

De geestelijke gezondheid van studenten tijdens de COVID-19 pandemie III

De derde meting uit het
Caring Universities consortium

SAMENVATTING

Caring Universities (CU) heeft in november 2021 een online vragenlijst verstuurd naar 155.723 studenten van vijf universiteiten (de Vrije Universiteit Amsterdam, de Universiteit Leiden, de Universiteit Utrecht, de Universiteit Maastricht en de Erasmus Universiteit Rotterdam) om hen te vragen naar psychische problemen. Ook hebben we hen gevraagd hoe ze de COVID-19 pandemie ervaren en hoe ze omgaan met de consequenties daarvan. Inmiddels zijn 11.246 (7.2%) antwoorden binnen en kunnen we aan de hand van enkele tabellen een indicatie geven van de respons en de ervaren klachten op de volgende gebieden: stemming, angst en stress. Deze resultaten vergelijken we met gegevens uit de survey van januari 2021 (bij een andere groep studenten). De resultaten laten zien dat de COVID-19 pandemie en de genomen maatregelen nog steeds een impact hebben op de studenten die de survey hebben ingevuld. Zo verwacht 29% van de respondenten studievertraging op te lopen. 66% geeft aan zich somber te voelen, en 25% vindt het eng om zich in de buurt van anderen te bevinden. Het percentage studenten dat actief blijft tijdens de pandemie is met 66% hoger dan tijdens de vorige CU meting in januari toen het 51% betrof. Het percentage studenten met matig tot ernstige depressieve klachten is 2.6% lager dan tijdens de tweede golf van COVID-19 (januari 2021) en matig tot ernstige angstklachten zijn 1.5% hoger. Een beperking van dit onderzoek is het lage percentage studenten dat heeft gereageerd. Ook betreft het een meting gebaseerd op zelfrapportage. De conclusies moeten daarom voorzichtig geïnterpreteerd worden.

Sascha Struijs, Ph.D., coördinator Caring Universities
s.y.struijs@vu.nl



Colofon

Datum: 30-03-2022

Leden van de stuurgroep

Angela van der Lans, programma manager
studentenwelzijn, Universiteit Leiden

Jerre Mijnaerends & Arthur van Andel,
studentenpsycholoog, Universiteit Utrecht

Véronique Vancauwenbergh & Frederike Vrancken,
studentenpsycholoog, Universiteit Maastricht
(vertegenwoordigen samen 1 stem)

Frieda Schaufeli, student wellbeing officer, Vrije
Universiteit Amsterdam

Jelmer Muis, projectleider studentenwelzijn,
Erasmus Universiteit Rotterdam

Carline van Breugel, projectleider NPO,
Hogeschool Inholland

Leden van de wetenschapscommissie

Philip Spinhoven, Ph.D., hoogleraar klinische
psychologie, Universiteit Leiden

Elske Salemink, Ph.D., universitair hoofddocent
klinische psychologie, Universiteit Utrecht

Petra Hurks, Ph.D., hoogleraar psychodiagnostiek,
Universiteit Maastricht

Pim Cuijpers, Ph.D., hoogleraar klinische psychologie,
Vrije Universiteit Amsterdam

Marilisa Boffo, Ph.D. & Danielle Remmerswaal, Ph.D.,
universitair docent klinische psychologie, Erasmus
Universiteit Rotterdam (vertegenwoordigen samen 1
stem)

Sanne van Herpen, Ph.D., senior onderzoeker lectoraat
studiesucces, Hogeschool Inholland

