

A man and a woman are standing in front of a wall covered in numerous colorful posters, drawings, and photographs. The man, on the left, is wearing a blue button-down shirt and glasses. The woman, on the right, is wearing a white button-down shirt with lace sleeves and glasses. They are both smiling at the camera. The background is a dense collage of various images, including portraits and abstract designs, creating a vibrant and creative atmosphere.

De student- psycholoog in het mbö



De mentale problematiek onder mbo-studenten neemt toe, zo laten cijfers en berichten in dag- en vakbladen zien. En waar in het hbo en wo de studentpsycholoog een bekend fenomeen is, is dat in het mbo niet het geval. Aangezien psychische problematiek niet zelden reden is voor schooluitval, besloot de gemeente Rotterdam in 2019 vsv-gelden in te zetten voor een studentpsycholoog in alle mbo-scholen. Op het Grafisch Lyceum Rotterdam (GLR) is de psycholoog inmiddels een onmisbaar lid van Bureau ondersteuning en advies.

Tekst Yolenthe van der Ree **Beeld** Marieke Kemp en Leyna Perigault Monte (SicklySaccharine)

Oscar Meijer is in dienst van Avant sanare, een organisatie voor preventieve ggz (zie kader). Vier dagen per week werkt hij als studentpsycholoog op het GLR. Daarnaast werkt hij één dag in de twee weken als preventiepsycholoog vanuit welke rol hij trainingen en workshops ontwikkelt en uitvoert voor onderwijzend personeel.

Twee groepen

Zoals elke mbo-instelling kent ook het GLR twee groepen studenten met een ondersteuningsbehoefte. De eerste groep zijn de studenten van wie bij de aanmelding al bekend is dat ze extra ondersteuning nodig hebben. Zij doorlopen een gespecialiseerde intake waarin een inschatting gemaakt wordt van de ondersteuning die nodig is om de opleiding met succes te doorlopen. Bij de tweede groep studenten blijkt tijdens de rit dat zij extra ondersteuning op psychisch vlak nodig hebben.

‘De problemen van studenten worden in eerste instantie gesignaleerd en besproken binnen de onderwijsafdeling’, vertelt Laura Sanders. Zij is decaan en werkzaam bij Bureau ondersteuning en advies van het GLR. ‘Veel problemen kunnen binnen de zorgstructuur van de afdeling opgepakt worden. Als de problematiek de interne mogelijkheden overstijgt, volgt er een doorverwijzing naar Bureau

ondersteuning en advies. Eén collega beoordeelt alle aanvragen en maakt een inschatting bij welke collega de student het best op zijn of haar plek is. De schoolmaatschappelijk werker richt zich vooral op de psychosociale problematiek, zoals problemen in de thuissituatie, omgaan met stress, negatieve gedachten of andere zaken die het studeren in de weg kunnen staan. Studenten met psychische problemen die het schoolmaatschappelijk werk te boven gaan, worden verwezen naar de studentpsycholoog.’

Effectiviteitsmeting

De pilot Studentpsycholoog in het mbo is in 2019 van start gegaan met vsv-middelen van RMC-regio Rijnmond. In het schooljaar 2021/2022 zijn NPO-gelden ingezet voor het project. Inmiddels financiert de gemeente Rotterdam de pilot tot einde schooljaar 2023/2024. Ondertussen voert het ECBO een effectiviteitsmeting uit. De uitslag wordt eind 2023 verwacht en zal van invloed zijn op vervolfinanciering.

Overbrugging

Het aantal studenten dat bij aanmelding al een ondersteuningsvraag heeft op psychisch vlak, nam de laatste jaren flink toe, vertelt Laura Sanders. 'En ook gedurende het studiejaar kwamen er bizar veel aanvragen binnen voor ondersteuning. Veel angstproblematiek, studenten met depressieve episodes. Bureau ondersteuning en advies richt zich op wat er nodig is voor studiesucces. We brengen wel in kaart wat er nog meer speelt, maar het aanbod is onderwijsgerelateerd. Dat betekent dat we niet op alle hulpvragen van studenten een antwoord hebben en dat we doorverwijzen naar hulpverlening buiten de school. Daar stuiten we heel vaak op enorme wachtlijsten van soms wel een half jaar. Ondertussen kunnen we de student niet loslaten. Voor deze groep waren we op zoek naar een vorm van overbruggingsondersteuning, ook om de studie zo veel mogelijk voortgang te laten vinden.'

