

Juli 2020

STUDENTENWELZIJN TEN TIJDE VAN COVID-19

Een onderzoek naar de invloeden vanuit de intelligente lockdown op het mentale welzijn van de student.

INHOUDSOPGAVE

ASVA Onderzoeksbureau	4
Voorwoord	5
Abstract	6
1. Inleiding	7
2. Probleemstelling en vraagstelling	10
A. Hoofdvraag.....	10
B. Afbakening van concepten en begrippen.....	11
C. Structuur van het onderzoek.....	12
3. Methode.....	13
A. Dataverzameling en onderzoekspopulatie.....	13
B. Analyse	13
4. Resultaten	14
A. Deelnemers	14
B. Psychische gezondheid	15
C. Sociaal contact tijdens Corona	18
D. Emoties.....	20
5. Deelconclusie 	22
A. Financiële druk	22
6. Deelconclusie 	24
A. Woonsituatie.....	24
7. Deelconclusie 	25
A. Prestatiedruk.....	25
8. Deelconclusie 	27
9. Conclusie en discussie	28
10. Bibliografie	30
11. Bijlage	32

ASVA Onderzoeksbureau

De ASVA studentenunie behartigt de belangen van de Amsterdamse student. Dat begint bij weten wat er speelt en weten wat studenten belangrijk vinden. Daarvoor is het ASVA Onderzoeksbureau. Weliswaar opereert het ASVA Onderzoeksbureau onafhankelijk van ASVA, maar het bureau dient hetzelfde belang, namelijk dat van de Amsterdamse student. Inmiddels vormen de zeer uiteenlopende en diverse publicaties van het bureau – altijd vanuit het perspectief van de student – een betrouwbare en serieuze bron van informatie voor de Universiteit van Amsterdam (UvA), de Hogeschool van Amsterdam (HvA), de Gemeente Amsterdam en de pers.

Contactgegevens

CREA, eerste verdieping

Nieuwe Achtergracht 170

1018 WV Amsterdam

Telefoon: 020 5252926

E-mail: onderzoeksbureau@asva.nl

Voorwoord

Dit onderzoek is uitgevoerd naar aanleiding van de intelligente lockdown die in maart 2020 werd ingesteld door de Nederlandse overheid om de snelle toename van het aantal besmette personen met COVID-19 in het land te beperken. Het maatschappelijke verkeer werd hierbij grotendeels stilgelegd en, men werd opgeroepen om zoveel mogelijk thuis te blijven. Voor studenten hield dit onder andere in dat onderwijs op afstand gevolgd moest worden. Dit was tevens van toepassing voor ons als onderzoekers waardoor het onderzoek vooral is voltooid aan de hand van online communicatie en samenwerking.

Onze dank gaat uit naar alle ASVA-medewerkers en bestuursleden die hebben meegeholpen aan de uiteindelijke totstandkoming van dit onderzoek, waarvan in het bijzonder Amy Renckens. Tevens gaat ook onze dank uit naar alle respondenten die bereid waren om de enquête in te vullen en een bijdrage aan het onderzoek te leveren. Wij hopen dat het onderzoek een mooie schets kan geven van de situatie omtrent het studentenwelzijn in tijden van COVID-19.

Janno Westdorp en Lara Luberti

Onderzoeksmedewerkers van het ASVA Onderzoeksbureau

Juli 2020

Abstract

In dit onderzoek werd onderzocht in hoeverre de maatregelen omtrent COVID-19 invloed hebben op het mentale welzijn van studenten in Amsterdam. 111 respondenten namen deel aan de door de onderzoekers opgezette enquête. Hierbij was de enquête gericht op verschillende aspecten van mentaal welzijn: psychische klachten, financiële druk, woonsituatie en prestatiedruk. Uit de resultaten kwam naar voren dat op verschillende vlakken – psychisch, financieel, woonsituatie, prestatiedruk – veranderingen zijn waar te nemen als gevolg van de maatregelen die genomen zijn omtrent COVID-19. Wat de exacte gevolgen en/of effecten van deze veranderingen zullen zijn is niet vast te stellen aan de hand van de enquête. Wel is vast te stellen dat er op basis van kwantiteit negatieve invloeden op het mentale welzijn van studenten zichtbaar zijn.

1. INLEIDING

Het coronavirus (COVID-19) heeft zich mondiaal razendsnel verspreid en is sinds 11 maart 2020 uitgeroepen tot pandemie (WHO, 2020). Helaas heeft het virus zich ook verspreid in Nederland. Volgens het Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM), zijn er op het moment, op 13 mei, 43.211 positief geteste personen, waarvan 11.430 ziekenhuisopnames, en 5.562 overleden personen. Hierbij ligt het werkelijke aantal besmettingen van COVID-19 hoger dan het aantal dat bekend is bij het RIVM. Dit komt omdat niet iedereen met een mogelijke besmetting getest is (RIVM, 2020). Het aantal besmettingen, ziekenhuisopnames en overleden personen neemt op het moment nog steeds toe. Naast het feit dat men geconfronteerd wordt met een uitzonderlijke situatie, die een bedreiging vormt voor de volksgezondheid, is men in deze tijden ook vatbaar voor verschillende psychologische en mentale problemen. Hierbij speelt de lockdown - een noodzakelijke maatregel rondom COVID-19 - een grote rol (Xiao, 2020). Voornamelijk doordat het leidt tot een afstand tussen mensen: bij gebrek aan interpersoonlijke communicatie neemt de kans op een depressie en/of angst toe. Daarnaast vermindert een lockdown ook de mogelijkheid tot een psychologische interventie en/of psychologische begeleiding, doordat het moeilijk uit te voeren is in de huidige situatie (Xiao, 2020).

COVID-19 (Corona Virus Disease 2019) is een besmettelijke ziekte die wordt veroorzaakt door het SARS-CoV-2 virus (International Committee for the Taxonomy of Viruses), en is sinds maart 2020 officieel benoemd tot pandemie. Het virus is eind 2019 in de Chinese stad Wuhan ontstaan als menselijk virus, en verspreidde zich vervolgens begin 2020 naar andere werelddelen waarbij in sommige gevallen sprake was van een veranderde genetische code. Personen die besmet raken met het betreffende SARS-CoV-2 virus kunnen klachten ervaren als: koorts, luchtwegklachten zoals hoesten, verkoudheid, niezen en kortademigheid (RIVM, 2020). Het virus lijkt zich aan de hand van hetzelfde mechanisme te verspreiden als een verkoudheid of griepvirussen: door een nies of hoest, of door contact met mensen die besmet zijn (Heymann & Shindo, 2020). Het grootste gedeelte van de bevolking die besmet raakt met COVID-19 ervaart weinig tot geen klachten en zal herstellen zonder enige behoefte aan specialistische en/of intensieve behandeling. Echter zijn er ook personen die deze behoeften wel nodig zullen hebben om te herstellen van het virus. De mensen die hier veelal een beroep op zullen doen zijn mensen die te maken hebben met: diabetes, kanker, chronische luchtwegaandoeningen, hart - en vaatziekte en ouderdom (WHO, 2020). Niet-farmaceutische interventies blijven op het moment centraal staan om COVID-19 te beheersen, doordat er nog geen vaccinaties of anti-virale middelen beschikbaar zijn (Heymann & Shindo, 2020). Om COVID-19 te beheersen in Nederland, is er daarom een lockdown ingesteld door de

Nederlands overheid om de snelle toename van het aantal besmette personen in het land te beperken. Gedurende het begin van COVID-19 in Nederland werd er in maart 2020 besloten om te kiezen voor een mildere lockdown strategie ten opzichte van andere Europese landen, waarbij de groepsimmunitet destijds centraal stond. Per 12 maart werd de strategie bijgesteld naar een situatie waarbij het maatschappelijke verkeer grotendeels is stilgelegd. Universiteiten, bibliotheken, (hoge)scholen, cafés, restaurants, bioscopen en kappers dienden hun deuren te sluiten. Daarnaast werden ook alle (sport)evenementen afgelast, en mocht men niet met meer dan drie personen vanuit verschillende huishoudens samenscholen. Indien dit wel gebeurde en er werd beoordeeld dat men in overtreding was, riskeerden men een boete van maximaal 400 euro (Rijksoverheid, 2020).

Gezien de eerder genoemde maatregelen vanuit nationale overheden en/of intergouvernementele organisaties omtrent COVID-19, en de invloeden op het mentale welzijn hiervan zoals beschreven door Xiao (2020), is het opvallend dat veelvuldig onderzoek is uitgebleven. Echter zijn er wel al een klein aantal studies die onderzoek hebben gedaan naar de invloed van COVID-19 op het mentale welzijn.