Inleiding

Psychische problemen zoals somberheid, angst en stress komen wereldwijd voor bij gemiddeld één op de drie studenten¹. Daarnaast kunnen studenten kampen met psychosociale problemen zoals procrastinatie (het vermijden van taken die gedaan moeten worden), perfectionisme, faalangst, gebrek aan zelfvertrouwen en excessieve verlegenheid. Dergelijke problemen kunnen gedeeltelijk verklaard worden vanuit de levensfase die 'ontluikende volwassenheid'² wordt genoemd. In deze levensfase wordt van de jongvolwassene het uitvoeren van een aantal ontwikkelingstaken verwacht, zoals losmaking van ouders, aangaan van relaties, vorming van identiteit etc. Deze levensfase kan turbulent zijn omdat de ontwikkelingstaken veel vragen van een jongvolwassene. Uit wetenschappelijk onderzoek is bekend dat psychische en psychosociale problemen binnen een studiecontext kunnen leiden tot studievertraging en uitval, en dat ze op de lange termijn een negatief effect kunnen hebben op de persoonlijke ontwikkeling van studenten³⁻⁵. Psychische en psychosociale problemen bij studenten zijn de laatste tijd veelvuldig in het nieuws en zowel universiteiten als hogescholen blijven werken aan initiatieven om studenten te ondersteunen waar dit nodig is.

In het Caring Universities project werken de Vrije Universiteit Amsterdam, de Universiteit Leiden, de Universiteit Utrecht, de Universiteit Maastricht, de Erasmus Universiteit Rotterdam, InHolland en de Universiteit van Amsterdam samen om deze psychische en psychosociale problemen van studenten in kaart te brengen, waar mogelijk te voorkomen en hulpverlening voor deze doelgroep te verbeteren. Naast een vragenlijst (survey) om de problemen in kaart te brengen, zetten we ook een online infrastructuur op om preventieve en vroegtijdige laag intensieve hulp aan te bieden aan studenten. Uit onderzoek³ blijkt dat studenten met psychische klachten niet altijd tijdig passende zorg vragen en ontvangen. Er bestaan verschillende barrières om hulp te zoeken in deze groep, waaronder een voorkeur om problemen zelfstandig aan te pakken⁶. Juist deze groep zou baat kunnen hebben bij laagdrempelige eHealth interventies. We doen dit alles op een wetenschappelijk onderbouwde manier in samenwerking met de The WHO World Mental Health International College Student (WMH-ICS) Initiative⁷.

De survey

De vragenlijst is ontworpen om de psychische en psychosociale problemen bij studenten op een gestructureerde en wetenschappelijk verantwoorde manier in kaart te brengen. De procedure daarbij is als volgt: alle studenten op de deelnemende universiteiten ontvangen via hun studentenmail een link naar een online vragenlijst waarmee de belangrijkste psychische en psychosociale problemen gemeten worden (waaronder somberheid, angst, alcoholproblemen). Het gaat hier niet over diagnoses van psychische stoornissen zoals een depressieve stoornis, maar over symptomen die hiermee gepaard kunnen gaan zoals een sombere stemming en verlies van interesse, maar ook andere relevante kenmerken. Met de resultaten van de survey kunnen alle deelnemende universiteiten aanwijzingen krijgen over de status van de mentale gezondheid van de studenten van de betreffende instelling. Sinds de COVID-19 pandemie zijn er vragen over de impact die de pandemie heeft op de studievoortgang, de geestelijke gezondheid en het gedrag van studenten aan de survey toegevoegd. Ook worden de belangrijkste zorgen van studenten over de pandemie geïnterviewd. Het invullen van de vragenlijst duurt ongeveer 25 minuten.

De survey is in de periode maart 2018 – september 2019 ingevuld door 2.507 studenten van de Vrije Universiteit en de Universiteit van Amsterdam. In juni 2020 hebben we een eerste meting in het Carin Universities consortium verricht, waar ruim 8 duizend studenten aan hebben meegedaan. Op 6 november 2020 hebben we de resultaten van deze meting gepubliceerd op onze website⁸. In januari 2021 hebben we deze meting herhaald onder ruim 11 duizend studenten. De resultaten van deze onderzoeken geven aan dat mentale klachten veel voorkomen bij studenten in Nederland wat tijdens de lockdown van januari 2021 erger is geworden. Het huidige rapport gaat over de resultaten van de *derde* CU meting, verricht vanaf november 2021.

