

POSITIEVE GEZONDHEID OP ZUYD HOGESCHOOL

*'In hoeverre past het huidige aanbod van ondersteuningsmogelijkheden,
met betrekking tot Positieve Gezondheid binnen Zuyd Hogeschool,
bij de behoeftes van de studenten binnen het domein Gezondheidszorg en Welzijn?'*

K. Hüskens | 1833545 | Ergotherapie
L.R.H. Omloo | 1829645 | Ergotherapie
J.V.F. Savelberg | 1874837 | Logopedie

17 JANUARI 2023



**ZU
YD**

Auteurs: K. Hüskens | 1833545
L.R.H. Omloo | 1829645
J.V.F. Savelberg | 1874837

Plaats en datum: 17 januari 2023 te Heerlen

Opdrachtgever: Dr. Esther Bloemen- van Gurp, hoofddocent
Henri Dunantstraat 2
6419 PB Heerlen

Opleidingen: Opleiding voor Ergotherapie te Zuyd Hogeschool
Opleiding voor Logopedie te Zuyd Hogeschool

Titel: Bachelor scriptie

Subtitel: Positieve Gezondheid op Zuyd Hogeschool

Docentbegeleider: Milou Dupuits

Tweede beoordelaar: Pernelle van Loon

Aantal woorden: 11.872

© K. Hüskens, L.R.H. Omloo & J.V.F. Savelberg
In samenwerking met Esther Bloemen- van Gurp en Milou Dupuits

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch mechanisch, door fotokopieën, opnamen of op enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de auteurs en Zuyd Hogeschool.

Voorwoord

Voor u ligt de bachelor scriptie van Kelly Hüskens, Luna Omloo en Jody Savelberg. Onze dank gaat uit naar onze opdrachtgever Esther Bloemen- van Gurp. Zonder de inhoudelijke begeleiding vanuit de opdrachtgever was deze scriptie niet tot stand gekomen. Zij heeft ons gedurende deze periode altijd in de juiste richting weten te sturen en gaf ons de energie om met creatieve ideeën te werk te gaan.

In Milou Dupuits troffen wij een gemotiveerde docentbegeleider. Door wekelijkse afstemmingsmomenten, heeft zij ons op weg geholpen naar een mooi eindproduct. Aan de hand van haar fijne begeleiding en toewijding hebben wij meer uit ons afstudeeronderzoek kunnen halen dan vooraf verwacht.

Tot slot willen wij alle respondenten bedanken voor hun tijd, inbreng en motivatie. Zonder hen was dit onderzoek niet tot stand gekomen.

Kelly Hüskens, Luna Omloo en Jody Savelberg

Heerlen, 17 januari 2023

Samenvatting

Context en vraagstelling

Het welzijn van studenten is een actueel thema, zo ook binnen Zuyd Hogeschool. Diverse ondersteuningsmogelijkheden worden aangeboden binnen Zuyd om studenten te ondersteunen bij diverse problematieken. Deze ondersteuningsmogelijkheden zijn er op mentaal vlak, als op gebied van levensstijl. Echter, de vraag is of het actuele aanbod van ondersteuningsmogelijkheden aansluit bij de behoeftes van studenten. Positieve Gezondheid is een relatief nieuw concept, welke ingezet kan worden om middels een holistische kijk behoeftes van studenten te inventariseren. Binnen het onderzoek werd een antwoord gezocht op de vraag: *'In hoeverre past het huidige aanbod van ondersteuningsmogelijkheden, met betrekking tot Positieve Gezondheid binnen Zuyd Hogeschool, bij de behoeftes van de studenten binnen het domein Gezondheidszorg en Welzijn?'*

Methode

Het onderzoek werd opgebouwd middels mixed methods. Voorafgaand hebben inventariserende gesprekken plaatsgevonden waarbij het huidige aanbod van ondersteuningsmogelijkheden in kaart gebracht werd. Er werd een enquête opgezet welke is afgenomen onder studenten binnen het domein Gezondheidszorg en Welzijn. Dit betrof studenten die studeren aan Zuyd te Heerlen. Hierna hebben zes semigestructureerde interviews plaatsgevonden met een aantal respondenten. Zowel tijdens de enquêtes als de interviews hebben de dimensies van Positieve Gezondheid als leidraad gefungeerd.

Resultaten

Uit de enquête en interviews bleek dat de voornaamste behoeftes liggen op gebied van ondersteuning bij concentratie, balans tussen studie en privé, sociale activiteiten, sport- en ontspanningsmogelijkheden, rondkomen met geld en begeleiding bij de overstap naar het hbo of een eventuele vervolgstudie.

Conclusie

Uit de data bleek dat studenten behoefte hebben aan diverse ondersteuningsmogelijkheden, welke momenteel beschikbaar zijn vanuit Zuyd. De behoeftes van studenten sluiten niet aan op het huidige aanbod. Mogelijk is dit te wijten aan onvoldoende bekendheid van het actuele aanbod. Daarnaast liggen er enkele behoeftes welke momenteel nog niet geïncludeerd zijn binnen het aanbod van Zuyd. Voor toekomstig onderzoek ligt een kans in het onderzoek doen naar hoe de bekendheid en verdere ontwikkeling van de ondersteuningsmogelijkheden geoptimaliseerd kan worden.

Summary

Context and research question

The well-being of students is a current topic, also within Zuyd University of Applied Sciences. Various support possibilities are offered within Zuyd to support students with various problems. This applies to both mental and lifestyle aspects. However, the question is whether the current range of support options meets the needs of students. Positive Health is a relatively new concept, which can be used to identify the needs of students through a holistic approach. Within the study an answer was sought to the question: *'To what extent does the current offer of support possibilities in relation to Positive Health within Zuyd University of Applied Sciences meet the needs of students within the domain of health care and well-being?*

Method

The research was designed using mixed methods. Beforehand, inventory interviews were held to identify the current range of support possibilities. A survey was set up and administered to students within the health and well-being domain. These were students studying at Zuyd in Heerlen. This was followed by semi-structured interviews with a number of six respondents. Both the surveys and the interviews were based on the dimensions of Positive Health.

Results

From the survey and interviews it appeared that the main needs are in the areas of support with concentration, balancing study and private life, social activities, sports and recreational opportunities, managing money and support with the transition to a bachelor study or a possible master study.

Conclusion

The data show that students have a need for various types of support that are currently available within Zuyd. Due to insufficient awareness of these support possibilities, the offerings do not meet the actual demand. In addition, there are some needs that are currently not yet included in the offerings of Zuyd. An opportunity for further research lies in investigating how the awareness and further development of the support possibilities can be optimized.

Inhoudsopgave

Voorwoord	3
Samenvatting.....	4
Summary	5
1 Figuren- en tabellenlijst	8
1.1 Diagrammenlijst	8
1.2 Figurenlijst	8
1.3 Tabellenlijst	8
2 Afkortingenlijst.....	9
3 Verklarende woordenlijst.....	10
4 Inleiding.....	12
4.1 Vooronderzoek	12
4.2 Aanleiding	13
4.3 Praktijkprobleem	13
4.4 Doelstelling.....	13
4.5 Vraagstelling	14
4.5.1 Onderzoeksvraag.....	14
4.5.2 Deelvragen.....	14
5 Theoretisch kader/Literatuuronderzoek.....	15
5.1 Interprofessionele samenwerking	15
5.2 Positieve Gezondheid	16
5.3 Positief gezonde school	16
5.4 Zuyd Hogeschool	17
5.5 Mixed-methods onderzoek	17
5.6 Toepassing	18
6 Methodologie.....	19
6.1 Onderzoeksdesign	19
6.2 Inventariserende gesprekken	19
6.3 Onderzoekspopulatie	19
6.4 Enquêtes.....	20
6.4.1 Betrouwbaarheid enquêtes.....	21
6.4.2 Validiteit enquêtes	22
6.5 Interviews	22
6.5.1 Validiteit en betrouwbaarheid interviews.....	22

7	Resultaten	24
7.1	Ondersteuningsmogelijkheden vanuit Zuyd.....	24
7.2	Verloop onderzoek	25
7.3	Resultaten enquêtes en interviews	27
7.3.1	Demografische gegevens.....	27
7.3.2	Gebruik van huidige ondersteuningsmogelijkheden	28
7.3.3	Lichaamsfuncties	32
7.3.4	Mentaal welbevinden	34
7.3.5	Zingeving.....	36
7.3.6	Kwaliteit van leven	37
7.3.7	Meedoen	38
7.3.8	Dagelijks functioneren.....	39
8	Conclusie	40
8.1	Deelvraag 1	40
8.2	Deelvraag 2.....	40
8.3	Deelvraag 3.....	40
8.4	Conclusie	41
9	Discussie.....	43
10	Aanbevelingen	46
11	Geraadpleegde literatuur	47
	Bijlage 1: Model Positieve Gezondheid	53
	Bijlage 2: Enquête.....	54
	Bijlage 3: Poster enquête	60
	Bijlage 4: Informed consent.....	61
	Bijlage 5: Gebruikte formule betrouwbaarheid enquête	62
	Bijlage 6: Topic-lijst.....	63
	Bijlage 7: Uitkomsten inventariserende gesprekken.....	64
	Bijlage 8: Resultaten enquête.....	66

1 Figuren- en tabellenlijst

In onderstaande figuren- en tabellenlijst staan alle tabellen en figuren welke in dit afstudeeronderzoek gebruikt worden.

1.1 Diagrammenlijst

Diagram 1: stroomdiagram respondenten enquête.....	26
Diagram 3: reden geen gebruik maken van ondersteuningsmogelijkheden.....	30
Diagram 4: resultaten enquête - dimensie lichaamsfuncties.....	32
Diagram 5: resultaten enquête - dimensie mentaal welbevinden.....	34
Diagram 6: resultaten enquête - dimensie zingeving.....	36
Diagram 7: resultaten enquête - dimensie kwaliteit van leven.....	37
Diagram 8: resultaten enquête - dimensie meedoen.....	38
Diagram 9: resultaten enquête - dimensie dagelijks functioneren.....	39

1.2 Figurenlijst

Figuur 1: T-shaped professional (Agile Srum Group, z.d.).....	15
Figuur 2: gespreksinstrument Positieve Gezondheid (Institute for Positive Health, 2022)...	16
Figuur 3: methodologisch proces.....	19

1.3 Tabellenlijst

Tabel 1: in- en exclusiecriteria enquête.....	20
Tabel 2: overzicht huidige ondersteuningsmogelijkheden.....	24
Tabel 3: aantal respondenten per opleiding.....	27
Tabel 4: demografische gegevens respondenten.....	28

2 Afkortingenlijst

In onderstaande lijst worden alle afkortingen welke van belang zijn vermeld.

hbo:	Hoger beroepsonderwijs
IP:	Interprofessioneel
mbo:	Middelbaar beroepsonderwijs
NPO:	Nationaal Programma Onderwijs
PPO:	Persoonlijke Professionele Ontwikkeling
SLB:	Studieloopbaanbegeleider
wo:	Wetenschappelijk onderwijs
Zuyd:	Zuyd Hogeschool te Heerlen

3 Verklarende woordenlijst

In onderstaande begrippenlijst worden alle verklarende woorden benoemd en toegelicht welke van belang zijn tijdens het afstudeeronderzoek.

Comorbiditeit:	Het naast elkaar voorkomen van verschillende stoornissen tegelijkertijd (MIND, 2020).
Cross-sectioneel onderzoek:	Een type onderzoek waarin op één bepaald tijdstip, één bepaalde situatie of aspect wordt geobserveerd. Er is geen sprake van een interventie of randomisatie (Oostveen, 2021).
Holistisch:	Iets is holistisch wanneer er naar het geheel wordt gekeken en niet naar de som van verschillende onderdelen waarvan iets is opgebouwd. Volgens het holisme hangt alles met elkaar samen (Ensie, 2011).
Interprofessionele samenwerking:	Tijdens een interprofessionele samenwerking werken professionals met uiteenlopende expertises in hetzelfde team samen. Bij multidisciplinair samenwerken worden vanuit verschillende vakgebieden een diversiteit aan kennis, ervaring en perspectieven gecombineerd tot oplossingen. Dit maakt dat interprofessioneel samenwerken een stap verder gaat dan multidisciplinair samenwerken (Integraal werken in de wijk, 2021).
Kwalitatief onderzoek:	Er wordt niet-numerieke data (video, tekst of audio) geanalyseerd om meningen of ervaringen beter te begrijpen (Bhandari, 2022).
Kwantitatief onderzoek:	Er wordt numerieke data verzamelt en geanalyseerd. Dit kan worden gebruikt om patronen en gemiddelden te vinden, voorspellingen te doen, causale relaties te achterhalen en om resultaten te generaliseren naar populaties (Bhandari, 2022).
Mixed-methods onderzoek:	Een type onderzoek waarbij elementen gecombineerd worden van zowel kwantitatief en kwalitatief onderzoek. Dit kan een vollediger beeld geven dan enkel kwantitatief of kwalitatief onderzoek omdat de voordelen van beide methoden worden gecombineerd (George, 2022).
Positieve Gezondheid:	Middels Positieve Gezondheid wordt met een breed perspectief gekeken naar gezondheid, uitgewerkt in zes dimensies. Hierbij wordt het voeren van eigen regie gestimuleerd. Tevens wordt bijgedragen aan het vermogen van mensen om met de fysieke, emotionele en sociale uitdagingen in het leven om te gaan.

De dimensies van Positieve Gezondheid zijn:

- Lichaamsfuncties
- Mentaal welbevinden
- Zingeving
- Kwaliteit van leven
- Meedoen
- Dagelijks functioneren (IPH, z.d.)

Student(en):

Bachelor studenten in de faculteit gezondheidszorg,
jaargang 1 t/m 4 te Heerlen.

Studie/faculteit gezondheidszorg:

Bachelor studie binnen de faculteit gezondheidszorg, locatie
Zuyd Hogeschool te Heerlen

- Ergotherapie
- Fysiotherapie
- Logopedie
- Verpleegkunde
- Vaktherapie
- Biometrie

4 Inleiding

4.1 Vooronderzoek

De COVID-19 pandemie heeft een grote rol gespeeld in het welbevinden van studenten. Het mentale welzijn is bij meer dan de helft van de studenten (sterk) verminderd sinds 2020 (van Geelen et al., 2021). Onder andere het online onderwijs, het vele thuis zijn, het missen van een uitlaatklep en sociale afstand hebben angstsymptomen en depressieve klachten opgeleverd bij ongeveer 1 op de 3 studenten (Chang et al., 2021; Chen & Lucock, 2022; Lobbezoo et al., 2022). De meest voorkomende klachten hierbij zijn: slaaptekort, moeite met motivatie en concentratie, somberheid, stress en een verminderde algehele fitheid (Chen & Lucock, 2022; Gewalt et al., 2022; van Geelen et al., 2021).

Dat COVID-19 invloed heeft op de mentale gezondheid, staat vast. Echter, veel heersende mentale problematiek is hier niet direct aan te relateren. Uit onderzoek naar de meest voorkomende mentale problematieken onder bachelor studenten, blijkt dat onder andere angststoornissen, depressie, suïcidale gedachten en automutilatie, eetstoornissen, ADHD, stemmingsstoornissen en autismespectrumstoornissen veel voorkomend zijn. Hierbij zijn angst- en stemmingsstoornissen het meest voorkomend (Pedrelli et al., 2014; Ramón-Arbués et al., 2020). Vaak is er sprake van comorbiditeit (Ramadianto et al., 2022).

Daarnaast is stress een factor die vaak terugkomt. Hierbij is het opvallend dat er vaak meer stress wordt ervaren in het begin van de studieloopbaan. Een mogelijke oorzaak is het aanpassingsvermogen dat het eerste jaar van een nieuwe studie en omgeving vraagt. Studenten komen uit een andere (schoolse) omgeving, waardoor een nieuwe omgeving met andere soorten leeractiviteiten en verwachtingen mogelijk drukt op de studenten tijdens het eerste jaar. Hierdoor ontstaat prestatiedruk, wat op lange termijn kan zorgen voor stress (Ramadianto et al., 2022).

Een gezonde levensstijl kan een positieve invloed hebben op het welzijn van de studenten. Hieronder vallen de volgende aspecten; regelmatige lichaamsbeweging, gezonde voeding, voldoende slaap en het vermijden van alcohol en drugsgebruik (Chang et al., 2021). Tevens is onderzoek gedaan naar het effect van lichamelijke inspanning op mentale gezondheid. Hieruit blijkt dat lichamelijke inspanning een positief effect heeft op mentale gezondheid, zoals vermindering van depressie en angst onder studenten (Eriksen et al., 2020). De kwaliteit van leven en het zelfbeeld over de gezondheid wordt op deze manier verbeterd (Chen & Lucock, 2022; Gewalt et al., 2022).

Diverse scholen bieden ondersteuning aan gericht op mentale problematiek. Echter, deze scholen kunnen niet altijd voldoen aan de vraag naar behandelingen. Scholen ervaren tevens financiële druk, waardoor geen ruimte is voor extra behandelingen (Seppälä et al., 2020). Dit beperkte aanbod resulteert erin dat het zoeken naar mentale hulp bemoeilijkt wordt (Lattie et al., 2019). Als gevolg hiervan gaan studenten op zoek naar hulp buiten de onderwijsinstelling. Echter, een beperkt aantal studenten kan daadwerkelijk behandeld worden. Dit door onvoldoende aanbod van middelen in gezondheidscentra en andere belemmeringen in het behandelproces. Mogelijk heeft dit negatieve invloed op de gezondheid en schoolprestaties op lange termijn (Becker & Torous, 2019).

Scholen hebben interventies nodig om mentale gezondheidsproblemen onder studenten te verminderen. Dit kan middels het preventief aanbieden van proactieve psycho-educatieve vaardigheidsprogramma's of digitale mentale gezondheidsinterventies. Deze kunnen flexibel worden ingezet en dienen als middel om tijd te overbruggen wanneer studenten op een behandeling wachten. Dit kan het aantal behandelde studenten vergroten en de stap om hulp te zoeken verkleinen (Becker & Torous, 2019; Harrer et al., 2018; Seppälä et al., 2020).

Dankzij het Nationaal Programma Onderwijs (steunpakket voor het onderwijs na de coronacrisis), is er budget voor extra ondersteuning en hulp voor sociale activiteiten vóór en dóór studenten (Zuyd, 2022).

4.2 Aanleiding

Gezien er dusdanig veel mentale problematiek heerst onder studenten op macroniveau, valt het haast niet te ontkennen dat er sprake zal zijn van problematiek op meso- en microniveau. Bovendien neemt mentale problematiek bij studenten in Nederland toe. Dit blijkt uit afname van de Mental Health Inventory -5 bij 12- tot 25-jarigen (Centraal Bureau voor de Statistiek, 2022).

Positieve Gezondheid is een opkomend concept waarbij middels verschillende dimensies wordt gekeken naar het welzijn van een individu. Momenteel is er weinig tot geen relevante literatuur over de meerwaarde van Positieve Gezondheid binnen het hbo gepubliceerd. Tevens is het welbevinden van studenten een actueel thema. Positieve Gezondheid brengt een kans om met een bredere kijk het welbevinden van de studenten te inventariseren en mogelijk te verbeteren. Niet alleen interventies op mentaal welbevinden, maar meerdere factoren gericht op de zes dimensies worden hierin meegenomen. Dit zorgt mogelijk voor een beter algemeen welbevinden van de studenten. Positieve Gezondheid wordt als referentiekader gebruikt.

Binnen Zuyd worden diverse interventies aangeboden om het welzijn van studenten te bevorderen. De meeste interventies zijn gericht op het mentale welzijn van studenten. Deze interventies omvatten mogelijk niet alle dimensies van Positieve Gezondheid (Institute for Positive Health, 2022) (zie [paragraaf 5.2; Positieve Gezondheid](#)). Tevens is het onduidelijk of interventies voldoende bekend zijn en of deze passend zijn bij de behoeftes van de studenten.

Gedurende dit afstudeeronderzoek wordt onderzocht wat de huidige ondersteuningsmogelijkheden zijn voor studenten binnen Zuyd. Tevens wordt onderzocht of deze ondersteuningsmogelijkheden passend zijn bij de behoeftes van studenten. Indien dit niet het geval is, wordt nagegaan in welk domein van Positieve Gezondheid aanvulling nodig is. Enkel studenten van het domein Gezondheidszorg en Welzijn op locatie Heerlen worden geïnccludeerd in dit onderzoek.

Het onderzoek wordt uitgevoerd door een interprofessionele groep (logopedie en ergotherapie) vanuit Zuyd Hogeschool, domein Gezondheidszorg en Welzijn. Door de diverse perspectieven en visies te combineren, ontstaat een breed perspectief over het onderzoeksonderwerp welke ten goede kan komen tijdens het analyseren van de data.

4.3 Praktijkprobleem

Bij aanvang van dit onderzoek is niet geheel duidelijk welke ondersteuningsmogelijkheden er worden aangeboden binnen Zuyd. Tevens is het niet bekend in hoeverre studenten en medewerkers bekend zijn met dit aanbod. Mogelijk kunnen studenten hierdoor niet optimaal presteren.

Het is onduidelijk of de ondersteuningsmogelijkheden, welke Zuyd momenteel aanbiedt, aansluiten op de behoeftes van studenten. Dit maakt het relevant om onderzoek te verrichten. Positieve Gezondheid kan als overkoepelende visie gezien worden, waar de bestaande en gewenste ondersteuningsmogelijkheden in ondergebracht worden.

4.4 Doelstelling

Aan het eind van dit afstudeeronderzoek is er een duidelijk overzicht van de huidige ondersteuningsmogelijkheden van Zuyd. Deze zijn onderverdeeld binnen de verschillende dimensies van Positieve Gezondheid. Tevens is in kaart gebracht of studenten op de hoogte zijn van het

aanbod. Hiernaast is onderzocht of de aanwezige ondersteuningsmogelijkheden passen bij de behoeftes van studenten.

4.5 Vraagstelling

4.5.1 Onderzoeksvraag

Na het signaleren van het praktijkprobleem, kan een doelstelling geformuleerd worden. Vanuit deze doelstelling is onderstaande onderzoeksvraag opgesteld;

'In hoeverre past het huidige aanbod van ondersteuningsmogelijkheden, met betrekking tot Positieve Gezondheid binnen Zuyd Hogeschool, bij de behoeftes van de studenten binnen het domein Gezondheidszorg en Welzijn?'

4.5.2 Deelvragen

Om de onderzoeksvraag volledig te kunnen beantwoorden, zijn onderstaande deelvragen opgesteld.

1. *Wat valt onder het huidige aanbod van ondersteuningsmogelijkheden op gebied van de dimensies van Positieve Gezondheid binnen Zuyd Hogeschool?*
2. *In hoeverre zijn studenten bekend met het huidige aanbod aan ondersteuningsmogelijkheden binnen Zuyd Hogeschool?*
3. *Wat zijn de wensen en behoeftes van studenten op gebied van welzijn horend bij de dimensies van Positieve Gezondheid binnen Zuyd Hogeschool?*

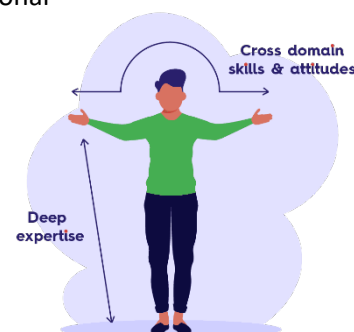
5 Theoretisch kader/Literatuuronderzoek

In dit hoofdstuk wordt het theoretisch kader toegelicht. Dit is van belang om een sterke wetenschappelijke basis te bieden. De volgende onderwerpen worden belicht: interprofessionele samenwerking, Positieve Gezondheid, positief gezonde school, Zuyd Hogeschool en mixed-methods onderzoek.

5.1 Interprofessionele samenwerking

Volgens de WHO is de definitie van interprofessioneel samenwerken als volgt: *"Interprofessionele samenwerking vindt plaats wanneer meerdere gezondheidsmedewerkers met verschillende professionele achtergronden samenwerken met patiënten, families, verzorgers en gemeenschappen om de hoogste kwaliteit van zorg te leveren in diverse instellingen"* (World Health Professions Alliance, z.d.). Interprofessioneel samenwerken vraagt van de professional om kennis te hebben over eigen specialismen, maar ook om over vaardigheden te beschikken om samen te kunnen werken met andere professionals. Dit wordt ook wel een T-shaped professional genoemd.

Deze T-shaped professionals hebben de eigen kennis, vaardigheden, expertise en specialisme in het verticale deel van de T. De competenties en vaardigheden om samen te kunnen werken met andere professionals zit in het horizontale deel van de T. Hierdoor kan er naast het eigen referentiekader ook gekeken worden vanuit een referentiekader van een andere professional (Professioneel Zijn, 2018).



Figuur 1: T-shaped professional (Agile Srum Group, z.d.)

Tijdens interprofessionele samenwerking neemt de kans op synergie toe. Overdracht vindt plaats op gebied van waarden, kennisgebieden en perspectieven die vervolgens met elkaar gecombineerd kunnen worden (Movisie, z.d.; Waal, 2018; Rogers, 2003). Hierdoor worden kloven in kennis overbrugd, overlappingsen besproken en taken verdeeld (Schot et al., 2019). Tevens kunnen er nieuwe kansen en inzichten gecreëerd worden doordat de tunnelvisies binnen de disciplines worden weggenomen (Zaalen, Deckers, & Schuman, 2018). Interdisciplinair onderzoek doorkruist disciplines en bevordert integratie van nieuwe ideeën. Dit verbetert kwaliteit van een waardoor meer kans op implementatie in de praktijk optreedt (Green & Johnson, 2015).

Interprofessionele samenwerking is van groot belang tijdens dit afstudeeronderzoek, gezien er zo meerdere beroepsparadigma's betrokken worden bij het kijken naar welzijn van studenten. De opdracht is vormgegeven door het lectoraat verpleegkunde. Binnen dit afstudeeronderzoek is sprake van samenwerking tussen logopedie en ergotherapie.

