

**Monitor Mentale gezondheid en Middelengebruik
Studenten hoger onderwijs (MMMS) 2023**

Rapportage Fontys

Colofon

© Trimbos-instituut en RIVM, oktober 2023

Anne-Wil Marissen (auteur), Trimbos-instituut
Mirjam Busch (auteur), RIVM
Antonia Verweij (eindredactie), RIVM

Het onderzoeksteam:

Janneke van der Avoort, Carolien van den Brink, Marie Buijs, Mirjam Busch, Jolien Dopmeijer, Saskia van Dorsselaer, Wouter den Hollander, Michelle van der Horst, Guus Luijben, Anne-Wil Marissen, Jasper Nuijen, Frederiek Schouten, Els Slichter, Nannah Tak, Anneke van Wamel, Antonia Verweij

Met dank aan:

Leden van de Klankbordgroep
De onderwijsinstellingen en respondenten die aan dit onderzoek hebben deelgenomen
Geraadpleegde experts

Contact:

Janneke van der Avoort, contactpersoon onderwijsinstellingen
Trimbos-instituut
studentenmonitor@trimbos.nl

Dit onderzoek werd uitgevoerd in opdracht van het ministerie van OCW en het ministerie van VWS

Inhoudsopgave

1 Inleiding en methode—4

1.1 Aanleiding—4

1.2 Leeswijzer—4

1.3 Methode—5

2 Hoe staat het met de mentale gezondheid van studenten?—8

2.1 Inleiding—8

2.2 Mentale gezondheid van de deelnemende studenten: basiscijfers—9

2.3 Mentaal welbevinden—10

2.4 Psychische klachten—13

2.5 Stress, prestatiedruk en eenzaamheid—17

3 Hoe staat het met het middelengebruik van studenten?—22

3.1 Inleiding—22

3.2 Middelengebruik van de deelnemende studenten: basiscijfers—23

3.3 Alcoholgebruik—24

3.4 Roken—26

3.5 Drugsgebruik—27

3.6 Gebruik medicatie zonder doktersvoorschrift—29

4 Ontvangen hulp of advies vanuit de instelling—30

4.1 Inleiding—30

4.2 Ontvangen advies of hulp vanwege psychische klachten—30

5 Bijlagen—34

Bijlage 1: aanvullende sociaal-demografische, studie-gerelateerde en andere kenmerken van studenten—34

Bijlage 2: uitkomstmaten van mentale gezondheid per studietype—37

1 Inleiding en methode

1.1 Aanleiding

Dit is de instellingsrapportage van Fontys. Hierin worden de bevindingen over de studenten gepresenteerd die hebben meegedaan aan de landelijke Monitor Mentale gezondheid en Middelengebruik Studenten hoger onderwijs (MMMS) 2023. Zij hebben in de periode van begin april 2023 tot en met de derde week van mei 2023 een online vragenlijst ingevuld.

De MMMS is ontwikkeld en uitgevoerd door een consortium van het Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM), het Trimbos-instituut en de brancheorganisatie van de Gemeentelijke Gezondheidsdiensten en Geneeskundige Hulpverleningsorganisaties in de Regio (GGD GHOR Nederland), in opdracht van de ministeries van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS) en Onderwijs, Cultuur en Wetenschap (OCW).

Dit is de tweede meting van de MMMS. De eerste meting vond plaats in het voorjaar van 2021, ten tijde van de coronapandemie. 24 onderwijsinstellingen verspreid over Nederland (13 hogescholen en 11 universiteiten) hebben deelgenomen aan de tweede meting van de monitor. Van de 24 deelnemende instellingen hebben er 13 ook in 2021 deelgenomen. Fontys heeft in 2023 voor het eerst meegedaan. Alle deelnemende instellingen ontvangen een instellingsrapportage. De beschrijving van de resultaten hierin betreft de studenten van de eigen instelling die de vragenlijst hebben ingevuld. Voor de leesbaarheid wordt dit niet steeds benoemd.

1.2 Leeswijzer

In het vervolg van dit inleidende hoofdstuk wordt de methode toegelicht (paragraaf 1.3). Hoofdstuk 2 presenteert beschrijvende resultaten over de mentale gezondheid. Voor uitkomsten op het gebied van mentale gezondheid is naast het mentaal welbevinden (levenstevredenheid, veerkracht en positieve mentale gezondheid) en het vóórkomen van psychische klachten (depressie-en/of angstklachten, emotionele uitputtingsklachten en levensmoeheid) ook gekeken naar hoe vaak studenten stress, prestatiedruk en eenzaamheid rapporteren. In hoofdstuk 3 worden beschrijvende resultaten gepresenteerd over het middelengebruik. Aan bod komen het gebruik van alcohol, roken en vaperen, gebruik van drugs en gebruik van medicatie zonder doktersvoorschrift. Hoofdstuk 4 gaat over het ontvangen van advies of hulp van iemand binnen of buiten de onderwijsinstelling vanwege psychische klachten. In ieder hoofdstuk wordt statistisch getoetst of er verschillen bestaan tussen de studenten van Fontys en de studenten van alle dertien hogescholen die hebben deelgenomen, oftewel de totale groep hbo-studenten.

1.3 Methode

In deze paragraaf wordt achtereenvolgens ingegaan op de vragenlijst, de respons, de weging, de kenmerken van deelnemende studenten en de gegevensanalyse. Voor een uitgebreide beschrijving van de methode van de monitor wordt verwezen naar hoofdstuk 2 van het landelijke rapport.

Vragenlijst

De vragenlijst is voor het grootste deel gelijk aan de versie van de eerste meting. De vragenlijst voor de eerste meting is ontwikkeld na raadpleging van studenten (diverse focusgroepen), projectleiders/vertegenwoordigers van lokale studentenmonitors, experts van Trimbos-instituut, RIVM en GGD GHOR Nederland, en een brede klankbordgroep met vertegenwoordiging van relevante partijen en experts. De vragenlijst van 2023 is zo min mogelijk gewijzigd om uitkomsten tussen beide jaren te kunnen vergelijken. Toch zijn er wel enkele wijzigingen aangebracht vooral met als doel om de vragenlijst in te korten.

In de vragenlijst zijn vragen uit de volgende categorieën gesteld:

- Sociaal-demografische kenmerken, bijvoorbeeld leeftijd, geslacht en woonsituatie.
- Studie-gerelateerde kenmerken, bijvoorbeeld studierichting, studievertraging en studieschuld.
- Andere student-gerelateerde kenmerken, bijvoorbeeld ervaren sociale steun, slaapproblemen en sociale mediagebruik.
- Mentale gezondheid, zoals veerkracht, depressie- en/of angstklachten en ervaren prestatiedruk.
- Middelengebruik, bijvoorbeeld of, hoe vaak en hoeveel een student alcohol drinkt, rookt en/of drugs gebruikt.
- Ontvangen hulp of advies vanwege psychische klachten binnen en buiten de onderwijsinstelling.

De wijze waarop alle bovengenoemde onderwerpen zijn uitgevraagd staat beschreven in bijlage 1 van het landelijke rapport.

Deelnemende studenten van Fontys

In totaal hebben 2243 Fontys-studenten de vragenlijst volledig of grotendeels ingevuld. Dat is 5,2% van alle bij de instelling ingeschreven studenten. Voor alle deelnemende hogescholen was het gemiddeld 6,5%.

Weging

De bevindingen die in deze rapportage worden gepresenteerd zijn gecorrigeerd voor non-respons door middel van weging. Het zou namelijk kunnen dat studenten met bepaalde kenmerken minder vaak hebben deelgenomen aan het onderzoek. Zo kan het zijn dat relatief weinig jongens van 25 jaar met een migratieachtergrond de vragenlijst hebben ingevuld. Om te corrigeren voor dit soort ondervetegenwoordiging is er gewogen naar geslacht, leeftijd, herkomst (student zonder migratieachtergrond, student met

migratieachtergrond, internationale student) en opleidingsvorm (voltijd, niet-voltijd).

Ondanks de weging, kan selectiviteit op de uitkomstmaten niet worden uitgesloten. De resultaten zijn daarom mogelijk niet representatief voor de totale studentenpopulatie van Fontys. Om die reden gaan de resultaten die in dit rapport staan, over de studenten van Fontys die hebben meegedaan aan dit onderzoek en niet over de totale studentenpopulatie van Fontys. Voor meer informatie over mogelijke non-respons en de wegingsprocedure wordt verwezen naar de landelijke rapportage (hoofdstuk 2).

Kenmerken studenten

In onderstaande tabel 1.1 is te zien dat de helft van de Fontys-studenten man is. Het merendeel van de studenten is jonger dan 26 jaar (80%), Nederlandse student zonder migratieachtergrond (69%) en voltijdstudent (82%).

Tabel 1.1 Kenmerken van studenten van Fontys en van de studenten van alle dertien hogescholen (in percentages)*

		Fontys (n = 2243)	HBO totaal (n = 14800)
Geslacht	Man	50	43
	Vrouw	48	55
	Niet man en niet vrouw	2	2
Leeftijdscategorie	16-21	50	52
	22-25	30	31
	26-29	9	8
	30 jaar en ouder	11	10
Opleidingsvorm	Voltijd student	82	83
	Niet-voltijd student	18	17
Herkomst	Geen migratieachtergrond	69	78
	Migratieachtergrond	17	14
	Internationale student	14	8

*De percentages in deze tabel zijn berekend op gewogen data. Daarom komen de kenmerken van de deelnemende studenten overeen met de kenmerken van de studentenpopulatie van de onderwijsinstelling.

In bijlage 1 staan meer cijfers over sociaal-demografische, studie-gerelateerde en andere kenmerken (zoals ervaren sociale steun, slaapproblemen en sociale mediagebruik) van studenten van de onderwijsinstelling.

Gegevensanalyse

Er is statistisch getoetst of er verschillen bestaan tussen Fontys-studenten en de totale studiebevolking van de dertien hogescholen wat betreft de uitkomstmaten van mentale gezondheid (hoofdstuk 2), het middelengebruik (hoofdstuk 3) en ontvangen advies of hulp binnen de instelling (hoofdstuk 4). Dit is gegaan in twee stappen. Eerst is bekeken of Fontys op deze onderwerpen verschilt van het totaal van hbo-instellingen zonder rekening te houden met eventuele verschillen in de studentenpopulatie van Fontys en de hbo-instellingen (univariate analyse). Daarna is nagegaan of er verschillen zijn in de uitkomstmaten als rekening wordt gehouden met de samenstelling van de studentenpopulatie van Fontys (multivariate analyse). Er is daarbij gekeken naar geslacht en leeftijd. De resultaten op basis van de multivariate analyse zijn opgenomen in tabellen in dit rapport.

