



euro | guidance

European Network to Support  
Lifelong Guidance

# **(Studenten)welzijn & Loopbaanbegeleiding**

De relatie tussen (studenten)welzijn, zingeving en loopbaanbegeleiding in de literatuur en de praktijk

# Even voorstellen

- Daniëlla van Uden
- Werkzaam bij ECBO en Euroguidance
- Expertise: kwalitatieve onderzoeksmethoden



- Jessie van de Haterd
- Werkzaam bij ECIO
- Expertise: studentenwelzijn



- Minne Bakker
- Werkzaam voor Euroguidance, ECIO en ECBO
- Expertise: kwalitatieve onderzoeksmethoden, participatie



## Missie

1. We willen bijdragen aan een **leven lang ontwikkelen voor alle burgers**
2. We willen bijdragen aan **mobiliteit in werk en studie**
3. We willen **professionalisering van loopbaanbegeleiders** stimuleren

Dit doen we door: onder andere verkenningen te doen, stakeholders te betrekken, tools te ontwikkelen en handreikingen te schrijven en te delen op conferenties.

# Doel webinar

- Aantal inzichten delen over de relatie tussen (studenten)welzijn, zingeving & loopbaanbegeleiding
- Praktijkvoorbeelden uitlichten ter inspiratie
- Met elkaar inzichten & praktijkvoorbeelden delen

# Programma van vandaag

- 14:00 Introductie
- 14:05 Studentenwelzijn
- 14:15 Verkenning loopbaanbegeleiding en studentenwelzijn
- 14:35 Interactieve deel
- 14:45 Plenair terugkomen
  
- **14:50-14:55 Pauze**
  
- 14:55 Radboud Honours
- 15:25 Afsluiting
- 15:30 Einde webinar

# Studentenwelzijn

Studenten als specifieke doelgroep

Wat we al allemaal doen

Meest recente cijfers

Waarom deze verkenning en onderzoek zingeving en LOB

# Studenten als specifieke doelgroep

- Ontwikkelingsfase valt samen met (gaan) studeren: basis leggen voor identiteit
- Regie leren voeren welbevinden en mentale gezondheid
- Studententijd is een uitdagende en stressvolle periode
- Andere uitdagingen dan niet-studerende leeftijdsgenoten en een andere context



# We doen al heel veel!

- Landelijk Kader studentenwelzijn
- Landelijke kennisbank studentenwelzijn
- Extra onderzoek (studentenwelzijn staat op de agenda)
- Onderwijsinstellingen doen hun best en hebben beleid
- Stijn; programma studentenwelzijn



# Maar... meest recente cijfers (MMMS)

Het lijkt iets beter te gaan met studenten maar: Cijfers van Trimbos Instituut

- 44% heeft in de afgelopen vier weken depressie-/angstklachten, waarvan lichte (21%) of matige (13%) klachten.
- 59% emotionele uitputtingsklachten (Trimbos Instituut, 2023)
- 26% ervoer in de afgelopen vier weken levensmoeheid (Suicide is doodsoorzaak nummer 1 onder jongeren)
- Meer cijfers: bekijk de resultaten van de MMMS



# Waarom onderzoek naar zingeving en loopbaanbegeleiding?



- Veel activiteiten richtten zich met name op 'positieve emoties' (geluk) om een bepaalde mate van welzijn te bereiken. Terwijl wanneer mensen het "moeilijk hebben in het leven" er juist meer aandacht zou moeten zijn voor zingeving (Frankl, 1985; Wong, 2010, 2011)
- Op dit moment ervaren studenten extreem veel onzekerheid (klimaat, keuzestress, woningmarkt, oorlog)- Harder, Better, Faster, stronger (2022)
- Behoeftte aan meer inzicht hoe andere landen dit doen? En welke aandacht er al is in het onderwijs

# Interactief deel

- Hoe denk jij dat loopbaanbegeleiding bijdraagt aan studentenwelzijn?
- Zet je antwoord in de chat

# Verkenning (studenten)welzijn, zingeving & loopbaanbegeleiding

1. Wat is de relatie tussen loopbaanbegeleiding, (studenten)welzijn en zingeving in de literatuur?
2. Wat zijn voorbeelden van beleid op het gebied van welzijn en loopbaanbegeleiding in de Europese en Nederlandse context?
3. Wat zijn praktijkvoorbeelden van initiatieven rondom loopbaanbegeleiding die een link leggen met (studenten)welzijn in verschillende Europese landen?



