

Twee jaar lang drukten de coronamaatregelen een stempel op het hoger onderwijs, vooral op sociaal gebied.

De Universiteit Utrecht bracht de ervaringen van haar studenten in kaart. Wat waren de belangrijkste uitkomsten?

En wat kunnen we leren van deze periode?

‘Alsof je de enige bent die deze opleiding volgt’

De sociale component van hoger onderwijs

Judith Loopers, Ineke Lam, Frans Prins & Marieke de Bakker

Universiteit Utrecht

Op 12 maart 2020 kondigde de Nederlandse regering aan dat er in verband met het coronavirus geen onderwijs meer op locatie mocht plaatsvinden in het hoger onderwijs. Dit besluit had vanzelfsprekend grote gevolgen voor zowel docenten als studenten. In de twee jaren die volgden was in sommige periodes geen fysiek onderwijs mogelijk, of alleen voor beperkte doeleinden, of gecombineerd met maatregelen als anderhalve meter afstand houden en een maximale groepsgrootte. Op verzoek van de directie Studenten, Onderwijs & Onderzoek van de Universiteit Utrecht is het onderwijs in deze periode geëvalueerd onder studenten. Het doel hiervan was om in kaart te brengen hoe de studenten het onderwijs in coronatijd hebben beleefd en gewaardeerd.

Van het tweede semester van het academisch jaar 2019-2020 (waarin de pandemie uitbrak) tot en met het eerste semester van het academisch jaar 2021-2022 heeft de universiteit in totaal vijf vragenlijsten uitgezet. Daarin stond een aantal kernthema's centraal, zoals studentenwelzijn, ervaringen met online- en hybride onderwijs, en ondersteuning vanuit de universiteit. Elke vragenlijst werd aangevuld met relevante thema's op het moment van afname, zoals toetsing of het gebruik van onlinetools. De vragenlijsten bestonden merendeels uit gesloten vragen, zoals stellingen, en sloten af met een open vraag waarin studenten het onderwijs uit de afgelopen periode konden karakteriseren. Gemiddeld vulden 2931 studenten de vragenlijst in.

De resultaten zijn verwerkt in adviesrapporten voor het college van bestuur van de Universiteit Utrecht.

Mentale gezondheid

In de eerste fase van de pandemie ging de aandacht vooral uit naar het draaiende houden van de opleidingen in de vorm van online- en later ook hybride onderwijs. Naarmate die praktische zaken beter geregeld waren voor studenten, werd mentale gezondheid een groot thema. In Nederland zijn daar in de loop van de pandemie meerdere onderzoeken naar gedaan, met zorgelijke resultaten. Zo berichtte de NOS in november 2020 dat bijna de helft van de jongeren van 18 tot 25 jaar zich slechter zei te voelen door de coronacrisis (NOS, 2020). Onderzoek van het Centraal Bureau voor de Statistiek in 2021 liet hetzelfde beeld zien: ruim de helft van de 18- tot 25-jarigen zei dat de coronacrisis een negatieve invloed had op hun leven. Meer dan de helft van de studenten in het wetenschappelijk onderwijs voelde het gemis van naar de universiteit gaan en 42 procent zei vaker studiestress te ervaren (CBS, 2021).

Aan het begin van 2021, midden in een van de lockdowns, was er een toename te zien in het voorschrijven van geneesmiddelen tegen angst en depressie aan jongeren (Hek et al., 2022). Deze toename zette zich door in 2022, met name onder jonge vrouwen. Voor andere leeftijdsgroepen was deze stijging niet te zien, wat erop wijst dat de gevolgen

juist voor jongeren groot waren. Met de terugkeer naar fysiek onderwijs leken de mentale problemen niet voorbij te zijn: ook in de eerste zes maanden van 2022, toen de coronamaatregelen (grotendeels) waren afgeschaft, kregen meer jongeren antidepressiva voorgeschreven dan voor de coronaperiode (Hek et al., 2022).