Als er getoetst is met een continue uitkomstmaat, is een lineaire regressie gebruikt. In de tabel staat dan een gemiddelde score (M) met de standaardafwijking (SD). Als de uitkomstmaat bestaat uit twee groepen, is er getoetst met een logistische regressie. In de tabel staat dan een percentage. Wanneer het gevonden verschil significant ($p < 0,01$) is, wordt ook de effectgrootte aangegeven. Deze effectgrootte geeft een indicatie van de relevantie van het gevonden significante verschil. De vuistregels rondom de Cohen's d worden aangehouden (Cohen, 1988):

- 0,2 – 0,49: kleine effectgrootte (in tabellen weergegeven als – of +, afhankelijk van de richting van het verband).
- 0,5 – 0,79: middelgrote of gemiddelde effectgrootte (in tabellen weergegeven als — of ++).
- 0,8 – 1,29: grote effectgrootte (in tabellen weergegeven als —— of +++).

In dit rapport wordt geen aandacht besteed aan effectgroottes kleiner dan 0,2 omdat die een verwaarloosbaar klein verschil aangeven (effectgroottes van 0,2 worden in tabellen aangegeven met 'x', mits significant).

In deze rapportage worden enkel cijfers gepresenteerd die gebaseerd zijn op ten minste tien waarnemingen (deelnemende studenten) om mogelijke herleidbaarheid naar individuele studenten te voorkomen. Uitkomsten gebaseerd op minder dan tien waarnemingen zijn in tabellen aangegeven met een 'te klein aantal'.

Een klein deel van de deelnemende studenten heeft niet de gehele vragenlijst ingevuld. Hierdoor zijn de cijfers per onderwerp gebaseerd op andere aantallen deelnemende studenten¹. Voor elk van de drie onderwerpen (mentale gezondheid, middelengebruik en ontvangen advies of hulp vanwege psychische klachten) zijn de cijfers gebaseerd op studenten die binnen het onderwerp alle vragen uit de vragenlijst hebben ingevuld. De aantallen staan aangegeven bij de figuren en tabellen.

¹ Studenten die een ten minste het eerste deel van de vragenlijst hebben ingevuld (vragen over mentale gezondheid) bleken niet te verschillen van studenten die de totale vragenlijst hebben ingevuld wat betreft achtergrondkenmerken en uitkomstmaten.

2 Hoe staat het met de mentale gezondheid van studenten?

2.1 Inleiding

In dit hoofdstuk wordt een actueel beeld geschetst van de mentale gezondheid van Fontys-studenten in 2023. Daartoe wordt de mentale gezondheid beschreven van de Fontys-studenten die de vragenlijst van de MMMS volledig of grotendeels hebben ingevuld. Er worden cijfers gepresenteerd over het mentaal welbevinden (levenstevredenheid, veerkracht en floreren) en het vóórkomen van psychische klachten (depressie- en/of angstklachten, emotionele uitputtingsklachten en levensmoeheid) en cijfers over hoe vaak studenten stress, prestatiedruk en eenzaamheid ervaren (zie kader). Ook worden deze cijfers vergeleken met die van alle dertien hogescholen die aan de meting hebben meegedaan.

Verbanden tussen de negen mentale gezondheidsmaten en diverse factoren (waaronder sociaal-demografische kenmerken van studenten, studie-gerelateerde kenmerken en diverse andersoortige factoren (zoals ontvangen van sociale steun, sociale mediagebruik, game- en gokgedrag, slaapproblemen, ingrijpende gebeurtenissen en maatschappelijke problemen)) worden in het landelijke rapport (hoofdstuk 4) beschreven.

De mentale gezondheid van de deelnemende studenten is in kaart gebracht aan de hand van negen maten²:

Mentaal welbevinden

- Levenstevredenheid: het gemiddelde cijfer op een schaal van 0 tot en met 10 dat studenten aan hun leven geven; gemeten met de Cantril-ladder.
- Floreren (in de afgelopen vier weken): het percentage studenten dat in de afgelopen vier weken bovengemiddeld scoort op positieve geestelijke gezondheid, ook wel 'floreren' genoemd; gemeten met de *Mental Health Continuum – Short Form* (MHC-SF 2.1).
- Gemiddelde of hoge mate van veerkracht: het percentage studenten met een gemiddelde of hoge mate van veerkracht; gemeten met de *Brief Resilience Scale* (BRS).

Psychische klachten

- Depressie-/angstklachten (in de afgelopen vier weken): het percentage studenten dat depressie- en/of angstklachten heeft ervaren; gemeten met de *Mental Health Inventory* (MHI-5).
- Emotionele uitputtingsklachten: het percentage studenten met emotionele uitputtingsklachten; gemeten met een subschaal van de *Maslach Burnout Inventory-Student Survey* (MBI-SS).
- (Enigszins) levensmoe (in de afgelopen vier weken): het percentage studenten dat '(bijna) altijd', 'meestal' 'soms' of 'af

² Als de mentale gezondheidsmaat over een bepaalde periode gaat, staat dat bij de beschrijving van de maat aangegeven.

en toe' de wens had om dood te zijn of te gaan slapen en nooit meer wakker te worden; gemeten met een enkelvoudige vraag.

Stress, prestatiedruk en eenzaamheid

- (Heel) veel stress (in de afgelopen vier weken): het percentage studenten dat (heel) veel stress heeft ervaren; gemeten met een enkelvoudige vraag.
- Vaak prestatiedruk: het percentage studenten dat vaak prestatiedruk ervaart vanuit zichzelf en/of anderen; gemeten met twee enkelvoudige vragen.
- Enigszins of sterk eenzaam: het percentage studenten dat enigszins of sterk eenzaam is; gemeten met de verkorte eenzaamheidsschaal van De Jong-Gierveld.

Zie bijlage 1 van het landelijke rapport voor meer informatie over de gebruikte meetinstrumenten en afkapwaarden.

2.2 Mentale gezondheid van de deelnemende studenten: basiscijfers

In tabel 2.1 staan uitkomsten gepresenteerd voor de negen maten voor mentale gezondheid. In de eerste kolom staan de uitkomsten voor de eigen studenten en in de tweede kolom staan de cijfers voor de studenten van alle dertien hogescholen samen. In de laatste kolom staan de effectgroottes voor de verschillen tussen de eigen studenten en het gemiddelde van de dertien hogescholen.

Zoals in tabel 2.1 te zien is, zijn er geen noemenswaardige verschillen tussen Fontys en alle hogescholen³.

Deze basiscijfers uit tabel 2.1 worden in de volgende paragrafen 2.3 (mentaal welbevinden), 2.4 (psychische klachten) en 2.5 (stress, prestatiedruk en eenzaamheid) beschreven en waar mogelijk aangevuld met verdiepende uitkomsten.

Cijfers over mentale gezondheid per studietype en/of locatie staan in bijlage 2.

³ Op basis van de univariate analyse zijn er evenmin noemenswaardige verschillen tussen de hogeschool en het totaal van de dertien hogescholen (cijfers staan niet in dit rapport).

Tabel 2.1 Mentale gezondheid van studenten die hebben deelgenomen aan dit onderzoek van Fontys en van de dertien hogescholen

	Fontys (n = 2243)	Gemiddelde HBO's (n = 14800)	Effectgrootte
Mentaal welbevinden			
Levenstevredenheid (M, sd)	6.6 (1.5)	6.6 (1.4)	n.s.
Gemiddelde of hoge mate van veerkracht (%)	54	52	n.s.
Floreren (positieve mentale gezondheid) (%)	19	21	n.s.
Psychische klachten			
Depressie-/angstklachten (%)	44	42	n.s.
Emotionele uitputtingsklachten (%)	57	56	n.s.
(Enigszins) levensmoeheid (%)	27	26	n.s.
Overige maten			
(Heel) veel stress (%)	54	55	n.s.
Vaak prestatiedruk (%)	44	42	n.s.
Enigszins of sterk eenzaam (%)	60	59	n.s.

Analyses zijn uitgevoerd op een gewogen databestand.

Er is rekening gehouden met invloed van geslacht en leeftijd.

N.s. = niet significant verschil met de referentiecategorie ($p < 0,01$)

Effectgrootte bij significant verschil: x = heel klein ($< 0,2$), +/- = klein (0,2-0,49), ++/- = middelgroot (0,5-0,79), +++/- = groot (0,8-1,29).

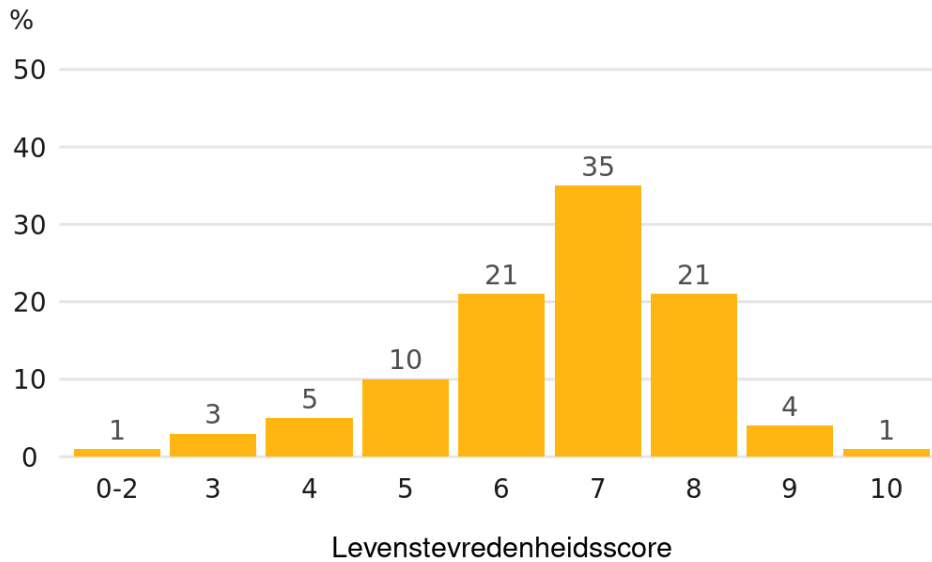
2.3 Mentaal welbevinden

Levenstevredenheid

Zoals te zien is in de eerste kolom van tabel 2.1 geven studenten die meegedaan hebben met dit onderzoek hun leven gemiddeld een 6,6 op een schaal van 0 tot en met 10⁴. In figuur 2.1 is te zien dat 77% van de studenten in de middenmoot (6 tot en met 8) scoort. 19% geeft hun leven een 5 of lager en 5% een 9 of 10.