Literatuur & praktijk



Desk research



Europa en Nederland

# Hoe draagt loopbaanbegeleiding bij aan welzijn?

- Een gesprek op zichzelf
- Loopbaanbegeleiding is oplossings- en actiegericht
- Toegang tot nieuwe cursussen, functies of loopbanen die beter passen bij hun kwaliteiten, omstandigheden en behoeften
- Mentale gezondheid
- Ook kans op vermindering van welzijn bij de start van loopbaanbegeleiding

# Hoe draagt loopbaanbegeleiding bij aan studentenwelzijn?

- Jeugdwerkloosheid en 'litteken effect'
- Start duurzame loopbaan om jeugdwerkloosheid te voorkomen
- Loopbaanbegeleiding helpt bij de start van een duurzame loopbaan door het vergroten van 'employability'

# Loopbaanbegeleiding en zingeving

- Zingeving kan gedefinieerd worden als 'het zoeken naar betekenis en de behoefte te ervaren dat wat we doen in het leven een waarde heeft' (Movisie, 2017).
- Studententijd is een periode waarin mensen op zoek gaan naar zingeving
- Veel mensen zijn op zoek naar zingeving in hun werk: zij willen werk doen dat hen een gevoel van vervulling en betekenis geeft.
- Loopbaanbegeleiding kan mensen helpen om hun passies te ontdekken en te verkennen hoe zij die kunnen toepassen in hun loopbaan



# Praktijkvoorbeelden uit Europa

- Denemarken: *Student Counseling Service* aan de *University of South Denmark* - digitale cursus voor het starten met studeren
- Duitsland: *Universität zu Köln* - *360 Grad Beratung*
- Tsjechië en Slowakije: Euroguidance – pilot workshops voor loopbaanbegeleiders

## Interactieve deel

- 10-15 minuten in break out rooms
- Vat in een paar zinnen samen wat in jouw groep besproken is

Hoe ben je in je eigen praktijk bezig met (studenten)welzijn & loopbaanbegeleiding?

Welke andere praktijkvoorbeelden ken jij?

Zou je behoefte hebben aan bijscholing om aandacht te hebben voor welzijn binnen je eigen praktijk?

Pauze!



# Studentenwelzijn en zingeving: Finding meaning in Academia

Webinar ECIO  
12 December 2023

Astrid Dorhout  
Thomas van Genderen  
Dr. Prof. Hans Schilderman

*change perspective*

Radboud University



# RADBOUD HONOUR'S ACADEMY

English

Zoeken

Studenten

HOME OVER HONOURS EERSTE BACHELORJAAR BACHELOR MASTER HONOURS LABS DOCENTEN STEL JE VRAAG

Radboud Honours Academy > Over Honours

**Over Honours**

- > Organisatie & contact
- > Studievereniging

**Radboud Honours Academy**

De Honours Academy is een onderwijsomgeving voor enthousiaste, gemotiveerde studenten, die naast hun studie iets extra's willen doen om zich verder te ontwikkelen. In elke fase van je studie – eerste jaar, bachelor en master – kun je kiezen voor een honoursprogramma. Ook heb je de mogelijkheid om deel te nemen aan een van de honourslabs, kortlopende experimentele projecten voor zowel bachelor- als masterstudenten.

De opzet en inhoud van de programma's is divers en vernieuwt voortdurend. Je doet bijvoorbeeld onderzoek in het buitenland, werkt met een groepje aan een actueel thema, organiseert zelf een conferentie of maakt kennis met de praktijk van je vakgebied. Misschien heb je al een verdiepende onderzoeksvraag bedacht waar je mee aan de slag wilt. Ook dat kan bij de Honours Academy!