Participeren is de kern van logopedie. Een logopedist draagt bij aan het 'meedoen' van mensen in het dagelijks leven. Dit betekent dat wanneer gekeken wordt naar het paradigma van het beroep, dat een logopedist zich zal inzetten voor cliënten om zich verbaal te kunnen uiten. De beleving van sociale verbondenheid zorgt voor zingeving aan het eigen leven (Meulenberg-Brouwer & Top, 2014).

Vanuit ergotherapie ligt de focus op het dagelijks handelen, welke met een holistische blik in kaart wordt gebracht. Studeren is onderdeel van één van drie handelingsgebieden (wonen/zorgen, leren/werken en spelen/vrije tijd) waarbij ergotherapie van meerwaarde kan zijn (Granse et al., 2017). Het is van belang dat deze handelingsgebieden in balans zijn. Indien dit niet het geval is, ontstaat een verschuiving. Ondersteuningsmogelijkheden binnen Zuyd Hogeschool kunnen een bijdrage leveren aan het houden van balans en het algemene welzijn van de studenten.

Tevens zijn bovengenoemde handelingsgebieden geïntegreerd in het model Positieve Gezondheid (Institute for Positive Health, 2022).

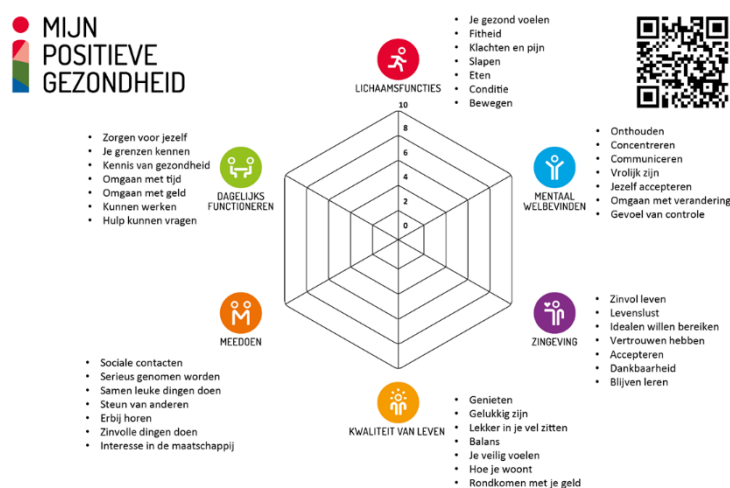
Doordat het onderzoek wordt uitgevoerd in het domein Gezondheidszorg en Welzijn, sluiten de beroepsparadigma's goed bij elkaar aan en zullen eventuele problemen in communicatie beperkt worden.

5.2 Positieve Gezondheid

Vanuit Machteld Huber ontstond in 2011 een nieuwe omschrijving van gezondheid; "Gezondheid is het vermogen je aan te passen en je eigen regie te voeren in het licht van de sociale, fysieke en emotionele uitdagingen van het leven." (Rommelink, 2021).

De definitie van de WHO (1948); "Gezondheid is een toestand van volledig fysiek, geestelijk en sociaal welbevinden en niet van louter het ontbreken van ziekte.", wordt hiermee als verouderd gezien. Het is onrealistisch dat iedereen in volledige gezonde toestand verkeerd. Het gaat niet altijd over de klachten en gezondheidsproblemen van mensen (Rommelink, 2021).

Deze nieuwe omschrijving hangt samen met het model Positieve Gezondheid waarbij gezondheid is uitgewerkt in zes dimensies: lichaamsfuncties, mentaal welbevinden, zingeving, kwaliteit van leven, meedoen en dagelijks functioneren. Deze dimensies zijn voortgekomen uit onderzoek naar wat men zelf vindt vallen onder 'gezondheid'. Dit wordt weergegeven in een spinnenweb, waarbij in ieder hoofdthema nog een aantal subthema's ondergebracht worden. Een vergroot overzicht van het spinnenweb wordt weergegeven in [bijlage 1](#) (Institute for Positive Health, 2022; Rommelink, 2021).



Figuur 2: gespreksinstrument Positieve Gezondheid (Institute for Positive Health, 2022)

Bij Positieve Gezondheid wordt de nadruk niet gelegd op de ziekte, maar op mensen zelf in combinatie met hun veerkracht en betekenisvolle handelingen/activiteiten in het leven. Hierdoor wordt met een alomvattende blik gekeken naar mensen, waardoor bijgedragen wordt aan het vermogen om met sociale, fysieke en emotionele uitdagingen om te gaan (Institute for Positive Health, 2022).

Het model positieve gezondheid wordt (grotendeels) toegepast binnen positief gezonde scholen. Toepassing van dit concept draagt bij aan het vergroten van de kennis en kwaliteit van levensstijl bij leerlingen en medewerkers.

5.3 Positief gezonde school

Om een gezonde leefstijl op scholen vanzelfsprekend te maken is het programma 'Gezonde School' ontwikkeld. Dit programma ondersteunt onderwijsprofessionals bij het eigen maken van een gezonde levensstijl op school, aan de hand van een stappenplan. Het stappenplan bestaat uit verschillende gezondheidsthema's, waaruit een keuze gemaakt kan worden. Voorbeelden hiervan zijn: mediawijsheid, voeding, beweging, seksualiteit en relaties. Eerst wordt in kaart gebracht wat binnen dit thema al wordt gedaan op de school, waarna het aan de hand van een toolkit uitgebreid kan worden. Deze toolkit is beschikbaar voor mbo, primair-, speciaal- en voortgezet onderwijs,

echter niet voor het hoger onderwijs. Zuyd biedt diverse ondersteuningsmogelijkheden aan, anders dan vanuit de hierboven beschreven toolkit.

De Gezonde School werkt met vier pijlers binnen een thema (educatie, schoolomgeving, signaleren en beleid). Bij de educatie staan de gezondheidsthema's in de lessen centraal. De schoolomgeving moet gezond gedrag stimuleren. Daarnaast moeten onderwijsprofessionals gezondheids- of leefstijlproblemen vroeg signaleren. Ook moet het onderwerp onder de aandacht blijven, dit kan door maatregelen voor gezondheidsbevordering vast te leggen in het schoolbeleid. De Gezonde School kan gecombineerd worden met Positieve Gezondheid. Deze combinatie wordt als positief ervaren, blijkt uit diverse interviews met docenten, directeurs en Gezonde School-adviseurs (Gezonde School, z.d.).

5.4 Zuyd Hogeschool

Zuyd verzorgt bachelor-, masteropleidingen en cursussen voor studenten en professionals op locaties in Heerlen, Maastricht en Sittard (Zuyd, 2022).

Zuyd biedt kwalitatief goede opleidingen met veel persoonlijke aandacht. Deze persoonlijke aandacht staat hoog in het vaandel. Wanneer het gaat om problemen rondom de studie of persoonlijke problemen, binnen Zuyd staat een team van professionals klaar. Er wordt onder andere samengewerkt met studentpsychologen, welke begeleiding en ondersteuning bieden bij psychische klachten (Zuyd, z.d.).

Tevens biedt Zuyd diverse projecten aan gefocust op mentale gezondheid. Wanneer studenten de behoefte hebben aan een luisterend oor kan via Zuyd LUISTER in gesprek gegaan worden met een (getrainde) luisterstudent. Deze student kan ondersteunen in het maken van de beslissing om in gesprek te gaan met een decaan of (student)psycholoog (Zuyd, z.d.).

Zuyd biedt niet alleen handvaten op gebied van mentale gezondheid, maar ook gericht op levensstijl. Een gezonde leefstijl heeft invloed op het algehele welzijn, dus ook op het functioneren binnen een studie. De mogelijkheid bestaat om, onder begeleiding van een coach, de levensstijl te veranderen op een manier die bij de student past (Zuyd, z.d.). Daarnaast kan het Nationaal Programma Onderwijs bijdragen aan de fysieke en mentale gezondheid van studenten binnen Zuyd.

5.5 Mixed-methods onderzoek

Mixed-methods is een combinatie van kwalitatieve en kwantitatieve methoden in hetzelfde onderzoek. In 1980 ontstonden de huidige conceptualisering van mixed-methods onderzoek. Dit soort onderzoek heeft zich de afgelopen jaren ontwikkeld en is uitgegroeid tot een methodologie met een eigen identiteit en een erkende naam (Denscombe, 2008).

Een beter begrip van de resultaten kan worden verkregen door de ene reeks resultaten (kwalitatief) te trianguleren met de andere reeks (kwantitatief). Zo wordt de geldigheid van de conclusies vergroot (Molina-Azorin, 2016). Triangulatie houdt in dat er meerdere bronnen of middelen worden gebruikt om dezelfde informatie in te winnen, waardoor de validiteit van de informatie wordt verhoogd (Robert Wood Johnson Foundation, z.d.). Voordelen van mixed-methods onderzoek zijn complementariteit (uitwerking of verduidelijking van de resultaten van de ene methode met de bevindingen van de andere methode), ontwikkeling (wanneer de onderzoeker de resultaten van de ene methode gebruikt om de andere methode te helpen ontwikkelen) en uitbreiding (streven naar uitbreiding van de breedte en het bereik van het onderzoek door verschillende methoden te gebruiken voor diverse onderzoekscomponenten) (Molina-Azorin, 2016).

5.6 Toepassing

In het theoretisch kader zijn modellen en begrippen uitgelicht welke een basis vormen voor het onderzoek. Gedurende het onderzoek is van belang dat het onderzoeksteam op de hoogte is van enkele relevante onderwerpen welke aansluiten bij de onderzoeksvraag.

Positieve Gezondheid wordt toegepast als helicopterview binnen dit onderzoek. Dit houdt in dat de dimensies van Positieve Gezondheid als leidraad dienen binnen de methode, resultaten en analyse. Gezien het onderzoek wordt toegepast op studenten van Zuyd Hogeschool, is het essentieel om op de hoogte te zijn van de huidige ondersteuningsmogelijkheden. Dit vormt de basis, waarna gedurende het onderzoek geïnventariseerd kan worden waar verdere behoeftes liggen bij de studenten. In het volgende hoofdstuk wordt door middel van de methodologie beschreven hoe deze inventarisatie vormgegeven is middels mixed-methods.

6 Methodologie

6.1 Onderzoeksdesign

Om antwoord te vinden op de onderzoeksvraag werd gebruik gemaakt van een mixed-methods onderzoeksdesign. Middels een enquête werd er op een kwantitatieve manier data verzameld. Dit gebeurde op cijfermatige wijze. Tevens werd gebruik gemaakt van kwalitatieve dataverzameling middels inventariserende gesprekken en semigestructureerde interviews. Dit houdt in dat diepgaande informatie wordt achterhaald over gedachtes, motivatie en verwachtingen (Hylkema, 2020). De semigestructureerde interviews waren van belang om diepgang te creëren op de antwoorden uit de enquête.

Middels het framework Positieve Gezondheid in te zetten, wordt bijgedragen aan het vermogen van mensen om met fysieke, emotionele en sociale uitdagingen om te gaan (Institute for Positive Health, 2022). De dimensies van Positieve Gezondheid zijn als paragrafen gebruikt in de resultaten en de data-analyse om overzichtelijk te werk te gaan. In figuur 3 is het methodologisch proces van dit onderzoek weergegeven.



Figuur 3: methodologisch proces

6.2 Inventariserende gesprekken

In de eerste fase van het onderzoek hebben inventariserende gesprekken plaatsgevonden. Deze gesprekken hadden als doel om een beeld te vormen van het actuele aanbod van ondersteuningsmogelijkheden binnen Zuyd. Om deze gesprekken te laten plaatsvinden, is er destijds een e-mail uitgestuurd naar het preventiecentrum, PPO'ers van de opleidingen verpleegkunde, ergotherapie, logopedie, fysiotherapie en biometrie, de decaan, studentzaken en de studentpsycholoog.

De vragen waren gericht op de ondersteuningsmogelijkheden die de betreffende persoon aanbiedt. Tevens werd ingegaan op ervaringen met andere ondersteuningsmogelijkheden, nieuwe ontwikkelingen en de positie van de ondersteuning binnen het model van Positieve Gezondheid. Deze vragen werden gesteld om antwoord te kunnen geven op deelvraag 1; 'Wat valt onder het huidige aanbod van ondersteuningsmogelijkheden op gebied van de dimensies van Positieve Gezondheid binnen Zuyd Hogeschool?' Tijdens de gesprekken werden aantekeningen gemaakt door de onderzoekers. Deze werden vervolgens uitgewerkt in samenvattingen middels Microsoft Word.

6.3 Onderzoekspopulatie

Zuyd Hogeschool is gevestigd op drie verschillende locaties; Heerlen, Maastricht en Sittard (Zuyd Hogeschool, 2022). Zuyd Hogeschool biedt een breed scala aan opleidingen. Tijdens dit onderzoek werden zes verschillende opleidingen opgenomen. Deze vallen allen binnen het domein 'gezondheid en welzijn' op locatie Heerlen. Hier werd voor gekozen gezien alle opleidingen binnen locatie Heerlen hetzelfde aanbod aan ondersteuningsmogelijkheden hebben ten opzichte van de locaties Sittard en Maastricht. Tevens kan een andere omgeving invloed hebben op het welzijn van studenten. Het totaal aantal studenten binnen deze Nederlandstalige bachelor opleidingen betreft 1901 (P. Evers, e-mail, 23 november 2022; P. van Loon, 1 december 2022; J. Moonen, e-mail, 23 november 2022; B. van de Poll, e-mail, 28 november 2022; A. Spanjer, e-mail, 24 november 2022; C. Werner, e-mail, 2 december 2022).

Er zijn een aantal in- en exclusiecriteria opgesteld om de onderzoekspopulatie te bepalen, zie tabel 1. De onderzoekspopulatie bestond uit alle studenten van de volgende opleidingen: fysiotherapie, vaktherapie, logopedie, ergotherapie, biometrie en verpleegkunde. Deze studenten dienden tijdens de looptijd van het onderzoek actief deel te nemen aan het bachelor traject binnen Zuyd Hogeschool, ongeacht het leerjaar. Tevens was het noodzakelijk dat studenten de mogelijkheid hadden om digitaal deel te nemen aan het onderzoek, gezien de enquête digitaal ingevuld diende te worden. Studenten die afgestudeerd zijn, zijn mogelijk niet meer op de hoogte van het huidige aanbod aan ondersteuningsmogelijkheden binnen Zuyd Hogeschool en werden daarom geëxcludeerd in het onderzoek. Om diezelfde reden werden ook docenten geëxcludeerd: voor hen is een ander aanbod beschikbaar dan voor studenten.

Tabel 1: in- en exclusiecriteria enquête

Inclusiecriteria	Exclusiecriteria
• Studenten dienden de mogelijkheid te hebben digitaal deel te nemen aan het onderzoek. • Studenten van alle leerjaren werden meegenomen in de enquête. • Studenten dienden te studeren aan het domein gezondheid en welzijn aan Zuyd te Heerlen. • Studenten met of zonder gezondheidsproblemen konden deelnemen aan het onderzoek.	• Studenten die afgestudeerd zijn aan een van de opleidingen binnen het domein gezondheid en welzijn. • Medewerkers van Zuyd Hogeschool in het domein gezondheid en welzijn.

6.4 Enquêtes

De data voor dit onderzoek werd verzameld middels enquêtes onder studenten van het domein Gezondheidszorg en Welzijn op Zuyd te Heerlen. Deze waren gericht op het beantwoorden van deelvraag 2 en 3: *‘In hoeverre zijn studenten bekend met het huidige aanbod aan ondersteuningsmogelijkheden binnen Zuyd hogeschool?’* en *‘Wat zijn de wensen en behoeftes van studenten op het gebied van welzijn horend bij de dimensies van positieve gezondheid binnen Zuyd hogeschool?’*. De vragen in de enquête werden opgesteld aan de hand van literatuuronderzoek en inventarisatiegesprekken.

Binnen de enquête werd gebruik gemaakt van gesloten en open vragen. Bij open vragen werden studenten gemotiveerd om na te denken over behoeftes die bijdragen aan hun studieloopbaan, gekaderd binnen de diverse dimensies van Positieve Gezondheid. Daarnaast kon door het stellen van open vragen vermeden worden dat studenten te veel in één richting gestuurd werden. Bij de meerkeuze vragen zijn meer diverse antwoordmogelijkheden aangeboden dan enkel ‘ja’ en ‘nee’. Zo kon er een accurater beeld gevormd worden over de vragen tijdens de data-analyse (Onderzoekdoen, 2017).

De enquête werd ontwikkeld middels het online-enquêtesysteem ‘Survio’ (Survio®, z.d.). Deze werd digitaal afgenomen, om een zo groot mogelijk aantal respondenten te werven. Op deze manier hadden respondenten de mogelijkheid om zelf het tijdstip te bepalen en de enquête op hun eigen tempo in te vullen. Dit heeft de drempel om deel te nemen aan dit onderzoek verlaagd. Daarnaast was dit een snelle, anonieme manier van dataverzameling (Markus & Oudemans, 2007). De enquête is toegevoegd in [bijlage 2](#).

Voordat dat de enquête werd verspreid, is deze aangepast op de voorkeur van de opdrachtgever. Het verspreiden vond plaats middels de studentenmail, posters met QR-code (zie [bijlage 3](#)), sociale mediakanalen van betrokken opleidingen, mededelingen op Moodle (online schoolomgeving) en (online) nieuwsbrieven. Er werd een periode van drie weken aangehouden voor data- verzameling (week 42, 43, 44). Als gevolg van de tentamenweken binnen Zuyd werd gekozen voor zowel een week vóór, als ná de herfstvakantie. Verder werd een cadeaubon ter waarde van €10,00 van Bol.com verloot om deelname aantrekkelijker te maken. Studenten hadden de mogelijkheid om hiervoor vrijblijvend hun e-mailadres achter te laten.

De duur van de enquête bedroeg circa vijf minuten en bevatte eenentwintig vragen. Dit omdat naar verwachting bij een langere enquête, de gevraagde inspanning en tijd een afschrikkend effect zou hebben bij de respondenten (de Jong et al., 2016; Benders, 2022). Door middel van een informed consent (zie [bijlage 4](#)) aan het begin van de enquête stemden studenten er mee in dat de informatie verzameld, gebruikt en tijdelijk bewaard werd voor onderzoeksdoeleinden. Tevens werden studenten middels het informed consent op de hoogte gebracht dat de gegevens volledig anoniem verwerkt zouden worden.

Tijdens de enquête werd allereerst gevraagd naar leerjaar, opleiding en geslacht. Vervolgens werden er vragen gesteld over bekendheid en behoeftes op gebied van ondersteuningsmogelijkheden vanuit Zuyd. Ook werd er geïnventariseerd waarom studenten mogelijk geen gebruik maken van de huidige ondersteuningsmogelijkheden. Daarnaast werden gerichte vragen gesteld aan de hand van de dimensies uit het model Positieve Gezondheid (Institute for Positive Health, 2022). Dit werd gedaan om te onderzoeken of de verschillende dimensies van Positieve Gezondheid ieder hun aandeel hebben in de ondersteuningsmogelijkheden en of dit voldoet aan de behoeftes van de studenten.

Aan het eind van de enquête werd studenten de mogelijkheid gegeven om hun e-mailadres achter te laten. Zo kon door de onderzoekers contact opgenomen worden voor verdieping middels semigestructureerde interviews. Op deze wijze werd er gewerkt aan de hand van mixed methods.

Vanuit de enquête is er data verzameld waardoor er een beeld gecreëerd kon worden over de bekendheid van het huidige aanbod aan ondersteuningsmogelijkheden. Daarnaast is er geïnventariseerd waar behoeftes van de studenten liggen ten aanzien van de zes dimensies van Positieve Gezondheid en in welke vorm dit wenselijk is.

De verkregen gegevens uit de enquête werden systematisch geregistreerd en geanalyseerd. Als eerst werden gegevens automatisch verwerkt via het online-enquêtesysteem Survio. Daarna zijn demografische gegevens weergegeven in een tabel met exacte aantallen middels Microsoft Word. Vervolgens zijn er verbanden gelegd, deze zijn uitgedrukt in percentages. Hierdoor werden resultaten makkelijk vergeleken om opvallendheden inzichtelijk te maken. De bekendheid van het actuele aanbod aan ondersteuningsmogelijkheden is weergegeven middels percentages in een staafdiagram. Hier is voor gekozen gezien dit mate van bekendheid in één oogopslag weergeeft. De verkregen data betreffende de vragen gericht op de behoeftes per dimensie zijn weergegeven middels percentages. Vervolgens zijn deze gegevens verwerkt in cirkeldiagrammen. Het opstellen de staaf- en cirkeldiagrammen middels Microsoft Excel heeft bijgedragen aan het beantwoorden van de onderzoeksvraag. Hierdoor worden de resultaten visueel inzichtelijk gemaakt.

6.4.1 Betrouwbaarheid enquêtes

Er is een berekening uitgevoerd om de gewenste steekproefgrootte te behalen. Hierbij bevatte de totale onderzoekspopulatie 1901 studenten. Om een betrouwbaarheidsniveau van 95% aan te houden, met een foutmarge van 10% (Medallia, 2020), zou de enquête met een steekproef van 91

studenten betrouwbaar zijn. De hierbij gebruikte formule is te vinden in [bijlage 5](#) (Markus & Oudemans, 2007).

6.4.2 Validiteit enquêtes

De opbouw van de enquêtes is tot stand gekomen door de structuur aan te houden van Positieve Gezondheid. De zes dimensies kwamen hierbij ieder apart aan bod. Per dimensie werden telkens dezelfde vragen gesteld. Door specifiek per dimensie naar de behoeftes te vragen, werd er dicht bij de onderzoeksvraag gebleven. Hierdoor zouden de resultaten naar verwachting een eenduidig en compleet antwoord kunnen geven op de (deel)onderzoeksvraag. Gezien Positieve Gezondheid een relatief nieuw concept betreft, zijn er geen valide vragenlijsten waar dit onderzoek mee vergeleken kan worden.

6.5 Interviews

Na de inventariserende gesprekken en enquêtes hebben semigestructureerde interviews plaatsgevonden. Voorafgaand aan het interview dienden de deelnemende respondenten een informed consent formulier te ondertekenen. Hierin werd benoemd hoe de informatie verwerkt zou worden in het onderzoek. Verder gaven de respondenten toestemming voor het transcriberen en tijdelijk opslaan van de verkregen gegevens tijdens de interviews.

Er werd een topiclijst gecreëerd om structuur aan te brengen binnen het interview (zie [bijlage 6](#)). Het interview diende als aanvulling op de enquête, wat ervoor zorgde dat op sommige vlakken overlapping plaatsvond met de vragen in de enquête. Allereerst werd op algemeen gebied gevraagd naar meningen over en behoeftes aan de huidige ondersteuningsmogelijkheden. Vervolgens werd er middels de dimensies van Positieve Gezondheid per gebied gevraagd hoe huidige ondersteuningsmogelijkheden ervaren worden en wat de respondenten nog missen op gebied van ondersteuning.

De interviews werden getranscribeerd in Microsoft Word. Vervolgens werden de gegevens gecodeerd en geanalyseerd middels enkele systematieken van de 'grounded theory' methode (Benders, 2021). Hierbij werd een systematische aanpak gebruikt voor de data-analyse. De transcripten werden allereerst per dimensie van Positieve Gezondheid gecodeerd. Hierbij zijn gegevens die opvallen in zinnen of fragmenten gecodeerd met een thema dat bij de tekst past. Vervolgens werd er axiaal gecodeerd waarbij de codes geclusterd worden en er verbanden gelegd werden. Uit de onderdelen van de transcripten kwamen vervolgens thema's tot stand die gebruikt konden worden als codes. Tot slot werd er selectief gecodeerd. Hierbij werd een hoofdthema vastgesteld en werden verbanden gelegd met enkele subthema's. Dit werd gedaan door overeenkomstige codes samen te voegen onder één thema (Eskes et al., 2021).

6.5.1 Validiteit en betrouwbaarheid interviews

Door het toepassen van mixed-methods werden interviews ingezet als aanvulling op de gegevens uit de enquête. Dit maakte dat het bereiken van saturatie binnen dit onderzoek niet op de voorgrond stond. Echter, de interviews boden de mogelijkheid om de datagegevens van een ander perspectief te belichten. Dit zorgt voor triangulatie.

De data werd verzameld middels interviews op Zuyd of via Microsoft Teams. Dit hing af van de voorkeuren en mogelijkheden van de respondenten. Voorafgaand aan de interviews werden respondenten om toestemming gevraagd voor het maken van opnames en het transcriberen van de informatie middels een informed consent.

Tijdens de interviews dienden telkens twee onderzoekers aanwezig te zijn (één interviewer en één die zorgt voor de opnames). De onderzoekers hebben de interviews aan de hand van de vooraf opgestelde topiclijst afgenomen. Op deze manier werd er voorkomen dat de manier van dataverzameling beïnvloed werd door de manier van vraagstelling.

7 Resultaten

In dit hoofdstuk worden de verworven resultaten beschreven. Middels gesprekken over ondersteuningsmogelijkheden, een digitale enquête en individuele interviews zijn de data verzameld.

7.1 Ondersteuningsmogelijkheden vanuit Zuyd

Om een antwoord te krijgen op deelvraag 1: 'Wat valt onder het huidige aanbod van ondersteuningsmogelijkheden op gebied van de dimensies van Positieve Gezondheid binnen Zuyd Hogeschool?' hebben er gesprekken plaatsgevonden met verschillende professionals binnen Zuyd Hogeschool, die ondersteuning aan studenten bieden. Deze gesprekken zijn van belang geweest om een beeld te creëren van de bestaande ondersteuningsmogelijkheden en nieuwe ontwikkelingen hiervan. De conclusies van de gesprekken zijn weergegeven in [bijlage 7](#). Een overzicht van de ondersteuningsmogelijkheden is weergegeven in tabel 2. Er is geen reactie gekomen op de herhaalde uitnodigingen van de PPO'ers verpleegkunde en biometrie.

