

INVLOED VAN DE CORONA-PERIODE OP PSYCHISCHE PROBLEMEN EN STUDIEVAARDIGHEDEN

Een eerste verkenning onder studenten met psychische- en/of cognitieve problemen

Petra Havinga, Jacomijn Hofstra, Jorien van der Velde & Lies Korevaar

ACHTERGROND ONDERZOEK

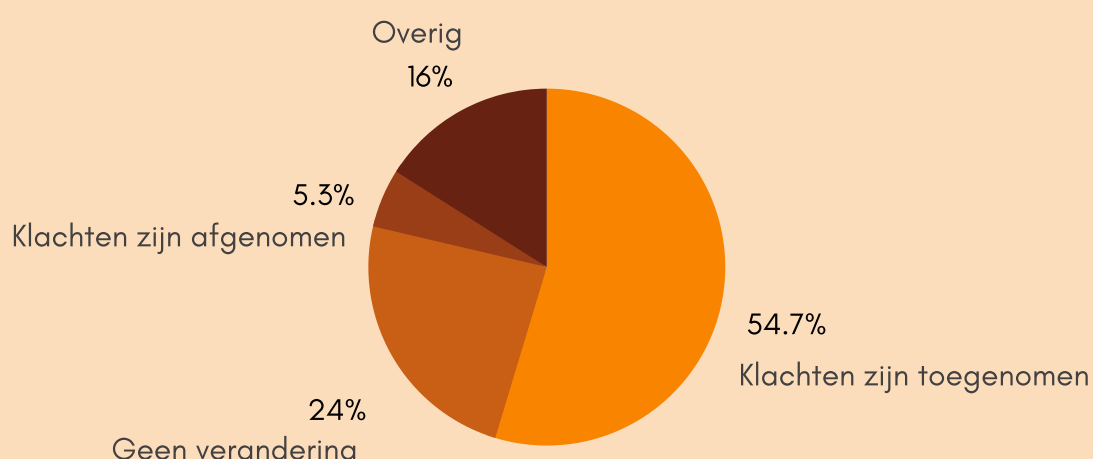
Het Move aHead-project en het Compare-project zijn twee projecten die het lectoraat Rehabilitatie momenteel uitvoert onder studenten met psychische en/of cognitieve problemen van de Hanzehogeschool Groningen. Aan de vragenlijsten die studenten in het kader van deze projecten ontvangen zijn enkele open vragen over de corona-periode toegevoegd. Deze infographic beschrijft de resultaten van een eerste verkenning naar de invloed van de corona-periode op psychische problemen en studievoordigheden onder deze groep studenten. De antwoorden die meegenomen zijn in deze verkenning zijn verzameld in de periode van april 2020 t/m mei 2021.

MEER WETEN?

- [Move aHead-project](#)
- [Compare project](#)

Inhoudelijk:
p.j.havinga@pl.hanze.nl
j.hofstra@pl.hanze.nl
j.van.der.velde@pl.hanze.nl

INVLOED VAN DE CORONA-PERIODE OP PSYCHISCHE PROBLEMEN (N=75)



REDENEN VOOR TOENAME PROBLEMEN

- Angst gerelateerd aan coronavirus en maatregelen
- Beperkt zijn in doen en laten/weinig om handen hebben
- Missen van sociale contacten
- Bezorgheid over financiële situatie
- Meer moeite met studie- en cognitieve vaardigheden
- Fysieke klachten door veel thuis zitten

“

"Ik ben bang voor hoe anderen zich kunnen misdragen mbt de corona-maatregelen. Daarbij voel ik de klachten van mijn sociale angst nog heviger."

"Doordat ik nu nergens heen ga voelt het allemaal heel nutteloos wat ik doe en krijg ik meer en langere sombere stemmingen."

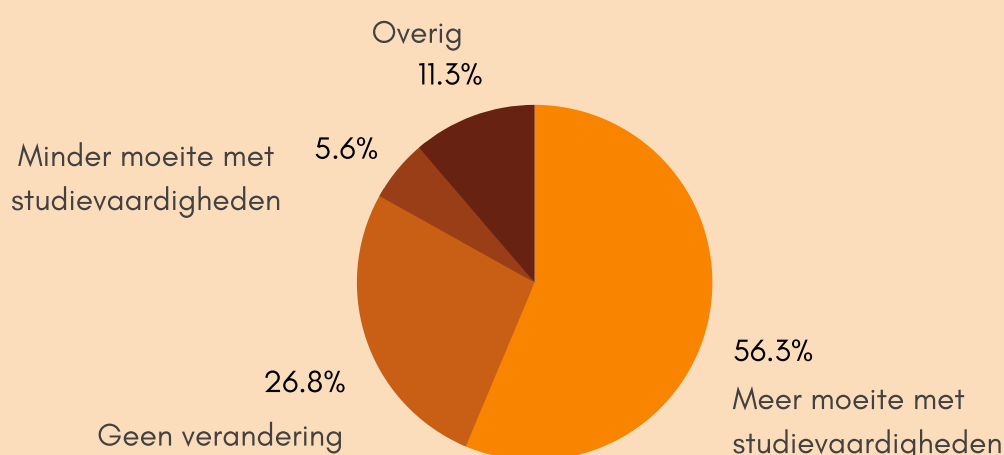
"Paniek klachten zijn toegenomen. Onder meer doordat je minder tot niet kan werken door corona maar rekeningen gewoon doorlopen."