⁴ Het gaat hier dus niet om een rapportcijfer (dat loopt van 1 tot en met 10).

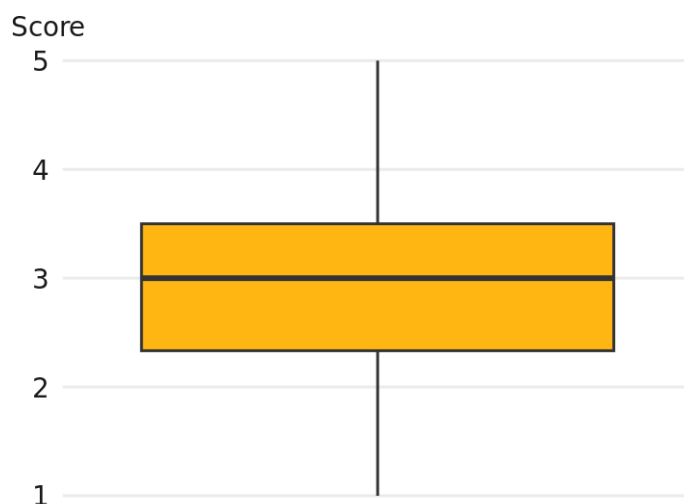
Figuur 2.1 Verdeling van scores op levenstevredenheid (0 tot en met 10) (in percentages) onder de deelnemende Fontys-studenten (n=2243)



Veerkracht

54% van de deelnemende studenten heeft een gemiddelde of hoge mate van veerkracht (tabel 2.1). Figuur 2.2 toont de verdeling van de scores op de gebruikte maat voor veerkracht (die kunnen lopen van 1 tot 5) aan de hand van een zogeheten 'boxplot'. Te zien is dat de helft van de studenten tussen 2,3 en 3,5 scoort. Een kwart van de studenten scoort tussen 1 en 2,3; en de resterende kwart tussen 3,5 en 5.

Figuur 2.2 Verdeling van scores op veerkracht onder de deelnemende studenten van Fontys (n=2243). Zie een nadere toelichting bij deze boxplot in het onderschrift



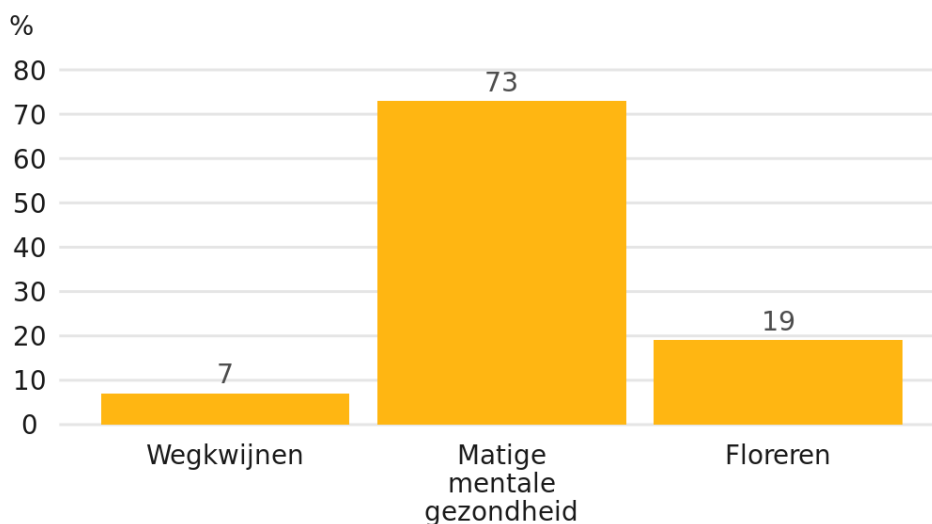
De rechthoek vertegenwoordigt de scores van de helft van de studenten. De vetgedrukte horizontale lijn in de rechthoek representeert de mediaan (3): de ene helft van de studenten scoort hoger dan de mediaanscore, de andere helft heeft een lagere score. De lijnen aan de boven- en onderzijde van de rechthoek geven de spreiding van de scores weer, van de laagste score (1) tot de hoogste score (5).

Floreren

19% van de deelnemende studenten heeft een bovengemiddelde positieve mentale gezondheid (tabel 2.1, kolom 1); dat zijn de studenten die 'floreren'. Figuur 2.3 laat zien dat de resterende studenten grotendeels (73%) een 'matige mentale gezondheid' hebben. Een minderheid van 7% scoort het laagst, ook wel aangeduid met 'verkommeren/wegkwijnen'⁵.

⁵ De hier gebruikte termen zijn een vertaling van respectievelijk flourishing, moderate mental health en languishing (Westerhof, G. J. en Keyes, C. L. (2008). Geestelijke gezondheid is meer dan de afwezigheid van geestelijke ziekte. *MGV-Maandblad geestelijke volksgezondheid*, 63(10), 808–82).

Figuur 2.3 Mate van positieve mentale gezondheid in de afgelopen vier weken (in percentages) onder de deelnemende Fontys-studenten (n=2243)

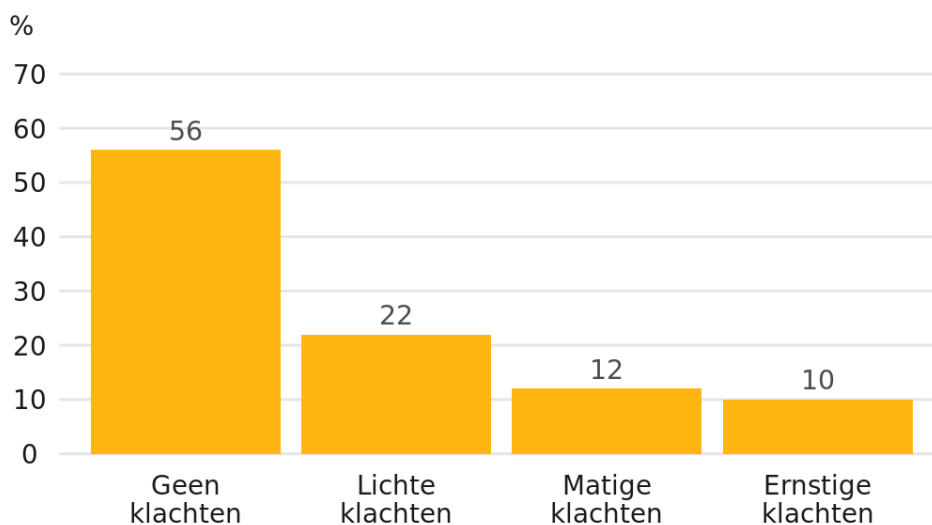


2.4 Psychische klachten

Depressie- en/of angstklachten

44% van de deelnemende studenten heeft in de afgelopen vier weken depressie- en/of angstklachten ervaren (tabel 2.1, kolom 1). In figuur 2.4 is een indeling van de ernst van de klachten weergegeven. 10% van de studenten heeft te maken met ernstige klachten. Bij 12% gaat het om matige klachten, terwijl 22% lichte depressie- en/of angstklachten heeft.

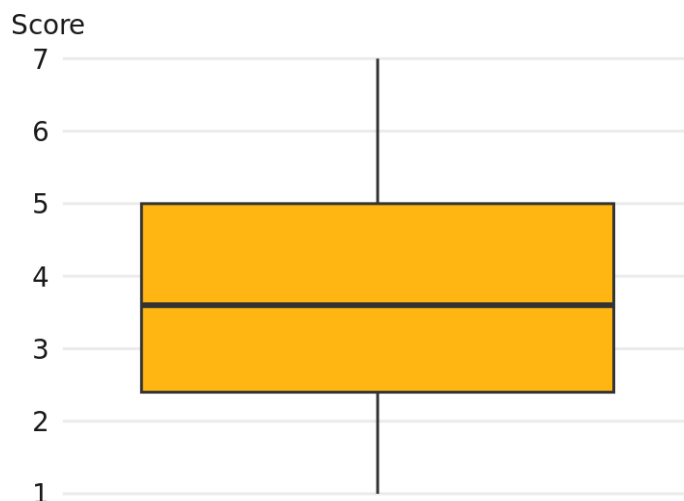
Figuur 2.4 Mate van depressie- en/of angstklachten (in percentages) in de afgelopen vier weken onder de deelnemende Fontys-studenten (n=2243)



Emotionele uitputtingsklachten

57% van studenten die hebben deelgenomen aan dit onderzoek ervaart emotionele uitputtingsklachten (tabel 2.1, kolom 1). Figuur 2.5 toont de verdeling van de scores (die kunnen lopen van 1 tot 7) op de gebruikte maat voor emotionele uitputtingsklachten aan de hand van een boxplot. Te zien is dat de helft van de studenten tussen 2,4 en 5 scoort. Een kwart van de studenten scoort tussen 1 en 2,4; en de resterende kwart tussen 5 en 7.

Figuur 2.5 Verdeling van de scores op emotionele uitputtingsklachten onder de deelnemende Fontys-studenten (n=2243). Zie een nadere toelichting bij deze boxplot in het onderschrift.