Deze eerdere onderzoeken suggeren dat COVID-19 een impact heeft op het mentale welzijn. De studies van Yin et al. (2020) en Arnout et al. (2020) zijn beiden gericht op de impact van COVID-19 op het mentale welzijn. Waar de studie van Yin et al. (2020) alleen gericht was op angst en depressie symptomen, nam de studie van Arnout et al. (2020) ook variabelen zoals nationaliteit, leeftijd, gender, opleidingsniveau en inkomsten in overweging. In het onderzoek van Yin et al. (2020) werden er onder zeven provincies binnen China twee vragenlijsten afgenomen, die betrekking hadden tot het meten van angst en depressie symptomen. De ene vragenlijst is begin van het jaar afgenomen, terwijl de tweede vragenlijst in februari, ten tijden van de COVID-19 uitbraak, is afgenomen. Waar het onderzoek van Yin et al. (2020) zich vooral richtte op een voor- en nameting met betrekking tot angst en depressie symptomen, werd bij de studie van Arnout et al. (2020) alleen gebruik gemaakt van een enkele meting aan de hand van een vragenlijst van mogelijke psychologische problemen. Deze vragenlijst werd willekeurig verspreid onder Egyptenaren en Saoediërs. Uit de resultaten kwam naar voren dat zowel de angst symptomen als depressie symptomen toenamen ten tijde van de COVID-19 uitbraak. Hierbij namen de symptomen ook toe met de ernst van de epidemie (Yin et al., 2020). Ook nam het niveau van psychologische problemen toe tijdens de uitbraak, doordat er sprake is van een negatief effect tussen COVID-19 en het mentale welzijn. Hierbij waren er verschillen in psychologische problemen vanwege demografische variabelen (Arnout et al., 2020).

Het lijkt er dus op dat COVID-19 weldegelijk impact heeft op het mentale welzijn. Echter zijn de onderzoeken beperkt tot maar drie nationaliteiten, wat geen representatieve afspiegeling vormt van de gehele populatie waar COVID-19 zich gevestigd heeft. Bovendien heeft de studie van Arnout et al. (2020) geen voormeting van de psychologische problemen, en kan de voormeting van de studie van Yin et al.

(2020) ietwat in twijfel worden getrokken. Dit omdat er ten tijde van de voormeting al enige tijd sprake was van COVID-19 in China.

Naast de bovengenoemde onderzoeken naar het mentale welzijn ten tijde van de COVID-19 uitbraak, is er een onderzoek gedaan dat specifiek gericht was op het mentale welzijn van studenten. In de studie van Cao et al. (2020) werd onder Chinese geneeskunde studenten een vragenlijst afgenomen om angst symptomen te meten. Hierbij werd ook demografische informatie verzameld en de beschikbare sociale steun meegenomen. Uit de resultaten bleek dat economische effecten, effecten op het dagelijks leven en studievertraging positief gerelateerd waren aan angst symptomen. Terwijl het hebben van sociale support negatief gecorreleerd was met het niveau van angst. Verder werden het wonen in stedelijke gebieden, stabiliteit van gezinsinkomen en het wonen bij ouders, gezien als beschermende factoren.

Ondanks dat er enkele onderzoeken naar de impact van COVID-19 op het mentale welzijn zijn voltooid, is er nog steeds te weinig bekend over de impact in het algemeen, en in het specifiek over de impact op studenten. Ook is het van belang om er bij stil te staan dat de huidige situaties omtrent COVID-19 in de hele wereld, elk uitzonderlijk zijn, en daardoor (mogelijk) niet zijn te vergelijken.

In deze studie zal er onderzoek gedaan worden naar de gevolgen van de intelligente lockdown op het welzijn van de (Amsterdamse) student. Dit zal onderzocht worden aan de hand van een enquête, die opgedeeld is in vier delen: psychisch, financieel, woonsituatie en prestatiedruk. Elk deel dekt hierbij een bepaald aspect van het mentale welzijn van de student. Verwacht wordt dat de maatregelen omtrent COVID-19 een negatieve invloed hebben op het mentale welzijn van studenten.

2. PROBLEEMSTELLING EN VRAAGSTELLING

A. Hoofdvraag

De hoofdvraag die in dit onderzoek beantwoord zal worden, luidt als volgt:

In hoeverre hebben de maatregelen omtrent COVID-19 invloed op het mentale welzijn van studenten in Amsterdam?

Om bovenstaande hoofdvraag te kunnen beantwoorden, zijn er binnen dit onderzoek vier deelvragen opgesteld die elk een bepaald aspect van mentaal welzijn dekken:

Psychische gezondheid

Hebben de maatregelen omtrent COVID-19 invloed op de psychische gezondheid van studenten en om welke klachten gaat het hierbij?

Door onderzoek te doen naar psychische klachten vooraf aan de maatregelen omtrent COVID-19 en gedurende de maatregelen omtrent COVID-19, kan er in kaart worden gebracht welke psychische klachten al eerder werden ervaren door studenten, en of hier (mogelijk) verandering in is gekomen door middel van de maatregelen en/of de lockdown. Waarbij gekeken kan worden of er een verschil is tussen deze twee tijdstippen. Daarnaast zal er ook gekeken worden of de studenten die klachten ervaren hulp hebben gezocht.

Financiële druk

Hebben de maatregelen omtrent COVID-19 invloed op de financiële situatie van studenten?

Hierbij zal onderzocht worden of er door de maatregelen omtrent COVID-19 veranderingen hebben plaatsgevonden binnen de financiële situatie van studenten, en in hoeverre studenten zich zorgen maken over deze mogelijke veranderingen en dus hun huidige financiële situatie.

Woonsituatie

Hebben de maatregelen omtrent COVID-19 invloed op de (huidige) woonsituatie van studenten?

Hierbij zal er onderzocht worden of er veranderingen hebben plaatsgevonden binnen de woonsituatie van studenten, en of dit in verband staat met de maatregelen omtrent COVID-19. Veranderingen binnen de woonsituatie van studenten kunnen

invloed hebben op het mentale welzijn van studenten gezien het gebrek aan interpersoonlijke communicatie waardoor de kans op o.a. depressies en angst toeneemt (Xiao, 2020).

Prestatiedruk en studievoortgang

In hoeverre hebben de maatregelen omtrent het COVID-19 virus invloed op de studievoortgang en/of de omtrent prestaties van studenten?

Tot slot wordt er onderzocht in wat voor mate de studenten prestatiedruk ervaren als gevolg van de maatregelen omtrent COVID-19. Deze druk om te presteren kan een negatieve invloed hebben op de studievoortgang en het mentale welzijn (Beiter et al., 2015)

B. Afbakening van concepten en begrippen

Stressfactoren

Om te bepalen welke stressoren invloed hebben op het (psychische) welzijn van de student zijn er een aantal academische onderzoeken uitgevoerd. Een voorbeeld hiervan zijn Gadzella, Masten & Stacks die in 1998 een onderzoek uitvoerden met behulp van een uitgebreide vragenlijst over welke factoren invloed hebben op het (psychische) welzijn van de student. De factoren zijn gerelateerd aan academische druk, tijdsdruk, gezondheidsproblemen, financiële druk en karaktereigenschappen. Bovendien komen deze factoren overeen met de factoren die zijn aangehouden in een onderzoek uitgevoerd door Sierhuis binnen het onderzoeksbureau van ASVA in 2018.

Academische en- prestatiedruk en/of studievoortgang

Academische druk wordt veelal beschouwd als één van de belangrijkste oorzaak van klachten omtrent de psychische gezondheid van studenten (Gadzella et al., 1998; ASVA, 2018). Daarnaast hebben er de afgelopen jaren ontwikkelingen plaatsgevonden binnen het onderwijs met betrekking tot nominaal afstuderen, het wegvallen van de basisbeurs en het introduceren van het bindend studieadvies. Deze combinatie van maatregelen heeft ervoor gezorgd dat een toename van academische druk destijds zeer aannemelijk werd. Inmiddels is bekend dat de kans op psychische klachten met 68% wordt verhoogd wanneer een student kampt met klachten omtrent academische druk (Sierhuis, 2018). Academische druk wordt binnen dit onderzoek gedefinieerd als de druk die ervaren wordt tijdens de studie, in combinatie met de stress die ervaren wordt tijdens studievoortgang en de veranderingen in toetsingsprocedures binnen het digitale onderwijs.