**Wat kun je verwachten?**

- Je houdt je bezig met thema's op het raakvlak van wetenschap en samenleving. Denk bijvoorbeeld aan de toekomst van ons voedsel, de bescherming van persoonsgegevens of de samenhang tussen terrorisme en klimaatverandering.
- Samenwerking met studenten van andere studierichtingen is een belangrijk onderdeel van veel honoursprogramma's. Zo leer je een probleem van verschillende kanten bekijken en ervaar je de meerwaarde van jouw vakgebied.
- Je gaat aan de slag met vaardigheden die jij verder wilt ontwikkelen. Denk bijvoorbeeld aan presenteren en storytelling, debatteren, in het Engels schrijven of overtuigend schrijven.
- Diverse programma's starten met een kick-off, je gaat op studiereis en aan het eind is er een feestelijke uitreiking.



# CRISIS IN STUDENTENWELZIJN

Tabel 1. Mentale gezondheid onder de deelnemende studenten in 2021 en 2023

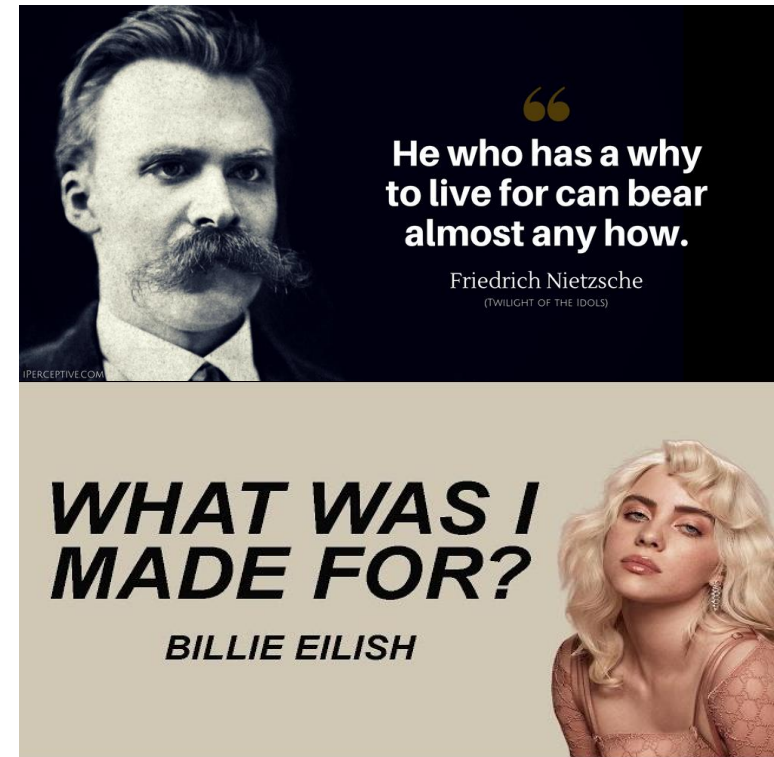
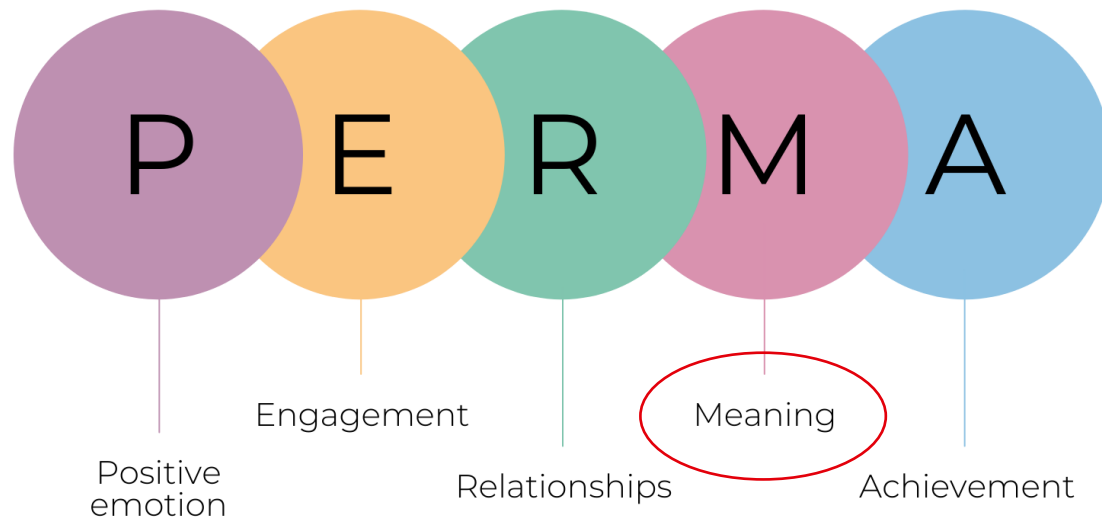
Mentale gezondheidsmaten	2021 (n=28.375)	2023 (n=32.534)
Levenstevredenheid (M, sd)**	6,0 (1,7)	6,7 (1,4)
Gemiddelde tot hoge veerkracht (%)	51	54
Floreren (bovengemiddelde positieve mentale gezondheid) (%)	18	20
Depressie-/angstklachten (%)	51	44
Emotionele uitputtingsklachten (%)	68	59*
Af en toe of vaker levensmoe (%)	25	26
(Heel) veel stress (%)	62	56
Vaak prestatiedruk (%)	54	44*
Enigszins of sterk eenzaam (%)	79	62*