Die ondersteuning biedt nu de studentpsycholoog. En niet alleen ter overbrugging; voor veel studenten blijken de gesprekken met Oscar Meijer voldoende. 'Ik zie gemiddeld 4 tot 6 studenten per dag en totaal tussen de 6 en 12 keer. Samen formuleren we een behandelplan. Na mijn studie tot basispsycholoog heb ik een bijscholing tot cognitief gedragstherapeut gevolgd. Daardoor heb ik handvatten om met studenten te werken aan gedragsverandering. Sommige studenten hebben na het traject geen vervolg bij de ggz meer nodig. Voor anderen zijn de gesprekken met mij juist het begin van een behandeltraject buiten de school.'

*'Het hele jaar
door brengen
we mentaal
welzijn onder
de aandacht'*

Mentaal fit

Naast de ondersteuning vanuit de onderwijsafdelingen, vanuit Bureau ondersteuning en advies en van de studentpsycholoog, biedt het GLR ook 'mentaal fit-modules' aan. Laura Sanders: 'Ons Sportbureau is anderhalf jaar geleden omgedoopt tot 'Bureau Fit' en heeft niet meer alleen sportmodules in het aanbod. Veel studenten konden daar door persoonlijke problematiek niet aan deelnemen. Bureau Fit heeft aanbod voor zowel fysiek als mentaal welzijn. De fit-modules worden ook verzorgd door een psycholoog die we speciaal daarvoor hebben aangenomen. Dat zijn groepsgerichte activiteiten zoals 'stress de baas', 'wandel jezelf mentaal fit', 'genderdiversiteit' en 'goed landen binnen een nieuwe schoolomgeving'. Dit alles om aan de steeds grotere ondersteuningsvraag tegemoet te komen. Van dat aanbod wordt meer dan dankbaar gebruik gemaakt.'

Niet alleen die van studentpsycholoog, ook de functie van decaan is in het mbo vrij uniek. En ook het werk van de decaan is gericht op het welbevinden en studiesucces van studenten. Laura Sanders: 'Studiekeuze-advies is maar een heel klein deel van mijn functie. Ik heb ruimte om met vaak terugkerende thema's bij Bureau ondersteuning en advies aan de slag te gaan. Recent kwamen er bijvoorbeeld veel DUO-gerelateerde vragen binnen van studenten die vastlopen vanwege financiële problemen. Hier kan ik preventief mee aan de slag, ik kan nadenken hoe we kunnen voorkomen dat studenten in de problemen komen. Het komend schooljaar zal ik me ook bezighouden met verslavingsproblematiek. Hier is veel vraag naar, zowel vanuit de school als vanuit de gemeente. En vanuit de onderwijsteams waren er veel vragen over hoe om te gaan met jongeren met autisme in de klas. Inmiddels mag ik onderwijzend personeel 'autisme-belevingscircuits' aanbieden. Dat zijn 10 opdrachten waardoor docenten ervaren hoe de wereld eruit kan zien als je autisme hebt. Dat levert heel veel 'aha-momenten' en begrip op. We proberen het onderwerp open te breken, we leren ze met studenten in gesprek te gaan.'

Masterclass

Ook Oscar Meijer richt zich vanuit zijn rol als preventiepsycholoog op de onderwijsgevers. Hij ontwikkelt bijvoorbeeld een masterclass met als werktitel 'wat is normaal en wat is abnormaal'?

Doorstroompunt (RMC)

Nesrin Karakas is als doorstroomcoach (RMC-trajectbegeleider) werkzaam op het Grafisch Lyceum Rotterdam. Studenten met psychische problemen zijn er veel, ziet ook zij. 'Zeker sinds corona. En psychische problemen kunnen absoluut leiden tot schooluitval. Gelukkig zijn op het GLR zowel de intake als de begeleidings- en ondersteuningsstructuur goed georganiseerd. Hierdoor pakt de school studenten met psychische problemen op tijd op. De studentpsycholoog is in die structuur een aanwinst.'