Financiële druk

Het ASVA-onderzoeksbureau (2017) deed eerder onderzoek naar de invloed van het

afschaffen van de basisbeurs, en het instellen van het leenstelsel op de keuzes die studenten maken. Hieruit kwam destijds naar voren dat studenten frequenter wilden gaan werken om de studiekosten adequaat te kunnen blijven betalen. 78% van de onderzoekspopulatie, die bestond uit studenten, had een baan naast zijn of haar studie. Het gemiddelde aantal uren wat hierbij werd gedraaid door studenten was 13 uur per week. Ondanks deze aantallen van werkende studenten naast hun studie bleek uit ditzelfde onderzoek dat werken naast de studie leidt tot een toename van stress. Namelijk 56% van de studenten gaf aan dat werken naast een studie veel stress oplevert.

Verder werd er tijdens het onderzoek door onderzoeksbureau ASVA (2017) vastgesteld dat studenten een toenemende druk ervaren om hen of haar studie sneller af te ronden. Redenen hiervoor zijn de toenemende druk vanuit de samenleving en/of maatschappij, en de oplopende kosten indien een student studievertraging oploopt en daardoor meer collegegeld dient te betalen of zijn of haar lening dient te verlengen.

Tijdens een ander reeds uitgevoerd onderzoek door onderzoeksbureau ASVA (2018) kwam naar voren dat 66% van de studenten leent van de overheid om rond te kunnen komen voor studiekosten. Van dit aantal studenten wat gebruik maakt van het leenstelsel maakt 68% zich zorgen over hen of haar lening. Bovendien gaf 19% van de onderzoekspopulatie destijds aan problemen te ervaren om maandelijks rond te komen, waarvan 10% sprak over het dekken van structurele kosten zoals huur, boeken of collegegeld.

C. Structuur van het onderzoek

Binnen het onderzoek doet ieder hoofdstuk verslag van één deel vanuit de afgenomen enquête. Aan het eind van ieder hoofdstuk wordt een korte conclusie geformuleerd omtrent de invloed van de resultaten op het welzijn van de student. Tot slot wordt een algemene conclusie betreffende het gehele onderzoek gegeven.

In het eerstvolgende hoofdstuk zal de gebruikte methode van dataverzameling gedurende het onderzoek worden beschreven en verantwoord. Vervolgens worden de resultaten vanuit de enquête beschreven met behulp van tabellen en grafieken. Tot slot zal er een conclusie en discussie worden gegeven. Binnen de bijlagen wordt de enquête toegevoegd.

3. METHODE

A. Dataverzameling en onderzoekspopulatie

Deelnemers aan de enquête werden geworven via de sociale media kanalen van ASVA, persoonlijke kringen van medewerkers binnen ASVA, het netwerk van medewerkers binnen ASVA aan de hand van LinkedIn en een studievereniging (BSKA) binnen de HvA. De enige vereiste voor de studie was dat de deelnemer student was. De gemiddelde leeftijd van de onderzoekspopulatie betreft 22 jaar. Verder geeft een groot deel van respondenten aan zich te identificeren als vrouw (70%).

Aan de hand van een door de onderzoekers opgezette online enquête (bijlage 1) werd gemeten in hoeverre de maatregelen omtrent COVID-19 invloed hebben op het mentale welzijn van studenten. Hierbij was de enquête opgedeeld in verschillende blokken die zich elk richtte op een ander aspect van mentaal welzijn: psychische klachten, financiële druk, woonsituatie en prestatiedruk. Wat betreft het mentale welzijn van studenten en de hierbij van invloed zijnde stressfactoren zijn er 9 verschillende soorten (psychische) klachten meegenomen: depressie, vermoeidheid, paniek, structurele stress, faalangst, concentratieproblemen, burn-out, extreme demotivatie en slapeloosheid. Deze psychische klachten en emoties zijn afgeleid uit reeds uitgevoerde onderzoeken door het onderzoeksbureau van ASVA in 2018 omtrent stressfactoren en studenten welzijn. De vragenlijst bestond voornamelijk uit stellingen met een vijfpunts Likertschaal, ja/nee vragen en een aantal open vragen met een meerkeuze mogelijkheid. 133 respondenten namen deel aan de studie, waarvan er uiteindelijk 111 in de analyse zijn opgenomen. Dit omdat niet elk van de deelnemende studenten de gehele inhoud van de enquête heeft beantwoord.

B. Analyse

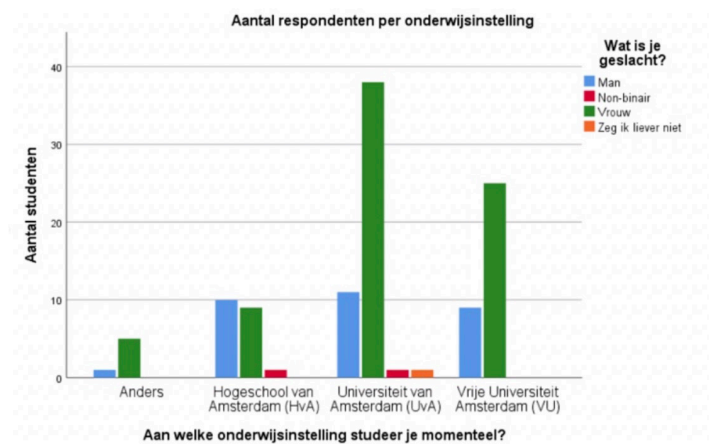
De analyses van dit onderzoek zijn uitgevoerd met het programma SPSS versie 26. Om te toetsen of er een verschil is in de mate van het mentale welzijn voor de maatregelen omtrent COVID-19 en gedurende de maatregelen omtrent COVID-19, zal er gebruikt worden gemaakt van een statistische toets en zullen er verscheidene tabellen gemaakt worden aan de hand van de data.

De statistische toets waar gebruik van wordt gemaakt is een paired-sample t-test. De assumptie die hierbij gecontroleerd wordt is normaliteit. Normaliteit wordt getoetst aan de hand van een Shapiro-Wilk toets. Hierbij werd een tweezijdige toets met $p < .050$ als significant beschouwd

4. RESULTATEN

A. Deelnemers

Grafiek 1 geeft weer dat het merendeel van de respondenten onderwijs volgt aan de Universiteit van Amsterdam (UvA), namelijk 51 studenten. Twintig respondenten volgen onderwijs aan de Hogeschool van Amsterdam (HvA). Wat betreft de Vrije Universiteit Amsterdam (VU) hebben er 34 studenten de enquête ingevuld. Opvallend is dat vooral personen van het vrouwelijke geslacht de enquête hebben ingevuld. Wat betreft studenten vanuit de VU was 74% vrouw, binnen de respondenten vanuit de UvA was dit percentage 78%. Binnen de respondenten vanuit de HvA was het percentage tussen man/vrouw redelijk gelijk. Twee personen binnen dit onderzoek hebben aangegeven non-binair te zijn, één persoon gaf aan liever geen antwoord te geven op de vraag omtrent het geslacht.



Grafiek 1 Aantal respondenten per onderwijsinstelling

B. Psychische gezondheid

Het eerste deel van de enquête richtte zich op psychische klachten. Vragen die hierbij naar voren kwamen gaan over het ervaren van klachten voor en gedurende het coronavirus, of er naar aanleiding van deze klachten hulp is gezocht en bij wie, het sociale contact tijdens het maatregelen omtrent COVID-19 en als laatste over het ervaren van verschillende emoties vanwege de maatregelen omtrent COVID-19.

Psychische klachten voor de corona-crisis

In totaal gaven 85 personen aan één of meerdere psychische klacht(en) te hebben ervaren voor de corona-crisis. De symptomen die het meest naar voren kwamen omtrent psychische klachten voor COVID-19 zijn: vermoeidheid, structurele stress en concentratieproblemen. Verder werden symptomen als: depressie, paniek, faalangst en slapeloosheid tevens veelvuldig genoemd (zie grafiek 2).