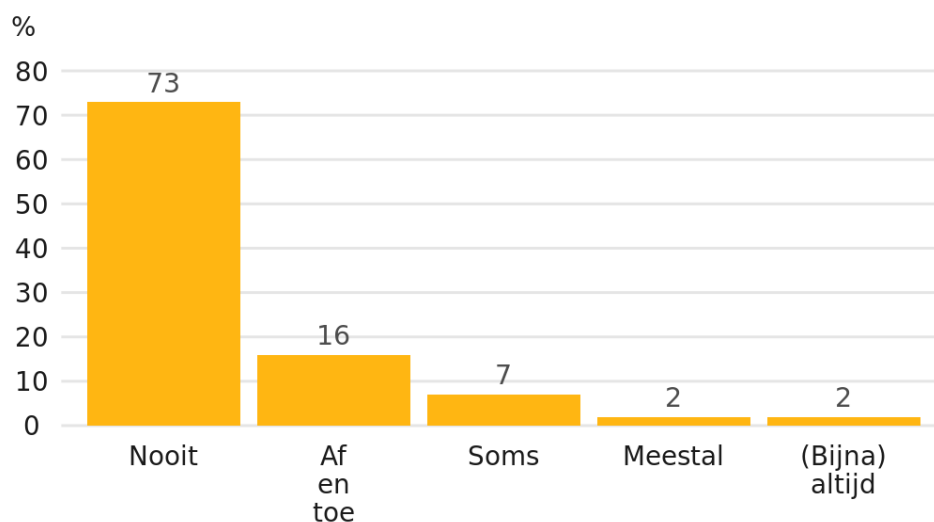


De rechthoek vertegenwoordigt de scores van de helft van de studenten. De vetgedrukte horizontale lijn in de rechthoek representeert de mediaan (3,6): de ene helft van de studenten scoort hoger dan de mediaanscore, de andere helft heeft een lagere score. De lijnen aan de boven- en onderzijde van de rechthoek geven de spreiding van de scores weer, van de laagste score (1) tot de hoogste score (7).

Levensmoeheid

27% van de deelnemende studenten geeft aan in de afgelopen vier weken (bijna) altijd, meestal, soms of af en toe de wens te hebben gehad dood te zijn of te gaan slapen en nooit meer wakker te worden (kortweg: levensmoeheid) (tabel 2.1, kolom 1). Figuur 2.6 laat zien dat het hierbij in de meeste gevallen gaat om studenten die af en toe (16%) of soms (7%) levensmoeheid hebben ervaren. 4% van de studenten heeft meestal of (bijna) altijd levensmoeheid ervaren in de afgelopen vier weken.

Figuur 2.6 Mate van levensmoeheid in de afgelopen vier weken (in percentages) onder de deelnemende Fontys-studenten (n=2243)

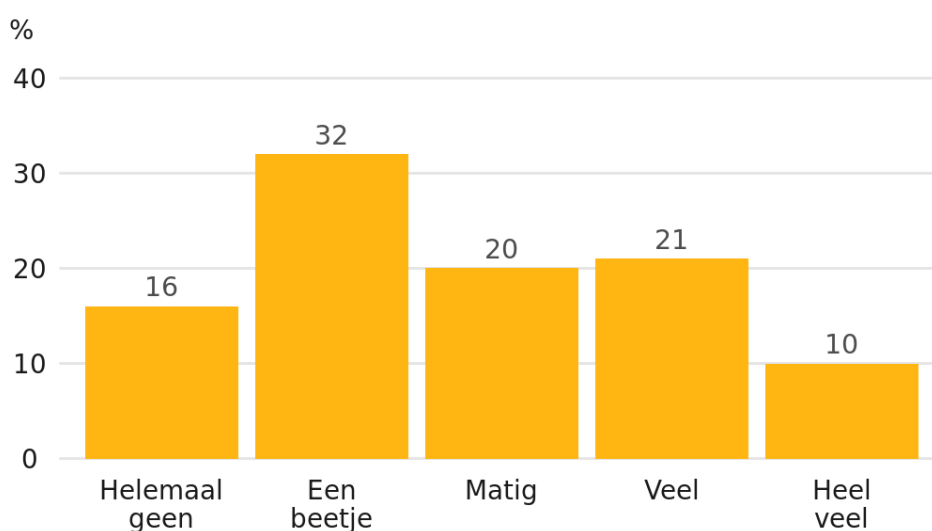


Hinder vanwege psychische klachten

Aan alle studenten is ook de vraag voorgelegd in hoeverre zij *in de afgelopen twaalf maanden* hinder hebben ondervonden vanwege psychische klachten, zoals een sombere stemming, angstklachten, bezorgdheid, stress of zenuwachtigheid⁶. Ruim de helft van de studenten (51%) heeft in de afgelopen twaalf maanden matige tot heel veel hinder ervaren door psychische klachten (figuur 2.7).

⁶ In de vraagstelling is toegelicht dat het gaat om hinder bij studie, werk, sociale contacten en persoonlijke relaties.

Figuur 2.7 Mate waarin de onderzochte studenten in de afgelopen twaalf maanden hinder hebben ervaren van psychische klachten, zoals een sombere stemming, angstklachten, bezorgdheid, stress of zenuwachtigheid (in percentages) (n=2243)*



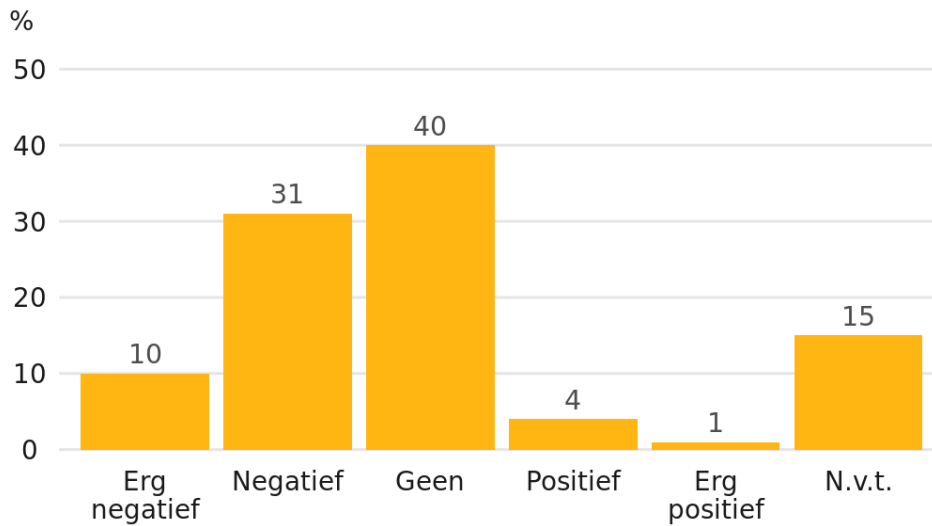
* Het gaat om hinder in studie, werk, sociale contacten of persoonlijke relaties.

Ervaren invloed van coronacrisis op mentale gezondheid

In 2023 is aan de studenten gevraagd in hoeverre zij ten tijde van deze tweede meting nog gevolgen (positief of negatief) ervaren van de coronacrisis (inclusief coronamaatregelen) op hun mentale gezondheid (somberheid, angst, bezorgdheid, stress).

Zoals te zien is in figuur 2.8 ervaart een groot deel van de studenten nog steeds een (erg) negatieve invloed van de coronacrisis op hun mentale gezondheid (41%). Echter, een ander aanzienlijk deel van de studenten (40%) geeft aan dat de coronacrisis geen invloed meer heeft op hun mentale gezondheid.

Figuur 2.8 Percentage deelnemende Fontys-studenten dat nog gevolgen (positief of negatief*) ervaart van de coronacrisis of -maatregelen (n=2213)



*Niet van toepassing betekent dat de coronacrisis of -maatregelen helemaal geen invloed hebben gehad.

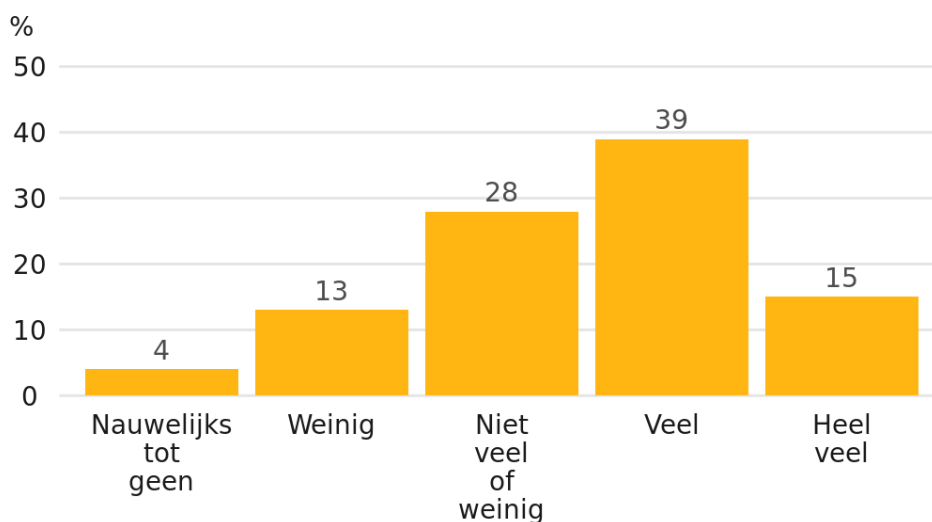
2.5 Stress, prestatiedruk en eenzaamheid

Stress

54% van de deelnemende studenten geeft aan in de afgelopen vier weken veel of heel veel stress te hebben ervaren (figuur 2.9).

Figuur 2.9 laat ook zien dat vooral de groep studenten die veel stress ervaart groot is (39%). 4% van de studenten heeft in de afgelopen vier weken nauwelijks tot geen stress ervaren.

Figuur 2.9 Mate van ervaren stress in de afgelopen vier weken (in percentages) onder de deelnemende Fontys-studenten (n=2243)



Aan alle studenten die ten minste enige mate van stress⁷ hebben ervaren (n=2145) zijn twaalf mogelijke bronnen van stress voorgelegd; zes over het persoonlijke leven van studenten en zes maatschappelijke problemen (figuur 2.10). Van de twaalf stressbronnen, blijkt de studie veruit de belangrijkste te zijn: 60% van de studenten geeft aan in de afgelopen vier weken veel of heel veel stress te hebben ervaren door de studie die ze volgen. Andere vaak genoemde stressbronnen uit het persoonlijk leven van studenten zijn persoonlijke problemen (36%) en hun financiële toekomst (31%).