Tabel 2: overzicht huidige ondersteuningsmogelijkheden

Preventiecentrum	Het preventiecentrum ondersteunt medewerkers en studenten met het in balans houden, verbeteren of herstellen van hun gezondheid. Er worden diverse onderdelen aangeboden, waaronder Zuyd FIT, Zuyd LUISTER, leefstijl coaching, ergonomisch advies en trainingen rondom positiviteit en balans.
Zuyd FIT	Zuyd FIT is een onderdeel van het aanbod vanuit het preventiecentrum. Hierbij worden gratis sportlessen en activiteiten aangeboden om even op te laden voor, tijdens of na de schooldag.
Zuyd LUISTER	Zuyd Luister is een onderdeel van het aanbod vanuit het preventiecentrum. Luisterstudenten bieden een onafhankelijk luisterend oor voor studenten die hier behoefte aan hebben en kunnen indien nodig advies geven over het benaderen van andere ondersteuningsmogelijkheden. Daarnaast worden er workshops aangeboden rondom thema's als positief zelfbeeld, mindfulness en balans.
Leefstijl coaching	Leefstijl coaching is een onderdeel vanuit het aanbod van het preventiecentrum waarbij de levensstijl van de student onder begeleiding en op maat veranderd kan worden. Onderwerpen die hierbij aan bod kunnen komen zijn voeding, beweging, slaap, stoppen met roken en ontspanning.
Vertrouwenspersoon	De vertrouwenspersoon is het aanspreekpunt binnen de organisatie voor advies en begeleiding bij ongewenst gedrag.
Studentzaken	Studentzaken richt zich op hulp, steun en advies tijdens de studie. Hieronder vallen bijvoorbeeld hulp bij de studiekeuze, inschrijving, financiële vragen, studentenverenigingen, beurzen voor studeren in het buitenland en uitschrijvingen.

Studentpsycholoog	De studentpsycholoog kan ingeschakeld worden op moment dat studenten psychische klachten ervaren. Deze klachten hoeven niet studie- gerelateerd te zijn. Er is sprake van individuele gesprekken, waarbij er een maximum in aantal uren is. Op moment dat dit niet voldoende is, kan een eventuele doorverwijzing plaatsvinden.
Decaan	De decaan biedt studenten ondersteuning bij vragen over de studie, financiële regelingen of bijzondere omstandigheden zoals een ziekte of functiebeperking.
Studieloopbaanbegeleider/ PPO'er	De studieloopbaanbegeleider of PPO'er is een mentor waar je de gehele opleiding aan verbonden bent. Hier kun je terecht met vragen over de opleiding, ondersteuningsmogelijkheden of andere school gerelateerde/persoonlijke zaken.

7.2 Verloop onderzoek

Het door Survio opgestelde document met verzamelde data is te vinden bij [bijlage 8](#).

In diagram 1 (*zie pagina 25*) wordt het verloop van het onderzoek weergegeven aan de hand van het aantal deelnemende respondenten. Hierin staat 'n' voor het aantal respondenten.

Van het totale aantal respondenten hebben 48 respondenten het e-mailadres achter gelaten voor eventueel vervolgonderzoek. Er is een e-mail verstuurd naar deze respondenten met een uitnodiging voor een semigestructureerd interview. Uiteindelijk zijn 11 respondenten ingegaan op de uitnodiging. Vervolgens is een selectie gemaakt om een evenredige spreiding te creëren tussen de te interviewen respondenten per opleiding. Er hebben zes interviews plaatsgevonden.

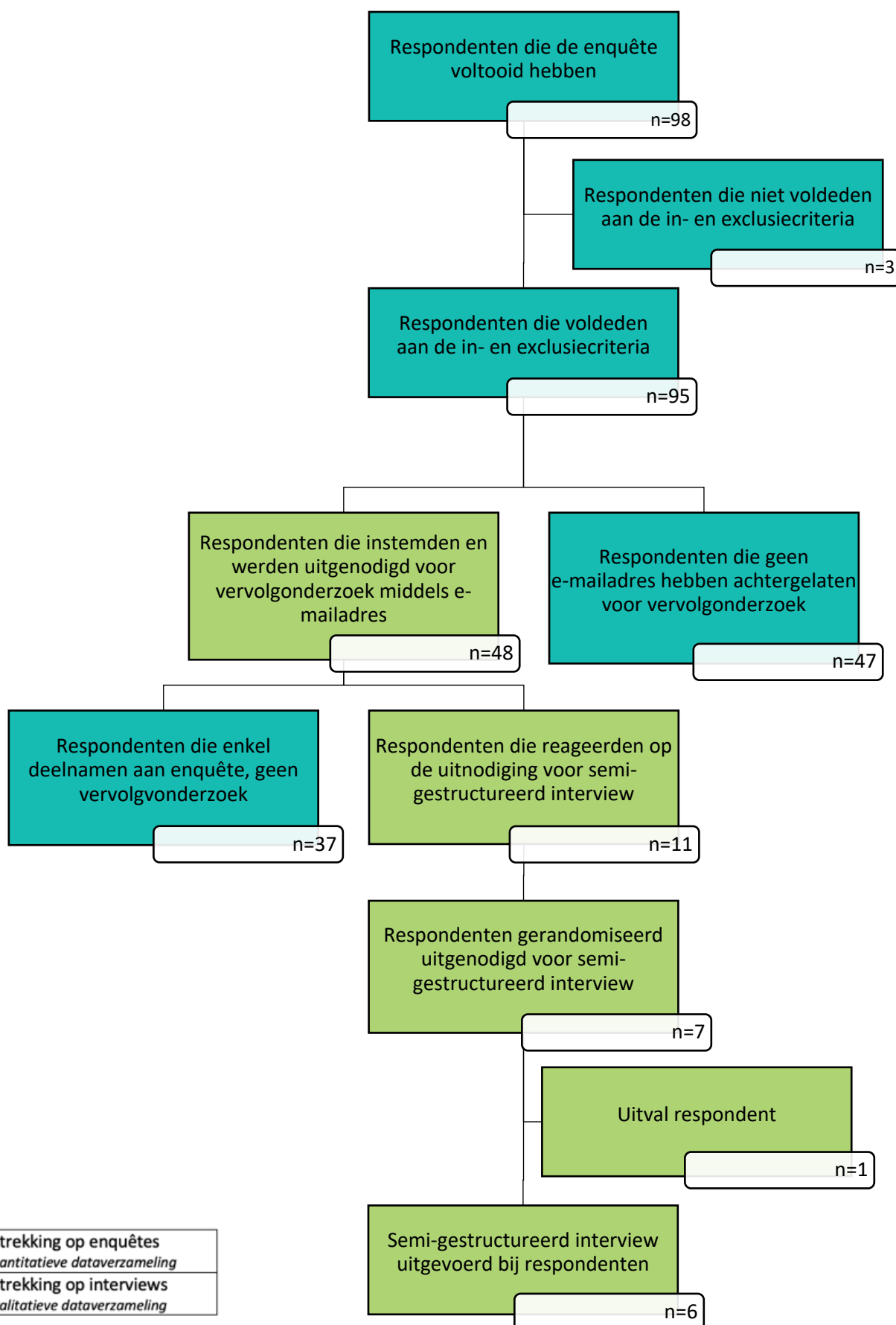


Diagram 1: stroomdiagram respondenten enquête

7.3 Resultaten enquêtes en interviews

De resultaten uit de enquêtes en interviews beantwoorden deelvraag 2 en 3: *‘In hoeverre zijn studenten bekend met het huidige aanbod aan ondersteuningsmogelijkheden binnen Zuyd hogeschool?’* en *‘Wat zijn de wensen en behoeftes van studenten op het gebied van welzijn horend bij de dimensies van positieve gezondheid binnen Zuyd hogeschool?’*.

In de resultaten is gebruik gemaakt van citaten. Deze zijn afkomstig uit de semigestructureerde interviews en zijn te herkennen aan een tekstvak.

In totaal hebben 98 respondenten de enquête ingevuld (n=98), hiervan waren 95 antwoorden bruikbaar voor dit onderzoek. Het totale respons percentage bedraagt 5,16%.

Tabel 3: aantal respondenten per opleiding

Opleiding	Totaal aantal	Respondenten
Biometrie	168	12
Verpleegkunde	533	9
Logopedie	148	21
Ergotherapie	260	28
Fysiotherapie	662	12
Vaktherapie	130	13
	Totaal 1901	Totaal 98

7.3.1 Demografische gegevens

De demografische gegevens van de respondenten worden weergegeven in tabel 4 (zie pagina 27). Binnen de geïnccludeerde opleidingen was het aantal respondenten niet evenredig verdeeld. Zo studeerden 29,4% van de respondenten ergotherapie, en studeerden slechts 9,1% aan de opleiding verpleegkunde. Het aantal respondenten van fysiotherapie en biometrie waren gelijk, beide 12,2%. Tot slot studeerden 13,2% aan de opleiding vaktherapie en 21,4% aan de opleiding logopedie.

Wanneer gekeken werd naar het leerjaar van de respondenten, waren er minder respondenten die zich in leerjaar 2 bevonden (11,6%) en was er één respondent die zeven jaar dezelfde opleiding volgt. Binnen dit onderzoek waren er meer vrouwelijke (84,2 %) dan mannelijke respondenten (14,7%). Daarnaast wilde één respondent het geslacht liever niet bekend maken.

Tabel 4: demografische gegevens respondenten

Kenmerk	Antwoord	Absoluut (n=98) Niet bruikbare resultaten (n=3)
Opleiding	Ergotherapie	28
	Logopedie	21
	Vaktherapie	13
	Fysiotherapie	12
	Biometrie	12
	Verpleegkunde	9
	Totaal	95
Leerjaar	Leerjaar 1	22
	Leerjaar 2	11
	Leerjaar 3	23
	Leerjaar 4	28
	Leerjaar 5	10
	Anders, namelijk	1 (leerjaar 7)
	Totaal	95
Geslacht	Vrouw	80
	Man	14
	Zeg ik liever niet	1
	Non- binair	0
	Totaal	95

7.3.2 Gebruik van huidige ondersteuningsmogelijkheden

De bekendheid van de huidige ondersteuningsmogelijkheden binnen Zuyd zijn weergegeven in diagram 2 (zie pagina 27). Ongeveer de helft of meer van de respondenten was niet op de hoogte van de aanwezigheid van vier van de negen aangeboden ondersteuningsmogelijkheden (leefstijl coaching, studentzaken, Zuyd FIT en Zuyd LUISTER). Slechts 21,05% of minder heeft gebruik gemaakt van de aangeboden ondersteuningsmogelijkheden. Dit met uitzondering van de studieloopbaanbegeleider. Hier heeft 49,47% gebruik van gemaakt.

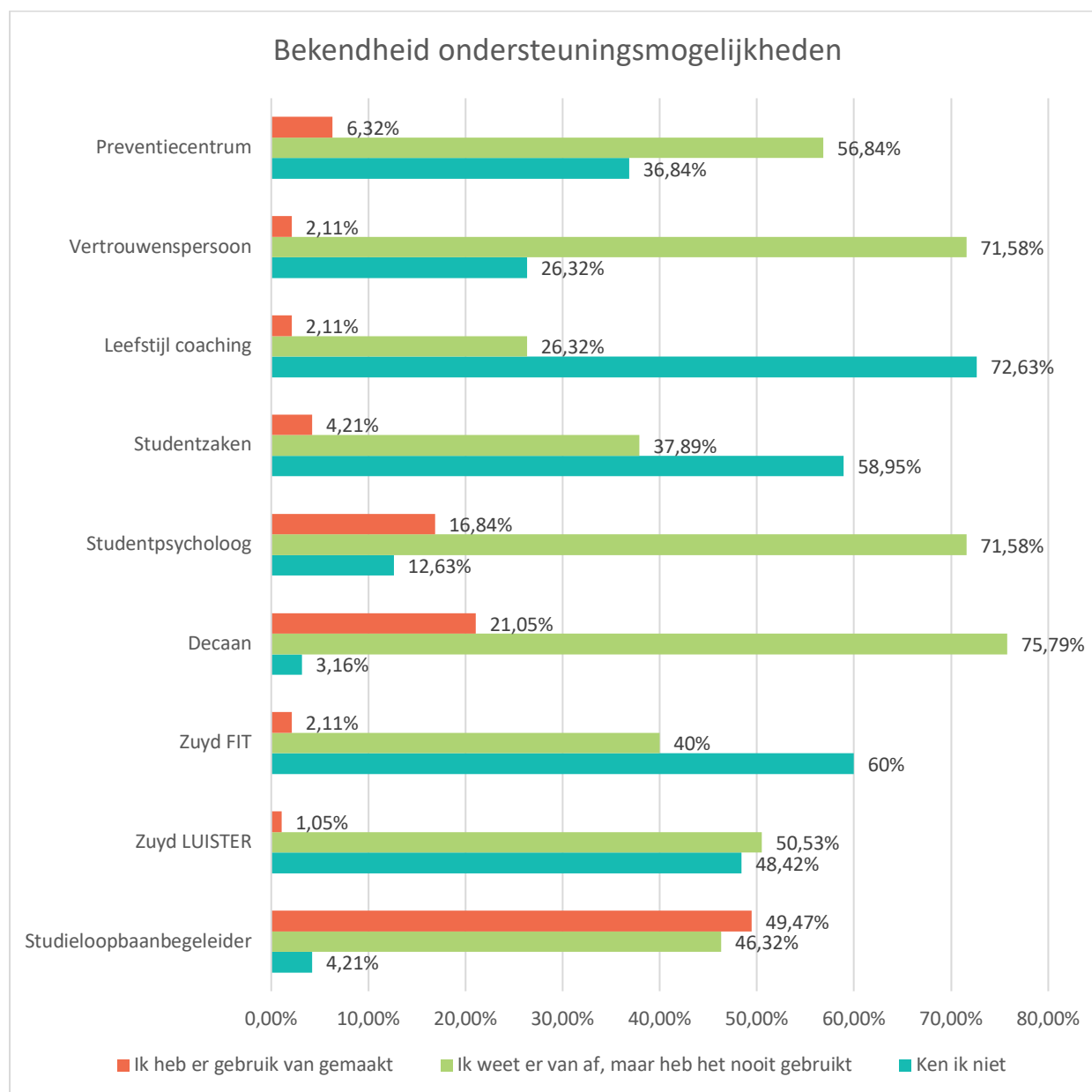


Diagram 2: bekendheid huidige ondersteuningsmogelijkheden

Diagram 3 (zie pagina 30) toont een visuele weergave van resultaten over de reden waarom studenten geen gebruik hebben gemaakt van ondersteuningsmogelijkheden. Bijna de helft van de respondenten heeft aangegeven dat zij geen behoefte hadden aan de aangeboden ondersteuningsmogelijkheden. Daarnaast heeft 22% van de respondenten aangegeven dat er niet genoeg bekendheid heerst betreffende de huidige ondersteuningsmogelijkheden. Verder geeft 10% aan niet te weten hoe ze deel moesten nemen. Slechts 2% gaf aan zich te schamen voor het vragen van hulp.

Uit de vraag of studenten meer ondersteuning wensen (zo ja, op welk gebied?), bleek dat er behoeftes op verschillende vlakken lagen. Zo kwam als grootste behoefte naar voren dat respondenten meer bekendheid wensen rondom huidige ondersteuningsmogelijkheden. Tevens gaven de resultaten weer dat er behoefte was aan diverse soorten ondersteuning (faalangstraining, leefstijl coaching, stille- of rustruimtes, dyslexieondersteuning).

Reden geen gebruik maken van ondersteuningsmogelijkheden

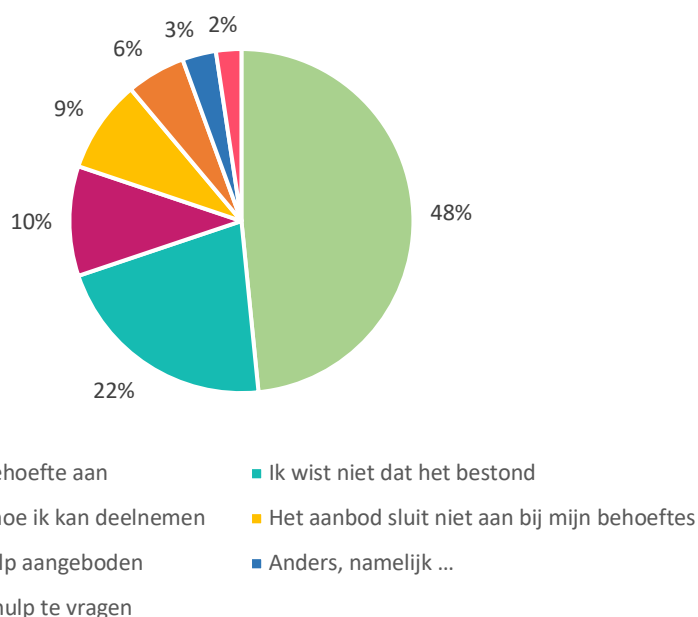


Diagram 2: reden geen gebruik maken van ondersteuningsmogelijkheden

Uit de interviews bleek dat er een verschil heerst in de communicatie over het aanbod van ondersteuningsmogelijkheden. De meeste respondenten gaven aan dat de ondersteuningsmogelijkheden niet goed aan de studenten worden overgebracht of dat ze er nog nooit van gehoord hadden. Daarnaast was er een groep die wel bekend was met de benamingen, maar niet wist wat er inhoudelijk speelde. Respondenten gaven aan dat er behoefte is aan meer bekendheid. Dit niet alleen via e-mail, maar ook aan de hand van bijvoorbeeld een college. Eén van de respondenten gaf aan dat er vanuit de opleiding een college is gehouden, waarbij de ondersteuningsmogelijkheden zijn geïntroduceerd. Deze respondent gaf aan te weten waar terecht te kunnen op het moment dat dit nodig zou zijn.

R2: *“Uhm... ja tot nu toe zo ver ik ervan afweet wel prima, maar ik denk zelf dat je per opleiding misschien iets te weinig informatie krijgt over wat het nu allemaal is. En dat je er eigenlijk meer een beetje achter komt als je het echt nodig zou moeten hebben, als je het echt vraagt. En ik denk dat er ook echt genoeg ondersteuningsmogelijkheden zijn. Maar dat vooral voor nieuwe studenten en als je er al wat langer zit, dus dat je niet echt weet wat je allemaal kunt verwachten en waar je de hulp kunt zoeken.”*

R3: *“We hebben een hoorcollege gehad over alle toespreekpunten waar je naartoe kunt gaan, stel er mocht wat zijn. Er is uitleg gegeven over de studentpsycholoog, vertrouwenspersoon, decaan en waar je dan terecht zou kunnen. Ook werd er al aangegeven dat je op het moment dat je dyslexie hebt of andere problemen hebt dat je een afspraak kan maken en ook hoe je dat dan moet doen.”*

R6: *“Uhm. Ja ik kom er vaak pas te laat achter, wat voor ondersteuningsmogelijkheden er zijn. Eigenlijk zijn ze wel interessant denk ik, maar ze worden niet echt goed aan de student gebracht.”*

Tijdens een studie op Zuyd Hogeschool worden studenten begeleid door een studieloopbaanbegeleider/ PPO'er. Dit is voor studenten vaak het eerste aanspreekpunt. De respondenten gaven aan deze begeleiding als prettig te ervaren. Echter, niet elke respondent had het idee dat de studieloopbaanbegeleider/ PPO'er op de hoogte is van alle aangeboden ondersteuningsmogelijkheden binnen Zuyd. De ondersteuningsmogelijkheden waar studenten op eigen initiatief gebruik van kunnen maken (zoals workshops en cursussen) worden niet altijd op passende tijdstippen gegeven. Een enkele respondent gaf aan soms het overzicht te verliezen, omdat er wellicht te veel ondersteuningsmogelijkheden worden aangeboden.

R1: *"Ja best weinig, ik weet dat je bij de PPO-coach terecht kunt. Ik weet dat er verschillende workshops zijn waar we dan een mail voor krijgen, maar de tijdstippen passen niet. Of ja, bij mij passen ze vaak niet met lessen."*

R4: *"Nee, ik heb zelf juist het idee dat er heel veel of misschien te veel is. Waardoor het voor sommige studenten geen overzicht is van welke mogelijkheden er nu precies zijn. Daarbij zal ik van de mogelijkheden die je opnoemde, ikzelf er niet snel gebruik van zou maken om eerlijk te zijn; met betrekking tot studieloopbaanbegeleiding en dat soort mogelijkheden allemaal. Dus daarin denk ik wel dat als je tegen een probleem aanloopt, dat je wel bij iemand terecht kan, maar dat het traject om daadwerkelijk in contact te komen de juiste persoon wellicht wel lastig is."*

Enkele respondenten gaven aan dat de drempel te hoog is om gebruik te maken van de aangeboden ondersteuningsmogelijkheden of deel te nemen aan activiteiten die Zuyd aanbiedt. Er werd benoemd dat dit zou kunnen komen door de lage participatie bij deze activiteiten. Eén van de respondenten gaf aan dat er met een schoolvereniging gebruik is gemaakt van de NPO gelden die ter beschikking zijn gesteld.

Een overige behoefte van de respondenten is het hebben van een aanspreekpunt welke op de hoogte is van de overeenkomsten en verschillen tussen nationale en internationale studenten. Daarnaast werden er diverse meningen getoond op gebied van ondersteuning bij dyslexie. De hierop gerichte communicatie en ondersteuning is geheel afhankelijk per opleiding. Zo werd aangegeven dat studenten zelf navraag moeten doen naar welke voorzieningen bestaan voor studenten met dyslexie. Anderzijds gaf een respondent aan dat er juist bij aanvang van de studie informatie werd gegeven over waar je terecht kunt op het moment dat er sprake is van dyslexie.

R4: *"Ja, ik heb zelf dyslexie, dus vanuit daar vond ik het heel lastig want er was nog niks over bekend hoe je dat moest aankaarten, dus ik heb toen zelf naar mijn opleiding gemaild met de boodschap 'ik heb dyslexie, zijn hier aparte voorzieningen voor enzovoorts? Op mijn middelbare school heb ik die voorzieningen altijd gehad en ik merkte wel dat ik daar behoefte aan had. Vanuit de website wist niet of ze hier aparte regels voor waren, dus vandaar dat ik zelf contact heb opgenomen. Het zou goed zijn als hier bij aanvang van de opleiding ook aandacht aan zou worden geschonken. Dat is ook weer gebrek aan informatie."*

7.3.3 Lichaamsfuncties

In diagram 4 is te zien dat het merendeel (59%) van de respondenten heeft aangegeven dat er geen behoefte is aan ondersteuning op gebied van lichaamsfuncties. Tevens gaf 21% van de respondenten aan dat er voldoende ondersteuning is vanuit Zuyd. Daarnaast vond 15% dat Zuyd een gering aanbod biedt op het gebied van lichaamsfuncties, maar dat dit wel wenselijk zou zijn.

Uit het kwalitatieve onderdeel van de enquête kwamen een aantal onderwerpen regelmatig terug. Respondenten gaven aan meer mogelijkheden en een ruimer aanbod te wensen in sportmogelijkheden. Hierbij werd aangegeven dat ze behoefte hebben aan meer diversiteit in sportmomenten gedurende de week.

Daarnaast gaven een aantal respondenten aan dat ze behoefte hebben aan gezondere en goedkopere opties voor eten in de schoolkantine. Ook was er behoefte aan informatiebijeenkomsten of handvaten binnen deze dimensie, waarbij ingegaan wordt op meer onderdelen dan alleen 'beweging'.

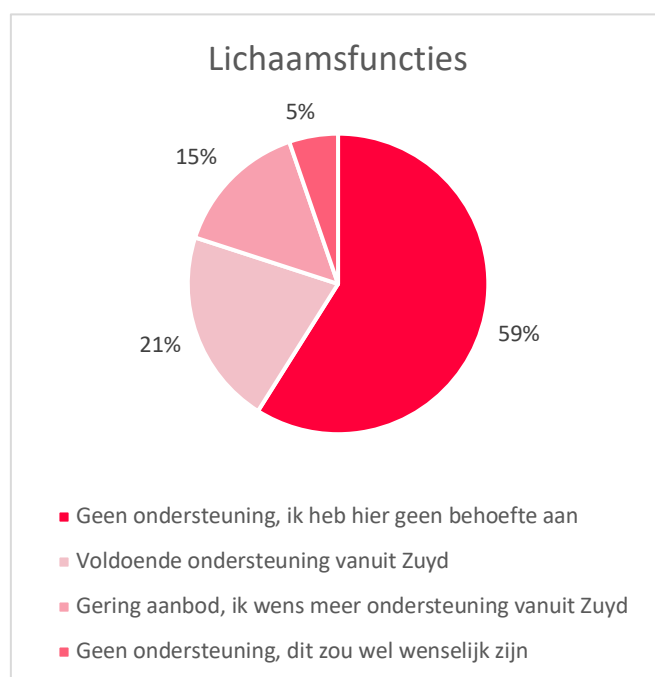


Diagram 43: resultaten enquête - dimensie lichaamsfuncties

Uit de interviews kwamen soortgelijke resultaten naar voren. Hieruit bleek dat het grootste gedeelte van de respondenten behoefte heeft aan extra sportmogelijkheden. Dit zou volgens de respondenten vormgegeven kunnen worden in de vorm van losse sportlessen, maar ook in cursussen. Ook is er behoefte aan ontspanning tijdens de lesuren door.