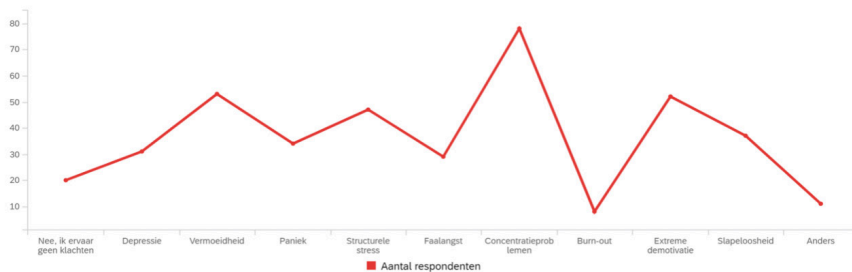
Grafiek 2 Overzicht van de psychische klachten die ervaren werden vóór corona (meerdere antwoorden waren hier mogelijk)

Psychische klachten gedurende COVID-19

Na de vraag over psychische klachten voor COVID-19 is de vraag gesteld in welke mate studenten last hadden van psychische klachten gedurende COVID-19. Hierbij waren dezelfde antwoordopties mogelijk als bij onderdeel 1. Dit om tijdens de analyse van dit onderzoek de resultaten omtrent psychische klachten met elkaar te kunnen vergelijken. In totaal gaven 18 studenten aan gedurende COVID-19 geen psychische klachten te ervaren. Dit aantal is ten opzichte van de periode voor COVID-19 dus afgenomen, en wel met 8 studenten.

Symptomen van psychische klachten die veelvuldig werden bevestigd gedurende COVID-19 zijn: vermoeidheid (46 personen), concentratieproblemen (71

personen) en extreme demotivatie (47 personen). Het aantal respondenten wat concentratieproblemen ervaart is hierbij toegenomen met 76%, namelijk 31 personen. Het aantal respondenten wat aangeeft last te hebben van extreme demotivatie is daarnaast toegenomen met 28 personen gedurende COVID-19. Toch is er wat betreft het symptoom vermoeidheid een kleine daling zichtbaar in tijden van COVID-19 (zie grafiek 3).



Grafiek 3 Overzicht van de psychische klachten die ervaren werden gedurende corona (meerdere antwoorden waren hier mogelijk)

In totaal gaven 85 van de 111, ofwel 77% van de studenten aan last te hebben van één of meerdere symptomen met betrekking tot psychische klachten voor COVID-19. Het gemiddelde aantal klachten wat hierbij is benoemd door studenten betreft 3,33 (SD = 2,29). Tijdens COVID-19 gaven 94 van de 111 studenten, ofwel 85% van de studenten aan last te hebben van symptomen met betrekking tot psychische klachten. Hierbij was er sprake van een stijging van 7% ten opzichte van de periode voor COVID-19. Het gemiddelde aantal benoemde klachten was gedurende COVID-19 3,57 (SD = 2,19). Ook het gemiddelde aantal klachten ten opzichte van de periode voor COVID-19 is dus gestegen.

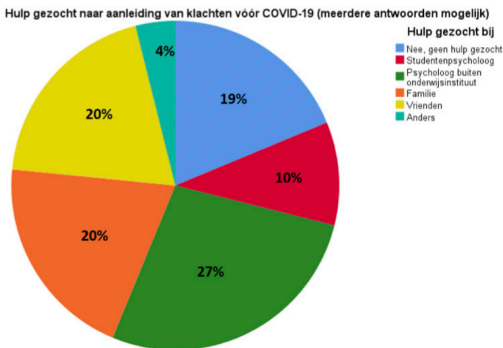
Verskil in psychische klachten voor en gedurende COVID-19

Door een statistische toets uit te voeren op de data van de klachten voor de coronacrisis en gedurende de coronacrisis, kon worden gekeken of er sprake was van een significant verschil tussen het aantal klachten. Hiervoor zou een paired-sample t-test worden uitgevoerd, echter voldeed de data niet aan de assumpties van normaliteit (alle Shapiro-Wilk > 0.878, alle p's < .05). Op basis hiervan is er voor gekozen om gebruik te maken van de non-parametrische test Wilcoxon Signed Rank Test. Uit de resultaten van deze test kwam naar voren dat het aantal klachten voor de coronacrisis (Mdn = 3.00) en de klachten gedurende de coronacrisis (Mdn = 3.00) niet significant van elkaar verschilden (Z = 1.73, p = .840). Concreet betekent dit dus

dat studenten niet significant meer klachten ervaren gedurende de corona-crisis, in vergelijking met de periode voor de corona-crisis.

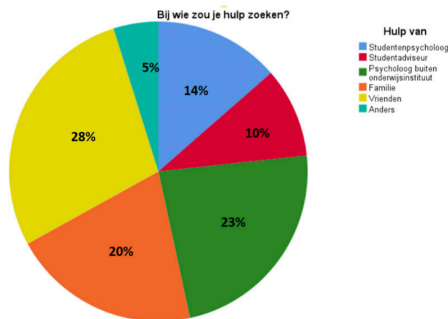
Hulp bij psychische klachten

In totaal hebben 24 van de in totaal 85 studenten die hebben aangegeven last te hebben van één of meerdere symptomen geen hulp gezocht voor hun klachten. De andere 45 studenten binnen het onderzoek hebben wel hulp gezocht met betrekking tot hun symptomen. Zo hebben er 13 studenten contact gelegd met de studentenpsycholoog van hen betreffende onderwijsinstelling. Daarnaast hebben 35 studenten contact gelegd met een psycholoog buiten de onderwijsinstelling. Wat betreft hulp vanuit de familie hebben er 26 studenten aangegeven hier steun te hebben gezocht. In het geval van steun vanuit vriendenkringen was dit aantal 25 studenten. Tot slot hebben 5 studenten aangegeven gebruik te hebben gemaakt van een andere optie voor hulp dan benoemd binnen de antwoordopties. Er waren bij deze vraag meerdere antwoorden mogelijk.



Grafiek 4 Hulp gezocht naar aanleiding van klachten

De vraag omtrent het zoeken van hulp met betrekking tot de eerder genoemde symptomen en/of psychische klachten is ook gesteld gedurende COVID-19. Vervolgens is de vraag gesteld van welk persoon, orgaan of instantie de student hulp zou willen met betrekking tot klachten tijdens COVID-19. Dit omdat in totaal 17% van de studenten met klachten aangaf hiervoor hulp te willen zoeken. Verder gaf 21% van de studenten aan niet zeker te weten of zij hiervoor wel of geen hulp willen zoeken. De mogelijke antwoorden omtrent instellingen en/of personen waarvan studenten graag hulp en/of steun zouden ontvangen waren: studentenpsycholoog, studentadviseur, psycholoog buiten onderwijsinstelling, familie, vrienden of anders. Het antwoord wat hierbij het meest naar voren kwam is hulp vanuit de vriendenkring. Verder waren familie en de psycholoog buiten onderwijsinstelling ook veel genoemde antwoordopties. Opvallend hierbij is de lage wens voor hulp vanuit organen binnen de onderwijsinstelling zoals de studentadviseur en de studentenpsycholoog.



Grafiek 5 Hulp zoeken bij klachten

Zorgen omtrent de gezondheid gedurende COVID-19

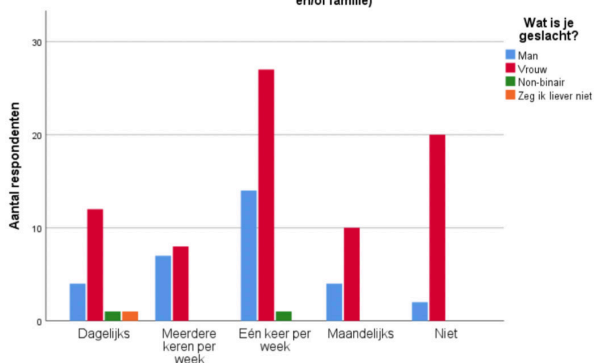
Om de zorgen over psychische gezondheid in kaart te brengen is de vraag gesteld of studenten zich gedurende COVID-19 zorgen maken over de eigen gezondheid. Hierop gaven 39 studenten de bevestiging. 52 studenten gaven aan geen zorg te hebben over de eigen gezondheid. Tot slot gaven 20 studenten aan geen antwoord te hebben op deze vraag.

C. Sociaal contact tijdens corona

Fysiek sociaal contact gedurende COVID-19.