Resultaten

De survey is in november 2021 verstuurd naar 155.723 studenten die nog geen eerdere CU survey hebben ingevuld, zie voor details tabel 1. Deze studenten zijn benaderd door de Vrije Universiteit (n = 40.173), de Universiteit Leiden (n = 30.636), de Universiteit Utrecht (n = 33.346), de Universiteit Maastricht (n = 19.988) en de Erasmus Universiteit Rotterdam (n = 31.580). Van deze studenten hebben 11.146 (7.2%) toestemming gegeven om deel te nemen aan het onderzoek en de vragenlijst van het begin tot einde ingevuld: de Vrije Universiteit (n = 2.113; 5.3%), de Universiteit Leiden (n = 2.390, 7.8%), de Universiteit Utrecht (n = 2.882; 8.6%) en, Universiteit Maastricht (n = 1.987; 9.9%) en de Erasmus Universiteit Rotterdam (n = 1.774; 5.6%).

De studenten waren gemiddeld 22 jaar oud, voornamelijk vrouw (69%) en van Nederlandse afkomst (67%), zie ook tabel 2. In totaal 2.755 studenten (24.8%) rapporteren een diagnose van COVID-19 te hebben ontvangen (gebaseerd op symptomen of een laboratorium test), dit ligt fors hoger dan het percentage studenten met een COVID-19 diagnose in januari 2021 (8%). Zie voor meer details tabel 2.

Weinig studenten geven aan een slechte lichamelijke gezondheid te ervaren (2.2%), terwijl meer studenten een slechte mentale gezondheid ervaren (12.5%). Gevoelens van eenzaamheid worden vaak gerapporteerd (29.4%) en voor veel studenten zijn deze gevoelens ernstig van aard (25.1%). Studenten zonder hulp die dat gevoelsmatig wel nodig hebben (51.7%), willen hun problemen met name zelf oplossen (60.4%), weten niet waar ze hulp moeten zoeken (45.6%) of vinden hulp te duur (37.8%). De sterkste bronnen van huidige stress zijn volgens studenten hun academische vooruitgang (53.0%) en de gezondheid van geliefden (19.7%). Zie voor meer details tabel 2.

De studenten die de survey hebben ingevuld, geven aan door de COVID-19 pandemie verschillende negatieve consequenties te ervaren met betrekking tot hun studievoortgang, geestelijke gezondheid en gedrag. De periode van het coronavirus maakt hen somber (66%) en levert studievertraging op volgens de studenten (29%). Ook zien we dat de meeste studenten desondanks actief blijven (66%). Dit percentage is hoger dan het percentage actieve studenten in januari 2021 (51%). Zie tabel 3 voor meer gegevens over de gevolgen van de COVID-19 pandemie voor studenten.

Wanneer we naar de resultaten van veelvoorkomende psychische klachten kijken wordt duidelijk dat huidige stemmingsklachten, angstklachten en stressklachten in deze groep studenten gemiddeld genomen relatief veel voorkomen vergeleken met de Nederlandse populatie (dit bevolkingscohort is onderzocht voor de COVID-19 pandemie)⁹ (zie tabel 4). Ongeveer 10% van alle studenten geeft aan bovengemiddeld veel uit te stellen (IPS score van > 31) en 17% van alle studenten geeft aan matig tot ernstige slaapklachten te hebben (ISI score van >14).

De klachten zijn significant verschillend tussen studenten per universiteit. Echter, deze verschillen zijn klein tot zeer klein. We kunnen daarom stellen dat veel voorkomende psychische problemen niet in belangrijke mate verschillen bij studenten aan de deelnemende universiteiten. Internationale studenten rapporteren meer klachten (op het gebied van stemming, angst, stress en slaap) dan Nederlandse studenten, wat aangegeven wordt met een verschil van 2.0, 1.4, 1.1 en 1.4 punten op de PHQ-9, GAD-7, PSS en ISI respectievelijk (allen $p < 0.001$, klein tot matig effect). Internationale studenten rapporteren minder uitstelgedrag (verschil van -0.22 punten op de IPS, $p = .01$, klein effect).