Van de maatschappelijke problemen zijn de kosten van het dagelijkse leven de belangrijkste stressbron: 41% van de studenten geeft aan dat dit een bron van (heel) veel stress is. Discriminatie en uitsluiting evenals internationale spanningen en oorlog zijn het minst vaak genoemd als stressbron. Toch ervaart nog ongeveer 1 op de 8 studenten veel of heel veel stress van deze twee maatschappelijke problemen.

⁷ Dit zijn alle studenten die hebben aangegeven 'weinig', 'niet weinig/niet veel', 'veel' en 'heel veel' stress te hebben ervaren in de afgelopen twaalf maanden.

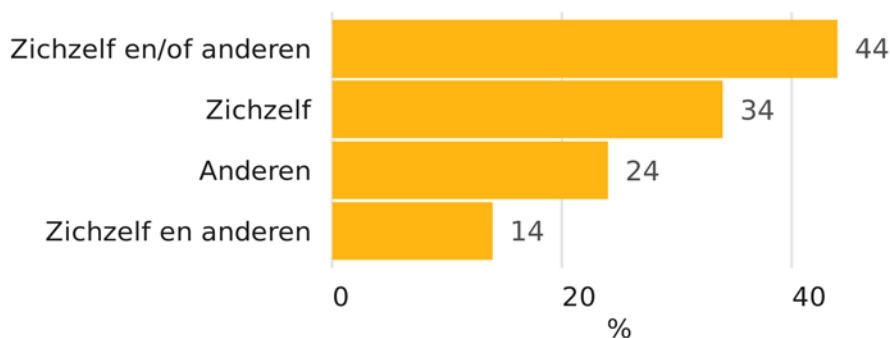
Figuur 2.10 Percentage van de deelnemende Fontys-studenten dat in de afgelopen vier weken (heel) veel stress heeft ervaren van stressbronnen (omstandigheden in het persoonlijke leven en maatschappelijke problemen) (meerdere antwoorden mogelijk). Uitgegaan wordt van de studenten die ten minste enige mate van stress hebben ervaren in de afgelopen vier weken (n=2145)



Prestatiedruk

44% van de deelnemende studenten heeft aangegeven vaak het gevoel te hebben onder druk te staan om aan de eigen verwachtingen te voldoen en/of aan die van anderen (figuur 2.11). De prestatiedruk komt vaker vanuit een student zelf (34%) dan vanuit anderen (24%). 14% ervaart vaak prestatiedruk vanuit zichzelf én anderen.

Figuur 2.11 Percentage van de deelnemende Fontys-studenten dat vaak prestatiedruk vanuit zichzelf en/of anderen ervaart (n=2243)



Eenzaamheid

Zoals kolom 1 van tabel 2.1 laat zien, voelt 60% van de deelnemende studenten zich in meer of mindere mate eenzaam (sterk of enigszins eenzaam). 25% voelt zich sterk eenzaam en 36% voelt zich enigszins eenzaam (tabel 2.2). De gebruikte eenzaamheidsschaal van De-Jong-Gierveld maakt een onderscheid tussen twee soorten eenzaamheid: emotionele en sociale eenzaamheid⁸. 67% is enigszins of sterk emotioneel eenzaam (tabel 2.2), terwijl 56% van de studenten aangeeft zich enigszins of sterk sociaal eenzaam te voelen.

Tabel 2.2 Mate van eenzaamheid en soorten eenzaamheid (in percentages) onder de deelnemende Fontys-studenten

Fontys (n = 2243)	
Mate van eenzaamheid	
Niet eenzaam	40
Enigszins eenzaam	36
Sterk eenzaam	25
Soort eenzaamheid	
Emotioneel eenzaam	67
Sociaal eenzaam	56

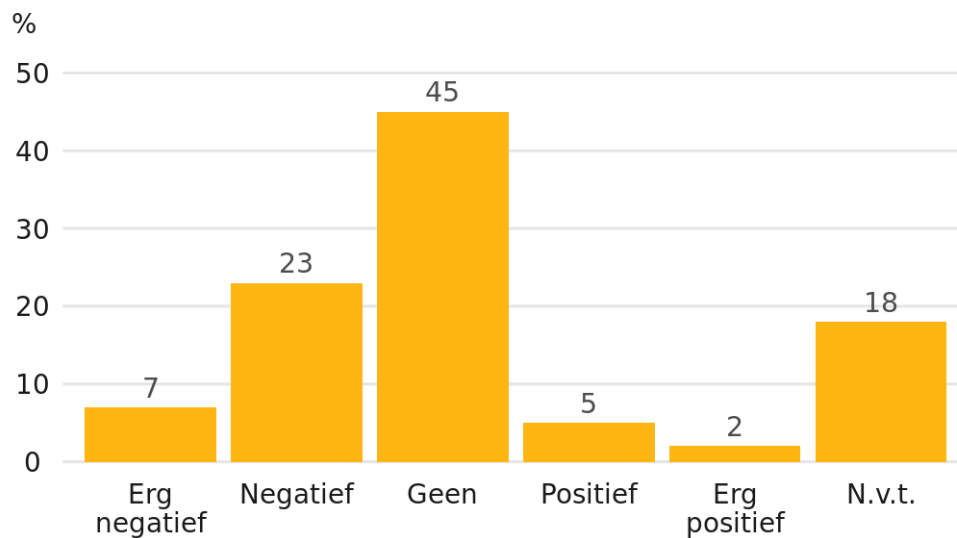
Ervaren invloed van de coronacrisis op eenzaamheid

In 2023 is aan de studenten gevraagd in hoeverre zij ten tijde van deze tweede meting nog gevolgen (positief of negatief) ervaren van de coronacrisis (inclusief coronamaatregelen) op gevoelens van eenzaamheid. Zoals te zien is in figuur 2.12 ervaart bijna een derde van de studenten nog steeds een (erg) negatieve invloed van de coronacrisis

⁸ Van emotionele eenzaamheid is sprake als iemand een hechte, intieme band mist met één andere persoon, meestal de levenspartner. Bij sociale eenzaamheid gaat het om gemis van betekenisvolle relaties met een bredere groep van mensen, zoals kennissen, collega's, buurtgenoten, mensen met dezelfde belangstelling, mensen om samen een hobby uit te voeren (Van Tilburg, T. en De Jong Gierveld, J. (2007). Zicht op eenzaamheid: Achtergronden, oorzaken en aanpak. Van Gorcum).

op eenzaamheidsgevoelens (30%). Echter, bijna de helft van de studenten geeft aan dat de coronacrisis geen invloed meer heeft op eenzaamheidsgevoelens (45%).

Figuur 2.12 Percentage deelnemende Fontys-studenten dat nog gevolgen (positief of negatief) ervaart van de coronacrisis of -maatregelen (n=2213)*



* 'Niet van toepassing' betekent: coronacrisis of -maatregelen hebben helemaal geen invloed gehad.

3 Hoe staat het met het middelengebruik van studenten?

3.1 Inleiding

In dit hoofdstuk worden de cijfers over middelengebruik onder studenten in 2023 gepresenteerd. Daartoe wordt het middelengebruik beschreven van de Fontys-studenten die de vragenlijst van de MMMS volledig of grotendeels hebben ingevuld. Er worden cijfers gepresenteerd over alcoholgebruik, roken en vaperen, drugsgebruik en medicatiegebruik zonder doktersvoorschrift (zie kader). Ook worden deze cijfers vergeleken met die van alle dertien hogescholen die aan de meting hebben meegedaan.

Het middelengebruik van de deelnemende studenten is in kaart gebracht aan de hand van tien uitkomstmaten:

Alcoholgebruik

- Overmatig alcoholgebruik: gemiddeld meer dan 14 (voor vrouwen) of 21 (voor mannen) glazen alcohol per week in de afgelopen twaalf maanden.
- Zwaar alcoholgebruik: ten minste één keer per week vier of meer (voor vrouwen) of zes of meer (voor mannen) glazen alcohol op één dag in de afgelopen zes maanden.

Roken

- Dagelijks roken (sigaretten of shag).
- Dagelijks of regelmatig vaperen (inclusief e-smokers en elektronische sigaretten).

Drugsgebruik

- Frequent cannabisgebruik: ten minste één of twee keer per week gebruikt in de afgelopen twaalf maanden.
- Recent xtc-gebruik: in de afgelopen maand gebruikt.
- Recent cocaïnegebruik: in de afgelopen maand gebruikt.
- Recent gebruik van psychedelica: in de afgelopen maand LSD, 2-CB en/of paddo's/truffels gebruikt.

Medicatiegebruik zonder doktersvoorschrift

- Concentratie verhogende middelen: methylfenidaat/dexamfetamine of modafinil gebruikt in de afgelopen twaalf maanden zonder doktersvoorschrift.
- Slaap- en kalmeringsmiddelen: in de afgelopen twaalf maanden gebruikt zonder doktersvoorschrift.

Zie bijlage 1 van het landelijke rapport voor meer informatie over de gebruikte meetinstrumenten en afkapwaarden.

Verbanden tussen de tien maten over middelengebruik en een omvangrijke set factoren (waaronder sociaal-demografische kenmerken

van studenten, studie-gerelateerde kenmerken en diverse andersoortige factoren (zoals ontvangen van sociale steun, sociale mediagebruik, game- en gokgedrag, slaapproblemen, ingrijpende gebeurtenissen en maatschappelijke problemen)) worden in het landelijke rapport (hoofdstuk 7) beschreven.

3.2 Middelengebruik van de deelnemende studenten: basiscijfers

In tabel 3.1 staan uitkomsten gepresenteerd voor de tien maten voor middelengebruik. In de eerste kolom staan de uitkomsten voor de eigen studenten en in de tweede kolom staan de cijfers voor de studenten van alle dertien hogescholen samen. In de laatste kolom staan de effectgroottes voor de verschillen tussen de eigen studenten en het gemiddelde van de dertien hogescholen.

Zoals in tabel 3.1 te zien is, zijn er geen noemenswaardige verschillen tussen de eigen hogeschool en alle hogescholen⁹.

Deze basiscijfers worden in de volgende paragrafen 3.3 (alcoholgebruik), 3.4 (roken), 3.5 (drugsgebruik) en 3.6 (medicatiegebruik zonder doktersvoorschrift) beschreven en indien mogelijk aangevuld met verdiepende uitkomsten.

