁸ Visie studentbegeleiding, Rapport Werkgroep Studentbegeleiding, 26 november 2018

3.2 Speerpunten

De VU visie op studentenwelzijn wordt hieronder uiteengezet in vier speerpunten:

- bewustwording;
- preventie;
- professionalisering;
- verbinding.

3.2.1 Bewustwording

De VU vormt een gemeenschap waarin we om elkaar geven. We praten en leren over gezondheid en welzijn. Studentenwelzijn wordt zodanig onder de aandacht gebracht dat het stigma rondom het onderwerp mentaal welzijn aanzienlijk vermindert, zowel bij de VU studenten als de VU medewerkers. Er is voldoende aandacht voor studentenwelzijn in alle lagen van de organisatie. Het onderwijs schept realistische verwachtingen waarbij gesprekken over leerdoelen, voortgang, ontspanning, twijfel en teleurstelling worden gefaciliteerd. Er wordt rekening gehouden met prestatiedruk en stress die studenten tijdens hun studie ondervinden. De universiteit biedt een veilige omgeving in het onderwijs waarin er begrip en aanpassingsvermogen is voor alle studenten.

3.2.2 Preventie

Studenten worden op de VU opgeleid tot veerkrachtige en weerbare individuen/academici die in staat zijn elke uitdaging op een gezonde manier het hoofd te bieden om zo een waardevolle bijdrage te kunnen leveren aan de maatschappij. De VU legt hierbij de focus op preventie en schept de voorwaarden waardoor gedrag gericht op het verhogen van welzijn wordt gestimuleerd en gefaciliteerd door verschillende rollen binnen de VU – van studentenpsycholoog, studentendecaan en studieadviseur tot tutor, docent en opleidingsdirecteur. In plaats van alleen reactief wordt ook proactief gewerkt aan het vergroten van de veerkracht, weerbaarheid en zelfredzaamheid van de student. Persoonlijke ontwikkeling is onderdeel van het leertraject van studenten. De VU ondersteunt hen dan ook niet alleen op academisch vlak, maar ook bij het ontwikkelen van persoonlijke vaardigheden of 'life skills'. Een voorbeeld hiervan is de *Broader Mind course*, waarin studenten aan de slag gaan met thema's zoals succes en falen.

3.2.3 Professionalisering

Docenten, mentoren, tutores e.d. worden op het gebied van studentenwelzijn getraind en begeleid door de professionele studentbegeleiders. Dit zorgt ervoor dat zij de juiste kennis en tools hebben om eventuele problematiek bij studenten vroegtijdig te signaleren en correct door te verwijzen. Reeds bestaande trainingen, zoals de Basis Kwalificatie Onderwijs, worden hiervoor zoveel mogelijk ingezet. Studentbegeleiders, die persoonlijk contact onderhouden met de student, dienen als spil in het wiel van studentenwelzijn op de VU, maar zijn niet het enige aanspreekpunt. De verantwoordelijkheid voor het welzijn van studenten

wordt gemeenschappelijk gedragen.

3.2.4 *Verbinding*

Studenten weten hoe ze elkaar moeten vinden en hebben een duidelijk beeld van de sociale initiatieven en verschillende studie- en studentenverenigingen die de VU en Amsterdam biedt. Dit wordt onder andere gefaciliteerd door het Student Wellbeing Point en Panel, waar studenten elkaar op een laagdrempelige manier helpen en waar welzijnsinitiatieven worden gepromoot. Daarnaast ondersteunt de VU studie- en studentenverenigingen in het opzetten van aantrekkelijke en inclusieve activiteiten voor alle studenten. Studenten voelen zich niet alleen onderling verbonden, maar ook verbonden met de VU, docenten en studentbegeleiders. Ze voelen zich onderdeel van de VU gemeenschap. Ook internationale studenten voelen zich verbonden met de VU en met de Nederlandse medestudenten. Door meer verbondenheid te creëren, neemt eenzaamheid onder studenten af.

4. Randvoorwaarden

Om studentenwelzijn optimaal te bevorderen aan de hand van bovengenoemde speerpunten spelen een aantal randvoorwaarden een cruciale rol. Het gaat om de volgende randvoorwaarden:

- gezamenlijke verantwoordelijkheid;
- co-creatie;
- inclusieve benadering;
- veilig klimaat.

4.1 *Gezamenlijke verantwoordelijkheid*

Als VU gemeenschap hebben we een gezamenlijk doel om het welzijn van studenten te waarborgen. Deze VU gemeenschap bestaat uit allen die bijdragen aan, baat hebben bij, of op een andere manier betrokken zijn bij studentenwelzijn. De organisatie, het onderwijs, de studentbegeleiders en de studenten zelf dragen allemaal bij aan de verbetering van het welbevinden van de studenten.