R4: *“Misschien iets van sportles of iets alternatiefs tussendoor, dat je bijvoorbeeld de mogelijkheid hebt om hier iets te doen tijdens de tussenuren, want verder is er eigenlijk alleen een bibliotheek en plekken waar voornamelijk leeractiviteiten gedaan kunnen worden, maar is er geen ruimte voor ontspanning of even iets anders dan studeren of schoolwerk. Bijvoorbeeld iets van een voetbalveldje nabij realiseren.”*

Verder bleek uit de interviews dat een aantal respondenten wel op de hoogte zijn van het huidige aanbod met betrekking tot sportlessen, maar dat dit meer gepromoot mag worden.

Daarnaast bleek dat er op gebied van eten voldoende aanbod is in de schoolkantine, maar dat dit als duur wordt ervaren door de respondenten. Tevens was er verschil in mening over de voedingswaarden van het aanbod. De ene respondent ervaart het eten als ongezond (veel vlees en gefrituurd voedsel), waarbij de andere respondent aangaf dat er voldoende gezonde en gevarieerde keuzes aanwezig zijn.

Als laatst kwam er naar voren dat er meer behoefte is aan betere facilitaire (zit)voorzieningen.

R3: *“Er zou bijvoorbeeld wel misschien, je hebt van die bankjes overal en daarbij misschien een betere zithouding. Ook in de hoorcollegezalen, denk ik van ja, dat zit niet heel lekker. Dus misschien zou daar wel rekening mee gehouden kunnen worden. Bijvoorbeeld beter facilitaire voorzieningen qua hoe alles opgedeeld is qua zitgelegenheden. Wat ik merk ook wat ik vervelend vind en wat ik van andere mensen hoor is dat de stoelen allemaal niet zo lekker zitten. Als je daar dan een uur of anderhalf uur in moet zitten, is dat niet heel lekker voor je rug. Dus misschien dat daar aandacht aan gegeven kan worden.”*

Eén enkele respondent gaf aan dat er voldoende aanbod is op gebied van lichaamsfuncties.

7.3.4 Mentaal welbevinden

In diagram 5 is te zien dat percentages gelijk oplopen bij de antwoorden 'geen ondersteuning, ik heb hier geen behoefte aan' en 'voldoende ondersteuning vanuit Zuyd'. Slechts 5% van de respondenten gaf aan dat Zuyd geen ondersteuning biedt op het gebied van mentaal welbevinden, maar dat dit wel wenselijk zou zijn.

Respondenten gaven in de open vragen van de enquête aan dat de drempel vaak hoog is om hulp te vragen. Er is behoefte aan meer bekendheid, zodat er minder schaamte heerst omtrent de problemen die studenten ervaren. Daarnaast werd er aangegeven dat PPO'ers een actievere rol moeten aannemen in het signaleren van deze problematiek, waarna een doorverwijzing kan volgen.

Verder hebben respondenten behoefte aan ondersteuning bij concentratie door bijvoorbeeld meer ruimtes te creëren, om docentonafhankelijk te werken. Tevens hebben respondenten behoefte aan begeleiding in meditatie.

Dat de drempel hoog is om ondersteuning te zoeken op gebied van mentaal welbevinden, komt ook naar voren uit de interviews. Respondenten gaven aan schaamte te ervaren bij het vragen om hulp. Tevens is acceptatie een struikelblok. Het zou soms lastig zijn om te accepteren dat men ondersteuning van buitenaf nodig heeft wanneer het even minder gaat. Wat hierbij zou kunnen helpen volgens enkele respondenten is het vergroten van de bekendheid.

R4: *"Ik denk voornamelijk het zelf toegeven en accepteren dat het echt zo is of dat het dan niet goed gaat. Je wilt als mens altijd proberen het zelf op te lossen zover het kan en je wil daarbij ook niet iemand anders ermee tot last zijn. Dat is natuurlijk nooit zo, maar het is een negatieve gedachte die in zo'n situatie vaak opkomt. Eigenlijk moet je het wel gewoon doen, maar toch ben je ergens bang of voel je schaamte. Dus misschien zou het meer bespreekbaar maken van deze mogelijkheden, ook de drempel verlagen, want dan wordt er ook meer gebruik van gemaakt door medestudenten en voel je je niet alleen hierin."*

Op gebied van ondersteuningsmogelijkheden met betrekking tot mentaal welbevinden, is er behoefte aan activiteiten in groepsverband. Dit zou kunnen bijdragen aan het verlagen van de drempel om deel te nemen.

R5: *"Voor mij was de studentpsycholoog wel de beste optie. Maar ik kan me voorstellen dat mensen misschien liever iets in groepsverband zouden doen of iets met meerdere studenten samen."*

Tevens kwam concentratie vaak terug tijdens de interviews. Recent zijn er concentratiewerkplekken geplaatst op Zuyd, die het mogelijk maken om afgeschermd in een geluidsdichte kubus te werken. Echter, de locatie van deze werkplekken is niet optimaal volgens de respondenten. Deze bevinden zich nu in de gangen, maar zouden beter passen in de bibliotheek. Dit zou bijdragen aan het verlagen van de drempel om gebruik te maken van de werkplekken. Ook is er behoefte aan meer

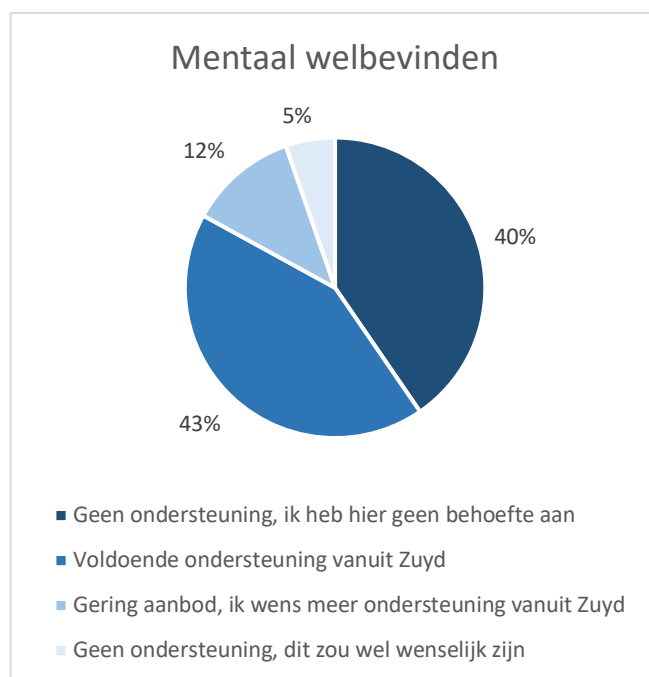


Diagram 54: resultaten enquête - dimensie mentaal welbevinden

werkplekken in het algemeen, waar men rustig kan werken zodat afleiding bij het werken op de gang beperkt blijft.

R3: *“Ik vind het fijn om rust te hebben en in rust te kunnen werken. In de bibliotheek kan het wel, maar soms is het ook best rumoerig omdat er dan veel groepjes aan het werk zijn en ook als ik bijvoorbeeld even rust nodig heb, als er heel veel drukte is geweest op de dag dan kan ik een beetje overprikkeld zijn. Dan vind ik het wel fijn om in zo’n hokje te gaan zitten, om even af te schakelen. Ik heb er ook al gebruik van gemaakt, dus het helpt me wel.”*

Tevens is er behoefte aan concentratieoefeningen of onderwijs gericht op hoe men zich het best kan concentreren.

R4: *“Ik heb zelf heel veel moeite met concentreren en nu zijn er wel van die aparte hokjes op school, maar dat vind ik juist hoogdrempelig om daar dan zelf in te stappen. Dus ze hebben er wel iets aan gedaan, maar ik denk dat het ook nuttig kan zijn om er eens een college over te geven, juist om zelf meer concentratie te kunnen behouden. Als je heel veel moet luisteren tijdens lessen, zwakt de concentratie steeds meer af. Dus wellicht dat ze daar ook nog iets aan kunnen veranderen in bijvoorbeeld concentratieoefeningen of iets in die vorm. Dat zou ikzelf wel prettig vinden.”*

Als het gaat om huidige mentaal welbevinden, gaven diverse respondenten tijdens de interviews aan zich momenteel mentaal goed te voelen.

7.3.5 Zingeving

In diagram 6 is te zien dat het merendeel (46%) van de respondenten geen behoefte heeft aan ondersteuning op gebied van zingeving, of voldoende ondersteuning ervaart binnen Zuyd (37%). De overige 17% wenst meer ondersteuning.

Op de vraag waarin studenten gevraagd werden op welke manier ze ondersteuning zouden wensen, gaf het merendeel van de respondenten aan dat ze niets misten of dat het niet per se de taak van Zuyd is om te ondersteunen. Enkele respondenten gaven aan dat ze behoefte hebben aan contactmogelijkheden met andere studenten of aanspreekpartners voor 'bijzondere' thema's. Tevens kwam er naar voren dat enkele respondenten ondersteuning op financieel gebied wensen.

Uit de interviews bleek dat respondenten van mening zijn dat Zuyd meer aandacht moet besteden aan de toekomst van de student. Er is behoefte aan meer informatie omtrent een vervolgstudie na het hbo of de verdere carrière van de student. Eén van de respondenten suggereert een informatieavond over welke masters aansluiten bij een bepaalde studie.

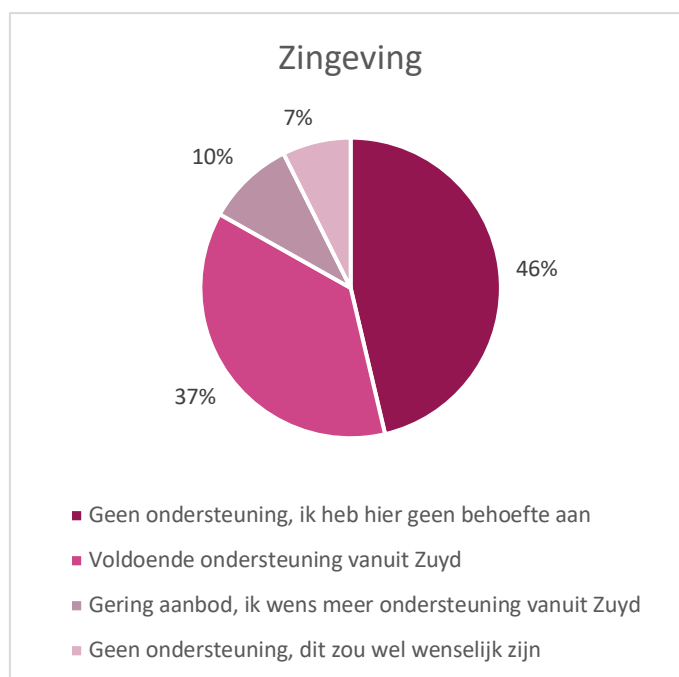


Diagram 65: resultaten enquête - dimensie zingeving

R2: *'Ja, ook meer het stukje informatie van welke opleiding je ook doet en welke masters daarbij kunt doen, plus ook een beetje weten stel je wilt hierna nog een andere hbo opleiding gaan doen, zit je dan in dezelfde dimensie of moet je dan je opleiding deels open laten staan Dat je een andere opleiding kan doen waardoor het minder geld gaat kosten? Dat stukje... Echt de vervolgopleiding of een informatieavond mag zijn of iets meer dat je ook weet bij wie je terecht kunt komen dus dit stukje is voor mijn gevoel wel echt iets minder.'*

Eveneens gaf een enkele respondent aan dat de bekendheid betreffende het aanbod op gebied van zingeving beperkt is, of dat er geen behoefte was aan ondersteuning binnen deze dimensie.

7.3.6 Kwaliteit van leven

Diagram 7 beschrijft de ondersteuning binnen de dimensie 'kwaliteit van leven'. Hierbij is te zien dat meer dan de helft van de respondenten (53%) heeft aangegeven geen behoefte te hebben aan ondersteuning. Daarnaast vond 33% dat er voldoende ondersteuning aanwezig is binnen Zuyd. De overige 14% wenst meer ondersteuning.

Respondenten gaven aan dat er behoefte is aan ondersteuning op financieel gebied, bijvoorbeeld over studietoelage, energietoelage, stagevergoeding en belastingaangifte. Daarnaast kwam naar voren dat respondenten meer bekendheid wensen over de ondersteuningsmogelijkheden die Zuyd biedt.

Tijdens de interviews gaven enkele respondenten aan moeite te hebben met de balans tussen studiebelasting en hun privéleven. Er is sprake van lange dagen met weinig pauzes welke contrasteren met dagen waar maar enkele lesuren ingeroosterd zijn, met veel tussenuren.

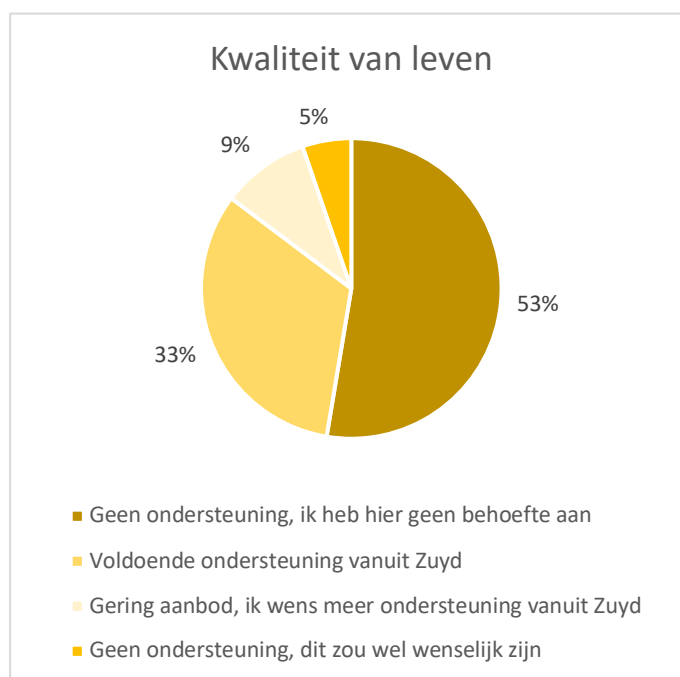


Diagram 76: resultaten enquête - dimensie kwaliteit van leven

R4: *"De lesdagen zijn slecht verdeeld, zo heb je de ene dag een mega lange dag met weinig pauze, terwijl de andere dag maar bestaat uit een uurtje onderwijs. Als ik bijvoorbeeld een dag van 9:00u tot 16.30u heb, met continu hoorcolleges en slechts een half uur pauze, hoef ik daarna thuis niet meer veel te doen, dan ben ik op. Ik zou het dan liever zo zien dat ze het een beetje kunnen verdelen, en dus ook soms meer begrip naar ons kunnen tonen van hoe ziet de lesdag er inderdaad uit, en is het wel haalbaar voor de student met het eigen leven daarnaast?"*

Respondenten hebben een contrasterende mening over de begeleiding welke Zuyd biedt bij de overstap naar het hbo. Zo gaf één enkele respondent aan dat Zuyd bijdraagt aan duidelijk beeld, voorafgaand aan het starten van de opleiding. Dit wordt gecreëerd middels diverse ondersteuning zoals een studiekeuzecheck, meeloopdagen en open dagen. Wanneer men twijfels zou hebben over de studiekeuze, is altijd een afspraak met een docent, mentor of decaan mogelijk. Echter, meer ondersteuning wordt gewenst in de daadwerkelijke overstap naar het hbo (kijkend naar mate van zelfstandigheid en het maken van een planning). Een enkele respondent gaf aan dat de overstap naar het hbo als overweldigend ervaren kan worden en de aanpak niet altijd voor iedereen helder is.

R4: *"Ik denk dat ze vanuit de school meer mogen meedenken/meehelpen in de overstap van middelbare school naar hbo-opleiding. Bij mij is het gelukkig allemaal goed gegaan, maar ik ken veel studenten die daar wel heel moeite mee hebben gehad en in het begin wel een beetje overweldigd waren en niet goed wisten hoe ze het allemaal moesten gaan aanpakken."*

Als laatst gaf een enkele respondent aan behoefte te hebben aan begeleiding bij het rondkomen met geld.

R6: *"Ik zou het eigenlijk ook wel waardevol vinden om iets van een cursus aangeboden te krijgen over hoe je met geld het beste kunt rondkomen als student. En dan ook wat betreft belastingtechnisch."*

7.3.7 Meedoen

In diagram 8 is te zien dat 48% van de respondenten voldoende ondersteuning ervaren op het gebied van meedoen. Daarentegen vond 36% van de respondenten dat er geen ondersteuning is, maar dat hier ook geen behoefte aan is. De overige 16% gaf aan dat meer ondersteuning wenselijk is.

In de open vraag van de enquête gaven respondenten aan dat er behoefte is aan meer activiteiten gecombineerd met andere opleidingen, waarbij men niet vast zit aan een studentenvereniging. Deze activiteiten moeten haalbaar zijn binnen het schoolrooster.

Uit de interviews kwamen soortgelijke resultaten naar voren. Er is meer behoefte aan sociale contacten onderling bij de respondenten. Er heerst een grote afstand tussen de studenten, met name ten gevolge van de COVID-19 pandemie. Dit speelt zich af op klassikaal niveau, maar ook het contact tussen studenten over de hele opleiding blijft beperkt.

Hiernaast blijkt dat ook contact tussen diverse opleidingen wenselijk zou zijn.

Respondenten gaven aan dat, kijkend naar de toekomst, het voordelen met zich mee zou kunnen brengen om tijdens de opleiding al contact te leggen met andere disciplines binnen het domein zorg en welzijn.

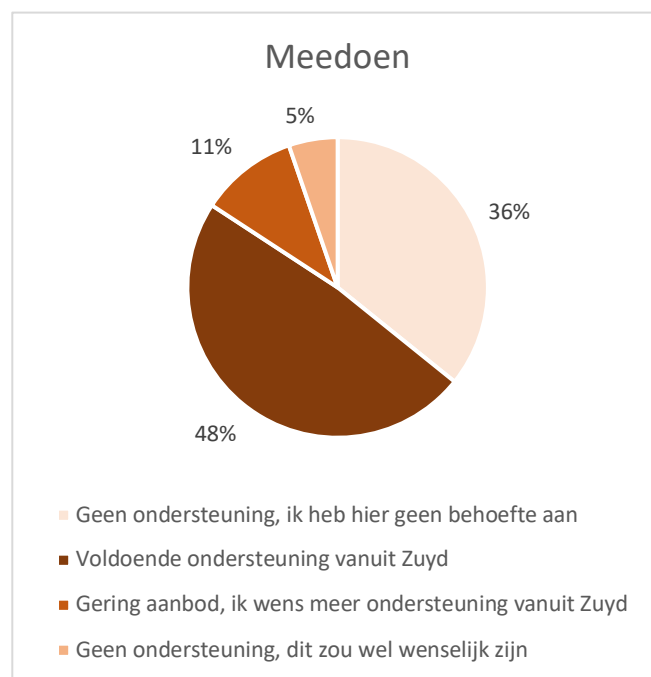


Diagram 87: resultaten enquête - dimensie meedoen

R2: "Of dat je de gezondheidszorg zelf een leuk dagje plant dat iedereen van de gezondheidszorg onderling contacten kan maken is ook altijd handig voor je verdere afstudeerfase of als je straks in het ziekenhuis werkt dat je al weet oh die werkt daar misschien kan ik daar wel contact mee krijgen. Het is altijd wel goed om connecties te kunnen maken binnen je dimensie maar ook daarbuiten."

Eveneens bleek dat respondenten voornamelijk behoefte hebben aan meer activiteiten. Tijdens de COVID-19 pandemie werden er diverse activiteiten georganiseerd, voor en door studenten. Dit vindt nu minder tot niet meer plaats. Tot slot kwam er naar voren dat, wanneer er een activiteit georganiseerd wordt, de drempel vaak hoog is om hieraan deel te nemen. Mede doordat respondenten bang zijn voor een lage participatie, twijfelen zij om deel te nemen aan de activiteiten. Een grotere bekendheid van de activiteiten zou hieraan bij kunnen dragen, volgens enkele respondenten.

R5: "Misschien toch een activiteit organiseren, maar zo verder wordt er binnen Zuyd wel zijn best gedaan om iedereen te betrekken. Ik heb eigenlijk vrij weinig contact met de mensen buiten mijn klas. Ook met de mensen in mijn klas heb ik maar beperkt contact omdat ik maar een paar uur les heb, verder zie je ze niet echt."

7.3.8 Dagelijks functioneren

In diagram 9 is te zien dat meer dan de helft van de respondenten (54%) geen ondersteuning ervaart, maar deze ook niet wenst. Slechts 12% wenst meer ondersteuning op gebied van dagelijks functioneren.

De open antwoorden lieten zien dat respondenten behoefte hebben aan meer informatie over de inhoud van deze dimensie en uitdaging wensen tijdens de lessen.

Uit de interviews kwamen diverse factoren naar voren. Met name op gebied van financiering spreken enkele respondenten zich uit. Eén respondent gaf aan dat informatie over zaken als (studie)financiering makkelijk zelfstandig te verkrijgen is en dat extra ondersteuning vanuit Zuyd niet nodig is.

Een andere respondent gaf aan dat algemene informatie op gebied van financiën online voldoende beschikbaar is, maar wel behoefte te hebben aan praktische informatie over bijvoorbeeld de aanschaf van studiemateriaal.

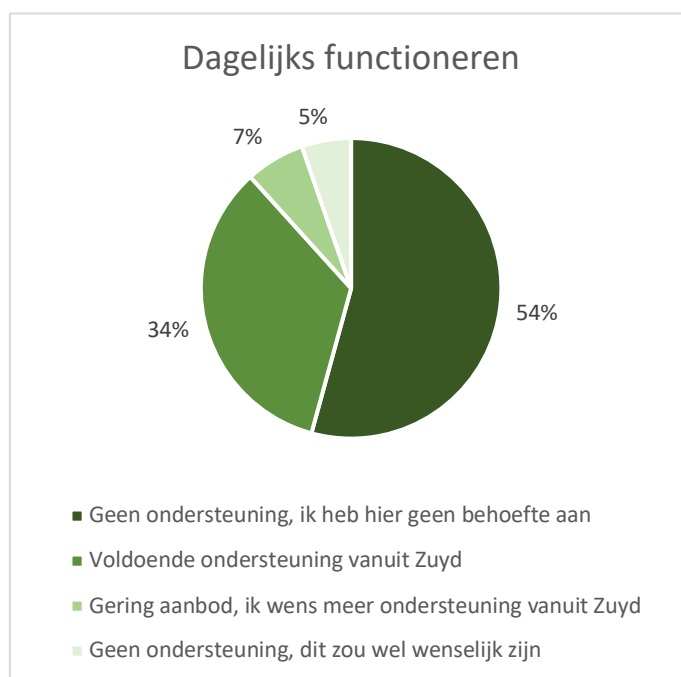


Diagram 98: resultaten enquête - dimensie dagelijks functioneren

R5: *"Ja ik moet zeggen, DUO is allemaal vrij duidelijk. Het staat op de site de overheid. Dus of verdere ondersteuning echt nodig is... Voor mij persoonlijk niet."*

Tevens kwam naar voren dat er onduidelijkheid heerst betreffende huidige ondersteuningsmogelijkheden op gebied van dagelijks functioneren. Er is behoefte aan een grotere bekendheid, zodat studenten er zelf makkelijker gebruik van kunnen maken.

Net als uit de enquête, kwam ook uit de interviews naar voren dat respondenten behoefte hebben aan meer uitdaging in de lessen. Dit zou zich bijvoorbeeld kunnen uiten in het plenair uitdagen om kennis te verdiepen in de klas. Zo ontstaat er een groepsgevoel en worden studenten niet enkel individueel uitgedaagd.

R6: *"Qua uitdaging.. Ja, ik denk wel dat ook bij het mij geval, of ja fijn zou zijn, bij bepaalde lessen. Inderdaad, dat je dan gewoon als klas plenair uitgedaagd wordt om je kennis te verdiepen en niet dat enkele studenten uitgepikt worden die dan extra literatuur krijgen ofzo. Maar dat het meer een groepsgevoel is, zeg maar. Maar dat hangt dan ook weer heel veel samen met de motivatie van de studenten."*

Ten slotte gaf een groot gedeelte van de respondenten aan geen behoefte te hebben aan ondersteuning op gebied van kwaliteit van leven.

8 Conclusie

Middels dit onderzoek diende er antwoord gegeven te worden op de hoofdvraag *‘In hoeverre past het huidige aanbod van ondersteuningsmogelijkheden, met betrekking tot Positieve Gezondheid binnen Zuyd Hogeschool, bij de behoeftes van de studenten binnen het domein Gezondheidszorg en Welzijn?’*. Om antwoord te geven op deze vraag, waren er deelvragen opgesteld. Hieronder worden de conclusies beschreven, waarbij de deelvragen als paragrafen zijn gebruikt.

8.1 Deelvraag 1

‘Wat valt onder het huidige aanbod van ondersteuningsmogelijkheden op gebied van de dimensies van Positieve Gezondheid binnen Zuyd Hogeschool?’

Aan de hand van vooronderzoek in het [theoretisch kader](#) en gesprekken met verschillende professionals binnen Zuyd Hogeschool, is er een totaalbeeld gecreëerd over het huidige aanbod van ondersteuningsmogelijkheden. Dit aanbod bestaat uit het preventiecentrum, Zuyd FIT, Zuyd LUISTER, leefstijl coaching, vertrouwenspersoon, studentzaken, studentpsycholoog, decaan en studieloopbaanbegeleiders/PPO's. Voor verdere toelichting zie tabel 4 (zie [paragraaf 7.1](#)). Hiernaast worden er ondersteuningsmogelijkheden opgezet aan de hand van NPO gelden. Echter, deze gelden worden slechts tijdelijk aangeboden gezien ze maar eenmalig beschikbaar zijn.