Wanneer de resultaten ten opzichte van stemmingsklachten en angstklachten verdeeld worden in categorieën zien we dat 35.9% van alle studenten matig tot ernstige stemmingsklachten rapporteert en 22.1% matig tot ernstige angstklachten (zie tabel 5 en 6). Ten opzichte van de survey van januari 2021 is dit een statistisch significante afname van stemmingsklachten (-2.6%), en een toename van angstklachten (1.5%).

Discussie

Psychische en psychosociale problemen zoals somberheid, angst, stress, uitstelgedrag, slaapproblemen en zelf gerapporteerde negatieve consequenties van de COVID-19 pandemie voor de studievoortgang en de geestelijke gezondheid van universitaire studenten zijn veelvoorkomend bij studenten die de survey hebben ingevuld. Opvallend is het relatief stabiel gebleven hoge percentage studenten met somberheids- en angstklachten ten opzichte van eerdere surveys. Psychische en psychosociale klachten van studenten kunnen consequenties hebben op meerdere gebieden, o.a. negatieve effecten op de studievoortgang en latere

kansen op de arbeidsmarkt, relationeel functioneren en gezondheid op zowel korte als lange termijn. Verder geven studenten aan dat de COVID-19 pandemie voor studievertraging zorgt. Studieresultaten blijven echter op hetzelfde niveau als voor de pandemie¹⁰.

Bij bovenstaande resultaten moet gezegd worden dat 7.2% van de aangeschreven studenten de vragenlijst heeft beantwoord en de gevonden resultaten daardoor mogelijk niet representatief zijn voor alle studenten. Resultaten van een 'end-game' strategie die we gebruikten in een eerdere survey¹¹ laten zien dat klachten van somberheid en stress waarschijnlijk lager uitvallen in de totale populatie van studenten, dan weergegeven in de survey. Echter, deze verschillen zijn niet groot. Dit gegeven maakt dat er meer vertrouwen mag zijn in de representativiteit van de resultaten dan de response rate in eerste instantie doet vermoeden. Daarnaast zijn de antwoorden gebaseerd op zelfrapportage, wat mogelijk aan bias onderhevig is. Daarom kunnen over de mogelijke gevolgen van de COVID-19 pandemie geen stellige conclusies getrokken worden.

Er zijn sinds het begin van de COVID-19 pandemie vanuit de overheid en de universiteiten al veel maatregelen genomen om studenten te ondersteunen, zoals onder andere het versoepelen van het bindend studieadvies en het bieden van extra ruimte in het afstuderen en financiële regelingen. Op basis van de gevonden resultaten lijken deze maatregelen passend. Blijvende en mogelijk intensievere monitoring van studenten is aan te bevelen, evenals extra ondersteuning van studenten op het gebied van welzijn.

Bijlagen

Tabel 1. Aantal studenten dat de survey heeft ontvangen, gestart zijn en afgemaakt hebben

	Uitgenodigd	Afgemaakt
Vrije Universiteit Amsterdam	40.173	2.113 (5.3%)
Universiteit Leiden	30.636	2.390 (7.8%)
Universiteit Utrecht	33.346	2.882 (8.6%)
Universiteit Maastricht	19.988	1.987 (9.9%)
Erasmus Universiteit Rotterdam	31.580	1.774 (5.6%)
Totaal	155.723	11.146 (7.2%)

Tabel 2. Demografische en psychosociale variabelen van de survey (N = 11.146*)