De VU als instelling waarborgt en monitort het welzijn van haar studenten door de benodigde middelen beschikbaar te stellen en initiatieven rondom studentenwelzijn zoveel mogelijk te ondersteunen en faciliteren. Studentenwelzijn is een integraal onderdeel van het beleid en sijpelt door in alle lagen van de organisatie. De doelstellingen en het beleid voor studentenwelzijn bewegen mee met maatschappelijke ontwikkelingen.

Verschillende actoren spelen een belangrijke rol in het waarborgen van studentenwelzijn:

- a) Professionele studentbegeleiders (studieadviseurs, studentendecanen en studentenpsychologen)** ondersteunen studenten binnen hun eigen verantwoordelijkheden, maar

nemen hierbij wel de grenzen van de 'zorgplicht' in acht. Wanneer de hulp buiten hun scope valt, zorgen zij voor warme overdracht naar een geschikte hulp- of zorgverlener. Voor de beschrijving van de zorgplicht van de professionele studentbegeleiders wordt verwezen naar het Document Studentbegeleiding (2021).

- b) Wetenschappelijk personeel** heeft basiskennis over studentenwelzijn en signaleert en verwijst door waar nodig (zie paragraaf 3.2.3 *Professionalisering*). Dit betekent dat de verantwoordelijkheid van docenten nadrukkelijk ligt bij signalering en doorverwijzing en niet bij het oplossen van hulp- en zorgvraagstukken. De exacte invulling van de rol van wetenschappelijk personeel wat betreft studentenwelzijn wordt nog nader uitgewerkt, ook in relatie tot de rol van de professionele studentbegeleiders en de regiehouders sociale veiligheid.
- c) Bestuurders** zorgen dat studentenwelzijn integraal onderdeel is van de (onderwijs)beleidsvorming. Het onderwijsbeleid is niet alleen gericht op academische vaardigheden, maar ook op persoonlijke ontwikkeling van studenten. Niet alleen studiesucces wordt gewaarborgd, maar ook studentsucces. Experts op het gebied van studentenwelzijn, zoals de professionele studentbegeleiders, de student wellbeing officer en de regiehouders sociale veiligheid, worden hierbij actief betrokken. Deze experts voeden op hun beurt bestuurders en beleidsmedewerkers met bijvoorbeeld regelmatige kennissessies.
- d) Ondersteunend personeel** zorgt voor adequate informatievoorziening en tools om studenten naar de juiste plekken te verwijzen.
- e) Studie- en studentenverenigingen** zorgen voor sociale binding en brengen welzijns-thema's bij hun leden onder de aandacht.
- f) De student** is medeverantwoordelijk voor (het verbeteren van) zijn/haar eigen welzijn. Van de student wordt een actieve houding verwacht ten aanzien van het eigen welzijn: dit houdt in dat de student actief hulp zoekt bij vragen of klachten en actief aan de slag gaat met de aangeboden hulp.

4.2 Co-creatie

Studenten worden actief betrokken bij het studentenwelzijnsbeleid en de initiatieven die daaruit voortvloeien. Werken aan studentenwelzijn is een co-creatieproces van de VU met haar studenten. Studentmedezeggenschapsraden en Student Wellbeing Point & Panel medewerkers - zelf ook studenten - leveren feedback over wat er speelt onder studenten en dragen bij aan beleidsontwikkeling op het gebied van studentenwelzijn. Facultaire contactpersonen studentenwelzijn werken nauw samen met de Student Wellbeing Panel medewerkers. Samen signaleren zij problemen op hun eigen faculteit die studentenwelzijn in de

weg staan en zorgen dat dit in facultair verband en/of op VU-breed niveau wordt opgepakt.

4.3. Inclusieve benadering

Op het gebied van studentenwelzijn houden we rekening met de diversiteit waar de VU rijk aan is. De initiatieven die opgezet worden zijn toegankelijk voor alle studenten en spreken hen aan. Iedereen heeft profijt van het beleid op het gebied van studentenwelzijn. Er is speciale aandacht voor specifieke doelgroepen met specifieke wensen en behoeftes. Er wordt zorgvuldig gekeken naar de facilitering die nodig is voor de verschillende doelgroepen. Er wordt op gelet hoe gecommuniceerd wordt naar de verschillende groepen. Elke student ervaart een gevoel van verbondenheid binnen de VU gemeenschap. Ieder lid draagt op zijn/haar eigen manier bij aan de gemeenschap en ieders diversiteit en persoonlijke groei wordt omarmd.

4.4 Veilig klimaat

Naast de faciliterende houding van de organisatie borgt deze ook het veilige klimaat op de universiteit. De student voelt zich veilig om zichzelf te zijn binnen alle lagen van de organisatie, binnen de gehele VU gemeenschap. In het onderwijs voelt de student zich veilig om twijfels te bespreken en kritiek te uiten. Er wordt een sfeer gegarandeerd waarin dit mogelijk is. Er is sprake van wederzijds respect.