De zorgen over de mentale gezondheid van studenten in coronatijd zetten aan tot nadenken over de sociale component van het onderwijs. Is dit niet ook een *doel* van het onderwijs, in plaats van alleen een middel? Verschillende theorieën lichten de sociale component van het onderwijs uit als een belangrijk aspect. Al in 1962 definieerde Maslow *belonging* als een basisbehoefte van de mens. Ook in de psychologische basisbehoefte *relatedness* van de zelfdeterminatietheorie (Ryan & Deci, 2000) zien we dit terug: een gevoel van verbondenheid met de mensen om je heen draagt bij aan motivatie en welzijn. In de onderwijsdoelen die Biesta (2015) onderscheidt, zien we ook dat leren (kwalificatie) niet het enige doel is: socialisatie en subjectificatie zijn eveneens belangrijk. Verschillende trends in het hoger onderwijs passen goed bij deze brede onderwijsdoelen; denk aan interdisciplinair onderwijs of *community engaged learning*. In deze vormen van onderwijs gaat het om meer dan alleen het opdoen van kennis.

Sense of belonging

Tinto (1975) beschrijft dat studenten zich tijdens hun opleiding in twee systemen bevinden: het academische en het sociale systeem. In het academische systeem leren studenten de academische discipline en is de interactie met de docent het belangrijkste; academische integratie is terug te zien in cijfers en intellectuele ontwikkeling. Onder het sociale systeem vallen alle contacten buiten het officiële curriculum; daar is de interactie met medestudenten het belangrijkste. Als studenten het gevoel hebben in sociaal opzicht binnen hun studie te passen en vriendschappelijke contacten hebben, is er sprake van sociale integratie (Tinto, 1975). De literatuur spreekt ook wel over een *sense of belonging*: studenten die dat ervaren, voelen zich verbonden met en geaccepteerd, gerespecteerd en gewaardeerd door hun *peers*, docenten en andere medewerkers van de universiteit (Strayhorn, 2019). Sense of belonging is een voorspeller van studiesucces en positieve interacties zijn hiervoor dus belangrijk (Strayhorn, 2019).

Voor eerstejaars, die nog helemaal nieuw zijn op de universiteit, is het ontwikkelen van een sense of belonging cruciaal. In de transitie van voortgezet onderwijs naar hoger onderwijs zijn nieuwe sociale contacten een bron van steun (Thompson, Pawson & Evans, 2021). De kwaliteit van nieuwe vriendschappen hangt samen met de mate waarin studenten zich weten aan te passen aan de nieuwe omgeving van de universiteit (Buote et al., 2007), en sociale contacten spelen een rol in het voorkomen van

Is dit niet ook een doel van het onderwijs, in plaats van alleen een middel?

drop-out onder eerstejaars (Wilcox, Winn & Fyvie-Gauld, 2005). Als een sense of belonging zich positief ontwikkelt gedurende het eerste jaar, draagt dit bij aan een afname in internaliserende problematiek (Pittman & Richmond, 2008). Het opbouwen van een nieuw sociaal netwerk kan evenwel een grote uitdaging zijn (Thompson, Pawson & Evans, 2021). En die wordt alleen maar groter als je je medestudenten niet fysiek kunt ontmoeten, zoals tijdens de coronapandemie.

In onlineonderwijs lijkt het lastiger om aan de sociale behoeften van studenten te voldoen. Dit geldt zowel voor de instelling, die dit nauwelijks kan faciliteren, als voor de student, die dit in een onlineomgeving niet zelf kan regelen. Recent onderzoek in het voortgezet onderwijs, uitgevoerd tijdens de pandemie, heeft aangetoond dat leerlingen in een fysieke setting een hogere betrokkenheid en verbondenheid laten zien dan leerlingen in een hybride of onlinesetting. Het verband tussen de setting en de betrokkenheid van de leerlingen laat zich volledig verklaren door de ervaren verbondenheid met klasgenoten en docenten (McKellar & Wang, 2022).

Of dit in het hoger onderwijs ook geldt, weten we (nog) niet. De uitkomsten van de vragenlijsten van de Universiteit Utrecht kunnen daar meer inzicht in bieden, aangezien een deel van de vragen ging over de mentale gezondheid en de ervaren verbondenheid van studenten tijdens de pandemie.