Binnen de enquête is er ook aandacht besteed aan de mate van fysiek sociaal contact in tijden van COVID-19. Zoals eenieder weet was het advies vanuit de overheid om zoveel mogelijk vanuit huis te werken en daarnaast zoveel mogelijk thuis te blijven. Een drankje doen op een terras of een avond bankhangen met vrienden zat er voorlopig niet meer in. Om in kaart te brengen welke gevolgen dit had en/of heeft op studenten is er naar de mate van fysiek contact met de sociale omgeving gevraagd. Hierbij gaven 18 studenten aan dagelijks fysiek contact te hebben met hun sociale omgeving. 15 studenten gaven aan meerdere keren per week contact te hebben met de sociale omgeving, terwijl 42 studenten hebben gezegd één keer week fysiek sociaal contact te hebben. Tot slot gaven 14 studenten aan het fysieke contact met de sociale omgeving te hebben beperkt tot een maandelijks hoeveelheid. 22 studenten gaven aan geen fysiek contact meer te hebben met de sociale omgeving (zie grafiek 6).

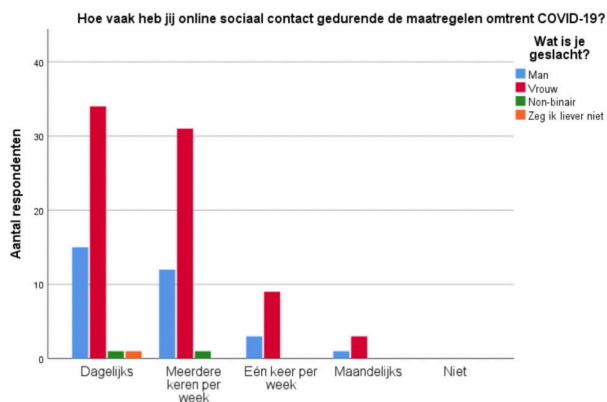
Hoe vaak heb jij fysiek sociaal contact gedurende de maatregelen omtrent COVID-19? (m.u.v. huisgenoten en/of familie)



Grafiek 6 Fysiek sociaal contact gedurende de maatregelen omtrent COVID-19

Sociaal contact gedurende COVID-19 met behulp van andere technieken.

Gezien de mogelijkheden om contact te hebben met de sociale omgeving zonder hierbij fysiek aanwezig te zijn is de vraag gesteld in welke mate studenten sociaal contact in algemene zin hebben gedurende COVID-19. Hierbij gaven 51 studenten aan de sociale omgeving dagelijks te zien en/of spreken. Wat betreft de mate van meerdere keren per week contact te hebben werd dit bevestigd door 44 studenten. 12 studenten gaven aan één keer per week sociaal contact te onderhouden, en 4 studenten gaven aan dit niet maandelijks te doen. De antwoordoptie waarbij er geen sociaal contact plaatsvindt is niet ingevuld (zie grafiek 7).



Grafiek 7 Online sociaal contact gedurende de maatregelen omtrent COVID-19.

D. Emoties

Voel jij je wel eens vanwege de maatregelen omtrent COVID-19? Om tot een duidelijk beeld te komen welke emoties er spelen binnen de gesteldheid van de studenten is er gevraagd welke emoties zij ervaren vanwege de maatregelen omtrent COVID-19. Deze emoties zullen hieronder verder worden uitgewerkt.

Eenzaamheid

Wat betreft de emotie eenzaamheid heeft 95% van de respondenten aangegeven hier wel eens mee te maken te hebben. Tevens is er gevraagd naar in welke mate deze emotie voorkomt bij de studenten. Hierbij gaven 19 studenten het antwoord vaak last te hebben van eenzaamheid. 30 studenten gaven aan regelmatig eenzaamheid te ervaren. In het geval van de antwoordoptie soms was er sprake van een 43 bevestigingen door studenten. 14 studenten gaven aan zelden eenzaamheid te ervaren. Slechts 5 van de 111 studenten die de vraag hebben ingevuld gaven aan helemaal geen last te hebben van eenzaamheid.

Rusteloosheid

Wat betreft de emotie rusteloosheid hebben 102 studenten aangegeven hier wel eens mee te maken te hebben. Tevens is er gevraagd naar in welke mate deze emotie voorkomt bij de studenten. Hierbij gaven 18 studenten het antwoord vaak last te hebben van rusteloosheid. 39 studenten gaven aan regelmatig rusteloosheid te ervaren. In het geval van de antwoordoptie soms was er sprake van 35 bevestigingen door studenten. 9 studenten gaven aan zelden rusteloosheid te ervaren. 9 studenten die de vraag hebben ingevuld gaven aan helemaal geen last te hebben van rusteloosheid.

Angstig

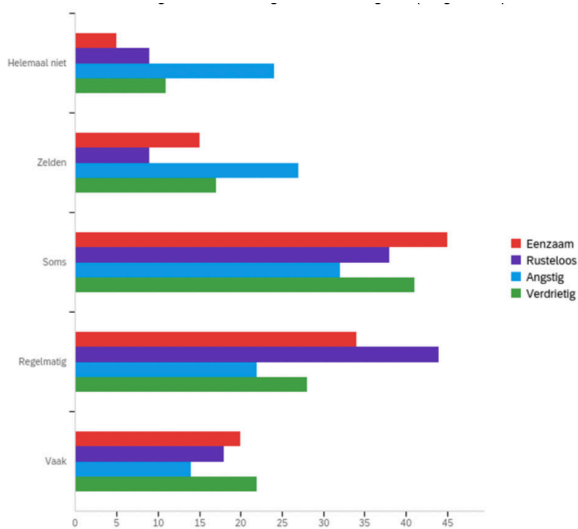
Wat betreft de emotie angst hebben 87 studenten aangegeven hier wel eens mee te maken te hebben. Tevens is er gevraagd naar in welke mate deze emotie voorkomt bij de studenten. Hierbij gaven 14 studenten het antwoord vaak last te hebben van angstige gevoelens. 20 studenten gaven aan regelmatig angstige gevoelens te ervaren. In het geval van de antwoordoptie soms last van angstige gevoelens was er sprake van 28 bevestigingen door studenten. 25 studenten gaven aan zelden angstige gevoelens te ervaren. 24 studenten die de vraag hebben ingevuld gaven aan helemaal geen angstige gevoelens te ervaren.

Verdrietig

Wat betreft de emotie verdrietig hebben 100 studenten aangegeven hier wel eens mee te maken te hebben. Tevens is er gevraagd naar in welke mate deze emotie

voorkomt bij de studenten. Hierbij gaven 20 studenten het antwoord vaak last te hebben van verdrietige gevoelens. 27 studenten gaven aan regelmatig angstige gevoelens te ervaren. In het geval van de antwoordoptie soms was er sprake van een 38 bevestigingen door studenten. 15 studenten gaven aan zelden verdrietige gevoelens te ervaren. 11 studenten die de vraag hebben ingevuld gaven aan helemaal geen verdrietige gevoelens te ervaren.

Uit de resultaten kwam naar voren dat studenten voornamelijk rusteloosheid ervaren vanwege de maatregelen omtrent COVID-19. Ook gaven veel studenten aan dat zij zich soms eenzaam en verdrietig voelden vanwege deze maatregelen (zie grafiek 8).



Grafiek 8 Overzicht emoties.

5. DEELCONCLUSIE I

Uit deze eerste sectie blijkt dat het aantal studenten dat aangeeft tenminste last te hebben van één psychische klacht, voor de corona crisis, in deze steekproef 77% is. Onder deze psychische klachten vielen: depressie, vermoeidheid, structurele stress, faalangst, concentratieproblemen, burn-out, extreme demotivatie en slapeloosheid. De meest genoemde klachten waren hierbij vermoeidheid, structurele stress en concentratieproblemen. Ook is er gekeken naar de psychische klachten die ervaren worden gedurende de corona crisis. Hierbij gaf 85% van de studenten aan tenminste last te hebben van één psychische klacht, waarbij de meeste genoemde klachten vermoeidheid, concentratieproblemen en extreme demotivatie waren. Ondanks dat er een toename was te zien in het aantal studenten dat tenminste één psychische klacht ervaarde, was er geen sprake van een significante toename.

Van de studenten die aangaven voor de corona crisis al psychische klachten te ervaren, gaf het merendeel aan hulp te hebben gezocht naar aanleiding van hun klachten. Het deel van de studenten dat aangaf hulp te hebben gezocht, gaven aan dit voornamelijk te hebben gedaan bij een psycholoog buiten het onderwijsinstituut, bij familie en bij vrienden. Dezelfde vraag – van wie studenten hulp willen en/of bij wie er hulp is gezocht naar aanleiding van psychische klachten – maar dan bij de klachten die werden ervaren gedurende de coronacrisis, leverden dezelfde resultaten op.