Positief nieuws is dat die cijfers iets beter zijn dan in 2021, al is dat volgens Demi Janssen van het ISO nog lang niet genoeg. "Het is fijn om kleine stapjes van vooruitgang te zien, maar de situatie is zo schrijnend dat er veel grotere sprongen nodig zijn. Als een kwart van de studenten aan zelfdoding denkt en de ruime meerderheid zich eenzaam voelt, kunnen we het ons niet veroorloven geen actie te ondernemen."

# STUDENTENWELZIJN EN ZINGEVING

*Een duurzame positieve psychische gesteldheid, gekenmerkt door veerkracht, zelfoptimalisatie, 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*



# ONDERZOEK





# Onderzoek



Literatuur



Studenten

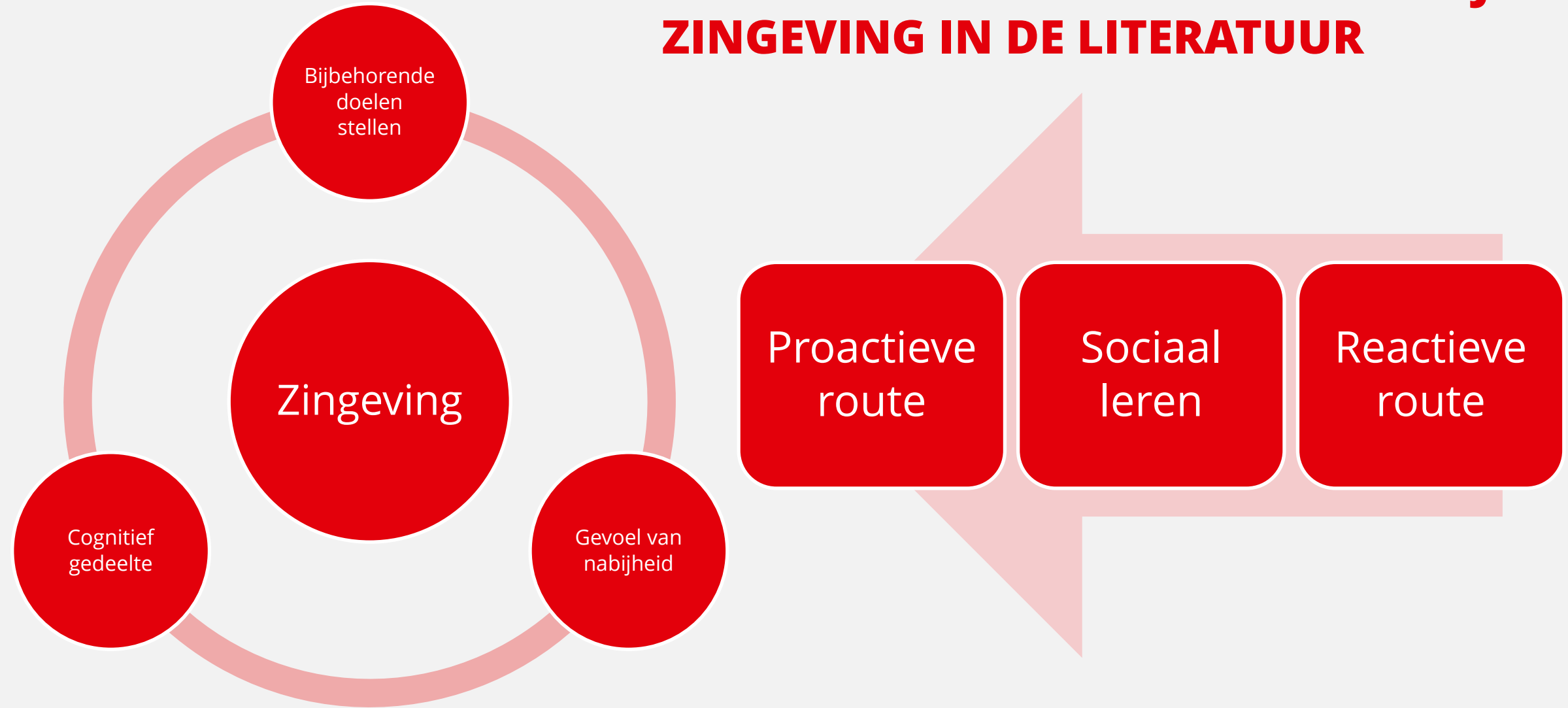


Experts



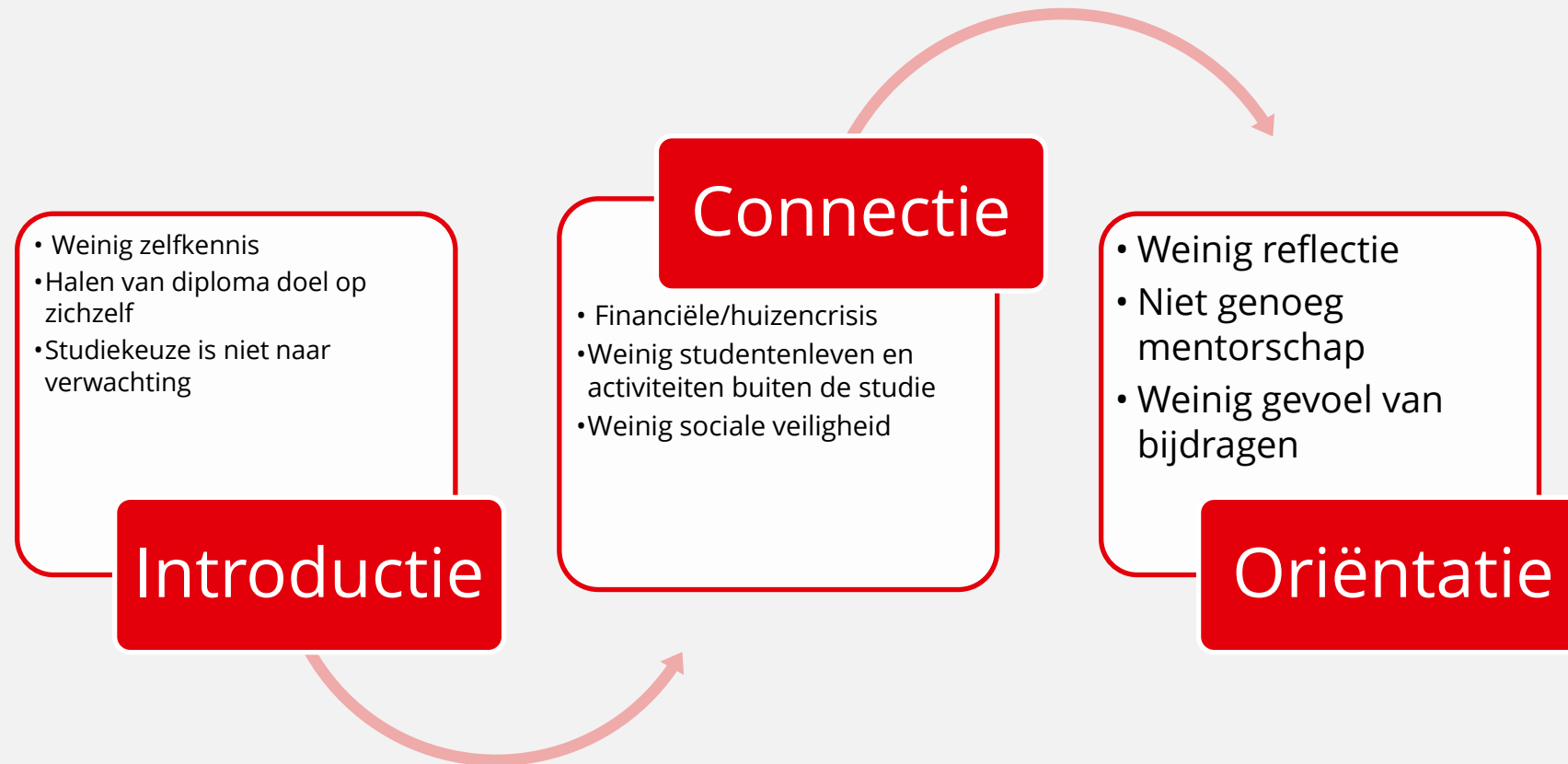
Studieadviseurs

# RELATIE TUSSEN STUDENTENWELZIJN EN ZINGEVING IN DE LITERATUUR



# INTERVIEWS

## Studentenleven



# BELEID



Bewustzijn en veiligheid  