Aanpassing en gewenning

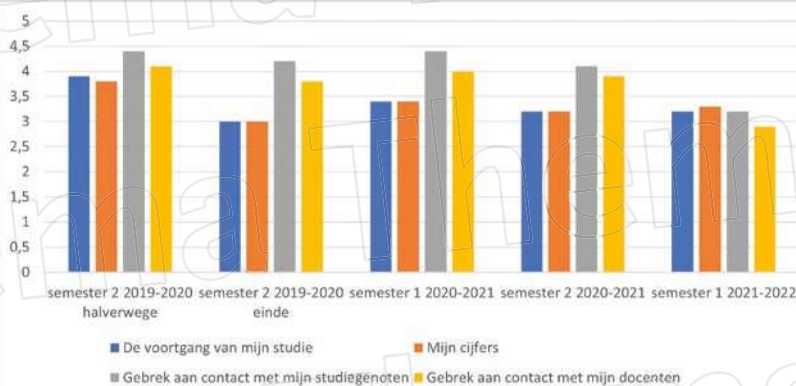
Na de plotselinge fysieke sluiting van de universiteit ging in het voorjaar van 2020 zoals gezegd de eerste aandacht uit naar het draaiende houden van het onderwijs. Docenten zetten alles op alles om door middel van onlinecolleges het onderwijs zo goed mogelijk door te laten gaan. Na een hectische periode van aanpassing en gewenning waren studenten in het eerste semester van collegejaar 2020-2021 al een stuk positiever over het gegeven (online)onderwijs. Met de kanttekening dat studenten in het algemeen een voorkeur hebben voor fysiek onderwijs, zoals het volgende citaat illustreert:

'Alles was online prima vormgegeven, maar het onlineonderwijs zou nooit het echte onderwijs kunnen vervangen.' (semester 2, 2020-2021)

In de resultaten van ons onderzoek zien we ook de zorgen terug over de mentale gezondheid van studenten. In de gehele periode van afstandsonderwijs maakten studenten zich vooral zorgen over hun contacten met medestudenten en docenten, meer dan bijvoorbeeld over hun studieresultaten (Figuur 1). Aan het begin van het eerste semester van 2021-2022, toen er weer meer fysiek onderwijs mogelijk was, zien we een significante daling in de zorgen over het contact met studiegenoten ($d = -.77$) en docenten ($d = -.84$) ten opzichte van het tweede semester van het voorgaande academiejaar (2020-2021).

De mentale problematiek wordt het zichtbaarst in de open vraag aan het eind van de vragenlijst, waarin studenten het onderwijs in de afgelopen periode moesten karakteriseren. Hier zien we duidelijk dat de individuele verschillen tussen studenten groot zijn. Met sommigen ging het eigenlijk behoorlijk goed: tussen de 20 en 40 procent van de studenten schetste een positief beeld van het onderwijs. Op anderen hadden de maatregelen een grote impact: in semester 2 van 2020-2021 was maar liefst 50 procent van de studenten negatief over het onderwijs, in semester 1 van 2021-2022 was dat nog 33 procent. We lezen heftige antwoorden, waarin de zorgen van studenten over hun mentale welzijn duidelijk naar voren komen. 'Eenzaam', 'op afstand' en 'onpersoonlijk' zijn begrippen die veel studenten noemden om het onderwijs te karakteriseren:

'Alsof je de enige bent die deze opleiding volgt. Je kent je docenten niet, sommige heb je nauwelijks gezien, en je spreekt ze nooit. Contact met andere studenten gaat moeizaam omdat je elkaar echt moet opzoeken, maar als je elkaar nog niet kent doe je dat niet, waardoor je niemand leert kennen. Ik snap dat het lastig is om in deze tijden goed les te geven en dat iedereen zijn best doet, maar het is heel eenzaam en onpersoonlijk.' (semester 1, 2020-2021)



Figuur 1 Zorgen van studenten aan de Universiteit Utrecht tijdens de coronapandemie

Lichtpuntje

Er is ook een lichtpuntje: toen er aan het begin van het academisch jaar 2021-2022 weer meer fysiek onderwijs mogelijk was, namen niet alleen de zorgen over het gebrek aan contact met medestudenten en docenten af (zie Figuur 1), maar ging ook de mentale gezondheid van studenten omhoog. In het eerste semester van 2021-2022 gaven studenten hun welzijn een significant hoger cijfer dan aan het einde van het voorgaande collegejaar, al was dat cijfer nog steeds relatief laag: hun algemeen welbevinden steeg van een 6,1 naar een 6,4, een klein positief effect ($p < .05$, $d = .21$).