8.2 Deelvraag 2

‘In hoeverre zijn studenten bekend met het huidige aanbod aan ondersteunings- mogelijkheden binnen Zuyd Hogeschool?’

Uit de dataverzameling aan de hand van enquêtes en interviews kon geconcludeerd worden dat niet alle respondenten bekend zijn met het aanbod van ondersteuningsmogelijkheden binnen Zuyd. Echter, meer respondenten bleken wél bekend te zijn met het aanbod, dan respondenten die er niet bekend mee zijn. De meest bekende ondersteuningsmogelijkheden zijn de decaan, studentpsycholoog en vertrouwenspersoon. Deze liggen alle drie boven de 70%. De minst bekende ondersteuningsmogelijkheden zijn: leefstijl coaching, Zuyd FIT en studentzaken. Meer dan 58% van de respondenten kent deze vorm van ondersteuning niet.

Daarnaast kan geconcludeerd worden dat de communicatie rondom het aanbod en de inhoud van de ondersteuningsmogelijkheden niet gelijkwaardig is binnen de verschillende opleidingen en leerjaren. Vrijwel alle geïnterviewden gaven aan behoefte te hebben aan betere communicatie en daarmee ook meer bekendheid over het aanbod.

8.3 Deelvraag 3

‘Wat zijn de wensen en behoeftes van studenten op gebied van welzijn horend bij de dimensies van Positieve Gezondheid binnen Zuyd Hogeschool?’

Uit de dataverzameling bleek dat een aantal factoren terugkeerden uit zowel de enquêtes als de interviews. Respondenten gaven aan behoefte te hebben aan plaatsen waar zij, anders dan op de gang, rustig kunnen werken aan schoolopdrachten. Recent zijn er door Zuyd afgeschermd concentratiewerkplekken geplaatst, echter worden deze nog niet optimaal gebruikt. Volgens de respondenten komt dit doordat er sprake is van een hoge drempel om gebruik te maken van deze plekken. Wat deze drempel zou kunnen verlagen, is het verplaatsen van de werkplekken naar de bibliotheek. Tevens is er behoefte aan onderwijs gericht op het behouden van concentratie en eventuele concentratieoefeningen.

Ook gaven respondenten aan dat er behoefte is aan begeleiding bij het rondkomen met geld, mede gericht op belastingtechnische zaken.

Respondenten gaven aan behoefte te hebben aan meer sociale activiteiten. Dit speelt zich af op verschillende niveaus: klassikaal, tussen studenten binnen de opleiding, maar ook het contact tussen diverse opleidingen. Er is behoefte aan meer gezamenlijke activiteiten, waardoor mogelijk het onderlinge contact tussen studenten verbeterd wordt. Belangrijk hierbij is dat er voldoende bekendheid gecreëerd wordt binnen deze activiteiten, zodat er een hoge participatiegraad is.

Enkele van de geïnterviewde respondenten gaven aan moeite te hebben met het behouden van balans tussen dagelijks leven en studie. Lesdagen zijn vaak slecht verdeeld, waardoor studeren en andere bezigheden buiten school door elkaar lopen. Wat hierbij zou kunnen helpen volgens de respondenten, is een betere verdeling tussen de lesdagen. Een andere behoefte ligt in mogelijkheden voor ontspanning tijdens tussenuren. Hierbij kan er volgens de respondenten gedacht worden aan diverse sportgelegenheden of andere activiteiten gericht op ontspanning.

Als laatste gaven enkele respondenten aan dat zij behoefte hebben aan betere begeleiding bij de overstap naar het hbo. De stap van vooropleiding naar hbo kan als overweldigend ervaren worden volgens sommige respondenten, hierbij is meer ondersteuning gewenst. Tevens wensen zij meer aandacht voor de toekomst van de student na het afronden van hun hbo-studie.

8.4 Conclusie

Door de deelvragen te beantwoorden, kon er ook antwoord gegeven worden op de hoofdvraag. De hoofdvraag luidt als volgt; *'In hoeverre past het huidige aanbod van ondersteuningsmogelijkheden, met betrekking tot Positieve Gezondheid binnen Zuyd Hogeschool, bij de behoeftes van de studenten binnen het domein Gezondheidszorg en Welzijn?'*.

Na de dataverzameling kan er geconcludeerd worden dat het huidige aanbod aan ondersteuningsmogelijkheden passend is tot op bepaalde hoogte. Er liggen behoeftes van respondenten op het gebied van sportgelegenheden. Zuyd FIT biedt sportlessen aan voor studenten, echter wordt hier weinig tot geen gebruik van gemaakt. De mogelijke oorzaak zou het gebrek aan bekendheid kunnen zijn, aldus de resultaten. Tevens biedt Zuyd FIT diverse cursussen aan op gebied van yoga en meditatie. Dit sluit aan bij de behoeftes van de respondenten, welke liggen op gebied van ontspanningsmogelijkheden.

Daarnaast is er vanuit de respondenten behoefte aan concentratieoefeningen. Deze worden momenteel nog niet aangeboden vanuit Zuyd.

Momenteel zijn er concentratiewerkplekken geplaatst waar studenten gebruik van kunnen maken. Uit de dataverzameling bleek daarentegen dat de drempel te hoog is om hier gebruik van te maken. Hierdoor worden deze werkplekken niet optimaal benut.

Respondenten gaven aan behoefte te hebben aan meer onderling sociaal contact. Dit zou gefaciliteerd kunnen worden middels het organiseren van sociale activiteiten. Tijdens het hoogtepunt van de COVID-19 pandemie werden er diverse (online) activiteiten georganiseerd. Uit de dataverzameling bleek dat dit als prettig ervaren werd, echter lijken er op dit moment weinig tot geen activiteiten meer georganiseerd te worden. Dit wordt ervaren als een gemis. Respondenten gaven aan graag binnen de opleiding activiteiten te ondernemen, maar ook interprofessioneel binnen het domein Gezondheidszorg en Welzijn.

Uit de dataverzameling komt naar voren dat veel respondenten moeite hebben met het vinden van balans tussen hun studie en privéleven. Hieruit blijkt dat respondenten diverse pogingen hebben

ondernomen om bespreekbaar te maken dat het rooster ongelijk verdeeld is. Echter, hier is tot op heden is geen gehoor aan gegeven. Vanuit het preventiecentrum wordt leefstijl coaching aangeboden. Nochtans blijkt uit de resultaten dat maar liefst 72,6% van de respondenten niet bekend is met deze vorm van ondersteuning.

Diverse respondenten gaven aan behoefte te hebben aan financiële ondersteuning. Bij financiële vragen kunnen studenten terecht bij studentzaken. Voor financiële regelingen, kan de decaan de student te woord staan. Nochtans blijkt uit de dataverzameling dat respondenten behoefte hebben aan algemene voorlichting wat betreft financiën. Hierbij kan gedacht worden aan voorlichting over belastingtechnische zaken. Tevens blijkt dat respondenten momenteel niet weten waar zij aan moeten kloppen bij vragen over financiële zaken.

De overstap van vooropleiding naar hbo werd door verschillende respondenten ervaren als overweldigend. Er wordt meer ondersteuning vanuit Zuyd gewenst in deze periode. Daarnaast bleek dat er behoefte is aan meer informatie over de toekomst van de student ná het hbo. Hier kan worden gedacht aan informatie over masters, of wat te doen wanneer men nog een andere hbo-studie wil volgen. Respondenten ervaren momenteel weinig ondersteuning op dit gebied.

Respondenten maken graag gebruik van bestaande ondersteuningsmogelijkheden, echter is bekendheid vaak een belemmerende factor. Dit maakt dat respondenten niet voldoende weten welke ondersteuningsmogelijkheden er bestaan, of hoe ze er gebruik van kunnen maken.

9 Discussie

Uit de onderzoeksdata bleek dat studenten behoefte hebben aan verschillende ondersteuningsmogelijkheden welke er wel al zijn, maar niet voldoende bekend zijn. Dit heeft als gevolg dat de huidige ondersteuningsmogelijkheden niet optimaal gebruikt worden. De meeste behoeftes liggen op gebied van sport- en ontspanningsgelegenheden, concentratiewerkplekken, sociaal contact, balans tussen studie en privé, financiële ondersteuning, overstap naar hbo en het vervolg na het hbo.

Uit de resultaten bleek dat niet alleen studenten die behoeftes hebben aan ondersteuning de enquête ingevuld hebben, maar ook studenten die tevreden zijn met het huidige aanbod. Dit houdt in dat de enquête een goede spreiding heeft gehad onder de steekproef.

Studenten binnen dit onderzoek gaven aan moeite te hebben met het hebben en behouden van balans in het leven als student. Op het moment dat deze data gekoppeld werd aan internationale literatuur bleek uit onderzoek van Ifran & Tabassum Azmi (2014) dat er een relatie bestaat tussen een verhoogd stressniveau en mentale problematiek. Tevens werd er aangegeven dat stress ook een positief fenomeen kan zijn, dat zou leiden tot successen in geval van nood. Daarentegen, op het moment dat functionele stress overslaat in dysfunctionele stress of distress gerelateerd aan studie/werk- privé, kan dit leiden tot psychologische emotionele en fysieke achteruitgang. Dit heeft een negatief effect op het welzijn van studenten.

Daarnaast bleek uit onderzoek van Kuiper & Karsten (2004) dat het maken van een planning tijdens de studie erg belangrijk zou zijn. Hierbij is het wel van belang dat deze realistisch is, want het niet behalen van de planning kan leiden tot het vooruitschuiven van taken. Eveneens moet er rekening gehouden worden met andere activiteiten in het dagelijks leven, zoals sporten, vrienden en een eventuele bijbaan. Sociale steun van andere studenten, ouders en docenten kan een positief effect hebben op gebied van zelfverzekerdheid en betere prestaties.

Uit dit afstudeeronderzoek gericht op de studenten van Zuyd, kwam naar voren dat sociale ondersteuning een belangrijk onderdeel is van welzijn en mentale gezondheid. Internationale literatuur toonde aan dat sociale relaties op school en binnen studies in verband kan worden gebracht met het welzijn en de veerkracht van studenten en jongvolwassenen. Daarnaast blijken sociale contacten goed te zijn voor fysieke gezondheid en studieprestaties (Norrish et al., 2013). Uit onderzoek van Linders & van Pinxteren (2021) bleek dat sociale activiteiten niet alleen bijdragen aan integratie in sociaal opzicht, maar dat deze tevens belangrijke netwerken voor de eventuele toekomst toegankelijk maken.

Naast het behouden van balans en het gemis aan sociale activiteiten, gaven diverse studenten binnen Zuyd Hogeschool aan behoeftes te hebben op gebied van ondersteuning bij concentratie. Gepubliceerde literatuur toonde aan dat het uitvoeren van concentratieoefeningen, bijvoorbeeld mindfulness, een mogelijke bijdrage kunnen leveren aan verbetering van het concentratievermogen. Onderzoek van Augustinus-Scharma & van Dijken-Stapel (2015) laat zien dat er steeds meer mogelijke positieve verbanden zijn tussen het beoefenen van mindfulness en concentratie, leren, creativiteit en probleemoplossend vermogen. Dit zijn diverse relevante capaciteiten voor het hoger beroepsonderwijs. Enkele merkbare veranderingen bij studenten na het trainen van mindfulness waren onder andere verbetering op gebied van inzicht, studiegedrag en een open houding.

Tevens kan cognitieve ontwikkeling vertraagd worden door een systematische blootstelling aan slechte luchtkwaliteit (hoge concentratie CO₂). Dit heeft mogelijk negatieve invloed op de concentratie en het leerproces van studenten (Duran et al., 2022).

Tot slot bleek uit de resultaten dat diverse studenten van Zuyd behoefte hebben aan ondersteuning op financieel gebied. Van der Veer et al. (2019) hebben onderzocht dat studenten een duidelijke rol weggelegd zien voor het opleidingsinstituut ten aanzien van ondersteuning van financiële problemen. Uit het afstudeeronderzoek bleek dat studenten behoefte hebben aan algemene informatie betreffende financiële zaken, bijvoorbeeld middels een keuzevak of les. Dit kwam ook naar voren uit het onderzoek van Verberg & Beneken-Kolmer (2020). Hieruit bleek dat financiële problemen onder studenten kunnen leiden tot studieachterstand en mentale klachten en dat er momenteel nog weinig begeleiding aangeboden wordt op hogescholen.

Tijdens de opstart van dit onderzoek bleek dat er gering onderzoek is verricht op gebied van Positieve Gezondheid. Dit komt doordat Positieve Gezondheid een relatief nieuw concept is. Hierdoor is het onbekend in hoeverre dit momenteel geïmplementeerd wordt of kan worden op het hbo. Door de behoeftes van studenten van Zuyd te inventariseren en deze naast Positieve Gezondheid te leggen, kan er geconcludeerd worden dat er een meerwaarde is in het betrekken van Positieve Gezondheid in het schoolsysteem. Studenten hebben over het algemeen behoeftes welke vallen binnen de diverse dimensies van Positieve Gezondheid.

Dit onderzoek kende een aantal beperkingen. Zo werd er gewerkt met enquêtes en interviews om een antwoord te kunnen formuleren op de onderzoeksvraag. De resultaten zijn opgebouwd uit visies van respondenten en bevatten individuele meningen. Dit maakte dat de resultaten beperkt te generaliseren waren.

Tevens bestond de steekproef uit een kleine groep studenten, waardoor het aantal meningen beperkt werd. Reden voor deze kleine steekproef, was de afhankelijkheid van het aantal studenten dat heeft gereageerd op de enquête. De opleiding verpleegkunde heeft geen gehoor gegeven aan het verzoek om de enquête intern binnen de opleiding te verspreiden. Dit resulteerde mogelijk in een lagere participatiegraad onder de verpleegkundestudenten. Hierdoor was er een verschil in deelname per opleiding aan de enquête. Mogelijk was er sprake van een selectie bias, doordat er promotie gemaakt werd voor de enquête middels de sociale media kanalen van de onderzoekers. Echter, de inclusiecriteria werden hierbij nadrukkelijk vermeld.

Tijdens het inventariseren van het aanbod van huidige ondersteuningsmogelijkheden hebben er gesprekken plaatsgevonden. Hiervoor is een oproep gedaan richting PPO'ers van alle deelnemende opleidingen, studentpsycholoog, decaan, studentzaken en het preventiecentrum. De PPO'ers van de opleidingen biometrie en verpleegkunde hebben geen gehoor gegeven aan deze oproep, ook niet na een herinnering ontvangen te hebben. Hierdoor mist er mogelijk relevante informatie over de taken van de betreffende PPO'ers. Daarnaast heeft er slechts een gesprek met één PPO'er per opleiding plaatsgevonden, waardoor deze informatie beperkt generaliseerbaar te beschouwen viel. Onder de respondenten van de enquête werd er een Bol.com cadeaukaart verloot. Dit werd ook vermeld op de poster waarmee studenten zijn opgeroepen om deel te nemen. Mogelijk hebben de respondenten de enquête ingevuld om kans te maken op deze cadeaukaart, terwijl ze dit eerder niet zouden doen.

De respondenten van de enquêtes waren niet gelijk verdeeld per opleiding. Mogelijk komt dit doordat niet alle opleidingen de poster en de oproep hebben gedeeld met de studenten van desbetreffende opleiding. Zo gaf de opleiding verpleegkunde aan dat ze de enquête niet wilde delen via de mail, omdat de studenten al veel andere uitnodigingen voor onderzoeken kregen.

Tijdens de selectie voor de interviews is er gekeken naar een optimale verdeling tussen de respondenten van diverse opleidingen. Op het moment dat er meerdere studenten per opleidingen reageerden, is randomisatie toegepast.

Ten gevolge van de beperkte beschikbare tijd tijdens dit onderzoek, konden er niet voldoende interviews afgenomen worden om saturatie te bereiken. Doordat Positieve Gezondheid een dermate holistische kijk heeft, waarbij veel ruimte is voor eigen interpretatie, zal saturatie naar alle waarschijnlijkheid pas op treden na meer dan 30 interviews (Marshall et al., 2013).

10 Aanbevelingen

Middels dit onderzoek is gebleken dat er een kans ligt voor de toekomst, gericht op de implementatie van Positieve Gezondheid binnen het onderwijs. Op basis van bovenstaand beschreven resultaten en conclusie, worden er in dit hoofdstuk diverse aanbevelingen geformuleerd. Deze aanbevelingen worden in eerste instantie beschreven voor Zuyd Hogeschool. Mogelijk zijn onderdelen van dit onderzoek ook bruikbaar voor andere onderwijsinstanties.

Een eerste aanbeveling is om meer respondenten te interviewen, zodat er een grotere toestroom aan informatie ontstaat. Hierdoor worden de resultaten uitgebreider en tevens betrouwbaarder. Omdat Positieve Gezondheid vanuit diverse perspectieven bekeken kan worden en de dimensies ver uit elkaar lopen kan saturatie pas op een later moment bereikt worden. Op het moment dat saturatie bereikt wordt, kan een compleet beeld gevormd worden over de behoeftes van studenten. Zo zal het nog te ontwikkelen aanbod, het meest optimaal aansluiten.

Het wordt aanbevolen om volgens de beschreven methode ook te inventariseren wat de behoeftes zijn van studenten binnen andere opleidingen van Zuyd Hogeschool te Heerlen (naast het domein Gezondheidszorg en Welzijn). Het is van meerwaarde om dit in de toekomst uit te breiden naar de locaties Sittard en Maastricht. Hierdoor ontstaat een groter bereik en hebben wellicht meer studenten baat bij het betrekken van Positieve Gezondheid in het onderwijs. In de toekomst is deze vorm van behoefte- inventarisatie ook relevant binnen andere hbo, mbo of wo opleidingen om het studentenwelzijn te bevorderen. Uiteindelijk leidt dit tot betere leerprestaties.

Tot slot wordt aanbevolen om gericht onderzoek te verrichten naar hoe het huidige aanbod van Zuyd en de behoeftes van studenten dicht bij elkaar gebracht kunnen worden. Zo kan optimaal gebruik worden gemaakt van de huidige ondersteuningsmogelijkheden. Hierbij zal ook gekeken moeten worden naar hoe de behoeftes van studenten, die niet binnen het huidige aanbod vallen, geïmplementeerd worden.

11 Geraadpleegde literatuur

- Agile Srum Group. (z.d.). T-shaped Medewerkers (+ Een Praktijkvoorbeeld).
<https://agilescrumgroup.nl/t-shaped/>
- Alles is gezondheid. (2019, 4 maart). Positieve gezondheid. Geraadpleegd op 12 september 2022, van <https://www.allesisgezondheid.nl/knowledgebase/positieve-gezondheid/#:%7E:text=Machteld%20Huber%20introduceerde%20het%20concept,mogelijk%20eigen%20regie%20te%20voeren.>
- Alles is gezondheid. (2019, 4 maart). Positieve gezondheid. Geraadpleegd op 12 september 2022, van <https://www.allesisgezondheid.nl/knowledgebase/positieve-gezondheid/#:%7E:text=Machteld%20Huber%20introduceerde%20het%20concept,mogelijk%20eigen%20regie%20te%20voeren.>
- Augustinus- Schrama, A. & van Dijken- Stapel, S. (2015). De meerwaarde van mindfulness in het HBO. In Google Scholar. Geraadpleegd op 14 december 2022, van https://www.inholland.nl/media/bbnlk3y1/oi_2015_4_demeerwaardevanmindfulnessinhethbo-1-1-1-1.pdf
- Becker, T. D. & Torous, J. B. (2019, 14 juni). Recent Developments in Digital Mental Health Interventions for College and University Students. Current Treatment Options in Psychiatry, 6(3), 210–220. <https://doi.org/10.1007/s40501-019-00178-8>
- Benders, L. (2021, 23 november). Grounded theory eenvoudig toepassen in je scriptie. Scribbr. <https://www.scribbr.nl/onderzoeksmethoden/grounded-theory/>
- Benders, L. (2022, 17 oktober). Enquêtes correct gebruiken in je scriptie. Scribbr. Geraadpleegd op 8 december 2022, van <https://www.scribbr.nl/onderzoeksmethoden/enquete-in-je-scriptie/>
- Benders, L. (2022, 17 oktober). Enquêtes correct gebruiken in je scriptie. Scribbr. <https://www.scribbr.nl/onderzoeksmethoden/enquete-in-je-scriptie/>
- Bhandari, P. (2022, 1 september). Een introductie tot kwantitatief onderzoek | Uitleg & voorbeelden. Scribbr. Geraadpleegd op 28 september 2022, van <https://www.scribbr.nl/onderzoeksmethoden/kwantitatief-onderzoek/> Zuyd. (2022, 14 september). Homepage. Geraadpleegd op 16 september 2022, van <https://www.zuyd.nl/>
- Centraal Bureau voor de Statistiek. (2022, 1 juni). Mentale gezondheid jongeren afgenomen. Geraadpleegd op 10 januari 2023, <https://www.cbs.nl/nl-nl/nieuws/2022/22/mentale-gezondheid-jongeren-afgenomen>
- Chang, J. J., Ji, Y., Li, Y. H., Pan, H. F. & Su, P. Y. (2021, september). Prevalence of anxiety symptom and depressive symptom among college students during COVID-19 pandemic: A meta-analysis. Journal of Affective Disorders, 292, 242–254. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.05.109>
- Chen, T. & Lucock, M. (2022, 12 januari). The mental health of university students during the COVID-19 pandemic: An online survey in the UK. PLOS ONE, 17(1), e0262562. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0262562>

- Denscombe (2008) Communities of practice. A research paradigm for the mixed methods approach
Journal of Mixed Methods Research, 2 (2008), pp. 270-283
- Duran, N., Docent aan de University College London, Eichholtz, P., Hoogleraar aan de Universiteit
Maas-tricht (UM), Kok, N., Hoogleraar aan de UM & Palacios, Postdoc aan het Massachusetts
Insti-tute of Technology. (2022). Betere ventilatie helpt om leerprestaties te bevorderen. In
ESB. ESB. Geraadpleegd op 14 december 2022, van <https://esb.nu/esb/20072704/betere-ventilatie-helpt-om-leerprestaties-te-bevorderen>
- Ensie. (2011). Holistisch. <https://www.ensie.nl/redactie-ensie/holistisch>
- Eriksen, H. R., Lønning, K. J. & Sivertsen, B. (2020, 16 april). Physical exercise, mental health problems,
and suicide attempts in university students. BMC Psychiatry, 20(1). <https://doi.org/10.1186/s12888-020-02583-3>
- Eskes, A. M., Oostveen, C. J. van & van Oostveen, C. J. (2021). Onderzoek langs de meetlat:
Onderzoekdesigns voor verpleegkundigen. Bohn Stafleu van Loghum. <https://eds-s-ebshost-com.zuyd.idm.oclc.org/eds/ebookviewer/ebook/bmxlYmtfXzI3MzY1MjFfX0FO0?sid=f7076328-899c-4ae2-a6ef-2527c6062f1a@redis&vid=0&format=EB&rid=1>
- Fusch, P. & Ness, L. (2015). Are We There Yet? Data Saturation in Qualitative Research. The Qualitative
Report. <https://doi.org/10.46743/2160-3715/2015.2281>
- van Geelen J.E., Koelmans M. A. & Wouters C. V. (2021). Studentenwelzijn tijdens de COVID-19-
pandemie. In SURFsharekit. Hogeschool Utrecht. Geraadpleegd op 15 september 2022, van
<https://surfsharekit.nl/public/2c9b0ada-62e4-4b38-980b-d32c93f1ce7a>
- George, T. (2022, 10 mei). Mixed-methods onderzoek | Uitleg met voorbeelden. Scribbr.
Geraadpleegd op 28 september 2022, van <https://www.scribbr.nl/onderzoeksmethoden/mixed-methods/>
- Gespreksinstrument positieve gezondheid. (2022). Institute For Positive Health.
<https://www.iph.nl/kennisbank/wat-is-positieve-gezondheid/>
- Gewalt, S. C., Berger, S., Krisam, R. & Breuer, M. (2022, 31 augustus). "Effects of the COVID-19
pandemic on university students' physical health, mental health and learning, a cross-sectional
study including 917 students from eight universities in Germany". PLOS ONE, 17(8), e0273928.
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0273928>
- Gezonde School. (z.d.). *Gezonde School en Positieve Gezondheid versterken elkaar*. Geraadpleegd op
10 januari 2023, van <https://www.gezondeschool.nl/nieuws/gezonde-school-en-positieve-gezondheid-versterken-elkaar>
- Gezonde School. (z.d.). Wat is Gezonde School? | Gezonde School. Geraadpleegd op 23 september
2022, van <https://www.gezondeschool.nl/aanpak/wat-is-gezonde-school>
- Granse, L. M., Hartingsveldt, V. M. & Kinébanian, A. (2017). Grondslagen van de ergotherapie (Dutch
Edition) (5th ed. 2017). Bohn Stafleu van Loghum.

