



Rijksinstituut voor Volksgezondheid  
en Milieu  
Ministerie van Volksgezondheid,  
Welzijn en Sport

# Beter monitoren van *mentale* *gezondheid bij* *mbo-studenten*

“Ik heb geen tijd om jouw vragenlijst  
in te vullen”



## Colofon

© RIVM en Amsterdam UMC 2022

Delen uit deze publicatie mogen worden overgenomen op voorwaarde van bronvermelding: RIVM en Amsterdam UMC, de titel van de publicatie en het jaar van uitgave.

### Auteurs

P. Spruijt, RIVM

C. Dedding, Amsterdam UMC

N.S. Goedhart, Amsterdam UMC

A. Verweij, RIVM

Met dank aan: Alle gesproken studenten, in specifiek: Jesse van den Berg, Joris Loomulder, Lizet van Gils, Marissa Eikenaar, Sien Marie de Koning, Samantha Mos en Fatima Alali. Alle gesproken docenten en andere professionals, in specifiek: Herman Put, Tineke Klamer, Save the Children Nederland (Speaking Minds) en Young Society.

Contact: Pita Spruijt, RIVM, [pita.spruijt@rivm.nl](mailto:pita.spruijt@rivm.nl)

Dit onderzoek is gefinancierd door het Ministerie van VWS.

## Inleiding

In 2018 noemde het RIVM de toenemende mentale druk op jongvolwassenen als een van de drie grote maatschappelijke opgaven<sup>1</sup>. Uit diverse studies<sup>2</sup> komt naar voren dat jongvolwassenen (16 tot en met 26 jaar) tijdens de eerste twee jaar van de coronacrisis vaker kampten met mentale problemen dan voorheen. Over veel jongvolwassenen is echter weinig bekend, waaronder de ruim 500.000 mbo-studenten in Nederland. Om beter zicht te krijgen op deze groep hebben het RIVM en het Amsterdam onderzoek gedaan onder deze diverse groep jongvolwassenen. Dat levert twee factsheets op waarin mbo-studenten centraal staan. De eerste factsheet gaat over het mentaal welbevinden van mbo-studenten tijdens de eerste twee jaar van de coronacrisis (zie: “Ik ben maar een mbo’er” - Het mentaal welbevinden van mbo-studenten tijdens de coronacrisis).

Deze tweede factsheet gaat over het beter monitoren van mentale gezondheid bij mbo-studenten. We bespreken hierin welke onderzoeksmethoden minder en beter geschikt zijn om de ontwikkeling in het mentaal welbevinden van mbo-studenten te volgen. We gaan in op de volgende drie vragen:

1. Is er vragenlijstonderzoek beschikbaar dat naar de mentale gezondheid van mbo-studenten kijkt?
2. Hoe denken mbo-studenten over deelname aan (vragenlijst)onderzoek?
3. Hoe kunnen we de mentale gezondheid van mbo-studenten meerjarig in kaart brengen en daarbij recht doen aan de behoeften en leefwereld van mbo-studenten?

Voor de eerste vraag is een quickscan gedaan van onderzoek naar de mentale gezondheid van mbo-studenten in Nederland. Voor de tweede vraag hebben we een participatief actie onderzoek uitgevoerd naar de vraag hoe studenten denken over deelname aan (vragenlijst) onderzoek. Op basis van beide onderzoeken doen we vervolgens aanbevelingen voor de monitoring van mentale gezondheid in de toekomst. Studenten zijn betrokken bij de tussentijdse analyses en het formuleren van aanbevelingen voor beleidsmakers en onderzoekers. Om goed recht te doen aan de beleving van mbo-studenten, laten we ze in deze factsheet veel zelf aan het woord. Meer informatie over de onderzoeksmethoden staat in de wetenschappelijke verantwoording achterin deze factsheet.

<sup>1</sup> [Synthese | Handelingsopties 3 opgaven | Volksgezondheid Toekomst Verkenning \(vtv2018.nl\)](#)

<sup>2</sup> Zie referenties in bijlage 1 & Monitor Mentale gezondheid en Middelengebruik Studenten hoger onderwijs, Deelrapport I, 2021. <https://www.rivm.nl/publicaties/monitor-mentale-gezondheid-en-middelengebruik-studenten-deelrapport-i>

## Kernbevindingen

1. Er is nauwelijks meerjarig vragenlijstonderzoek naar de mentale gezondheid van mbo-studenten.
2. Mbo-studenten zijn kritisch op vragenlijstonderzoek: vragenlijsten worden omschreven als ‘saai’, ‘lang’ en het effect wordt minimaal geacht ‘wat heb ik er aan?’
- 3a. Mbo-studenten willen wél gehoord worden door beleidsmakers en onderzoekers, het liefst in een gesprek.
- 3b. Mbo-studenten adviseren bij het gebruik van een vragenlijst maximaal tien korte vragen en het gebruik van beeld.

## Belangrijkste uitdagingen voor de toekomst

1. Hoe kunnen we rekening houden met behoeften van mbo-studenten en hun adviezen benutten bij het monitoren van hun mentale gezondheid?
2. Kunnen we meer kwalitatief monitoren? Dat wil zeggen: met minder vragen en deelnemers, maar wel met meer interactie en vertrekkend vanuit de leefwereld van jongeren?
3. Kunnen we meer gebruik maken van beeld in monitoringsonderzoek?