Maar deze positieve ontwikkeling betekent niet dat de problemen voorbij waren toen er weer volop fysiek onderwijs werd gegeven. Wederom zien we grote individuele verschillen tussen studenten; met een deel van hen ging het nog niet goed. Uit de laatste vragenronde, uitgevoerd in het eerste semester van 2021-2022, blijkt dat mentale problemen bij de terugkeer naar de campus nog steeds een rol speelden. Studenten ervoeren de terugkeer naar 'het nieuwe normaal' in het onderwijs als pittig, zoals het volgende citaat schetst:

'Ik zie dat de UU enorm hard haar best doet om iedereen te bieden wat ze in coronatijd gemist hebben. Ik vind het alleen eeuwig zonde dat alle goede lessen die in coronatijd zijn geleerd over rust en werkdruk per direct het raam uit zijn gegaan, om maar weer honderd procent terug te gaan naar het oude normaal.' (semester 1, 2021-2022)

De studenten die in coronatijd begonnen met studeren vormen daarbij een groep die speciale aandacht verdient. In semester 1 van 2021-2022 vroegen we aan de toenmalige tweedejaars, die dus tijdens de pandemie aan hun studie waren begonnen, hoe zij de introductie aan de universiteit hadden ervaren. Voor het grootste deel van de studenten (73 procent) waren er op het moment van afname van de vragenlijst geen inhaalintroductieactiviteiten georganiseerd; 56 procent van de tweedejaars vond dat er niet genoeg was georganiseerd om de universiteit, de opleiding, de docenten en de medestudenten beter te leren kennen. Op de open vraag wat ze hadden gemist noemden zij vooral het leren kennen van hun studiegenoten, en een fysieke introductie in 'hoe het eraan toegaat op een universiteit'. Het volgende citaat illustreert dit gemis aan introductie, en de druk die dit voor deze tweedejaarsstudent opleverde:

'De afgelopen paar maanden waren erg zwaar. Ik was heel opgelucht om fysiek onderwijs te krijgen, maar als tweedejaarsstudent na een jaar online te hebben gehad ben ik naar mijn gevoel te veel in het diepe gegoooid. Er was geen duidelijke introductie tot de campus, en de werkdruk was dit blok erg hoog, en niet bij te houden voor mij. Mijn cijfers hebben er niet onder geleden, maar mijn mentale gezondheid wel.' (semester 1, 2021-2022)

Lerende organisatie

Gezien het belang van een sense of belonging voor het welzijn en de leerprestaties van studenten kunnen we concluderen dat we meer aandacht moeten besteden aan de sociale component van het onderwijs, niet alleen in coronatijden maar ook daarna. Met andere woorden: aandacht voor zowel academische als sociale integratie is belangrijk en noodzakelijk. De Universiteit Utrecht heeft zich tijdens de pandemie een lerende organisatie getoond: naar aanleiding van de resultaten van de vragenlijsten en de daaruit voortvloeiende adviezen heeft ze verschillende maatregelen genomen op het gebied van mentale gezondheid van studenten (zie kader). Deze initiatieven tonen aan dat het belangrijk is om resultaten van onderzoek voor te leggen aan de organisatie, vooral in een plotselinge situatie met veel impact, zoals de coronapandemie.

Ook nu, met de terugkeer naar onderwijs op locatie, is het van belang oog te houden voor de mentale gezondheid en de sense of belonging van studenten. Een deel van de zorgen daarover is weggenomen nu het onderwijs weer op de campus plaatsvindt. Maar gezien het belang van een goede start vormen de eerstejaarsstudenten uit academiejaar 2020-2021 een speciale groep die extra aandacht nodig heeft. De transitie naar de universiteit is een belangrijk moment: dit is een fase waarin zowel de sociale integratie als de academische integratie van studenten gestimuleerd kan worden. Proactieve ondersteuning vanuit de universiteit draagt eraan bij dat eerstejaarsstudenten het gevoel hebben erbij te horen (sociale integratie) en aan de verwachtingen van de universiteit te kunnen voldoen (academische integratie); het is daarmee een helpende factor in het ontwikkelen van een sense of belonging (Cole, Newman & Hypolite, 2020). En zoals gezegd is dit een voorspeller van studiesucces.

De inzet van NPO-middelen op de Universiteit Utrecht

Extra introductieperiodes

De Universiteit Utrecht heeft meerdere extra introductieperiodes georganiseerd. Op centraal niveau is dat de 'This is UU-week'. Waar de gebruikelijke UIT-dagen gericht zijn op aanstaande eerstejaars en een kennismaking met de stad, is de This is UU-week juist gericht op het ontmoeten van andere studenten met dezelfde interesses, ongeacht in welke fase van hun studie zij zitten of uit welk land zij komen. Er zijn culturele en sportieve activiteiten en activiteiten rondom hobby's, passies en kennis.