Ook werd er gevraagd naar het fysieke en online sociaal contact gedurende de maatregelen omtrent COVID-19, met uitzondering van huisgenoten en/of familie. Hieruit bleek dat een groot deel van de studenten, zo'n 38%, één keer per week nog fysiek sociaal contact had. Daarentegen had 46% van de studenten dagelijks online sociaal contact.

Verder gaf iets meer dan een derde van de studenten (35%) zich zorgen te maken om zijn of haar eigen gezondheid als gevolg van COVID-19, en werd er voornamelijk rusteloosheid door de studenten ervaren vanwege de maatregelen omtrent COVID-19.

A. Financiële druk

Het tweede deel van de enquête richtte zich op de stressfactor financiële druk. Vragen die hierbij naar voren komen gaan over de lening van studenten bij DUO, de situaties omtrent bijbanen en/of de woonsituatie met betrekking tot de huur. Tot slot is er gevraagd naar de financiële zorgen bij studenten.

DUO-lening

Gezien het mogelijke verlies van inkomsten gedurende COVID-19 en/of andere redeneringen voor een daling binnen het budget van studenten is er gevraagd naar de mate van leningen bij DUO. Onder de mate van lenen verstaan wij het verhogen of eventueel verlagen van de lening. Hierbij is er alleen gevraagd naar het verhogen van de lening. In totaal hebben 21% van de studenten bevestigd hun lening te hebben verhoogd. Er is gedurende dit onderzoek niet gevraagd naar het exacte bedrag waarmee de lening is verhoogd.

Bijbaan

Verder is er gevraagd aan studenten of hun bijbaan vanwege de maatregelen omtrent COVID-19 (tijdelijk) stopgezet is en/of was. Hierbij gaf 46% van de studenten aan dat hun bijbaan (tijdelijk) stopgezet was. De overige 54% gaf aan dat dit niet het geval was of dat zij geen bijbaan hadden.

Financiële situatie met betrekking tot levensonderhoud

Er werd aan de hand van een vijfpuntsschaal gevraagd aan studenten in wat voor mate zij zich zorgen maakten om hun financiële situatie met betrekking tot het levensonderhoud door de maatregelen omtrent COVID-19. Hierbij gaf 30% aan zich hierover geen zorgen te maken.

6. DEELCONCLUSIE II

Uit deze tweede sectie blijkt dat 21% van de studenten die hebben deelgenomen aan dit onderzoek als gevolg van de maatregelen omtrent COVID-19 heeft moeten beginnen met lenen en/of zijn of haar lening heeft moeten verhogen. Verder gaf 46% van de studenten aan dat hun bijbaan (tijdelijk) stopgezet was. Mogelijk hangt het moeten beginnen met lenen/het moeten verhogen van de lening samen met het verlies van de bijbaan. Tenslotte gaf 29% van de studenten aan dat zij zich regelmatig tot vaak zorgen maken over hun financiële situatie met betrekking tot het levensonderhoud door de maatregelen omtrent COVID-19.

A. Woonsituatie

Het derde deel van de enquête richtte zich op de woonsituatie van de studenten. Vragen die hierbij naar voren komen gaan over de doorgaanse woonsituatie, of deze is veranderd door de maatregelen omtrent COVID-19 en of er problemen en/of twijfels zijn rondom de huur van de woning of kamer van de student.

Woonsituatie studenten

Eerst werd er aan de studenten gevraagd wat doorgaans hun woonsituatie is. Dit omdat de maatregelen omtrent COVID-19 hier mogelijk invloed op hebben gehad. Hieruit bleek dat 36 van de 111 studenten doorgaans wonen in een zelfstandige woning. 46 studenten wonen daarentegen in een niet-zelfstandige woning met huisgenoten, en 29 studenten wonen bij hun ouders en/of verzorgers. Vervolgens werd er aan de studenten gevraagd of vanwege de maatregelen omtrent COVID-19 hun woonsituatie is veranderd. Hierdoor kon een beeld geschetst worden van de mogelijke invloed van COVID-19 op de woonsituatie van studenten. Hierbij gaf het overgrote deel aan - 78% van de studenten - dat hun woonsituatie hierdoor niet is veranderd. Het overige deel gaf - 21% - gaf aan nu bij hun ouders en/of verzorgers te wonen, en slechts 1% gaf aan nu in een onzelfstandige woning met huisgenoten te wonen.

Huur

Het overgrote deel van de studenten, maar liefst 68%, gaf aan geen problemen te ervaren met het betalen van de huur door de maatregelen omtrent COVID-19. Dit lijkt ook in lijn met de verkregen data bij de vraag of studenten overwegen om de huur van hun zelfstandige woning en/of kamer op te zeggen vanwege de maatregelen omtrent COVID-19. Aangezien 62% aangaf dit niet te overwegen.

7. DEELCONCLUSIE III

Uit deze derde sectie blijkt dat de woonsituatie van 78% van de studenten die hebben deelgenomen aan dit onderzoek als gevolg van de maatregelen omtrent COVID-19 niet is veranderd. Verder werd er aangegeven dat het overgrote deel, 68%, geen problemen ervaart met het betalen van huur door de maatregelen omtrent COVID-19. Daarnaast gaf 62% aan om niet te overwegen om zijn of haar zelfstandige woning en/kamer op te zeggen vanwege de maatregelen omtrent COVID-19.

A. Prestatiedruk

Het vierde deel van de enquête richtte zich op de prestatiedruk die ervaren wordt als gevolg van de maatregelen omtrent COVID-19. Vragen die hierbij naar voren komen gaan over de de zorgen rondom het behalen van het studiejaar en/of eventuele studieovertraging, zorgen rondom de scriptie of afstudeerstage, zorgen rondom het digitaal onderwijs en zorgen over een mogelijke recessie. Er werd afgesloten met een vraag over de ondersteuning die de onderwijsinstelling biedt bij de bovengenoemde kwesties.

Studie

Hierbij gaven 15 studenten aan dat zij het helemaal eens waren met de stelling “Ik maak mij zorgen over het behalen van mijn studiejaar en/of eventuele studieovertragingen”. 16 studenten gaven aan dat ze het hier mee eens waren, terwijl 10 studenten hier neutraal over waren. De antwoordoptie ‘oneens’ werd door 16 studenten gegeven en 8 studenten waren het hier helemaal niet mee eens.

Een klein deel van de studenten die deelnamen aan het onderzoek, namelijk 32 studenten, gaven aan op het moment bezig te zijn met hun scriptie of afstudeerstage. Van deze 32 studenten gaven 8 studenten het helemaal eens te zijn met het feit dat zij zich zorgen maken over het afronden van hun scriptie of afstudeerstage. Daarnaast waren 14 studenten het hier mee eens, 6 studenten waren hier neutraal over en 4 studenten waren het hier mee oneens.

Digitaal onderwijs

Aan de studenten werd gevraagd of zij zich zorgen maken over het digitale onderwijs en de hierbij horende nieuwe toetsingsprocedures. Van de 111 studenten gaven er 36 studenten aan het hier helemaal mee eens te zijn. 43 studenten waren het hier helemaal mee eens, terwijl 19 studenten hier neutraal over waren. De antwoordoptie ‘oneens’ werd door 11 studenten gegeven en 2 studenten waren het hier helemaal niet mee eens.

Recessie

Ook werd aan de studenten gevraagd in hoeverre zij het eens waren met de stelling dat zij zich zorgen maken om de status van de arbeidsmarkt indien er een recessie volgt naar aanleiding van COVID-19. Van de 111 studenten gaven er 38 studenten het hier helemaal mee eens te zijn. 44 studenten waren het hier mee eens, terwijl 17 studenten hier neutraal over waren. De antwoordoptie 'oneens' werd door 7 studenten gegeven en 5 studenten waren het hier helemaal niet mee eens.

Ondersteuning onderwijsinstelling

Als laatste werd aan de studenten gevraagd of zij het gevoel hadden dat hun onderwijsinstelling hen voldoende ondersteund bij de eerdergenoemde kwesties (studievertraging, scriptie, afstudeerstage, digitaal onderwijs en/of toetsing). 54 studenten gaven aan niet het gevoel te hebben dat zij voldoende ondersteund worden door hun onderwijsinstelling bij de eerdergenoemde kwesties. Daarentegen gaven 34 studenten juist wel aan het gevoel te hebben om hierbij voldoende ondersteund te worden. 23 studenten gaven dat dat zij het niet wisten.