⁹ Op basis van de univariate analyse zijn er evenmin verschillen tussen de hogeschool en het totaal van de dertien hogescholen (cijfers staan niet in dit rapport).

Tabel 3.1 Middelengebruik van studenten die hebben deelgenomen aan dit onderzoek van Fontys en van de dertien hogescholen (in percentages)

	Fontys (n = 2223)	Gemiddelde HBO's (n = 14641)	Effectgrootte
Alcoholgebruik			
Overmatig alcoholgebruik	11	9	n.s.
Zwaar alcoholgebruik	17	15	n.s.
Roken			
Dagelijks roken	7	7	n.s.
Dagelijks of regelmatig vaperen	6	5	x
Drugsgebruik			
Frequent cannabisgebruik	7	5	n.s.
Recent xtc-gebruik	4	3	n.s.
Recent cocaïnegebruik	2	2	n.s.
Recent psychedelica-gebruik	2	1	n.s.
Medicatiegebruik zonder doktersvoorschrift			
Gebruik concentratieverhogende middelen zonder doktersvoorschrift	2	3	n.s.
Gebruik slaap- en kalmeringsmiddelen zonder doktersvoorschrift	2	3	n.s.

Analyses zijn uitgevoerd op een gewogen databestand.

Er is rekening gehouden met invloed van geslacht en leeftijd.

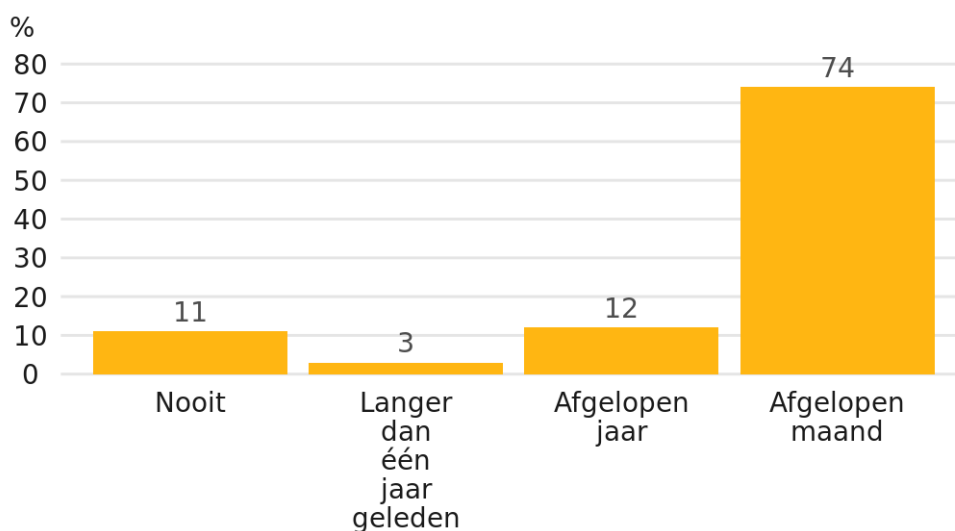
N.s. = niet significant verschil met de referentiecategorie ($p < 0,01$)

Effectgrootte bij significant verschil: x = heel klein ($< 0,2$), +/- = klein (0,2-0,49), ++/- = middelgroot (0,5-0,79), +++/- = groot (0,8-1,29).

3.3 Alcoholgebruik

Figuur 3.1 laat zien dat 89% van de studenten ooit alcohol heeft gedronken, een iets lager percentage (86%) in de afgelopen twaalf maanden alcohol dronk en 11% nooit alcohol drinkt.

Figuur 3.1 Frequentie van alcoholgebruik onder deelnemende studenten van Fontys (in percentages) (n=2223)



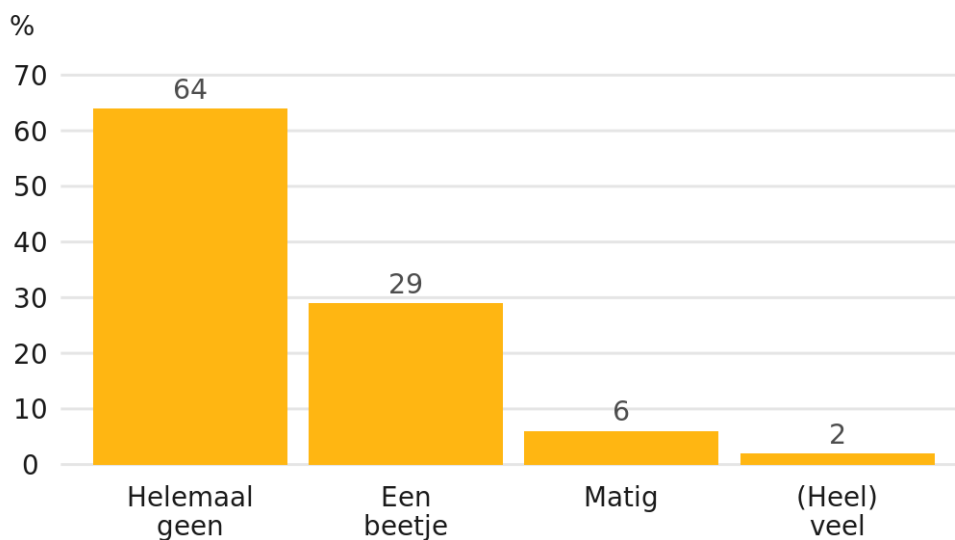
Zoals te zien in tabel 3.1, drinkt 11% van de deelnemende studenten overmatig, en 17% drinkt zwaar.

Een onderdeel van de vragenlijst was ook de Alcohol Use Disorders Identification Screening Test (AUDIT), waarmee riskant drinken en mogelijke afhankelijkheid van alcohol kan worden vastgesteld. Een score van 8 of meer punten duidt op gevaarlijk of schadelijk alcoholgebruik. Een score van 20 of hoger wijst op (mogelijke) afhankelijkheid en bij deze score wordt een verwijzing naar de verslavingszorg aangeraden. Van de aan dit onderzoek deelnemende studenten die in de afgelopen twaalf maanden hebben gedronken (n=1917), had 40% een auditscore van 8 of hoger en 4% scoorde 20 of hoger.

Aan de studenten die in de afgelopen twaalf maanden alcohol hebben gedronken (n=1917) is gevraagd in hoeverre zij hiervan in deze periode hinder¹⁰ hebben ondervonden. 93% van de studenten geeft aan geen (64%) of een beetje (29%) hinder te hebben ondervonden (figuur 3.2). 6% ervaart matige hinder van hun alcoholgebruik, en 2% (heel) veel hinder.

¹⁰ In de vraagstelling is toegelicht dat het gaat om hinder bij studie, werk, sociale contacten en persoonlijke relaties.

Figuur 3.2 Mate waarin de deelnemende studenten van Fontys hinder hebben ondervonden van hun alcoholgebruik (in percentages), uitgaand van studenten die in de afgelopen twaalf maanden alcohol hebben gedronken (n=1917)*

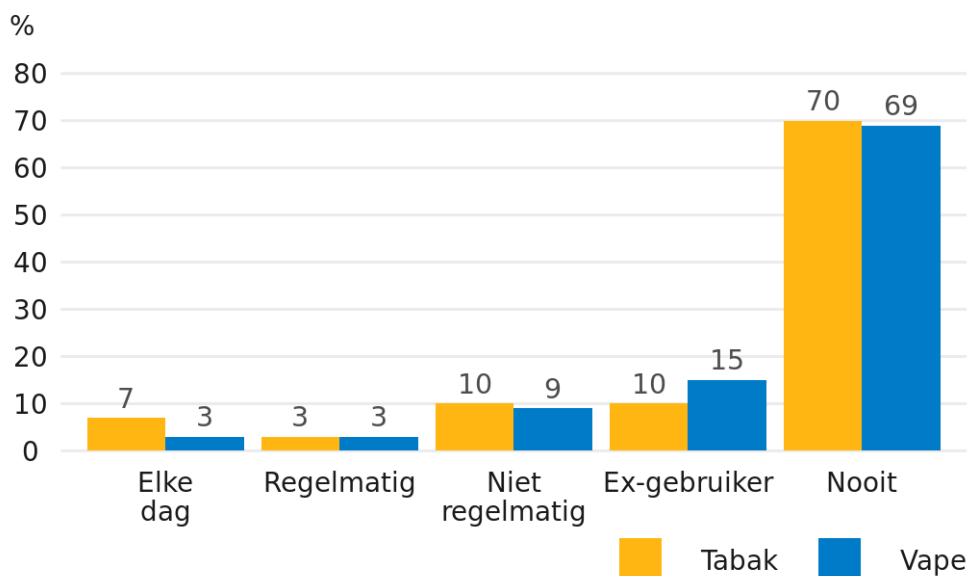


* Het gaat om hinder in studie, werk, sociale contacten of persoonlijke relaties.

3.4 Roken

Figuur 3.3 laat zien dat een ruime meerderheid van de deelnemende studenten (70%) aangeeft géén tabak te roken. 7% van de studenten rookt dagelijks en 3% van de studenten rookt regelmatig, maar niet elke dag. 69% van de deelnemende studenten geeft aan niet te vaperen (figuur 3.3). 6% vaperen dagelijks of regelmatig.

Figuur 3.3 Frequentie van gebruik van tabak en vape onder de deelnemende studenten van Fontys (in percentages) (n=2223)



3.5 Drugsgebruik

Zoals te zien is in tabel 3.1 gebruikt 7% van de studenten frequent cannabis (ten minste één of twee keer per week in de afgelopen twaalf maanden). Recent gebruik (in de afgelopen maand) van xtc, cocaïne en psychedelica komt bij respectievelijk 4%, 2% en 2% van de studenten voor (tabel 3.1).

Er is aan de studenten gevraagd of zij ooit in hun leven en in het afgelopen jaar drugs hebben gebruikt. En zo ja, om welke drugs dit gaat. De meest genoemde soorten drugs die ooit zijn gebruikt zijn: cannabis (48%), xtc (21%) en lachgas (18%) (tabel 3.2). De meest genoemde soorten drugs die de afgelopen twaalf maanden zijn gebruikt, zijn: cannabis (28%), xtc (14%), cocaïne (6%) en verschillende soorten psychedelica, samen (6%).