Studentenhuiskamers

Al voor de pandemie werd duidelijk dat studenten een plek misten waar zij elkaar buiten de onderwijsomgeving konden ontmoeten. Deze wens werd tijdens en na de pandemie nog sterker. Daarom hebben we enkele studentenhuiskamers ontwikkeld, waaronder De Vagant op het Utrecht Science Park. Deze ontmoetingsplek wordt gerund voor en door studenten. Een deel is daadwerkelijk ingericht als huiskamer met loungebanken, een piano en spelletjes; een ander deel is bestemd voor activiteiten van de Vagant-commissie, studenten en studentenorganisaties. De activiteiten variëren van lezingen tot workshops tot borrels.

Mentaal welzijn, drank & drugs

Rondom het thema studentenwelzijn zijn zeer veel activiteiten georganiseerd. Zo is er een programma voor bestuurders van studentenorganisaties met onder meer trainingen op het gebied van sociale veiligheid, drank en drugs, en stress. De Universiteit Utrecht heeft daarnaast de beschikking over een zogenaamd 'mindfulness': een meditatiecabine waarin studenten prikkelvrij een moment van rust kunnen pakken. Andere voorbeelden zijn de lezingenreeks 'Hoofdzaken', met aandacht voor suïcide en de werking van het brein. In juni 2023 volgt nog een 'Faal Festival' in samenwerking met poppodium TivoliVredenburg, waar studenten leren dat falen bij het leven hoort. Daarnaast is er een nauwe samenwerking met 'Waar trek jij de lijn?', een campagne tegen overmatig middelengebruik die is opgezet door Utrechtse studenten. In mei 2023 zal rondom dit thema een groot symposium plaatsvinden.

Ook doorlopend, bij het evalueren van het onderwijs, is het belangrijk de sociale component van het onderwijs in de gaten te houden. Zijn we ons voldoende bewust van het belang van die component? Is er in het onderwijs genoeg aandacht voor, ook nu we elkaar weer ontmoeten op de campus? Dit zijn vragen die we elkaar, wat ons betreft, moeten blijven stellen.

Studentenwelzijn in Utrecht

De Universiteit Utrecht heeft de academische en sociale integratie van studenten al jaren hoog in het vaandel staan. Zo zijn er opleidingsintroducties, is er bij opleidingen een docenttutoraat en een studentenmentoraat, en zijn er buddyprogramma's voor bijzondere doelgroepen zoals eerstegeneratiestudenten. Ook voor mentale problemen is er aandacht: via de begeleidingsketen kunnen studenten terecht bij een breed aanbod aan ondersteuning, zowel binnen als buiten de universiteit. Sinds 2018 is er landelijk veel aandacht voor prestatiedruk en de mentale problemen die daaruit voortkomen. De Universiteit Utrecht was een van de eerste hogeronderwijsinstellingen die een taskforce studentenwelzijn in het leven riep, bestaande uit studenten en medewerkers. Die stelde een werkprogramma op voor de periode 2019-2022 en adviseerde te werken aan preventie en intensievere begeleiding van studenten. Het college van bestuur investeerde 1 miljoen euro in extra studentenpsychologen, e-health-modules en tweejaarlijkse *wellbeing weeks*. In 2022, tijdens de pandemie, is dit programma geëvalueerd en herijkt. Voor de periode 2022-2025 is een nieuw programma opgesteld met bijbehorende financiële investeringen.

De aandacht voor de mentale gezondheid van studenten is dus niet nieuw; wel heeft de omvang van de problemen tijdens de pandemie zorgelijke proporties aangenomen. De landelijke *Monitor mentale gezondheid en middelengebruik* heeft dit in 2021 opnieuw bevestigd (Dopmeijer et al., 2022). Daarom heeft de universiteit de middelen uit het Nationaal Programma Onderwijs (NPO), die bedoeld zijn voor studenten om corona-achterstanden in te halen, ook ingezet om studentenwelzijn en communityvorming te verbeteren, door gerichte interventies onder de noemer #Baktobetter. De ruim 6 miljoen euro die de Universiteit Utrecht heeft ontvangen is ingezet voor projecten voor en door studenten rond deze thema's (zie kader).