- Green, B. N. & Johnson, C. D. (2015, 1 maart). Interprofessional collaboration in research, education, and clinical practice: working together for a better future. *Journal of Chiropractic Education*, 29(1), 1–10. <https://doi.org/10.7899/jce-14-36>
- Harrer, M., Adam, S. H., Fleischmann, R. J., Baumeister, H., Auerbach, R., Bruffaerts, R., Cuijpers, P., Kessler, R. C., Berking, M., Lehr, D. & Ebert, D. D. (2018, 23 april). Effectiveness of an Internet- and App-Based Intervention for College Students With Elevated Stress: Randomized Controlled Trial. *Journal of Medical Internet Research*, 20(4), e136. <https://doi.org/10.2196/jmir.9293>
- Hylkema, H. (2020, 24 september). Het verschil tussen kwalitatief en kwantitatief onderzoek. *Customeyes*. <https://www.customeyes.nl/kennis/het-verschil-tussen-kwalitatief-en-kwantitatief-onderzoek/> Institute for Positive Health. (2021, 29 juni). Wat is Positieve Gezondheid? Geraadpleegd op 16 september 2022, van <https://www.iph.nl/kennisbank/wat-is-positieve-gezondheid/>
- Ifran, A. & Tabassum Azmi, F. (2014). Work Life Balance among Students: An Empirical Study. *Research and Sustainable Business*. https://www.researchgate.net/profile/Vinod-Kumar-141/publication/262640375_CSR_Influence_on_Customer_Relational_Outcome_A_Study_of_Indian_Telecom_Industry/links/0deec5385723891475000000/CSR-Influence-on-Customer-Relational-Outcome-A-Study-of-Indian-Telecom-Industry.pdf#page=380
- Institute for Positive Health. (2022, 22 april). Over Machteld Huber. Geraadpleegd op 16 september 2022, van <https://www.iph.nl/over-machteld-huber/>
- Institute for Positive Health. (2022, 26 juli). Wat is het? Geraadpleegd op 16 september 2022, van <https://www.iph.nl/positieve-gezondheid/wat-is-het/>
- Integraal werken in de wijk. (2021, 24 december). Interprofessioneel werken en innoveren in teams. Geraadpleegd op 28 september 2022, van <https://integraalwerkenindewijk.nl/publicatie/interprofessioneel-werken-en-innoveren-in-teams/#:%7E:text=In%20interprofessionele%20teams%20werken%20professionals,wordt%20gecombineerd%20tot%20innovatieve%20oplossingen.>
- IPH. (z.d.). Wat is Positieve Gezondheid? Institute For Positive Health. Geraadpleegd op 28 september 2022, van <https://www.iph.nl/kennisbank/wat-is-positieve-gezondheid/>
- de Jong, A., De Maesschalck, L., Legius, M., Vandenbroele, H., Glorieux, M., Visser, M. & Heemskerk, K. (2016). Inleiding wetenschappelijk onderzoek voor het gezondheidsonderwijs (6de editie). Bohn Stafleu van Loghum.
- Karsten, C. & Kuiper, C. (2004). Burnout-risico studenten hoger dan verwacht. *Profielen*, 16(22), 24-5.
- Lattie, E. G., Adkins, E. C., Winkvist, N., Stiles-Shields, C., Wafford, Q. E. & Graham, A. K. (2019, 22 juli). Digital Mental Health Interventions for Depression, Anxiety, and Enhancement of Psychological Well-Being Among College Students: Systematic Review. *Journal of Medical Internet Research*, 21(7), e12869. <https://doi.org/10.2196/12869>

- Linders, L. & van Pinxteren, M. (2021). Studentsucces Centrum Haarlem: Een advies voor de ontwikkeling van een inclusieve gemeenschap bij het Studentsucces Centrum Inholland Haarlem. In Data Archiving and Networked Services. Hogeschool InHolland. Geraadpleegd op 14 december 2022, van <https://www.inholland.nl/onderzoek/publicaties/studentsucces-centrum-haarlem>
- Lobbezoo, A., Klaassen, T. & de Bot, C. (2022, 30 augustus). Ervaren mentaal welzijn door adolescenten tijdens de COVID-19-pandemie. JGZ Tijdschrift voor jeugdgezondheidszorg. <https://doi.org/10.1007/s12452-022-00285-8>
- Markus, K. & Oudemans, A. M. (2007). *Enquete research* (1ste editie). Noordhoff.
- Marshall, B., Cardon, P., Poddar, A. & Fontenot, R. (2013). Does Sample Size Matter in Qualitative Research?: A Review of Qualitative Interviews in is Research. *Journal of Computer Information Systems*, 54(1), 11–22. <https://doi.org/10.1080/08874417.2013.11645667>
- Medallia. (2020, 11 februari). *Steekproefcalculator*. CheckMarket. Geraadpleegd op 13 december 2022, van <https://nl.checkmarket.com/steekproefcalculator/>
- Meulenberg-Brouwer, A. & Top, P. D. V. H.-. (2014). *Dialogo: een theoretisch en praktisch perspectief op de beroepsrollen van de logopedist* (2de editie). Boom Lemma.
- MIND. (2020, 24 juli). *Comorbiditeit*. Wij Zijn MIND. <https://wijzijnmind.nl/psychische-klachten/psychipedia/comorbiditeit>
- Molina-Azorin, J. F. (2016). Mixed methods research: An opportunity to improve our studies and our research skills. *European Journal of Management and Business Economics*, 25(2), 37–38. <https://doi.org/10.1016/j.redeen.2016.05.001>
- Movisie. (z.d.). 8 tips voor interdisciplinaire samenwerking in een wijkteam. Geraadpleegd op 28 september 2022, van <https://www.movisie.nl/artikel/8-tips-interdisciplinaire-samenwerking-wijkteam>
- Norrish, J. M., Williams, P., O'Connor, M., & Robinson, J. (2013). An applied framework for positive education. *International Journal of Wellbeing*, 3, 147–161. <https://doi.org/10.5502/ijw.v3i2.2>
- Onderzoekdoen. (2017, 1 juli). Open of gesloten vragen? Geraadpleegd op 8 december 2022, van <https://www.onderzoekdoen.nl/enquete-onderzoek/open-of-gesloten-vragen/>
- Onderzoekdoen. (2017, 1 juli). Waar voldoet een goede enquête vraag aan? (Met voorbeelden). Geraadpleegd op 8 december 2022, van <https://www.onderzoekdoen.nl/enquete-onderzoek/waar-voldoet-een-goede-enquete-vraag-aan/>
- Oostveen, C. V. J. (2021, 8 februari). *Onderzoek langs de meetlat: Onderzoekdesigns voor verpleegkundigen* (1st ed. 2021). Bohn Stafleu van Loghum.
- Pedrelli, P., Nyer, M., Yeung, A., Zulauf, C. & Wilens, T. (2014, 21 augustus). College Students: Mental Health Problems and Treatment Considerations. *Academic Psychiatry*, 39(5), 503–511. <https://doi.org/10.1007/s40596-014-0205-9>

- ProfessioneelZijn. (2018, 25 augustus). Een T-shaped professional, die is specialist én generalist binnen het team. professioneelzijn. <https://www.professioneelzijn.nl/index.php/artikelen/183-een-t-shaped-professional-die-is-specialist-en-generalist-binnen-het-team>
- Ramadianto, A. S., Kusumadewi, I., Agiananda, F. & Raharjanti, N. W. (2022, 7 februari). Symptoms of depression and anxiety in Indonesian medical students: association with coping strategy and resilience. BMC Psychiatry, 22(1). <https://doi.org/10.1186/s12888-022-03745-1>
- Ramón-Arbués, E., Gea-Caballero, V., Granada-López, J. M., Juárez-Vela, R., Pellicer-García, B. & Antón-Solanas, I. (2020, 24 september). The Prevalence of Depression, Anxiety and Stress and Their Associated Factors in College Students. International Journal of Environmental Research and Public Health, 17(19), 7001. <https://doi.org/10.3390/ijerph17197001>
- Ramón-Arbués, E., Gea-Caballero, V., Granada-López, J. M., Juárez-Vela, R., Pellicer-García, B. & Antón-Solanas, I. (2020, 24 september). The Prevalence of Depression, Anxiety and Stress and Their Associated Factors in College Students. International Journal of Environmental Research and Public Health, 17(19), 7001. <https://doi.org/10.3390/ijerph17197001>
- Rommelink, M. (2021, 23 september). “Wat is gezondheid?” Machteld Huber heeft een nieuw antwoord en wil de wereld er mee veranderen. MaatschapWij. Geraadpleegd op 16 september 2022, van https://maatschapwij.nu/videoportret/machteld-huber-positieve-gezondheid/?utm_term=positieve%20gezondheid&utm_campaign=NL+%7C+S+-+Artikelen+%7C+Zorg&utm_source=adwords&utm_medium=ppc&hsa_acc=2574284583&hsa_cam=1137276678&hsa_grp=67686751660&hsa_ad=346870807867&hsa_src=g&hsa_tgt=kwd-642198050134&hsa_kw=positieve%20gezondheid&hsa_mt=b&hsa_net=adwords&hsa_ver=3&gclid=Cj0KCQjwvZCZBhCiARIsAPXbajt9mTe5aQFcemHeqYvPtbtXtgdsqLUO2GbDLmatE ulvCn8WraCPSoaArUXEALw wcb
- Robert Wood Johnson Foundation. (z.d.). RWJF - Qualitative Research Guidelines Project | Triangulation | Triangulation. Geraadpleegd op 17 november 2022, van <http://www.qualres.org/HomeTria-3692.html>
- Rogers, E. (2003). *Diffusion of innovations* (5th edition). New Uork: The Free Press
- Schot, E., Tummers, L. & Noordegraaf, M. (2019, 22 juli). Working on working together. A systematic review on how healthcare professionals contribute to interprofessional collaboration. Journal of Interprofessional Care, 34(3), 332–342. <https://doi.org/10.1080/13561820.2019.1636007>
- Seppälä, E. M., Bradley, C., Moeller, J., Harouni, L., Nandamudi, D. & Brackett, M. A. (2020, 15 juli). Promoting Mental Health and Psychological Thriving in University Students: A Randomized Controlled Trial of Three Well-Being Interventions. Frontiers in Psychiatry, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.00590>
- Survio®. (z.d.). Survio® | Maak een vragenlijst | Gratis online vragenlijsten. Geraadpleegd op 16 november 2022, van <https://www.survio.com/nl/maak-een-vragenlijst>
- van der Veer, A., Madern, T., Maussen, E. & Lectoraat Schulden en Incasso, Hogeschool Utrecht. (2019). Studeren zonder financiële zorgen. In HBO Kennisbank. Geraadpleegd op 14 december 2022, van https://hbo-kennisbank.nl/details/sharekit_hu:oai:surfsharekit.nl:01bc30a5-e82a-4b40-b50f-3a8eed397d0e

Verberg, J. & Beneken-Kolmer, D. (2020). Studeren en kwaliteit van leven: De student aan het woord. In Google Scholar. Eburon. Geraadpleegd op 14 december 2022, van https://api.boekenbank.be/sample_content/9789/463/012/9789463012676.pdf

Waal, V. d. (2018). *Interprofessioneel werken en innoveren in teams*. Bussum: Coutinho.

World Health Professions Alliance. (z.d.). *Interprofessional Collaborative Practice | World Health Professions Alliance*. Geraadpleegd op 12 oktober 2022, van <https://www.whpa.org/activities/interprofessional-collaborative-practice>

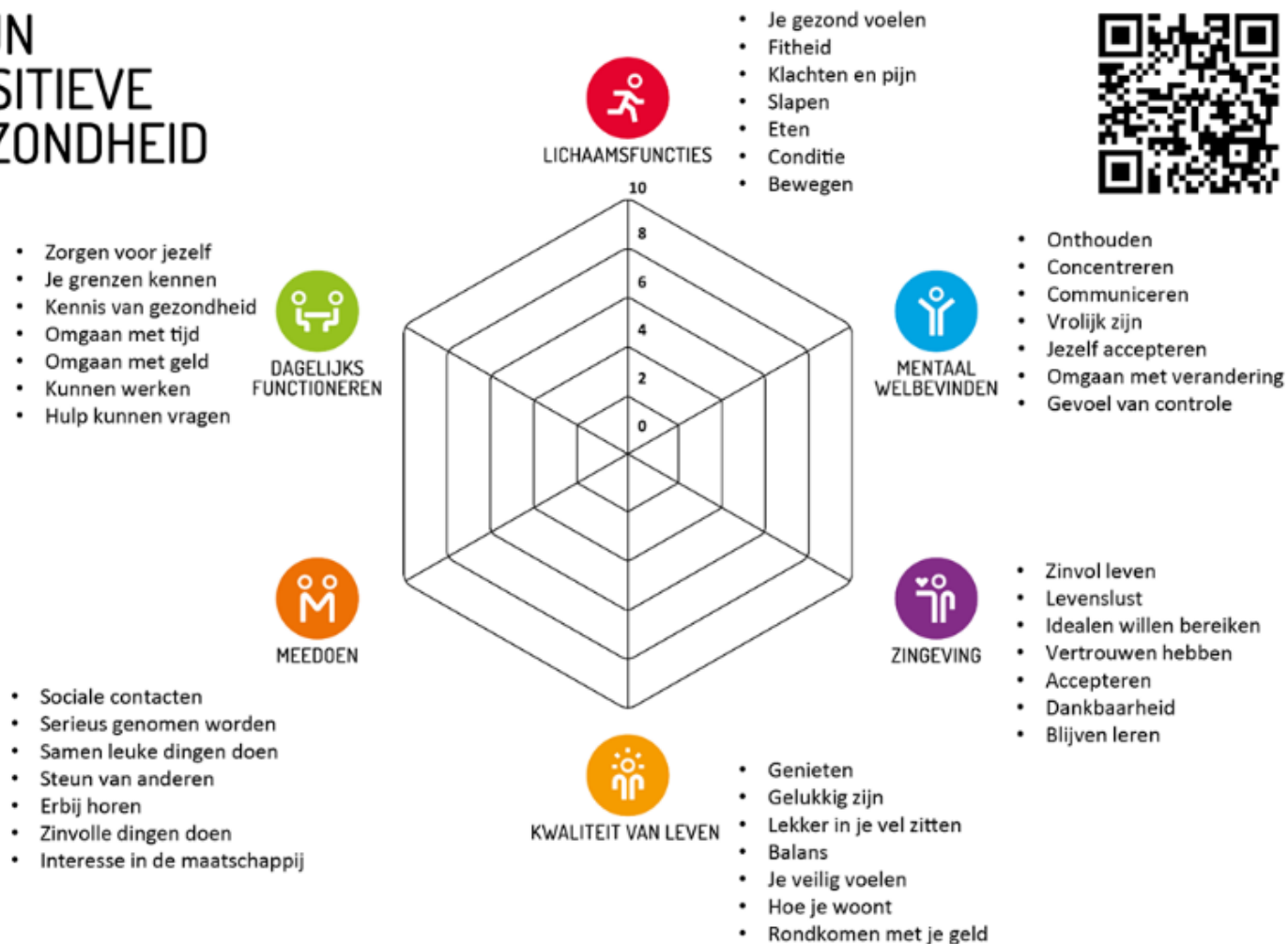
Zaalen, Y. van., Deckers, S., & Schuman, H. (2018). *Handboek interprofessioneel samenwerken in zorg en welzijn*. Bussum: Coutinho.

Zuyd Hogeschool. (2022, 9 juli). Homepage. <https://www.zuyd.nl/>

Zuyd. (2022b, september 23). In welke mood ben jij? Geraadpleegd op 16 september 2022, van <https://www.zuyd.nl/landingspaginas/student>

Zuyd. (z.d.). Ik heb hulp nodig. Geraadpleegd op 16 september 2022, van <https://www.zuyd.nl/landingspaginas/student/ik-heb-hulp-nodig>

Bijlage 1: Model Positieve Gezondheid

**MIJN
POSITIEVE
GEZONDHEID**


Bijlage 2: Enquête

Interprofessioneel afstudeeronderzoek

Beste student(e),

Het welbevinden van studenten wordt tijdens de studie op de proef gesteld. Binnen dit afstudeeronderzoek gaan wij, een interprofessionele afstudeergroep, inventariseren hoe het gaat met het welbevinden van de studenten op Zuyd Hogeschool. Hierbij zullen wij ons ook focussen op wat studenten nog missen binnen hun opleiding aan ondersteuning.

Het invullen duurt circa 5 minuten.

Wil je kans maken op een cadeaubon van 10,- van Bol.com, als dank voor het invullen van deze enquête? Vergeet dan niet om bij de laatste vraag je e-mailadres achter te laten.

Alvast bedankt!

Luna, Jody en Kelly

Voor dat we beginnen...

Vraag instructies: Ik geef toestemming voor het verzamelen, gebruiken en tijdelijk bewaren van mijn gegevens voor de beantwoording van de onderzoeksvraag in het onderzoek. Daarnaast ben ik ervan op de hoogte dat deze enquête volledig anoniem verwerkt zal worden.

☐ Ik ga akkoord ☐ Ik ga niet akkoord, ik sluit de enquête af

Welke opleiding volg je?

Vraag instructies: Kies één antwoord

☐ Fysiotherapie ☐ Ergotherapie ☐ Logopedie ☐ Verpleegkunde ☐ Vaktherapie ☐ Biometrie

In welk leerjaar van de opleiding zit je

Vraag instructies: Kies één antwoord

☐ Leerjaar 1 ☐ Leerjaar 2 ☐ Leerjaar 3 ☐ Leerjaar 4 ☐ Leerjaar 5
☐ Anders, namelijk...

Interprofessioneel afstudeeronderzoek

Wat is je geslacht?

Vraag instructies: *Kies één antwoord*

☐ Man
 ☐ Vrouw
 ☐ Non• binair
 ☐ Zeg ik liever niet

Binnen Zuyd Hogeschool worden er momenteel diverse ondersteuningsmogelijkheden aangeboden voor jou als student.

Hier volgen een aantal vragen over.

De ondersteuningsmogelijkheden van Zuyd zijn weergegeven in onderstaande tabel. Kruis aan in hoeverre je bekend bent met deze ondersteuningsmogelijkheden.

Vraag instructies: *Selecteer één antwoord in elke rij*

	Ik ken het niet	Ik weet er van af, maar heb het nooit gebruikt	Ik heb er gebruik van gemaakt
Studieloopbaan begeleider	☐	☐	☐
Zuyd LUISTER	☐	☐	☐
Zuyd FIT	☐	☐	☐
Decaan	☐	☐	☐
Studentpsycholoog	☐	☐	☐
Studentzaken	☐	☐	☐
Leefstijl coaching	☐	☐	☐
Vertrouwenspersoon	☐	☐	☐
Preventiecentrum	☐	☐	☐

Interprofessioneel afstudeeronderzoek

Indien je géén gebruik maakt van bovengenoemde ondersteuningsmogelijkheden, waarom is dit?

Vraag instructies: Selecteer één of meer antwoorden. Indien je wel gebruik maakt van de ondersteuningsmogelijkheden, ga dan door naar de volgende vraag.

- ☐ Ik wist niet dat het bestond.
 ☐ Ik schaam me om hulp te vragen.
 ☐ Ik weet niet goed hoe ik kan deelnemen.
 ☐ Het aanbod sluit niet aan bij mijn behoeften.
- ☐ Ik krijg elders al hulp aangeboden.
 ☐ Ik heb hier geen behoefte aan.
- ☐ Anders, namelijk...

Kijkend naar het huidige aanbod (studieloopbaan begeleider, Zuyd LUISTER, Zuyd FIT, decaan, studentpsycholoog, studentzaken, leefstijl coaching, vertrouwenspersoon en preventiecentrum)

Mis je dan nog ondersteuning? Indien 'ja', waar heb je behoefte aan?

De volgende vragen gaan over diverse onderdelen van jouw algemeen welbevinden. Deze zijn opgedeeld in verschillende categorieën. Ga per categorie voor jezelf na hoe jij de huidige ondersteuning vanuit Zuyd ervaart, en wat je hier eventueel in mist.

Op het gebied van lichaamsfuncties (je gezond voelen, fitheid, klachten en pijn, slapen, eten, conditie en bewegen) ervaar ik momenteel...

Vraag instructies: Kies één antwoord

- ☐ Voldoende ondersteuning vanuit Zuyd
 ☐ Gering aanbod, ik wens meer ondersteuning vanuit Zuyd
 ☐ Geen ondersteuning, dit zou wel wenselijk zijn
 ☐ Geen ondersteuning, ik heb hier geen behoefte aan

Indien je behoefte hebt aan meer ondersteuning, waar denk je dan aan?

Interprofessioneel afstudeeronderzoek

Op het gebied van mentaal welbevinden (onthouden, concentreren, communiceren, vrolijk zijn, je zelf accepteren, om gaan met verandering en gevoel van controle) ervaar ik momenteel...

Vraag instructies: *Kies één antwoord*

- ☐ Voldoende ondersteuning vanuit Zuyd ☐ Gering aanbod, ik wens meer ondersteuning vanuit Zuyd ☐ Geen ondersteuning, dit zou wel wenselijk zijn ☐ Geen ondersteuning, ik heb hier geen behoefte aan

Indien je behoefte hebt aan meer ondersteuning, waar denk je dan aan?

Op het gebied van zingeving (zinvol leven, levenslust, idealen willen bereiken, vertrouwen hebben, accepteren, dankbaarheid en blijven leren) ervaar ik momenteel...

Vraag instructies: *Kies één antwoord*

- ☐ Voldoende ondersteuning vanuit Zuyd ☐ Gering aanbod, ik wens meer ondersteuning vanuit Zuyd ☐ Geen ondersteuning, dit zou wel wenselijk zijn ☐ Geen ondersteuning, ik heb hier geen behoefte aan

Indien je behoefte hebt aan meer ondersteuning, waar denk je dan aan?

Op het gebied van kwaliteit van leven (genieten, gelukkig zijn, lekker in je vel zitten, balans, je veilig voelen, hoe je woont en rondkomen met je geld) ervaar ik momenteel...

Vraag instructies: *Kies één antwoord*

- ☐ Voldoende ondersteuning vanuit Zuyd ☐ Gering aanbod, ik wens meer ondersteuning vanuit Zuyd ☐ Geen ondersteuning, dit zou wel wenselijk zijn ☐ Geen ondersteuning, ik heb hier geen behoefte aan

Interprofessioneel afstudeeronderzoek

Indien je behoefte hebt aan meer ondersteuning, waar denk je dan aan?

Op het gebied van mee doen (sociale contacten, serieus genomen worden, samen leuke dingen doen, steun van andere, erbij horen, zinvolle dingen doen en interesse in de maatschappij) ervaar ik momenteel...

Vraag instructies: Kies één antwoord

- ☐ Voldoende ondersteuning vanuit Zuyd ☐ Gering aanbod, ik wens meer ondersteuning vanuit Zuyd ☐ Geen ondersteuning, dit zou wel wenselijk zijn ☐ Geen ondersteuning, ik heb hier geen behoefte aan

Indien je behoefte hebt aan meer ondersteuning, waar denk je dan aan?

Op het gebied dagelijks functioneren (zorgen voor jezelf, je grenzen kennen, kennis van gezondheid, omgaan met tijd, omgaan met geld, kunnen werken, hulp kunnen vragen) ervaar ik momenteel...

Vraag instructies: Kies één antwoord

- ☐ Voldoende ondersteuning vanuit Zuyd ☐ Gering aanbod, ik wens meer ondersteuning vanuit Zuyd ☐ Geen ondersteuning, dit zou wel wenselijk zijn ☐ Geen ondersteuning, ik heb hier geen behoefte aan

Indien je behoefte hebt aan meer ondersteuning, waar denk je dan aan?

Interprofessioneel afstudeeronderzoek

Mogen wij je email- adres ontvangen om **eventueel** later contact met je op te nemen? We zouden mogelijk enkele korte vragen ter verduidelijking of verdieping willen stellen naar aanleiding van jouw ingevulde antwoorden.

Uiteraard blijven jouw antwoorden en persoonlijke gegevens anoniem.

Deze zullen enkel gebruikt worden voor onderzoeksdoeleinden van onze scriptie.

Vul hieronder dan jouw e-mailadres in

Wil je kans maken op een **cadeaubon t.w.v. €10,-** van Bol.com, als dank voor het invullen van deze enquête? Vul dan je e-mailadres in, zodat we contact met je op kunnen nemen.

Het e-mailadres wordt enkel gebruikt om contact met je op te nemen als je wint.

Na de loting word je e-mailadres weer verwijderd.

Vul dan hieronder jouw e-mailadres in

Bedankt voor je deelname!

Bijlage 3: Poster enquête

Hey you!

HEB JE VIJF MINUTEN TIJD VOOR ONS?

Wij zijn Jody, Kelly en Luna. Momenteel zijn wij bezig met het schrijven van ons afstudeeronderzoek.

Wij hebben een enquête opgesteld over het welbevinden van studenten binnen de faculteit gezondheidszorg. Studeer jij aan één van onderstaande opleidingen binnen ZUYD Hogeschool? Dan zijn we op zoek naar jouw mening!

Verpleegkunde	Logopedie	Vaktherapie
Biometrie	Fysiotherapie	Ergotherapie

Vul uiterlijk **7 november 2022** de enquête in via de QR-code of onderstaande link en maak kans op een cadeaubon van bol.com.

<https://www.surveio.com/survey/d/A4W7N9D5C4C4Q1E6J>

Alvast bedankt!

**ZU
YD**

Bijlage 4: Informed consent



Betreft: onderzoek naar de ondersteuningsmogelijkheden voor studenten binnen Zuyd Hogeschool.

Ik ben ervan op de hoogte dat:

- Mijn deelname aan het onderzoek vrijwillig is en dat ik hier op ieder moment van kan afzien. Ik ben hierbij niet verplicht om een reden op te geven.
- De gegevens uit het interview volledig geanonimiseerd worden.
- De gegevens uit het interview uitsluitend gebruikt worden voor onderzoeksdoeleinden.

Ik verklaar dat:

(kruis aan)

- ☐ Ik geheel vrijwillig deelneem aan dit interview.
- ☐ Ik toestemming geef dat er een audio opname gemaakt wordt, welke vervolgens wordt getranscribeerd.
- ☐ De gegevens uit het interview verwerkt worden in het onderzoek, nadat deze geanonimiseerd zijn.