Demografische variabelen	Aantal (%)
Geslacht: vrouw	7.723 (69.3%)
Geslacht: Man	3.168 (28.4%)
Geslacht: Anders	248 (2.3%)
Leeftijd	$\mu=22.0$, $SD=3.7$
Nederlands	7.447 (66.8%)
Internationaal	3.697 (33.2%)
Bachelor	6.671 (59.9%)
Master	4.470 (40.1%)
Diagnose van COVID-19	2.755 (24.8%)
Psychosociale variabelen	
Slechte lichamelijke gezondheid	243 (2.2%)
Slechte mentale gezondheid	1390 (12.5%)
Vaak tot zeer vaak eenzaam	3.268 (29.4%)
(Zeer) Ernstige gevoelens van eenzaamheid	2.653 (25.1%)
Studenten die ooit een vorm van behandeling hebben gehad	5.091 (45.7%)
Studenten die een vorm van behandeling hebben gehad in het afgelopen jaar	2.898 (26.0%)
Studenten zonder hulp (n = 8.239) die dat gevoelsmatig nodig hebben	4.260 (51.7%)
(Zeer) Belangrijke redenen om geen hulp te zoeken (N=4.260***)	
Onzekerheid over effectiviteit	1.093 (25.8%)
Zelf willen oplossen	2.565 (60.4%)
Schaamte	1.140 (26.9%)
Met vrienden en kennissen over hebben	1.628 (38.4%)
Te duur	1.604 (37.8%)
Onduidelijk waar heen te gaan	1.935 (45.6%)
Logistieke moeilijkheden	1.195 (28.2%)
Angst voor consequenties voor carrière	7558 (17.9%)
Angst om anders behandeld te worden door anderen	867 (20.5%)
Huidige stress (ernstig tot zeer ernstig) (N=8.463****)	
Financiële situatie	1.871 (22.1%)
Gezondheid	1.120 (13.2%)
Academische vooruitgang	4.485 (53.0%)
Liefdesleven	1.782 (21.1%)
Familiebanden	1.191 (14.1%)
Omgang met anderen op werk of universiteit	1.472 (17.4%)
De gezondheid van geliefden	1.670 (19.7%)
Andere problemen ervaren door geliefden	1.472 (17.4%)

*Voor sommige variabelen bestaan missende waarden. Daarom telt niet alles exact op tot 11.146. **Alleen gevraagd aan studenten die momenteel geen hulp hebben en dat gevoelsmatig nodig hebben. ***Deze vraag werd voorgelegd aan een random steekproef van 75% van de totale survey.

Tabel 3. Gevolgen van de COVID-19 pandemie voor studenten (n = 11.146)

Ervaren consequentie	Percentage januari 2021*	Percentage November 2021*
1. Deze periode van het Coronavirus maakt mij somber.	63.7%	66%
2. Door de dreiging van het Coronavirus vind ik het eng om me in de buurt van andere mensen te begeven.	34.1%	25%
3. Ik loop studievertraging op door het Coronavirus.	23.9%	29%
4. Ondanks het Coronavirus blijf ik actief (o.a. huishouden, tuinieren, wandelen, sporten, yoga).	50.9%	66%

* Percentages studenten die het eens of zeer eens zijn met stellingen van ervaren consequenties door de COVID-19 pandemie voor wie het van toepassing is.

Tabel 4. Gemiddelde (μ) en standaarddeviatie (SD) van de PHQ-9, GAD-7, PSS en IPS per universiteit in november 2021 (n = 11.146)

	Totaal		Leiden (n=2.390)	Utrecht (n=2.882)	Maastricht (n=1.987)	VU (n=2.113)	Erasmus (n=1.774)
	μ	SD	μ	μ	μ	μ	μ
PHQ-9	8.38	5.79	8.73	7.93	8.95	8.03	8.40
GAD-7	6.71	5.04	6.89	6.42	7.06	6.56	6.87
PSS	19.19	6.62	19.68	18.96	19.39	18.81	19.13
IPS	26.26	4.24	26.86	26.27	25.95	26.24	26,06
ISI	8.65	5.83	8.87	8.16	9.04	8.67	8.72

PHQ-9 = Patient Health Questionnaire-9; GAD-7 = Generalized Anxiety Disorder-7; PSS = Perceived Stress Scale; IPS = Irrational Procrastination Scale.