De vragenlijsten die we tijdens de pandemie hebben uitgezet, hebben ons richting gegeven om de NPO-middelen op de juiste wijze in te zetten. In 2023 voeren we opnieuw de landelijke monitor uit. Die zal ons informatie geven over manieren om onze studenten zo goed mogelijk te blijven ondersteunen.

Judith Loopers

is onderwijskundig adviseur en trainer bij Onderwijsadvies & Training aan de Universiteit Utrecht

Ineke Lam

is onderwijskundig adviseur en trainer bij Onderwijsadvies & Training aan de Universiteit Utrecht

Frans Prins

is wetenschappelijk directeur van Onderwijsadvies & Training en universitair hoofddocent aan de afdeling Educatie van de Universiteit Utrecht

Marieke de Bakker

is adjunct-directeur en afdelingshoofd Studenten van de directie Studenten, Onderwijs & Onderzoek aan de Universiteit Utrecht

Met dank aan alle collega's die een bijdrage hebben geleverd aan een of meerdere rapporten, in het bijzonder Femke Kirschner en Miriam de Boer.

Literatuur

- Biesta, G. (2015). What is education for? On good education, teacher judgement, and educational professionalism. *European Journal of Education*, 50(1), 75-87. doi.org/10.1111/ejed.12109
- Buote, V. M., Pancer, S. M., Adams, G., Birnie-Lefcovitch, S., Polivy, J. & Wintre, M. G. (2007). The importance of friends: Friendship and adjustment among 1st-year university students. *Journal of Adolescent Research*, 22(6). doi.org/10.1177/0743558407306344
- CBS (2021). *Welzijn en stress bij jongeren in coronatijd*. www.cbs.nl/nl-nl/longread/rapportages/2021/welzijn-en-stress-bij-jongeren-in-coronatijd
- Cole, D., Newman, C. B. & Hypolite, L. I. (2020). Sense of belonging and mattering among two cohorts of first-year students participating in a comprehensive college transition program. *American Behavioral Scientist*, 64(3), 276-297. doi.org/10.1177/0002764219869417
- Dopmeijer, J. M., Nuijen, J., Busch, M. C. M., Tak, N. I. & Verweij, A. (2022). *Monitor mentale gezondheid en middelengebruik studenten hoger onderwijs 2021. Deelrapport 1. Mentale gezondheid van studenten in het hoger onderwijs*. RIVM, Trimbos-instituut en GGD GHOR Nederland. doi.org/10.21945/RIVM-2022-0100
- Hek, K., Jansen, T., Bolt, E. & Van Dijk, L. (2022). *Voorschrijven van psychofarmaca door de huisarts tijdens de coronapandemie*, 6 jan 2020 - 10 juli 2022. Nivel. www.nivel.nl/sites/default/files/bestanden/1004268.pdf
- Maslow, A. (1962). *Toward a Psychology of Being*. New York: Van Nostrand.
- McKellar, S. E. & Wang, M-T. (2022). Adolescents' daily sense of school connectedness and academic engagement: Intensive longitudinal mediation study of student differences by remote, hybrid, and in-person learning modality. *Learning and Instruction* 83(1):101659. doi.org/10.1016/j.learninstruc.2022.101659
- NOS (2020). *Bijna helft jongeren zegt zich slechter te voelen door coronacrisis*. nos.nl/artikel/2357164-bijna-helft-jongeren-zegt-zich-slechter-te-voelen-door-coronacrisis, 19 november 2020.
- Pittman, L. D. & Richmond, A. (2008). University belonging, friendship quality, and psychological adjustment during the transition to college. *The Journal of Experimental Education*, 76(4), 343-362. doi.org/10.3200/JEXE.76.4.343-362
- Ryan, R. M. & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68-78. doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68
- Strayhorn, T. L. (2019). *College students' sense of belonging: A key to educational success for all students*. London: Routledge.
- Thompson, M., Pawson, C. & Evans, B. (2021). Navigating entry into higher education: The transition to independent learning and living. *Journal of Further and Higher Education*, 45(10), 1398-1410. doi.org/10.1080/0309877X.2021.1933400
- Tinto, V. (1975). Dropout from higher education. A theoretical synthesis of recent research. *Review of Educational Research*, 45(1), 89-125.
- Wilcox, P., Winn, S. & Fyvie-Gauld, M. (2005). 'It was nothing to do with the university, it was just the people': the role of social support in the first-year experience of higher education. *Studies in Higher Education*, 30(6), 707-722. doi.org/10.1080/03075070500340036