voor draagvlak



Maak gebruik van  
verschillende partners



Universiteit is meer dan  
kennisoverdracht

# VORMGEVEND VAK

Individueel domein

Sociale ontwikkeling

Professionele ontwikkeling



# WORKBOOK

Individual, social, and professional  
development workbook for students

## Assignment 1

Write down 3 strengths and 3 weaknesses in different areas, such as academics, social skills, and personal characteristics.

How can you leverage your strengths and work on your weaknesses?

---

---

---

---

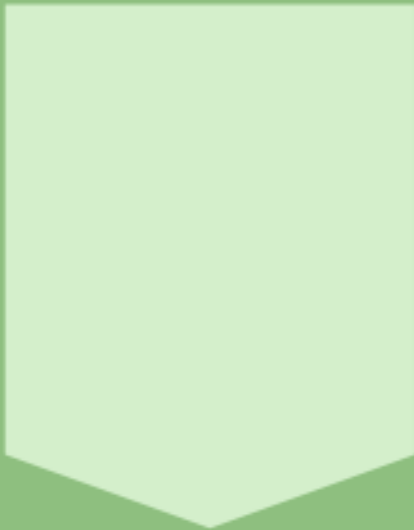
---

---

---

---

Create a personal growth plan that includes specific goals, action steps, and a timeline. You can draw, make a mindmap or write it down.



Fold your personal growth plan and glue it on here



Would you be able to respond to the listings you want? Is there something you need to be able to?

---

---

---

---

---

---

---

**COULD YOU USE MORE ASSISTANCE?  
THE UNIVERSITY HAS COUNSELORS, STUDENT  
ADVISORS, AND DEANS READY TO AID YOU IN  
YOUR QUEST.**

Discuss your findings with the teacher. Do they have some relevant insights for you?

---

---

---

---

---

---

---

# VRAAG

Wat vindt u belangrijk in het leven?

Hoe komt dit wel of niet tot uiting in uw leven?

**BEDANKT VOOR UW  
AANDACHT**

**VRAGEN?**





# Afsluiting

- Evaluatie en terugkoppeling
- Verkenning wordt gepubliceerd op de website

# Meer informatie & inspiratie?

- [Kennisbank Euroguidance](#) (hierop wordt ook de verkenning gepubliceerd)
- [BiOND](#)
- [Expertisepunt LOB](#)
- [Landelijk netwerk studentenwelzijn](#) (gratis bijeenkomsten en online community)
- [Landelijk kennisbank studentenwelzijn](#)

# Euroguidance Nederland

euroguidance@cinop.nl

+31736800800

## ECIO

Jessie van de Haterd

jessie.vandehaterd@ecio.nl

+31611297332