Ook doorstroomcoördinator (RMC-coördinator) Perry van Rijn ziet dat de inzet van de studentpsycholoog

zijn vruchten afwerpt en hoopt op structurele financiering. Een uitdaging wordt dat wel, vermoedt hij. 'Ik kijk daarom uit naar de uitkomsten van het effectiviteitsonderzoek van ECBO. Daar zal veel van afhangen. En ook als effectiviteit bewezen is, zal het een spannend gesprek worden tussen verschillende partijen. Want de studentpsycholoog opereert op het snijvlak van onderwijs en zorg, dus wie is verantwoordelijk voor de financiering? En als alle studenten uit de regio gebruik kunnen maken van de begeleiding van de psycholoog, moeten andere gemeentes dan niet ook bijdragen? Dat soort vragen zullen zeker gesteld gaan worden.'

Avant sanare

Avant sanare is een Rotterdamse organisatie voor preventieve ggz, gespecialiseerd in persoonlijke groei en blijvende gedragsverandering. Een van de projecten is de studentpsycholoog die als pilot in 2019 van start is gegaan. Op dit moment zijn er 10 studentpsychologen actief op alle mbo-scholen en het VAVO in de gemeente Rotterdam. Zij zijn beschikbaar voor alle studenten, ook voor hen die in andere gemeentes in de regio wonen.



'Er zijn mentoren die wel erg veel studenten doorverwijzen en anderen opvallend veel minder. Wanneer is een doorverwijzing nu echt nodig? Dat is de vraag die we in deze masterclass proberen te beantwoorden. Wat is normaal en wat is abnormaal? Waar moet je op letten, wanneer moet je in actie komen? Ik hoop docenten zo meer handvatten te geven om te kunnen bepalen wie extra hulp nodig heeft en wat ze zelf kunnen oppakken.

'Wat is normaal en wat is abnormaal?'

'Dan komt het hopelijk niet meer voor dat een student een half jaar lang met eenzaamheidsklachten rondloopt zoals afgelopen schooljaar gebeurde. Toen dat eenmaal bekend was, heeft de docent dat heel goed opgepakt door te zeggen dat de hele klas "at random" moest gaan zitten en niet naast de vertrouwde persoon. Nieuwe buurman, nieuwe buurvrouw en bespreek maar wat je dwars zit. De student in kwestie heeft zichzelf overwonnen door te vertellen dat ze zich eenzaam voelde. Zij loopt nu stralend door de school. Met zoiets kleins heeft deze docent iets groots bereikt. Dat maakt mijn werk overbodig.'

De studentpsycholoog

De studentpsychologen van Avant sanare zijn jong. Dat is een voordeel aangezien ze makkelijk kunnen aansluiten bij studenten. Ze werken zelfstandig op een of meerdere locaties van een mbo-instelling. Els Dekker, programmamanager van Avant sanare: 'Het is belangrijk dat ze hun grenzen leren bewaken en kunnen reflecteren op de eigen professionaliteit. Ze moeten weten wat

ze als basispsycholoog wel en niet aankunnen. Avant sanare biedt iedere studentpsycholoog aan de opleiding tot cognitief gedragstherapeut te volgen. Dat is niet verplicht. Wekelijks is er een intervisiebijeenkomst met alle studentpsychologen. Daar worden casussen met elkaar besproken. Daarnaast heeft iedere studentpsycholoog een keer per vier weken supervisie van een GZ-psycholoog.'

Laagdrempelig

Mentaal welzijn krijgt niet alleen aandacht als studenten al problemen ervaren. Laura Sanders: 'Het hele jaar door proberen we mentaal welzijn op een laagdrempelige manier onder de aandacht te brengen en daar studenten zoveel mogelijk bij te betrekken. Een voorbeeld is ons blue monday-project dat zich afspeelt rond de derde maandag in januari, een van de meest depressieve dagen van het jaar. Afgelopen schooljaar hebben 64 studenten van de afdeling mediavormgeving meegedaan aan dit project. Er zijn posters gemaakt en een animatie die op blue monday door de hele school is afgespeeld. De boodschap die we willen meegeven is dat je niet altijd blij hoeft te zijn, dat je je verdrietig en naar mag voelen, dat dat niet gek is en dat je erover kunt praten. Door deze laagdrempelige activiteiten hopen we het onderwerp bespreekbaar te maken.' 🍷

Meer informatie

Cijfers over welbevinden en mentale gezondheid onder jongeren.



Mentale problemen Nederlandse jongeren onverminderd hoog.