Tabel 5. Frequenties en percentages van PHQ-9 categorieën van alle studenten (n = 11.146)

Categorie	Frequentie	Percentage	Percentage vorige survey (n = 8.349)	Vershil
Enige depressieve klachten (5-27)	7.824	70.2%	74.3%	-4.1%
Matig-ernstige depressieve klachten (10-27)	4.000	35.9%	38.5%	-2.6%
Geen (0-4)	3.322	29.8%	25.7%	4.1%
Mild (5-9)	3.824	34.3%	35.8%	-1.5%
Matig (10-14)	2.273	20.4%	22.7%	-2.3%
Matig ernstig (15-19)	1.118	10.0%	10.6%	-0.6%
Ernstig (20-27)	609	5.5%	5.3%	0.2%

PHQ-9 = Patient Health Questionnaire-9

Tabel 6. Frequenties en percentages van GAD-7 categorieën van alle studenten (n = 11.146)

Categorie	Frequentie	Percentage	Percentage vorige survey (n = 8.349)	Vershil
Enige angstklachten (6-21)	5.692	51.1%	50.1%	1.0%
Matig-ernstige angstklachten (11-21)	2.460	22.1%	20.6%	1.5%
Geen (0-5)	5.454	48.9%	49.9%	-1.0%
Mild (6-10)	3.232	29.0%	29.5%	-0.5%
Matig (11-15)	1.650	14.8%	14.4%	0.4%
Ernstig (16-21)	810	7.3%	6.3%	1.0%

GAD-7 = Generalized Anxiety Disorder-7

Referenties

1. Auerbach, R. P. *et al.* WHO World Mental Health Surveys International College Student Project: Prevalence and distribution of mental disorders. *J. Abnorm. Psychol.* **127**, 623–638 (2018).
2. Arnett, J. J. Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *Am. Psychol.* **55**, 469–480 (2000).
3. Cuijpers, P. *et al.* Introduction to the special issue: The WHO World Mental Health International College Student (WMH-ICS) initiative. in *International Journal of Methods in Psychiatric Research* vol. 28 (John Wiley and Sons Ltd, 2019).
4. Scott, K. M. *et al.* Association of Mental Disorders With Subsequent Chronic Physical Conditions: World Mental Health Surveys From 17 Countries. *JAMA psychiatry* **73**, 150–8 (2016).
5. Bruffaerts, R. *et al.* Mental health problems in college freshmen: Prevalence and academic functioning. *J. Affect. Disord.* **225**, 97–103 (2018).
6. Ebert, D. D. *et al.* Barriers of mental health treatment utilization among first-year college students: First cross-national results from the WHO World Mental Health International College Student Initiative. in *International Journal of Methods in Psychiatric Research* vol. 28 (John Wiley and Sons Ltd, 2019).
7. The WHO World Mental Health International College Student (WMH-ICS) Initiative. https://www.hcp.med.harvard.edu/wmh/college_student_survey.php.
8. Eerste resultaten Caring Universities bekend - Caring Universities. <https://caring-universities.com/nl/nieuwsbericht/>.
9. Graaf, R. de, Have, M. ten & Dorsselaer, S. van. *NEMESIS 2: De psychische gezondheid van de Nederlandse bevolking*. (Trimbos-instituut, 2010).
10. VSNU. Factsheet studieresultaten, tevredenheid over het onderwijs en studentenwelzijn in tijden van corona. https://www.vsnunl/files/documenten/Factsheets/Factsheet_Studievoortgang_en_studentenwelzijn_corona.pdf (2021).
11. De geestelijke gezondheid van studenten tijdens de COVID-19 pandemie. <https://caring-universities.com/wp-content/uploads/2020/11/De-geestelijke-gezondheid-van-studenten-tijdens-de-COVID-19-pandemie-rapportage-van-Caring-Universities-19082020-versie-2-9112020.pdf>.
12. Ploumen, L. Motie van het lid Ploumen c.s. over een deltaplan jeugd | Tweede Kamer der Staten-Generaal. <https://www.tweedekamer.nl/kamerstukken/moties/detail?id=2021Z02361&did=2021D05191> (2021).