8. DEELCONCLUSIE IIII

Uit de vierde en laatste sectie blijkt dat een groot deel van de studenten op verschillende vlakken zorgen ervaren met betrekking tot prestatiedruk en studievoortgang. Zo waren 28% van de studenten het eens tot helemaal eens met de stelling die betrekking had met het zorgen maken over het behalen van het studiejaar en/of eventuele studievertragingen. Van het kleine deel dat aangaf op dit moment bezig te zijn met zijn of haar scriptie of afstudeerstage gaf 69% het eens tot helemaal eens te zijn met het feit dat zij zorgen ervaren over het afronden hiervan.

Ook werd er gevraagd naar de zorgen die studenten ervaren met betrekking tot het digitale onderwijs en de hierbij horende nieuwe toetsingsprocedures. Op de stelling of zij zich hierover zorgen maken, gaf maar liefst 71% van de studenten aan het hier eens tot helemaal eens mee te zijn.

Daarnaast werd er ook aan de studenten gevraagd in hoeverre zij het eens waren met de stelling dat zij zich zorgen maken om de status van de arbeidsmarkt indien er een recessie volgt naar aanleiding van COVID-19. Als antwoord op deze stelling gaf het overgrote deel - 74% - het eens tot helemaal eens te zijn met deze stelling.

Tenslotte werd er gevraagd aan de studenten of zij het gevoel hadden dat hun onderwijsinstelling hen voldoende ondersteunde bij de bovengenoemde kwesties. Hierbij gaf net iets minder dan de helft van de studenten, zo'n 49% aan, niet het gevoel te hebben dat zij hierbij voldoende ondersteund worden.

9. CONCLUSIE EN DISCUSSIE

Het doel van het onderzoek was om te kijken in hoeverre de maatregelen omtrent COVID-19 invloed hebben op het mentale welzijn van studenten. Aan de hand van de resultaten lijken de maatregelen wel degelijk invloed te hebben op het mentale welzijn van studenten. Zo nam het aantal studenten dat tenminste één psychische klacht ervaart toe van 77% naar 85%. Waarbij naast vermoeidheid, vooral een verschuiving was te zien naar de psychische klachten extreme demotivatie en concentratieproblemen. Ook gingen de ingestelde maatregelen omtrent COVID-19 bij het grootste deel van de studenten gepaard met een gevoel van rusteloosheid en eenzaamheid.

Eveneens gaf een deel van de studenten aan dat zij hun lening hebben moeten verhogen vanwege de maatregelen omtrent COVID-19 en gaf een nog groter deel aan dat hun bijbaan tijdelijk was stopgezet. Naast het feit dat dit mogelijk met elkaar zou kunnen samenhangen, levert het verlies van inkomsten en het meer moeten lenen voor de studie, de student op zowel de korte als langere termijn bijkomende stress op, iets wat ook al naar voren kwam gedurende eerder uitgevoerd onderzoek door Sierhuis en het onderzoeksbureau van ASVA naar stressfactoren onder studenten (2018).

COVID-19 had op de woonsituatie in een stuk mindere mate invloed in vergelijking met de andere variabelen die waren meegenomen in dit onderzoek. 78% van de studenten gaf namelijk aan dat hun woonsituatie niet is veranderd door de maatregelen omtrent COVID-19. Waarbij ook nog eens 68% van de studenten aangaf geen problemen te ervaren met het betalen van de huur vanwege de maatregelen.

Daarentegen kwam bij de laatste variabele naar voren dat een groot deel van de studenten op verschillende fronten zorgen ervaart met betrekking tot prestatiedruk en studievoortgang. De grootste zorgen waren hierbij gericht op het digitale onderwijs en de hierbij horende nieuwe toetsingsprocedures en de status van de arbeidsmarkt indien er een recessie volgt na aanleiding van COVID-19.

Echter is het wel van belang om er bij stil te staan dat niet met zekerheid kan worden gesteld dat bij een ander onderzoek naar welzijn bij studenten er overeenstemmende antwoorden, meningen en/of opvattingen naar voor komen. Dit omdat de onderzoeksdoelgroep van het onderzoek dusdanig groot en divers, en het aantal afgenomen enquêtes relatief kleinschalig is. Bovendien zijn er verschillen in sociale klasse, woonsituaties, financiële situaties en opleidingen binnen de onderzoeksdoelgroep studenten wat de antwoorden kan doen verschillen ten opzichte van andere onderzoeken. Daarnaast hebben ook voornamelijk vrouwen deelgenomen aan het onderzoek, wat mogelijk ook invloed kan hebben gehad op de resultaten.

Samenvattend ervaren studenten op verschillende vlakken – psychisch, financieel,

woonsituatie, prestatiedruk – veranderingen als gevolg van de maatregelen die genomen zijn omtrent COVID-19. Wat de exacte gevolgen en/of effecten van deze veranderingen zullen zijn is niet vast te stellen aan de hand van de enquête. Wel is vast te stellen dat er op basis van kwantiteit negatieve invloeden op het mentale welzijn van studenten zichtbaar zijn.

10. BIBLIOGRAFIE

Arnout, B. A., Al-Dabbagh, Z. S., Al Eid, N. A., Al Eid, M. A., Al-Musaibeh, S. S., Al-Miqtiq, M. N., ... & Al-Zeyad, G. M. (2020). The Effects of Corona Virus (COVID-19) Outbreak on the Individuals' Mental Health and on the Decision Makers: A Comparative Epidemiological Study. *Health Sciences*, 9(3), 26-47.

Beiter, R., Nash, R., McCrady, M., Rhoades, D., Linscomb, M., Clarahan, M., & Sammut, S. (2015). The prevalence and correlates of depression, anxiety, and stress in a sample of college students. *Journal of Affective Disorders*, 173, 90-96. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2014.10.054>

Cao, W., Fang, Z., Hou, G., Han, M., Xu, X., Dong, J., & Zheng, J. (2020). The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry Research*, 287, 112934. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112934>

Heymann, D. L., & Shindo, N. (2020). COVID-19: what is next for public health? *The Lancet*, 395(10224), 542-545. [https://doi.org/10.1016/s0140-6736\(20\)30374-3](https://doi.org/10.1016/s0140-6736(20)30374-3)

Kuyvenhoven, J. (ASVA) (2017). *De (on)zichtbare gevolgen van het leenstelsel*. Geraadpleegd op 11 mei 2020, van https://wp.asva.nl/asva/wp-content/uploads/sites/2/2019/04/ASVA_onderzoek_leenstelsel.pdf

Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieuhygiëne (2020, 13 mei). *Actuele informatie over het nieuwe coronavirus (COVID-19)*. Geraadpleegd op 13 mei 2020, van <https://www.rivm.nl/coronavirus-covid-19/actueel>

Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieuhygiëne. (z.d.). *Vragen & antwoorden nieuw coronavirus (COVID-19)*. Geraadpleegd op 18 mei 2020, van <https://www.rivm.nl/coronavirus-covid-19/vragen-antwoorden>

Rijksoverheid. (2020, 16 mei). *Nederlandse aanpak en maatregelen tegen het coronavirus*. Geraadpleegd op 16 mei 2020, van <https://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/coronavirus-covid-19/nederlandse-maatregelen-tegen-het-coronavirus>

Sierhuis, D. (ASVA) (2018). *Stressfactoren onder studenten*. Geraadpleegd op 11 mei 2020, van <https://asva.nl/asva/wp-content/uploads/sites/2/2019/04/Onderzoek-stressfactoren-onder-studenten.pdf>

World Health Organization. (2020, 11 maart). *Detail Pandemic*. Geraadpleegd op 18 mei 2020, van <https://www.who.int/dg/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19---11-march-2020>

World Health Organization. (2020, 10 januari). *Coronavirus*. Geraadpleegd op 15 mei 2020, van https://www.who.int/health-topics/coronavirus#tab=tab_1

Xiao, C. (2020). A Novel Approach of Consultation on 2019 Novel Coronavirus (COVID-19)-Related Psychological and Mental Problems: Structured Letter Therapy. *Psychiatry Investigation*, 17(2), 175–176. <https://doi.org/10.30773/pi.2020.0047>

Yin, X., Wang, J., Feng, J., Chen, Z., Jiang, N., Wu, J., ... Gong, Y. (2020). The Impact of the Corona Virus Disease 2019 Outbreak on Chinese Residents' Mental Health. *SSRN Electronic Journal*. <https://doi.org/10.2139/ssrn.3556680>