"Ik ging elke dag zitten voor een schoolopdracht, maar aan het einde van de dag had ik amper iets gedaan waardoor ik mij niet goed voelde."

"Ik mis sociaal contact wat de klachten wel bevordert. Aan de andere kant ervaar ik meer ontspanning en rust."

"Gewoon veilig in mijn eigen bubbel alles kunnen doen. Iedereen geeft je wat meer ruimte."

INVLOED VAN DE CORONA-PERIODE OP STUDIEVAARDIGHEDEN (N=71)



TOP 5 STUDIEVAARDIGHEDEN WAAR STUDENTEN MEER MOEITE MEE HEBBEN



Concentreren tijdens de online les en bij het studeren



Met een taak beginnen



Houden van overzicht en plannen



Hulp vragen aan en ontvangen van docenten en medestudenten



Motivatie vinden

“

"Lastig om thuis lessen te volgen, huiswerk te maken, aandacht erbij te houden en mezelf te motiveren. Ik heb het gevoel dat ik alles 'alleen' moet doen en dat geeft me veel stress."

"Ik vind online les oprecht verschrikkelijk. Het kost mij enorm veel energie om geconcentreerd te blijven."

"Ik merk dat het overzicht houden lastig is en ik alleen de hele dag thuis de zelfdiscipline mis mezelf tot werken en ontspanning te krijgen."

"Contact krijgen met een docent duurt gemiddeld nu een stuk langer waardoor je niet verder kunt met je werk als je tussendoor een vraag hebt."

"Lastig om motivatie te blijven houden, omdat je deze motivatie veel minder van buiten krijgt, zoals van docenten, klasgenoten, omgeving."

"Ik kan juist veel beter naar school gaan en de boel goed volgen. Thuis studie en rustige ruimtes maken het voor mij heel fijn."

BELANG VAN SOCIALE CONTACTEN

Uit deze verkenning kwam ook naar voren dat sociale contacten belangrijk zijn als het gaat om studievoordigheden:

"Ik heb nog bijna geen contact gehad met mijn medeleerlingen en vind het daarom heel moeilijk om een vraag aan hen te stellen."

"Door het gebrek aan sociale aspecten, zoals contact met je collega studenten of in de bieb gaan zitten, ben ik veel minder gemotiveerd."

"Ik heb meer moeite met overzicht houden en plannen omdat ik niet meer in een fysieke klas zit. Hier worden dit soort dingen namelijk vaak nog eens genoemd wat voor mij als een soort geheugensteun dient."

"Ik mis de persoonlijke feedback die ik anders van docenten en medeleerlingen had gekregen."

"Presentaties gaan beter omdat ik simpelweg geen 'real life' presentaties heb. Maar ik ben heel erg bang dat ik straks HELEMAAL niks meer voor een groep durf, omdat ik het nu al zo lang niet heb gedaan."

SAMENVATTING

Deze eerste verkenning laat zien dat de corona-periode invloed heeft op psychische problemen en studievoordigheden van studenten met psychische- en/of cognitieve problemen:

- psychische problemen namen toe bij ruim de helft van de studenten
- ruim de helft van de studenten ervaarde meer moeite met studievoordigheden

Het is daarom extra belangrijk ondersteuning te bieden aan studenten die al problemen ervaren bij het studeren door psychische en/of cognitieve problemen en voor wie de corona-periode extra belastend kan zijn.

TIPS VOOR STUDENTEN DIE ONDERSTEUNING WILLEN BIJ HET STUDEREN

Studeren is leuk en uitdagend, maar soms ook stressvol en spannend. [Hanze Student Support](#) helpt en ondersteunt jou om hiermee om te gaan.

Door het lectoraat Rehabilitatie ontwikkeld ondersteunend materiaal:

- [Tips voor succes](#) (Nederlands)
- [Tips voor succes](#) (Engels)
- [Hoe vraag ik om extra ondersteuning?](#)
- [Vertel ik het wel, of vertel ik het niet?](#)
- [EAST \(EenzaamheidsAanpak STudenten\)-project](#)
- www.begeleidieren.nl (Nederlands)
- www.supportededucation.eu (Engels)