Naam: _____

Datum: _____

Handtekening: _____

Bijlage 5: Gebruikte formule betrouwbaarheid enquête

2.3.1 **Grootte van de steekproef**

De grootte van de steekproef wordt bepaald met behulp van de volgende formule:

$$n = \frac{Z^2 \cdot p \cdot q}{\text{marge}^2}$$

waarbij:

- n = steekproefgrootte
- Z = getal uit de Z-waardentabel corresponderend met een gekozen betrouwbaarheidspercentage
- $p = p_s$ en $q = q_s$ zijn de twee percentages die je wilt meten, bijvoorbeeld bezitters en niet-bezitters, die samen altijd 100% zijn. Je schat vooraf deze p , bijvoorbeeld het percentage bezitters. Als je dat niet kunt inschatten, neem dan voor de zekerheid $p = 50\%$; dat geeft een steekproefgrootte die altijd voldoende is, omdat de waarde van $p_s \times q_s$ dan het grootst is.
- De marge is de gewenste nauwkeurigheid uitgedrukt in een percen-

(Markus & Oudemans, 2007).

Bijlage 6: Topic-lijst

- Uitleg van interviews
 - Aanvulling op enquêtes, dimensies van Positieve Gezondheid, verduidelijking over wensen en behoeftes van studenten in kaart brengen.
 - Sommige vragen wellicht dubbel, willen de reden achter de antwoorden achterhalen.
- Informed consent tekenen
- Start opname
- Wat vind je van het huidige ondersteuningsaanbod binnen Zuyd? (*studieloopbaanbegeleider, Zuyd Luister, Zuyd Fit, decaan, studentpsycholoog, studentzaken, leefstijl coaching, vertrouwenspersoon, preventiecentrum*)
- Heb je wensen of behoeftes aan bepaalde ondersteuning op school, die er nu niet is?
- Wat zijn je behoeftes/ wensen aan ondersteuning op gebied van ... (dimensies doorlopen) ...
 - Waarom? / Hoe zie je dit voor je?

Lichaamsfuncties	Sporten (mogelijkheden, tijden, verschillend aanbod) Bekendheid (meer dan gezond eten, opdrachten, cursussen, lessen, integratie in onderwijs) Toegankelijkheid (gratis fruit, gezondheidscheck, voorlichting voeding, aandacht tijdens tentamenweek, structuur in rooster/lestijden, vertrouwenspersoon)
Mentaal welbevinden	Taboe verminderen Signaleren door PPO'er/ begeleider (verplichte gesprekken) Ondersteuning bij concentratie (training) Bekendheid (website, tips, filmpjes, huidige aanbod) Sociaal (praatgroepen) Belasting- belastbaarheid Verwachtingen van opleiding bekend maken
Zingeving	Sociaal (studeergroepen, contact met medestudenten) Cursussen (gratis voor studenten, yoga) Bekendheid (huidige ondersteuning, wie benaderen bij problemen) Inzetten op behoeftes van leerlingen (niet steeds ergste geval) Aanspreekpartners (bijzondere thema's/ planning)
Kwaliteit van leven	Bekendheid (indicaties onjuiste balans, foldertje) Financieel (goedkopere opties lunch, stagevergoeding, begeleiding) Hoorcolleges (over kwaliteit van leven) Sociaal (contact met medestudenten, veilig voelen)
Meedoen	Activiteiten (introductie, ontspanning, activiteitenmiddag, los van studentenvereniging) Sociaal (mensen leren kennen) Studiegroepen
Dagelijks functioneren	Financieel advies (studielening) Uitdaging in lessen

- Afronden en bedanken

Bijlage 7: Uitkomsten inventariserende gesprekken

PPO docent ergotherapie

Als PPO docent is het belangrijk om een goede band met een student op te bouwen. Dit ook omdat je de gehele opleiding aan de studenten verbonden bent. De rol van PPO'er is om een luisterend oor aan te bieden en te kijken naar passende oplossingen bij problemen. Hier valt bijvoorbeeld het vinden van een passende ondersteuningsmogelijkheid onder. Wat opvalt is dat studenten informatie graag gebracht krijgen, maar dat het niet duidelijk is of dit aan de generatie ligt of aan de onduidelijkheid over de mogelijkheden die worden aangeboden. Studenten gaan pas op zoek als er behoefte is aan hulp/ ondersteuning. Studenten maken gebruik van de ondersteuningsmogelijkheden op het moment dat de PPO'er deze heeft geadviseerd. Momenteel is 'ongewenst gedrag' een uitgelicht onderwerp in de maatschappij. Binnen Zuyd is er een vertrouwenspersoon aangesteld waar studenten met deze ervaringen terecht kunnen.

PPO docent fysiotherapie en logopedie

Als PPO docent vindt er ieder blok een gesprek met de student plaats. Hier gaat het over de studieloopbaan, professionele en persoonlijke ontwikkeling. Er wordt tijdens de gesprekken niet direct gewerkt met Positieve Gezondheid, maar de gesprekken zijn wel breed in onderwerpen. De student heeft in deze gesprekken de regie (persoonsgericht). Op momenten dat er problemen zijn heeft de PPO'er de rol om advies te geven over eventuele verwijzing naar de decaan of studentpsycholoog. Problemen die spelen bij studenten zijn eenzaamheid, huiselijk geweld en depressieve klachten. Bij de opleiding logopedie hebben studenten in het eerste jaar een buddy, waarbij studenten ook met persoonlijke- en/of studiegerichte vragen kunnen stellen. Wat er wordt gemist in het aanbod van ondersteuningsmogelijkheden is een interventie gericht op faalangst-training. Er wordt aangegeven dat het lastig is om een lijn te trekken waar je gaat adviseren naar studenten toe. Informatie die door de overige ondersteuningsmogelijkheden wordt gedeeld is goed toegankelijk, maar komt vaak pas last-minute om er ook daadwerkelijk iets mee te doen. Een oplossing zou kunnen zijn om een agenda te maken waarbij alle data weergegeven worden van aangeboden cursussen/ workshops voor docenten en studenten. Tevens is er behoefte aan voorlichtingen van Zuyd LUISTER of studentzaken richting de PPO'ers ten behoeve van kennis en herkenning.

Preventiecentrum

Het preventiecentrum biedt ondersteuning aan studenten en medewerkers. Dit om balans te krijgen of behouden. Bijvoorbeeld middels leefstijl coaching, waarbij ingegaan wordt op voeding, beweging, slaap, roken en ontspanning). Tevens wordt door het preventiecentrum Zuyd FIT (sportlessen en faciliteiten) en Zuyd LUISTER (luisterend oor door en voor studenten en diverse workshops) aangeboden onder studenten. Momenteel wordt er opgemerkt dat er te weinig bekendheid is over de faciliteiten die worden aangeboden, waardoor niet veel studenten deelnemen aan de ondersteuningsmogelijkheden. Hier heeft COVID-19 geen positieve bijdrage aan geleverd. Studenten op de hoogte brengen van het aanbod werkt niet, omdat studenten vaak overspoeld worden met gelijksoortige mails. Tevens heerst het vermoeden dat er ook kennis mist bij docenten en PPO'ers. Momenteel ligt de focus binnen het preventiecentrum op het opnieuw onder de aandacht brengen en optimaliseren van de bestaande ondersteuningsmogelijkheden. Vervolgens zal gekeken worden of deze uitgebreid kunnen worden naar de andere Zuyd locaties en of er een breder aanbod aangeboden kan worden. Wat vaststaat is dat het genormaliseerd moet worden om hulp te vragen en ergens op af te stappen.

Studentpsycholoog

De studentpsycholoog biedt ondersteuning en begeleiding aan studenten met psychische klachten.

Deze hoeven niet studie- gerelateerd te zijn. De begeleiding gebeurt middels individuele gesprekken, waarbij de duur gemiddeld 5 gesprekken betreft. De studentpsycholoog geeft aan goed op de hoogte te zijn van de ondersteuningsmogelijkheden, maar dat het zicht op verschillende diensten binnen Zuyd erg versnipperd is. Op sommige opleidingen is er geen PPO'er (meer), waar studenten een duidelijk aanspreekpunt missen. Er wordt aangegeven dat er gewerkt wordt binnen alle zes de dimensies van Positieve Gezondheid.

Decaan en tevens onderdeel van studentzaken

De rollen van studentzaken en de decaan zijn het bieden van hulp, steun en advies aan studenten tijdens de studie. Studentzaken zit meer in de richting van studiekeuze, in- uitschrijvingen en financiële vragen. De decaan besteed aandacht aan het welzijn en de gezondheid van studenten. Hier kun je terecht met bijzondere omstandigheden zoals ziektes of functiebeperkingen. Er is vanuit studentzaken een welzijnsmonitor opgesteld die studenten kunnen invullen. Afgelopen jaar is deze monitor uitgezet in de COVID-19 tijd, waardoor slechts 10 procent van de studenten deze heeft ingevuld. Met name het bereiken van de studenten om deze monitor in te vullen was een probleem. Het team achter deze monitor is druk bezig met ideeën om de volgende monitor beter onder de aandacht te brengen. De decaan geeft aan dat er veel ondersteuningsmogelijkheden zijn vanuit Zuyd, maar dat het lastig is om het aanbod actueel te houden. Dit omdat een gedeelte van de ondersteuning maar tijdelijk is wegens het aflopen van de NPO-financiering. Er wordt actief nagedacht over nieuwe ontwikkelingen en een passender aanbod. Zo wordt er nagedacht over hoe een aanbod op gebied van lichaamsbeweging in samenwerking met Vista College vormgegeven kan worden. Het zou fijn zijn als studenten meer betrokken zouden worden in het meedenken over de uitvoering van de behoeftes die ze hebben. Het meest optimaal zou zijn als hier een vast groepje voor is. Waarschijnlijk is het hierbij ook lastig om studenten te werven. De decaan zou graag zien dat er een algemeen, overzichtelijk beeld is van het aanbod Zuyd breed en dat er per opleiding een specifiek ondersteuningsaanbod komt gericht op de opleiding. Het algemeen aanbod zou onder de aandacht gebracht kunnen worden door ruimte te creëren tussen de tentamenweek en de start van het nieuwe blok. Momenteel is dit niet haalbaar, gezien de planning van de studies hierop aangepast dient te worden. Ten slotte geeft de decaan aan dat er een verschil te zien is in hulp wat studenten vragen. De drempel bij de meer zakelijke opleidingen ligt hoger dan bij zorgopleidingen. Volgens de decaan komt dit omdat hulp vragen bij de zorgopleidingen een actueler onderwerp is

Bijlage 8: Resultaten enquête

Interprofessioneel afstudeeronderzoek

09-11-2022 13:55:48

Interprofessioneel afstudeeronderzoek

Algemeen



Enquête naam

Interprofessioneel afstudeeronderzoek



Auteur



Taal



Nederlands



Enquête URL

<https://www.survio.com/survey/d/A4W7N9D5C4C4Q1E6l>

Eerste antwoord

13-10-2022

Laatste antwoord

03-11-2022



Duur

22 dagen

Interprofessioneel afstudeeronderzoek

Enquête bezoeken

257

Totaal
bezoeken

98

Afgewerkte
antwoorden

0

Onvolledige
antwoorden

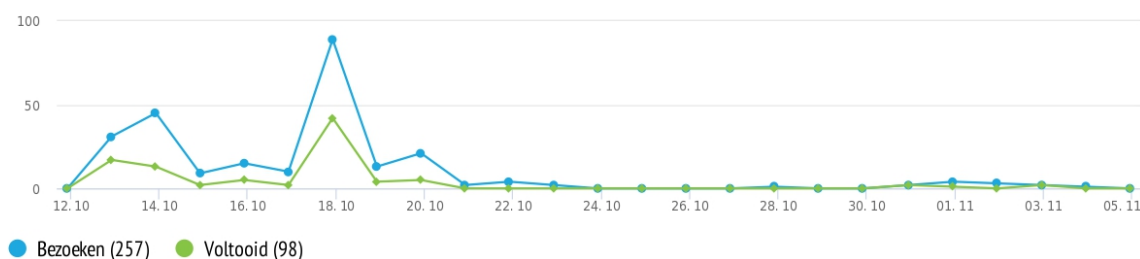
159

Slechts getoond

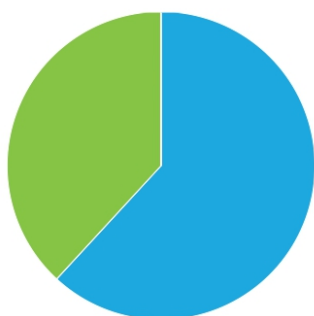
38,1%

Totale
succespercentage

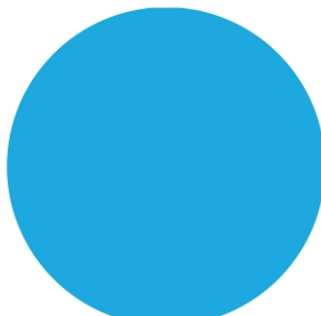
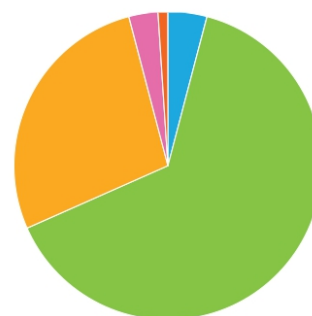
Bezoek Geschiedenis (13-10-2022 – 03-11-2022)



Totaal Bezoeken



Bezoek bronnen

Gemiddelde tijd voor
voltooiing

Interprofessioneel afstudeeronderzoek

- Slechts getoond (61,9 %)
- Voltooid (38,1 %)
- Onvolledig (0,0 %)
- Directe link (100,0 %)
- 1-2 min. (4,1 %)
- 2-5 min. (64,3 %)
- 5-10 min. (27,6 %)
- 10-30 min. (3,1 %)
- 30-60 min. (1,0 %)

Interprofessioneel afstudeeronderzoek

Filteren op



Verworpen antwoorden

3

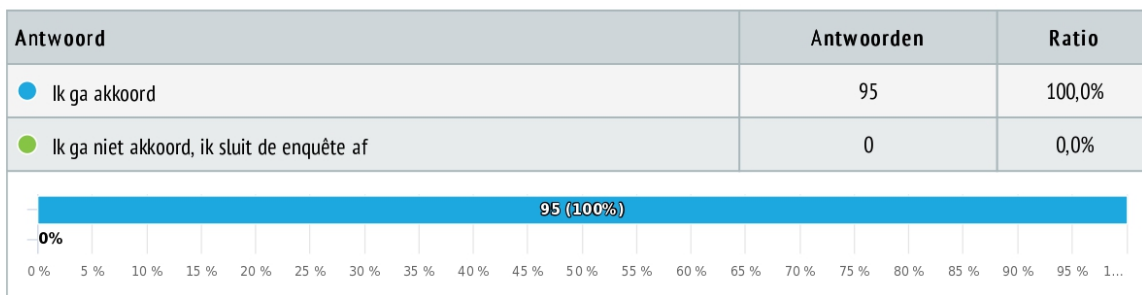
5

Interprofessioneel afstudeeronderzoek

Resultaten

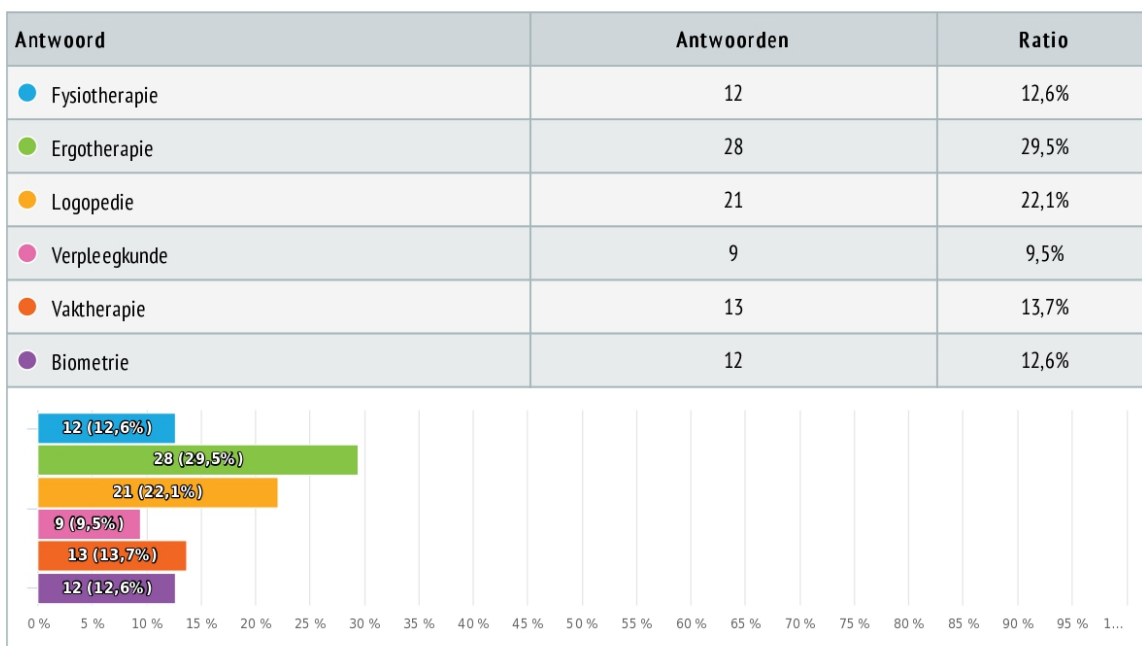
Voor dat we beginnen...

Enkele keuze , Antwoorden 95 x, onbeantwoord 0 x



Welke opleiding volg je?

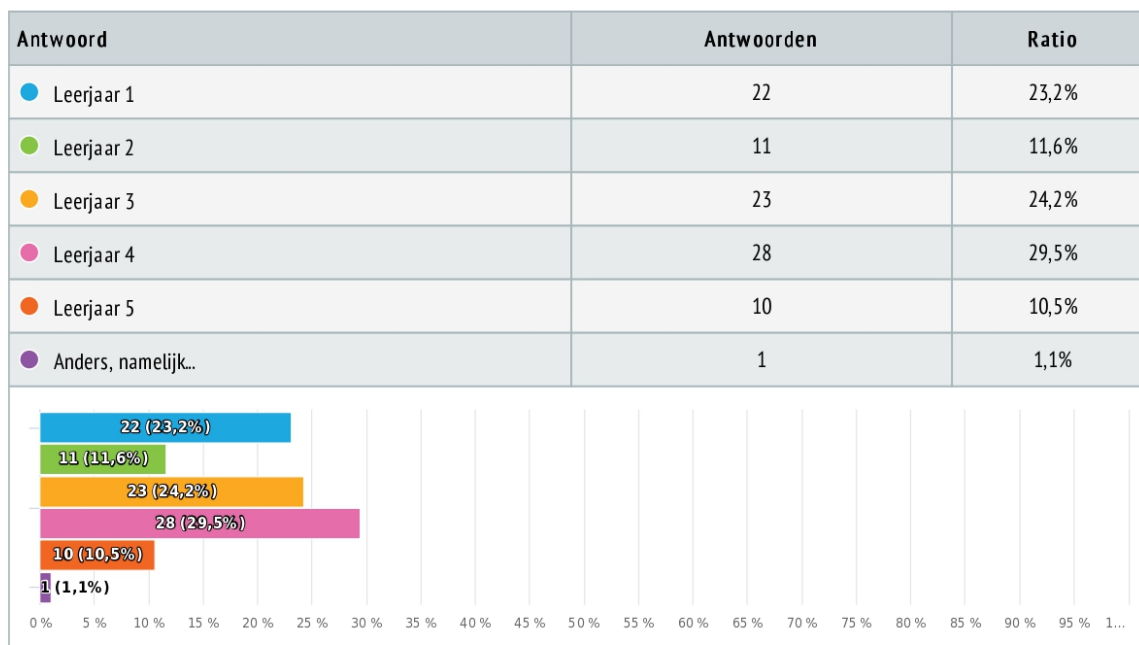
Enkele keuze , Antwoorden 95 x, onbeantwoord 0 x



Interprofessioneel afstudeeronderzoek

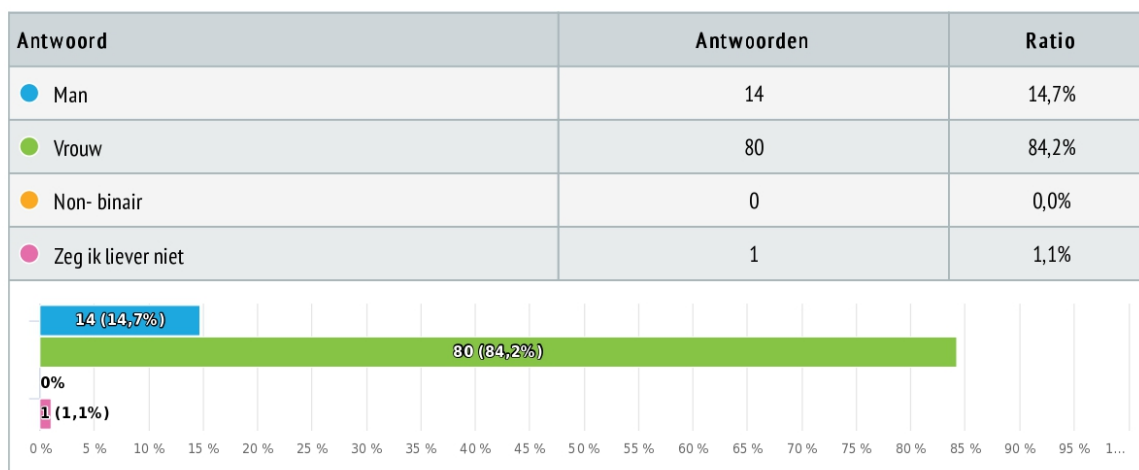
In welk leerjaar van de opleiding zit je

Enkele keuze , Antwoorden 95 x, onbeantwoord 0 x



Wat is je geslacht?

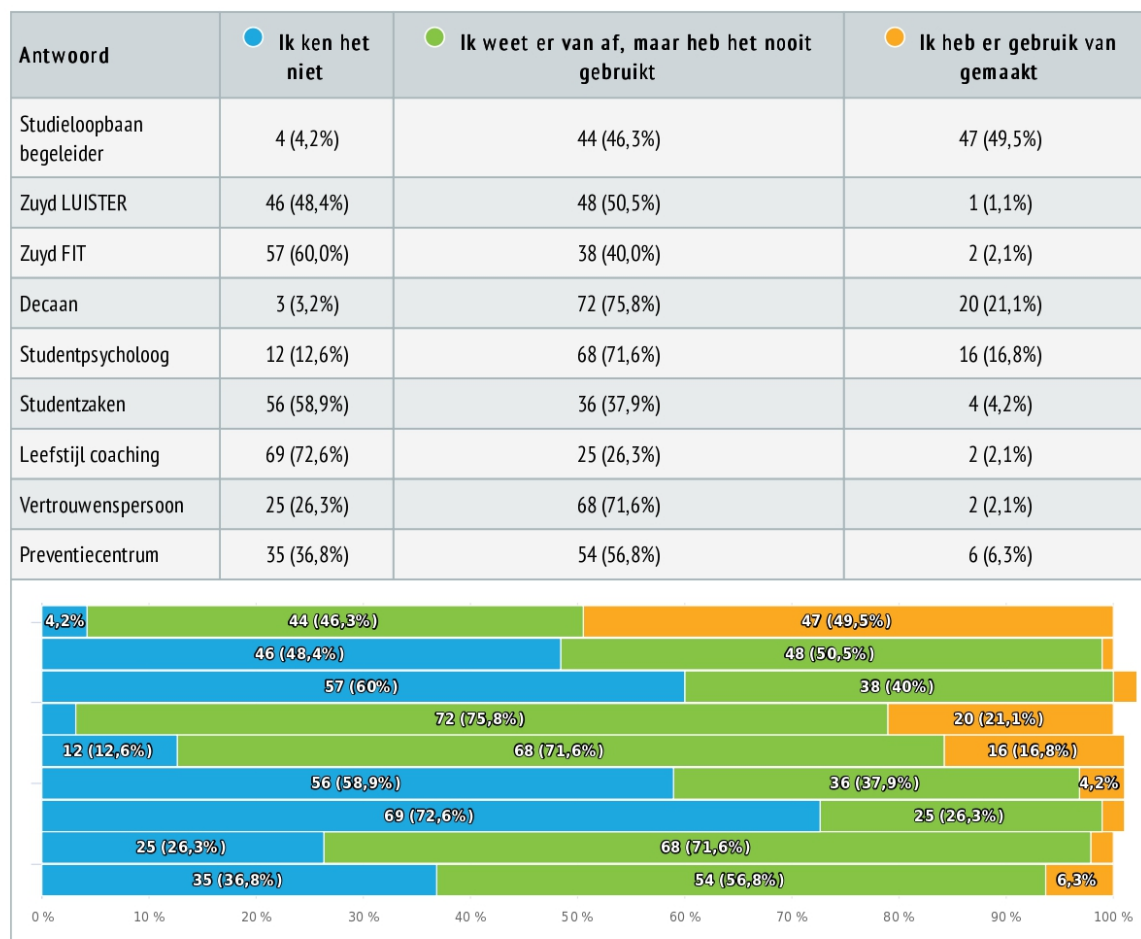
Enkele keuze , Antwoorden 95 x, onbeantwoord 0 x



Interprofessioneel afstudeeronderzoek

De ondersteuningsmogelijkheden van Zuyd zijn weergegeven in onderstaande tabel.
Kruis aan in hoeverre je bekend bent met deze ondersteuningsmogelijkheden.