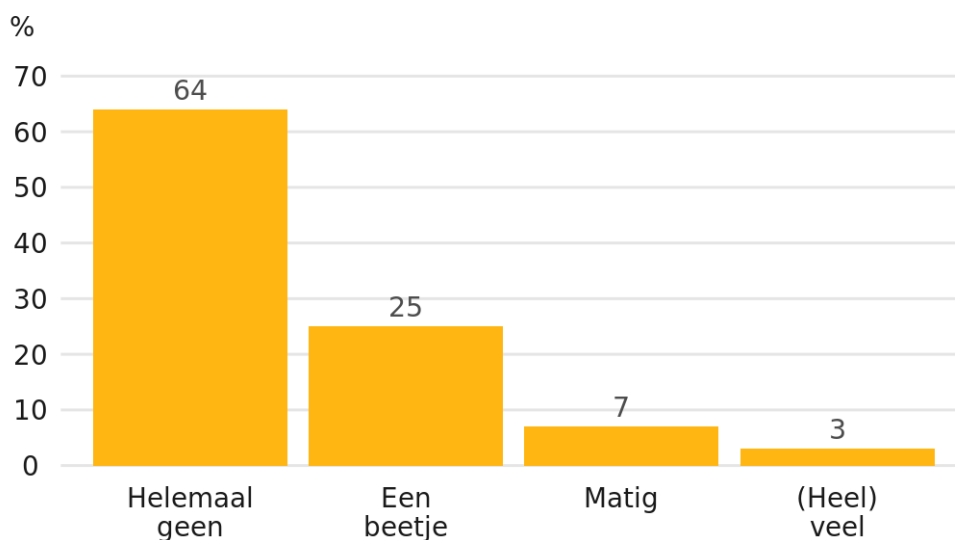
Tabel 3.2 Drugsgebruik onder de deelnemende studenten van Fontys (in percentages) (n=2223)

	Afgelopen twaalf maanden gebruikt	Ooit gebruikt
Cannabis	28	48
Xtc	14	21
Cocaïne	6	12
Psychedelica	6	14
Paddo's en/of truffels	5	12
2C-B	2	6
LSD	1	3
Andere drugs		
Amfetamine (pep, speed)	4	8
Ketamine	5	9
GHB of GBL	1	2
3-MMC	5	8
4-MMC	3	5
Lachgas	3	18

Aan de studenten die in de afgelopen twaalf maanden drugs hebben gebruikt (n=773), is de vraag voorgelegd in hoeverre zij hinder¹¹ hebben ondervonden van hun drugsgebruik of de na-effecten ervan. 'Helemaal geen' is het vaakst gekozen antwoord (64% van de studenten). 25% van de studenten heeft aangegeven een beetje hinder te ondervinden van hun drugsgebruik en 10% ondervindt matig tot (heel) veel hinder.

¹¹ In de vraagstelling is toegelicht dat het gaat om hinder bij studie, werk, sociale contacten en persoonlijke relaties.

Figuur 3.4 Percentage van de deelnemende studenten van Fontys dat hinder ervaarde door drugsgebruik, uitgaand van de studenten die de afgelopen twaalf maanden drugs gebruikten (n=773)*



* Het gaat om hinder in studie, werk, sociale contacten of persoonlijke relaties.

3.6 Gebruik medicatie zonder doktersvoorschrift

2% van de studenten gebruikte in de afgelopen twaalf maanden concentratieverhogende middelen zonder doktersvoorschrift (tabel 3.1, kolom 1). Eveneens 2% van de studenten gebruikte in die periode slaap- en kalmeringsmiddelen zonder doktersvoorschrift.

4 Ontvangen hulp of advies vanuit de instelling

4.1 Inleiding

Uitgaande van de studenten die hebben deelgenomen aan dit onderzoek, schetst dit hoofdstuk (paragraaf 4.2) een actueel beeld van het aandeel Fontys-studenten dat in 2023 aangaf in de afgelopen twaalf maanden advies of hulp te hebben ontvangen vanwege psychische klachten, zowel *binnen* als *buiten* de onderwijsinstelling. Voor de studenten die advies of hulp hebben ontvangen, wordt ingegaan op wie de advies- of hulpgevers waren, en de tevredenheid van studenten over het advies of de hulp vanuit de instelling. Voor de studenten met psychische klachten die hiervoor in de afgelopen twaalf maanden *geen* advies of hulp hebben ontvangen vanuit de instelling wordt beschreven wat de reden hiervoor is.

4.2 Ontvangen advies of hulp vanwege psychische klachten

Aandeel studenten dat advies of hulp heeft ontvangen

De helft van de deelnemende studenten (50%) geeft aan in de afgelopen twaalf maanden geen advies of hulp te hebben ontvangen omdat zij geen psychische klachten¹² hadden. Psychische klachten zijn in de vraagstelling omschreven als 'klachten zoals sombere stemming, angstklachten, bezorgdheid, stress, zenuwachtigheid'. Uitgaande van de studenten met deze psychische klachten (n=1123), heeft ruim een derde (35%) hiervoor in de afgelopen twaalf maanden advies of hulp ontvangen van een medewerker werkzaam *binnen* de onderwijsinstelling (zie tabel 4.1). Ruim de helft (57%) van de studenten met psychische klachten heeft hiervoor advies of hulp ontvangen van iemand *buiten* de onderwijsinstelling. Dit kan een professionele zorgverlener zijn of iemand uit de directe sociale omgeving. In totaal heeft ongeveer twee derde (68%) van de studenten met psychische klachten hiervoor in de afgelopen twaalf maanden advies of hulp gekregen van iemand binnen en/of buiten de instelling. Bijna een kwart (24%) van de studenten heeft advies of hulp ontvangen van zowel iemand van binnen als van buiten de instelling.

Zoals in tabel 4.1 te zien is, zijn er geen noemenswaardige verschillen tussen Fontys en alle hogescholen¹³.

¹² De vraagstelling was: 'Heb je in de afgelopen 12 maanden voor jezelf vanwege psychische klachten advies of hulp ontvangen van iemand binnen jouw onderwijsinstelling (face-to-face, online en/of telefonisch)? Het gaat niet om advies of hulp van medestudenten'. Antwoordmogelijkheden waren: 1) ja; 2) nee, want ik had geen psychische klachten; 3) Nee, om een andere reden geen advies of hulp gekregen. Studenten die 1 en 3 antwoordden, vormen in dit hoofdstuk de groep studenten met psychische klachten en kregen ook vervolgvragen voorgelegd over advies of hulp buiten de instelling en het online zoeken van informatie en hulp.

¹³ Op basis van de univariate analyse zijn er evenmin verschillen tussen de hogeschool en het totaal van de dertien hogescholen (cijfers staan niet in dit rapport).

Tabel 4.1 Percentage deelnemende studenten van Fontys en van de dertien hogescholen dat in de afgelopen twaalf maanden advies of hulp heeft ontvangen vanwege psychische klachten. Uitgegaan is van studenten met psychische klachten zoals sombere stemming, angstklachten, bezorgdheid, stress, zenuwachtigheid

Ontvangen hulp of advies	Fontys (n = 1123)	Gemiddelde HBO's (n = 7391)	Effectgrootte
Van advies- of hulpgevers binnen de instelling	35	37	n.s.
Van advies- of hulpgevers buiten de instelling (professionele hulp-/zorgverlener of iemand uit de directe sociale omgeving)	57	57	n.s.
Van advies- of hulpgevers binnen en/of buiten de instelling (professionele hulp-/zorgverlener of iemand uit de directe sociale omgeving)	24	26	n.s.
Van advies- of hulpgevers binnen en buiten de instelling (professionele hulp-/zorgverlener of iemand uit de directe sociale omgeving)	68	68	n.s.

Analyses zijn uitgevoerd op een gewogen databestand.

Er is rekening gehouden met invloed van geslacht en leeftijd.

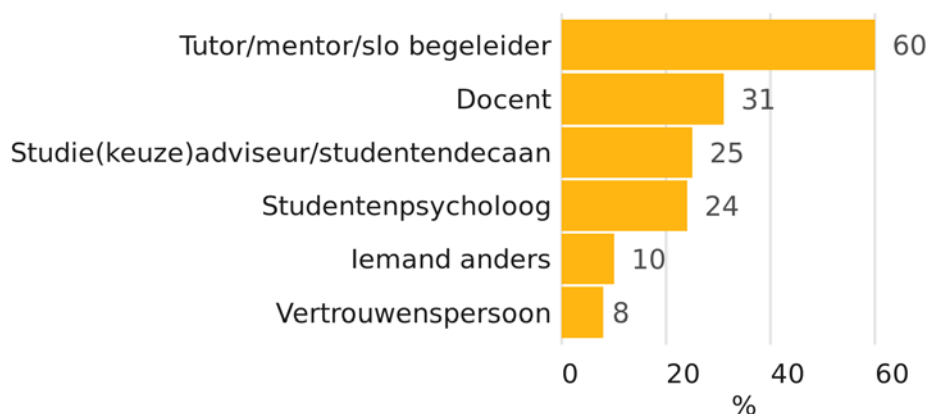
N.s. = niet significant verschil met de referentiecategorie ($p < 0,01$)

Effectgrootte bij significant verschil: x = heel klein ($< 0,2$), +/- = klein (0,2-0,49), ++/- = middelgroot (0,5-0,79), +++/- = groot (0,8-1,29).

Advies- en hulpgevers binnen de instelling

Aan de studenten die aangaven in de afgelopen twaalf maanden vanwege psychische klachten advies of hulp te hebben ontvangen van een medewerker werkzaam *binnen* de instelling (n=397), is gevraagd wie dit was. Het vaakst werden een tutor, mentor of studieloopbaanbegeleider (60%) genoemd, gevolgd door een docent (31%) (figuur 4.1).