11. BIJLAGE

Persoonlijk informatie

- Wat is je geboortjaar?
- Wat is je geslacht?
 - Man
 - Vrouw
 - Non-binair
 - Zeg ik liever niet

- Aan welke onderwijsinstelling studeer je momenteel?
 - Hogeschool van Amsterdam
 - Vrije Universiteit Amsterdam
 - Universiteit van Amsterdam
 - Anders

- In welke fase van je studie zit je?
 - Jaar 1
 - Jaar 2
 - Jaar 3
 - Jaar 4
 - Pre-master
 - Master
 - Anders

- Aan welke faculteit studeer je?
 - Bewegen, sport en voeding

- o Gezondheid
- o Maatschappij en recht
- o Onderwijs en opvoeding
- o Techniek
- o Business en economie
- o Digitale media en creative industrie
- o Economie en bedrijfskunde
- o Faculteit der Geesteswetenschappen
- o Faculteit der Geneeskunde
- o Faculteit der Maatschappij- en Gedragwetenschappen
- o Faculteit der Natuurwetenschappen, Wiskunde en Informatica
- o Faculteit der Rechtsgeleerdheid
- o Faculteit der Tandheelkunde
- o Faculteit der Bètawetenschappen
- o Faculteit der Gedrags- en Bewegingswetenschappen
- o Faculteit Religie en Theologie
- o Faculteit der Sociale Wetenschappen
- o Anders

Psychische klachten

- Heb je tijdens je studententijd wel eens psychische klachten ervaren? Zo ja, welke klachten waren dat? (meerdere antwoorden mogelijk)
- o Nee, geen klachten ervaren tijdens mijn studententijd
- o Depressie
- o Vermoeidheid
- o Paniek
- o Structurele stress

- o Faalangst
 - o Concentratieproblemen
 - o Burn-out
 - o Extreme demotivatie
 - o Slapeloosheid
 - o Anders
- Heb je naar aanleiding van deze klacht(en) hulp gezocht? Zo ja, bij wie heb je deze hulp gezocht? (meerdere antwoorden mogelijk)*
 - o Nee, geen hulp gezocht naar aanleiding van mijn klacht(en)
 - o Studentenpsycholoog
 - o Psycholoog buiten het onderwijsinstituut
 - o Familie
 - o Vrienden
 - o Anders
- Maak jij je zorgen om je eigen gezondheid als gevolg van COVID-19?
 - o Ja
 - o Nee
 - o Weet ik niet
- Heb je onlangs gedurende de ontwikkelingen omtrent het COVID-19 virus wel eens psychische klachten ervaren? Zo ja van welke klachten heb jij last? (meerdere antwoorden mogelijk)
 - o Nee, ik ervaar geen klachten
 - o Depressie
 - o Vermoeidheid
 - o Paniek

- Structurele stress
 - Faalangst
 - Concentratieproblemen
 - Burn-out
 - Extreme demotivatie
 - Slapeloosheid
 - Anders
-
- Heb je behoefte aan hulp voor de psychische klacht(en) die je ervaart of heb je al hulp gezocht naar aanleiding van de psychische klacht(en) die je ervaart gedurende de maatregelen omtrent COVID-19?*
- Ja
 - Nee
 - Weet ik niet
-
- Van wie zou je hulp willen en/of bij wie heb je hulp gezocht? (meerdere antwoorden mogelijk)*
- Nee, geen hulp gezocht naar aanleiding van mijn klacht(en)
 - Studentenpsycholoog
 - Psycholoog buiten het onderwijsinstituut
 - Familie
 - Vrienden
 - Anders
-
- Val jij onder de risicogroep betreffende COVID-19?
- Ja
 - Nee
 - Weet ik niet

- Hoe vaak heb je fysiek sociaal contact gedurende de maatregelen omtrent COVID-19 (m.u.v. huisgenoten en/of familie)
 - o Dagelijks
 - o Meerdere keren per week
 - o Eén keer per week
 - o Maandelijks
 - o Niet

- Hoe vaak heb je online sociaal contact gedurende de maatregelen omtrent COVID-19 (m.u.v. huisgenoten en/of familie)
 - o Dagelijks
 - o Meerdere keren per week
 - o Eén keer per week
 - o Maandelijks
 - o Niet

- Voel jij je wel eens eenzaam vanwege de maatregelen omtrent COVID-19?
 - o Helemaal niet
 - o Zelden
 - o Soms
 - o Regelmatig
 - o Vaak

- Voel jij je wel eens rusteloos vanwege de maatregelen omtrent COVID-19?
 - o Helemaal niet
 - o Zelden
 - o Soms
 - o Regelmatig

- o Vaak

- Voel jij je wel eens angstig vanwege de maatregelen omtrent COVID-19?
 - o Helemaal niet
 - o Zelden
 - o Soms
 - o Regelmatig
 - o Vaak

- Voel jij je wel eens verdrietig vanwege de maatregelen omtrent COVID-19?
 - o Helemaal niet
 - o Zelden
 - o Soms
 - o Regelmatig
 - o Vaak

Financiële druk

- Leen jij vanuit het leenstelsel van de overheid en/of DUO? Zo ja, hoeveel? (per maand)
 - o Nee
 - o Minder dan €100
 - o €100 – €299
 - o €300-€499
 - o €500-€699
 - o €700-€899
 - o €900 of meer
 - o Houd ik liever voor mezelf

- Heb jij als gevolg van de maatregelen omtrent COVID-19 moeten beginnen met leren en/of je lening moeten verhogen?
 - o Ja
 - o Nee

- Is jouw bijbaan (tijdelijk) stopgezet door de maatregelen omtrent COVID-19?
 - o Ja
 - o Nee
 - o Ik heb geen bijbaan

- Hoe vaak maak jij je zorgen om jouw financiële situatie met betrekking tot levensonderhoud door de maatregelen omtrent COVID-19?
 - o Vaak
 - o Regelmatig
 - o Soms
 - o Zelden
 - o Niet

Woonsituatie

- Wat is doorgaans je woonsituatie?
 - o Zelfstandige woning
 - o Onzelfstandige woning met huisgenoten
 - o Ik woon bij mijn ouders en/of verzorgers

- Is jouw woonsituatie veranderd door de maatregelen omtrent COVID-19?
 - o Ja, nu in een zelfstandige woning
 - o Ja, nu in een onzelfstandige woning met huisgenoten
 - o Ja, nu bij ouders en/of verzorgers

- Nee
- Heb je door de maatregelen rondom COVID-19 problemen met het betalen van jouw huur?
 - Ja
 - Nee
 - N.v.t.
- Overweeg jij om de huur van jouw zelfstandige woning en/of kamer op te zeggen vanwege de maatregelen omtrent COVID-19?
 - Ja
 - Nee
 - Weet ik niet
 - N.v.t.

Prestatiedruk

- Ik maak mij zorgen over het behalen van mijn studiejaar en/of eventuele studievertragingen
 - Helemaal mee oneens
 - Oneens
 - Neutraal
 - Eens
 - Helemaal mee eens
- Ben jij momenteel bezig met een scriptie of afstudeerstage?
 - Ja
 - Nee
- Ik maak mij zorgen over het afronden van mijn scriptie of afstudeerstage*
 - Helemaal mee oneens

- Oneens
 - Neutraal
 - Eens
 - Helemaal mee eens
-
- Ik maak mij zorgen over het digitaal onderwijs en de hierbij horende nieuwe toetsingsprocedures
 - Helemaal mee oneens
 - Oneens
 - Neutraal
 - Eens
 - Helemaal mee eens
-
- Ik maak mij zorgen om de status van de arbeidsmarkt indien er een recessie volgt naar aanleiding van COVID-19?
 - Helemaal mee oneens
 - Oneens
 - Neutraal
 - Eens
 - Helemaal mee eens
-
- Heb je het gevoel dat jouw onderwijsinstelling jou voldoende ondersteunt met betrekking tot de hierboven genoemde kwesties? (studievertraging, scriptie, afstudeerstage, digitaal onderwijs en/of toetsing)?
 - Ja
 - Nee
 - Weet ik niet

*Alleen wanneer de voorafgaande vraag met ja werd beantwoord, kon de respondent deze vraag beantwoorden

COLOFON

Onderzoek	Lara Luberti & Janno Westdorp
Eindredactie	Amy Renckens
Vormgeving	Sanneke Mandjes
Uitgave	ASVA studentenunie, Amsterdam 2020
Contact	Nieuwe Achtergracht 170 1018 WV Amsterdam www.asva.nl info@asva.nl (020) 622 57 71