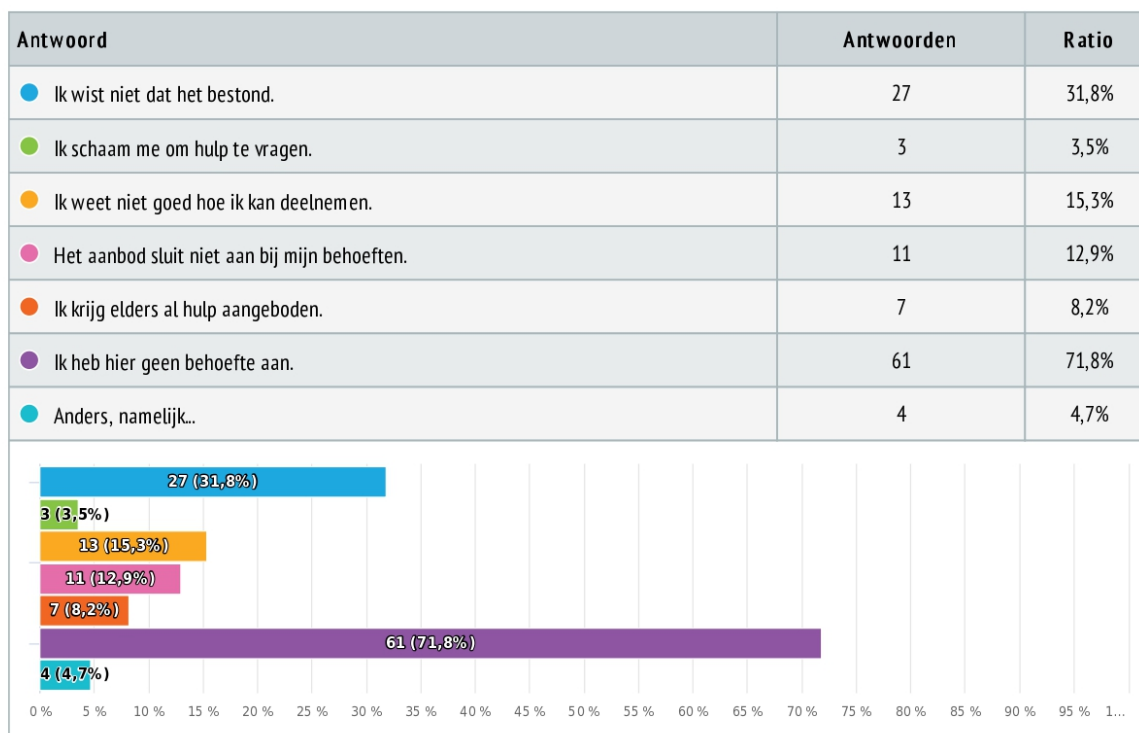
Matrix met meervoudige keuzes, Antwoorden 95 x, onbeantwoord 0 x



Interprofessioneel afstudeeronderzoek

Indien je géén gebruik maakt van bovengenoemde ondersteuningsmogelijkheden, waarom is dit?

Meerkeuze, Antwoorden 85 x, onbeantwoord 10 x



Mis je dan nog ondersteuning? Indien 'ja', waar heb je behoefte aan?

Tekstantwoord, Antwoorden 95 x, onbeantwoord 0 x

- /
- ?
- Faalangstraining. Zou er zijn, maar niemand weet er iets over, nooit meer iets van gehoord.
- Geen behoefte
- Ik ben tevreden met de ondersteuning die we krijgen.
- Ik mis eigenlijk niks
- Ik mis geen ondersteuning
- Ik mis geen ondersteuning.
- Ik mis op dit moment niks er is een ruim aanbod van verschillende zorgverleners.
- Ik zou als ik terug kijk behoefte hebben dat docenten in de introductie week al ons vertellen wat alles is bijvoorbeeld over de studenten psycholoog en hoe je daarmee in contact moet komen
- Ik zou graag meer willen weten over leefstijl coaching
- Ja, duidelijke uitleg waar te vinden en hoe aan te melden. Het zou beter benoemd kunnen worden in de opleiding zelf

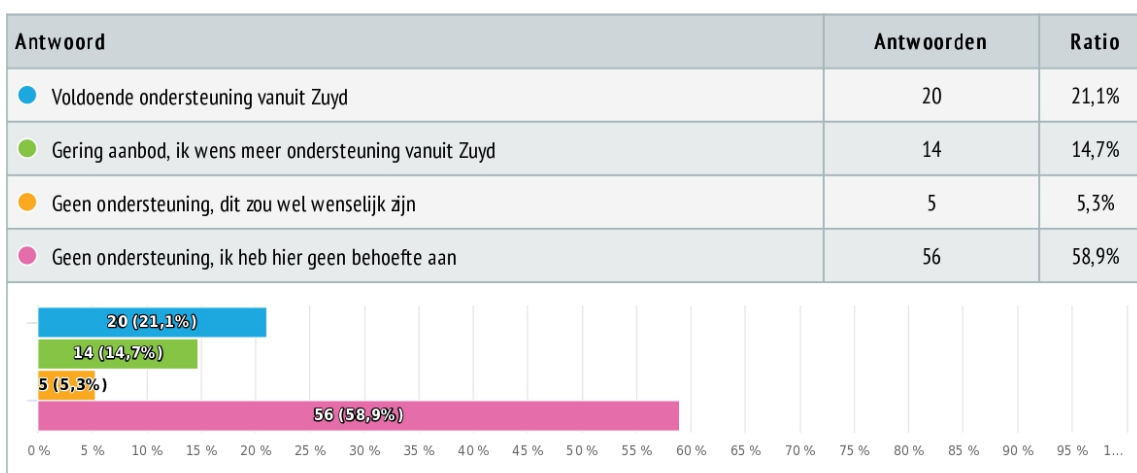
Interprofessioneel afstudeeronderzoek

- Ja, ik mis een plek met stilte. Er zijn wel stilte cabines maar geen echte rustruimte
- Ja, meer Dislextie ondersteuning. Want er zijn meer mogelijkheden zoals een luisterboek maar school kent deze niet en studenten wel
- Ja, misschien een folder of online iets wat het allemaal betekent
- Ja/nee, soms mis je hulp maar het zou goed zijn om op de hoogte te zijn van de hulpmiddelen zodat je deze kan raadplegen
- Ja, studeergroepen.
- laagdrempeligere opties
- Meer informatie over de stand van zaken omtrent stages
- Meer ondersteuning bij het toptraject
- Ne
- (4x) nee
- (56x) Nee
- Nee.
- Nee eigenlijk niet
- Nee. Ik vind het hier al super breed.
- Nee, ik zoek eigenlijk sneller hulp buiten school om.
- Nee, je kunt overal terecht. En als je het niet weet dan kan je het altijd aan je studieloopbaanleider vragen.
- neen
- Ne3
- Niet op dit moment
- Niet wat ik op dit moment kan bedenken
- niks
- Nope, het lijkt me genoeg opties
- Opzich denk ik dat er meer dan voldoende en verscheidene opties zijn. Het is eerder een kwestie om de bekendheid te verbreden. Verwerven in een van de opstartcolleges van ieder studiejaar (alle studies breed). Gewoon dat je ieder jaar er aan wordt herinnerd dat het bestaat.
- Samenkomen van studenten de laatste 2 jaar.
- Weet ik niet

Interprofessioneel afstudeeronderzoek

Op het gebied van lichaamsfuncties (je gezond voelen, fitheid, klachten en pijn, slapen, eten, conditie en bewegen) ervaar ik momenteel...

Enkele keuze , Antwoorden 95 x, onbeantwoord 0 x



Indien je behoefte hebt aan meer ondersteuning, waar denk je dan aan?

Tekstantwoord , Antwoorden 95 x, onbeantwoord 0 x

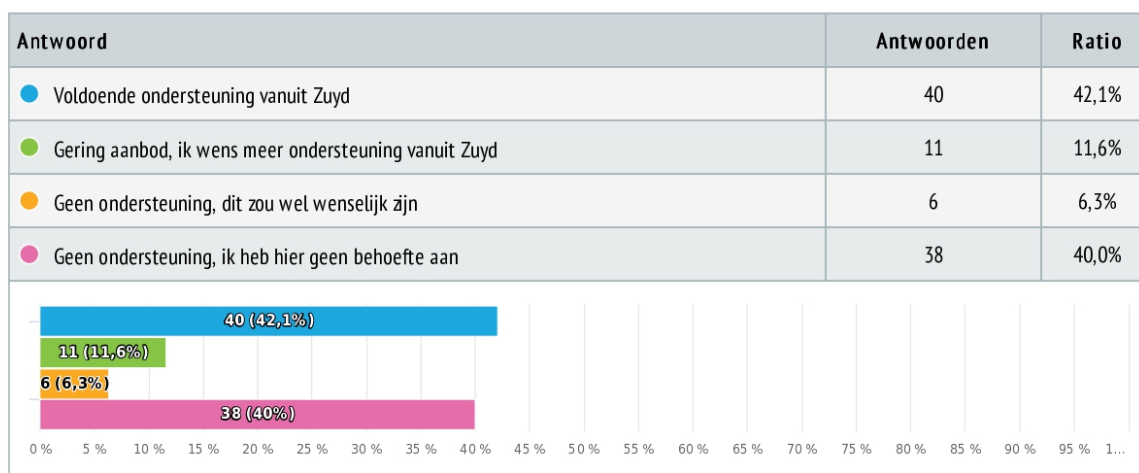
- (49x)
- (3x) -
- (2x) .
- (4x) /
- ?
- Dat weet ik zo niet
- Een persoon/lessen die helpen bij het gemotiveerd blijven om dat te kunnen volhouden na de ondersteuning.
- Een plaats om te sporten, af en toe gratis fruit
- Ergens laten weten waar je hulp kan vinden ofzo, want het gezond eten is in de kantine maar voor de rest wist ik niet dat dat er ook was
- Geen
- (2x) Geen behoefte
- Geen behoefte
- Ik heb geen behoefte aan ondersteuning
- Informatie bijeenkomsten
- Integratie in de onderwijsgroepen; opdrachten/cursussen/lessen hierover geven zodat we dit ook kunnen uitdragen in onze professie
- Leefstijl.
- Meer aanbod voor verschillende sportsoorten
- Meer handvaten vanuit Zuyd. Hoe kunnen we dit het beste aanpakken en waar moeten we goed op letten wanneer dit gebeurt.
- Meer interactie
- Meer onder de aandacht brengen

Interprofessioneel afstudeeronderzoek

- Meer structureel rooster, qua lestijden. Ik merk dat de wisselende / late lestijden erg veel met de structuur in mijn dag/ slaapritme/ gemoedstoestand enzovoort.
- Ne
- nee
- (4x) Nee
- Niets
- Nijs
- (2x) N.v.t.
- Nvt
- Omgaan met stress en persoonlijke veranderingen die veel energie kosten en emotioneel zwaar belastend
- reguliere gezondheidscheck, en meer aandacht tijdens tentamens voor lichamelijke en mentale welzijn
- Ruimte/stilte
- School lukt niet goed, hoe zorgen we ervoor dat dit wel lukt of welke prioriteiten zijn belangrijk
- Tips mogelijkheden voor sport
- Vetrouwingspersoon, verpleegkundige, psycholoog.
- Voor studenten waar het van toepassing zou zijn misschien niet alleen iets qua beweging, maar ook qua voeding en voorlichting
- Website/ pagina met tips. Fitness mogelijk op alle/meer tijden

Op het gebied van mentaal welbevinden (onthouden, concentreren, communiceren, vrolijk zijn, je zelf accepteren, omgaan met verandering en gevoel van controle) ervaar ik momenteel...

Enkele keuze, Antwoorden 95 x, onbeantwoord 0 x



Indien je behoefte hebt aan meer ondersteuning, waar denk je dan aan?

Tekstantwoord, Antwoorden 95 x, onbeantwoord 0 x

- (55x)
- (6x) -

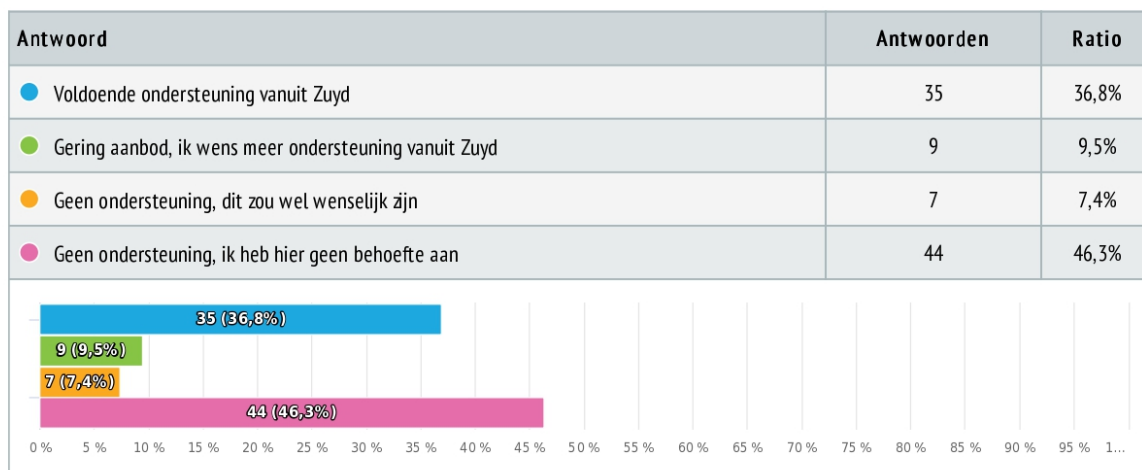
Interprofessioneel afstudeeronderzoek

- (3x) .
- (4x) /
- Betere communicatie en hulp bij concentratie
- Eigenlijk ook dat het niet zo een taboe is om over mentaal welbevinden te praten. Het is een grote stap om het daar met iemand over te hebben
- Geen behoefte
- Het is moeilijk zelf de eerste stap te zetten, verplichte gesprekjes met iemand? 1 keer in t kwartaal?
- Ik heb een studentpsycholoog waar ik terecht kan, dus voor mij is dit voldoende.
- Ik heb geen behoefte aan ondersteuning
- laagdrempilger aanbod
- Meer ruimte om rustig docentonafhankelijk te werken
- (4x) Nee
- Niets
- (2x) Niks
- N.v.t.
- (3x) Nvt
- Omgaan persoonlijke groei
- Ook hier meer handvaten over hoe we dit beter kunnen aanpakken en waar we het beste op kunnen letten. Misschien cursussen of praatgroepen waarvoor je kunt aanmelden
- Psycholoog en decaan
- Psycholoog, meditatie
- Tips om balans te houden in werk/leren en vrije tijd. Geen idee wat mogelijkheden zijn voor zaken als concentreren. Meer duidelijkheid scheppen in verwachtingen richting stage en eindportfolio
- Training in concentratie en geheugen t.a.v. schoolprestaties.
- Vanwege een angststoornis en adhd is er altijd schaamte geweest en een executieve drempel om hulp te vragen. Misschien kunnen ppo's ook meer/beter gaan signaleren een doorverwijzen?
- Website/ pagina met tips. Webinar of filmpje met uitleg

Interprofessioneel afstudeeronderzoek

Op het gebied van zingeving (zinnig leven, levenslust, idealen willen bereiken, vertrouwen hebben, accepteren, dankbaarheid en blijven leren) ervaar ik momenteel...

Enkele keuze, Antwoorden 95 x, onbeantwoord 0 x



Indien je behoefte hebt aan meer ondersteuning, waar denk je dan aan?

Tekstantwoord, Antwoorden 95 x, onbeantwoord 0 x

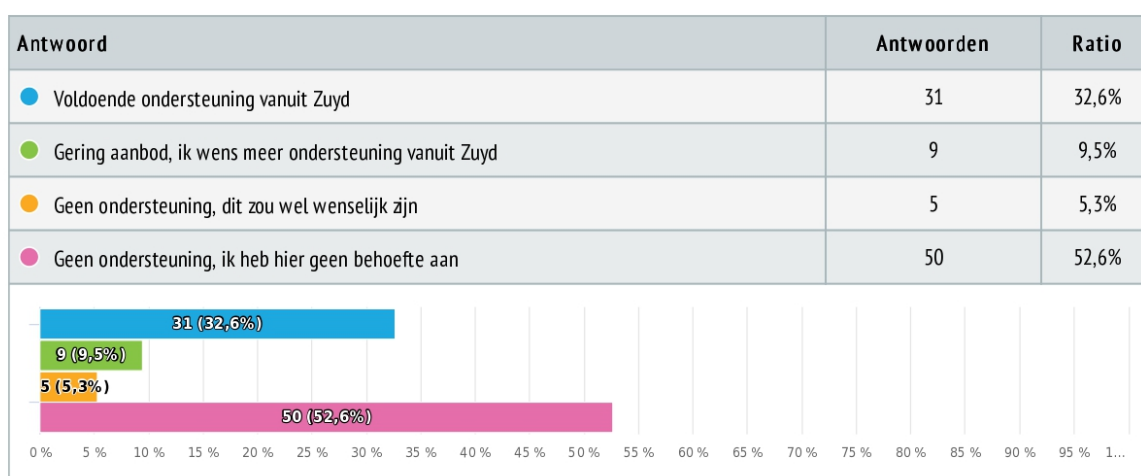
- (60x)
- (5x) -
- (4x) .
- (3x) /
- ?
- Cursussen mogen wel gratis zijn voor studenten
- Decaan slber psycholoog
- Geen aanvullingen.
- Geen behoefte
- Ik heb hier geen behoefte aan en ik weet ook niet of ik dit persé iets voor een school vind.
- Mee contact mogelijkheden met medestudenten
- Meer aandacht voor Yoga
- Meer aanspreekpartner voor bijzondere themas
- meer positiviteit en hoe dit toe te passen
- (3x) Nee
- Niets
- Niks
- N.v.t.
- (2x) Nvt
- Nvt

Interprofessioneel afstudeeronderzoek

- Ook dat er meer bewustzijn voor zou zijn. Ik heb hier tot nu toe nog niks over meegekregen.
- Soms mogen ze meer inzetten op de behoeften van de leerling. Of ook andere beelden geven hoe het in de realiteit ook kan zijn. Dus niet steeds het ergste geval laten zien
- studeergroepen, duidelijke communicatie over planning
- zuyd zelf staat erg ver weg, moeilijk te bereiken als er problemen zijn

Op het gebied van kwaliteit van leven (genieten, gelukkig zijn, lekker in je vel zitten, balans, je veilig voelen, hoe je woont en rondkomen met je geld) ervaar ik momenteel...

Enkele keuze , Antwoorden 95 x, onbeantwoord 0 x



Indien je behoefte hebt aan meer ondersteuning, waar denk je dan aan?

Tekstantwoord , Antwoorden 95 x, onbeantwoord 0 x

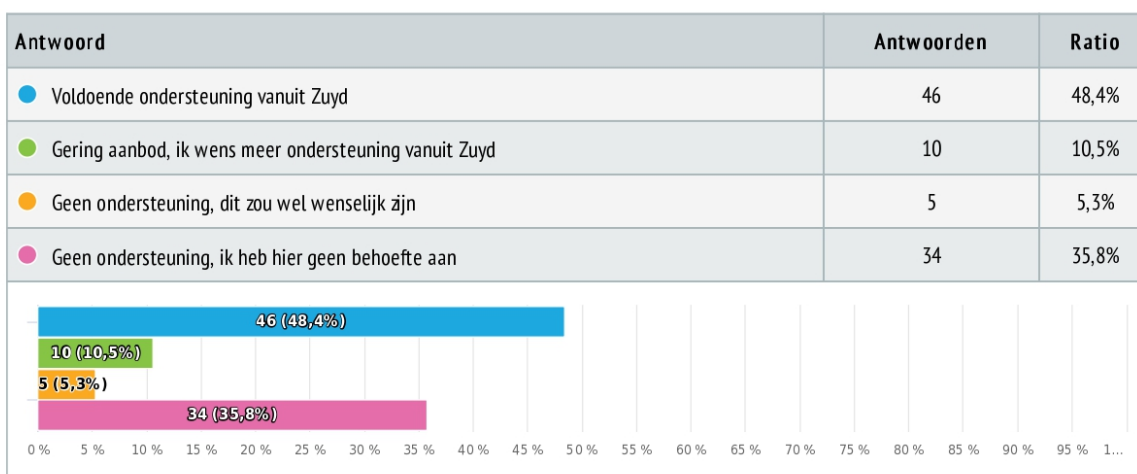
- (55x)
-
- (4x) -
- (3x) .
- (4x) /
- ?
- Balans. Wat zijn indicaties dat je balans niet juist staat afgesteld. Hoe kun je dat mogelijk terugkrijgen, lukt het niet waar kun je dan terecht
- Geen
- Geen behoefte
- goedkopere opties voor bijvoorbeeld lunch
- Het module is momenteel heel vol, waardoor ik me soms een beetje uitgeput voel → alleen een ziektebeeld in het module
- Hoorcolleges die daar ook aandacht aan besteden
- Ik heb gehoord over de projecten van zuyd, maar geen gebruik van gemaakt.
- Ik heb hier geen behoefte aan

Interprofessioneel afstudeeronderzoek

- Ik heb hier niet echt behoefte aan, maar ik heb hier ook niet veel van voorbij zien komen op Zuyd.
- Kan ik zo 1, 2, 3 niet benoemen
- Meer aandacht aan de studenten die alle lasten zelf moeten betalen. Tijdens stage is er bijvoorbeeld geen vergoeding
- Meer begeleiding zoals studietoelage, enrgietoelage etc.
- Meer contact met medestudenten
- Misschien tips in geldzaken
- Ne
- (4x) Nee
- Niets
- Niks
- N.v.t.
- (3x) Nvt
- Tips online zetten om je te helpen om iets online of in een foldertje zetten hiervan
- Welke mogelijkheden zijn en waarvoor kun je geld terug vragen van de belasting en rendeert zich dit ook als student zijnde

Op het gebied van mee doen (sociale contacten, serieus genomen worden, samen leuke dingen doen, steun van andere, erbij horen, zinvolle dingen doen en interesse in de maatschappij) ervaar ik momenteel...

Enkele keuze , Antwoorden 95 x, onbeantwoord 0 x



Indien je behoefte hebt aan meer ondersteuning, waar denk je dan aan?

Tekstantwoord , Antwoorden 95 x, onbeantwoord 0 x

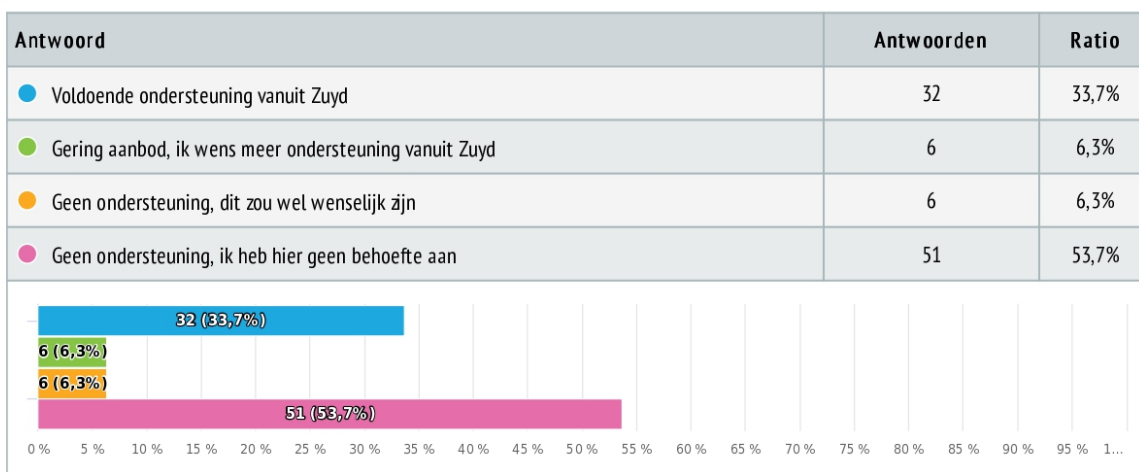
- (57x)
- (4x) -
- (4x) .
- (4x) /

Interprofessioneel afstudeeronderzoek

- ?
- Er mag wel wat meer georganiseerd worden vanuit school op het gebied van introducties, feesten, etc
- Er worden voldoende activiteiten georganiseerd
- Eventuele uitjes, niet perse educatief gericht. Maar meer om nieuwe mensen te leren kennen, sociale activiteiten
- Geen
- Geen behoefte
- Ik heb hier geen behoefte aan
- Leuke activiteiten die ook haalbaar zijn binnen het rooster
- Meer activiteiten plannen voor samen te doen
- Meer activiteiten schoolbreed
- Meer contact met medestudenten
- Meer gezellige dagen organiseren zoals een feestje of activiteiten middag om te ontspannen
- Meer leuke activiteiten
- Ne
- (4x) Nee
- Niets
- Niks
- N.v.t.
- (3x) Nvt
- studiegroepen waarin je je bezig houdt met actuele ontwikkelingen
- vaker activiteiten die niet vast zitten aan studentenvereniging

Op het gebied dagelijks functioneren (zorgen voor jezelf, je grenzen kennen, kennis van gezondheid, omgaan met tijd, omgaan met geld, kunnen werken, hulp kunnen vragen) ervaar ik momenteel...

Enkele keuze , Antwoorden 95 x, onbeantwoord 0 x



Interprofessioneel afstudeeronderzoek

Indien je behoefte hebt aan meer ondersteuning, waar denk je dan aan?

Tekstantwoord, Antwoorden 95 x, onbeantwoord 0 x

- ☐ (64x)
- ☐ (5x) -
- ☐ (4x) .
- ☐ (3x) /
- ☐ ?
- ☐ Bewustzijn er oor
- ☐ Financieel advies rondom studielening
- ☐ gaat vooral over toetsen, maak ons ook nieuwsgierig om te blijven leren en zorg dat we niet verantwoordelijk zijn voor het zorgen dat we kunnen leren omdat er geen docenten zijn of wel maar die het niet weten
- ☐ Geen
- ☐ Geen behoefte
- ☐ Ik heb hier geen behoefte aan
- ☐ Meer aandacht tijdens de lesmethodieken en uitdaging blijven aanbieden
- ☐ Meer aanspreekpartner voor speciale thema's, in plaats van maar een aanspreekpartner
- ☐ meer informatie over deze onderwerpen wat naar voren komt in de lessen
- ☐ (4x) Nee
- ☐ Niets
- ☐ Niks
- ☐ N.v.t.
- ☐ Nvt