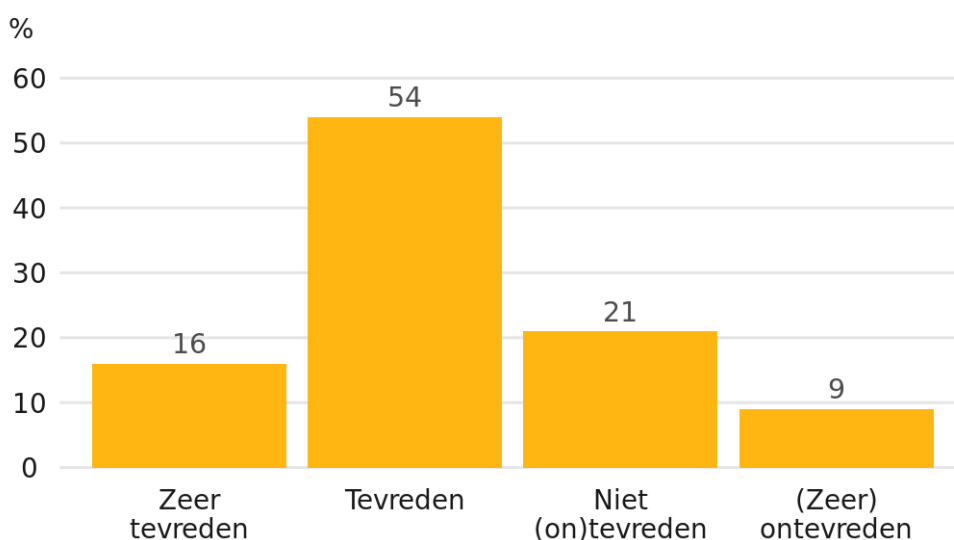
Figuur 4.1 Medewerkers van onderwijsinstellingen van wie Fontys-studenten advies of hulp hebben ontvangen (in percentages, meerdere antwoorden mogelijk), uitgaand van de studenten die advies of hulp hebben ontvangen binnen de instelling (n=397)



Tevredenheid over ontvangen advies of hulp

Figuur 4.2 laat zien dat 70% van de studenten (zeer) tevreden was over het advies of de hulp die ze ontvingen vanuit de instelling. Een minderheid van 9% was (zeer) ontevreden.

Figuur 4.2 Verdeling van tevredenheidsscores (in percentages) die Fontys-studenten geven voor het advies of de hulp die ze binnen de onderwijsinstelling ontvangen hebben (n=397)



Redenen voor het niet ontvangen van advies of hulp

Uitgegaan is van de studenten met psychische klachten die hiervoor in de afgelopen twaalf maanden geen advies of hulp ontvingen van een medewerker werkzaam binnen een instelling (n=730). De reden die deze studenten het vaakst noemden voor het niet ontvangen van advies

of hulp, is dat ze hun problemen zelf wilden oplossen (55%) (figuur 4.3). Andere vaak genoemde redenen zijn dat ze geen behoefte hadden aan advies of hulp (39%), dat ze al hulp kregen buiten de onderwijsinstelling (34%) en dat ze dachten dat het probleem vanzelf over zou gaan (28%). 13% van de studenten met psychische klachten wist niet van de mogelijkheid om binnen de instelling hulp te krijgen, 7% van de studenten gaf aan wel te hebben gezocht, maar geen hulp of advies te hebben gevonden.

Figuur 4.3 Redenen waarom studenten met psychische klachten geen hulp of advies hebben ontvangen binnen de instelling (in percentages, meerdere antwoorden mogelijk) (n=730)



5 Bijlagen

Bijlage 1: aanvullende sociaal-demografische, studie-gerelateerde en andere kenmerken van studenten

Bijlagetabel 1: Aanvullende sociaal-demografische, studie-gerelateerde en andere kenmerken van studenten van Fontys

		percentage	aantal
Biologisch geslacht en gender	Komen niet overeen	3	65
	Komen overeen	97	2178
Lhbtq+	Ja	15	326
	Nee	81	1817
	Weet niet/zegt niet	4	100
Woonsituatie	Bij ouders	55	1224
	Studentenhuis (4+ medebewoners)	8	186
	Met anderen (max 4 medebewoners)	25	550
	Zelfstandig	10	228
	Overig	2	54
Bachelor of master	Bachelor	92	2059
	Master of andersoortig	8	184
Opleidingsrichting: techniek	Techniek	33	740
	Niet techniek	67	1503
Opleidingsrichting: recht	Recht	te kleine aantallen	te kleine aantallen
	Niet recht	100	2236
Opleidingsrichting: gezondheidszorg	Gezondheidszorg	11	243
	Niet gezondheidszorg	89	2000
Opleidingsrichting: cultuur	Taal en cultuur	3	57
	Niet taal en cultuur	97	2186
Opleidingsrichting: Gedrag en maatschappij	Gedrag en maatschappij	14	322
	Niet gedrag en maatschappij	86	1921
Opleidingsrichting: landbouw	Landbouw en Natuurlijke omgeving	te kleine aantallen	te kleine aantallen
	Niet landbouw en Natuurlijke omgeving	100	2235
Opleidingsrichting: onderwijs	Onderwijs	19	418
	Niet onderwijs	81	1825
Opleidingsrichting:	Economie	19	418

		percentage	aantal
economie	niet economie	81	1825
Opleidingsrichting: natuur	Natuur	te kleine aantallen	te kleine aantallen
	Niet natuur	100	2243
Opleidingsrichting: sectoroverstijgend	Sectoroverstijgend	1	30
	Niet sectoroverstijgend	99	2213
Studievertraging	Geen vertraging	67	1496
	Tot een jaar	13	300
	Een jaar of meer	20	447
Huidige studieschuld	Geen schuld	54	1210
	0-20k	32	715
	20-40k	8	185
	40k+	6	132
Toekomstige studieschuld	Geen schuld	50	1132
	0-20k	30	668
	20-40k	9	200
	40k+	11	243
Lid van studentenver- eniging	Lid van 1 of meer studentenverenigingen	16	351
	Geen lid van een studentenvereniging	84	1892
Lid van niet-studentspecifieke vereniging	Lid van 1 of meer niet- studentspecifieke verenigingen	15	326
	Geen lid van een niet- studentspecifieke vereniging	85	1917
Lid van sportvereniging	Lid van 1 of meer sportverenigingen	38	841
	Geen lid van een sportvereniging	62	1402
Sporten/bewegen als ontspannende of energiegevendende activiteit	Nee	32	713
	Ja	68	1530
Voldoende tijd hebben voor activiteiten die ontspanning bieden	(Zeer) mee oneens	33	740
	Neutraal	21	481
	(zeer) mee eens	46	1022
Bijbaan	Geen/0 uur	27	594
	1-8 uur	21	474
	9-15 uur	22	500
	16+ uur	30	675
Mantelzorg verlenen	Nee	88	1975

		percentage	aantal
	Ja	12	268
Steun ervaren van ouders/verzorgers	(Zeer) mee oneens	9	210
	Neutraal/nvt	14	311
	(Zeer) mee eens	77	1721
Steun ervaren van partner of andere familieleden	(Zeer) mee oneens	8	179
	Neutraal/nvt	19	425
	(Zeer) mee eens	73	1639
Steun ervaren van vrienden	(Zeer) mee oneens	6	138
	Neutraal/nvt	18	406
	(Zeer) mee eens	76	1699
Steun ervaren van studievereniging, studenten(sport)vereniging of andere studentenorganisatie	(Zeer) mee oneens	14	315
	Neutraal/nvt	66	1479
	(Zeer) mee eens	20	449
Steun ervaren van docent/tutor/mentor/studieloopbaanbegeleider	(Zeer) mee oneens	21	482
	Neutraal/nvt	34	754
	(Zeer) mee eens	45	1007
Ingrijpende levensgebeurtenissen	Geen	44	998
	1 gebeurtenis	23	517
	2 of meer gebeurtenissen	32	728
Belemmerende concentratie-, lees- of rekenproblemen	Niet belemmerend	89	1985
	Belemmerend	11	245
Slaapproblemen	Niet (heel) vaak	64	1445
	(Heel) vaak	36	798
Risicovol gamegedrag	Niet of niet risicovol	96	2157
	Risicovol gamen	4	86
Problematisch socialemediagebruik	Niet of niet problematisch	78	1745
	Problematisch gebruik	22	498
Risicovol gokgedrag	Niet of niet risicovol	99	2226
	Risicovol gedrag	1	17
Stress ervaren van maatschappelijke problemen	geen	44	985
	1 probleem	22	483
	2 of meer problemen	35	775

Bijlage 2: uitkomstmaten van mentale gezondheid per studietype

Bijlagetabel 2.1: Uitkomstmaten Fontys (n = 2243)

Studietype	Levenstevredenheid (gemiddelde)	Veerkracht (%)	Positieve mentale gezondheid (%)
Techniek	6.4 (1.7)	62	14
Recht	5.5 (1.5)	te kleine aantallen	te kleine aantallen
Gezondheidszorg	6.5 (1.4)	51	18
Taal en cultuur	6.5 (1.6)	48	17
Gedrag en maatschappij	6.5 (1.3)	44	22
Landbouw en Natuurlijke omgeving	7.7 (0.9)	te kleine aantallen	te kleine aantallen
Onderwijs	6.8 (1.4)	51	26
Economie	6.6 (1.4)	54	21
Sectoroverstijgend		39	te kleine aantallen

Bijlagetabel 2.2: Uitkomstmaten Fontys (n = 2243)

Studietype	MHI5 (%)	Emotionele uitputting (%)	Levensmoe (%)
Techniek	42	57	29
Recht	te kleine aantallen	te kleine aantallen	te kleine aantallen
Gezondheidszorg	43	58	21
Taal en cultuur	54	62	33
Gedrag en maatschappij	48	61	30
Landbouw en Natuurlijke omgeving	te kleine aantallen	te kleine aantallen	te kleine aantallen
Onderwijs	41	54	22
Economie	45	56	26
Sectoroverstijgend	61	54	33

Bijlagetabel 2.3: Uitkomstmaten Fontys (n = 2243)

Studietype	Stress (%)	Prestatiedruk (%)	Eenzaam (%)
Techniek	43	42	67
Recht	te kleine aantallen	te kleine aantallen	te kleine aantallen
Gezondheidszorg	62	45	60
Taal en cultuur	77	49	78
Gedrag en maatschappij	62	50	60
Landbouw en Natuurlijke omgeving	te kleine aantallen	te kleine aantallen	te kleine aantallen
Onderwijs	63	46	51
Economie	46	37	58
Sectoroverstijgend	60	30	74