Hieronder volgt eerst een toelichting op de kernbevindingen. Gevolgd door een bespreking van de uitdagingen voor het toekomstige monitoren van de mentale gezondheid van mbo-studenten. We sluiten af met suggesties voor (het opzetten van) een landelijke monitor met mbo-studenten.

## Kernbevinding 1: Nauwelijks (vragenlijst) onderzoek naar mentale gezondheid van mbo-studenten

In Nederland bestaan meerdere landelijk representatieve vragenlijstonderzoeken met gegevens over de mentale gezondheid van jongeren en jongvolwassenen. Het gaat hierbij om onderzoek met periodieke metingen waarmee de mentale gezondheid van jongeren en jongvolwassenen in de tijd gevolgd wordt. De meeste onderzoeken liepen al voordat de coronacrisis begon. Aan de hand van deze onderzoeken kan de mentale gezondheid van jongeren en jongvolwassenen tijdens de coronacrisis vergeleken worden met de periode ervoor. Enkele aanvullende onderzoeken zijn gestart tijdens de coronacrisis. Zo is er sinds 2021 de Monitor Mentale gezondheid en Middelengebruik Studenten hoger onderwijs (hbo en wo). Een dergelijk onderzoek/monitor specifiek gericht op mbo-studenten ontbreekt.

Bij verschillende vragenlijstonderzoeken (zoals de Gezondheidsenquête, de Enquête Sociale samenhang en de Gezondheidsmonitor Jongvolwassenen) kan de groep 'mbo-studenten' apart bekeken worden, maar het absoluut aantal deelnemende mbo'ers is in alle onderzoeken klein. Bovendien zijn de deelnemende studenten geen afspiegeling van het diverse palet aan mbo-opleidingen.

Er zijn onderzoeksgegevens beschikbaar over de mentale gezondheid van mbo-studenten tijdens de eerste twee jaar van de coronacrisis (zie ook de factsheet "Ik ben maar een mbo'er" - Het mentaal welbevinden van mbo-studenten tijdens de coronacrisis). Deze gegevens komen uit eenmalige onderzoeken<sup>3</sup> en zijn daarom niet te gebruiken voor het monitoren (d.i. in de tijd volgen) van de mentale gezondheid van mbo-studenten. De onderzoeken die alleen gericht zijn op het mbo gaan bovendien vaak over een specifieke groep, zoals studenten van enkele scholen met een specifieke opleidingsrichting of over alleen niveau 4-studenten. Hierdoor zijn de onderzoeken niet representatief voor de totale groep mbo-studenten in Nederland.

Een ander aandachtspunt bij deze onderzoeksgegevens is dat het mentaal welbevinden afhangt van het moment waarop het onderzoek plaatsvond. Zo kwam bij jongvolwassenen in het algemeen naar voren dat de mentale gezondheid meebewoog met de fases van de COVID-19-epidemie en bijbehorende maatregelen<sup>4</sup>. De peilingen die

bij mbo-studenten zijn gehouden, vonden veelal plaats op één moment in de tijd. Sommige uitkomsten gelden daarom specifiek voor een bepaalde fase van de COVID-19-epidemie, bijvoorbeeld tijdens een lockdown-periode. Samenvattend is er nauwelijks onderzoek beschikbaar dat geschikt is voor het volgen van de mentale gezondheid van mbo-studenten over de tijd en dat recht doet aan de hoge mate van diversiteit die deze populatie kent.

Samenvattend is er nauwelijks onderzoek beschikbaar dat geschikt is voor het volgen van de mentale gezondheid van mbo-studenten over de tijd en dat recht doet aan de hoge mate van diversiteit die deze populatie kent.

## Kernbevinding 2: mbo-studenten zijn niet enthousiast over onderzoek met vragenlijsten

Mbo-studenten geven in het participatieve onderzoek aan dat zij zelden in aanraking komen met onderzoek:

"Ik heb nog nooit gehoord dat onderzoek gebeurt op een mbo-opleiding." (mbo4, BOL).

Onzekerheid over wat onderzoek inhoudt, maar ook over het eigen kunnen, kan studenten weerhouden om mee te doen:

"Ik heb niks te zeggen [...] ik weet niet waar ik kennis over heb." (mbo 1, BOL)

"Ik ben maar een mbo-student." (mbo4, BOL).

Doorpratend over onderzoek geven studenten aan oprechte interesse te missen. Ook benoemen ze de behoefte dat er daadwerkelijk iets met hun input wordt gedaan:

"Ja, leuk die interesse [vanuit het ministerie], maar ze gaan er toch niks mee doen." (mbo3, BOL).

"Dan ga ik allemaal dingen invullen en dan kijken ze ernaar en dan zeggen ze van, oh, hetzelfde als die, nou boeie!" (mbo4, BOL).

Bij het invullen van de vragenlijst vertrekken jongeren vanuit hun individuele problemen en mogelijke hulpvraag, die vooral lokaal georiënteerd zijn (eigen opleiding, werk- en woonomgeving), en minder aan de op afstand staande overheid:

<sup>3</sup> Zie referenties in bijlage 2

<sup>4</sup> [Welbevinden en leefstijl | RIVM](#)

“[deze vragenlijst] wordt sowieso niet gebruikt om ons te helpen, maar gewoon meer voor de overheid van ‘hé, [lacht] de gedragsproblemen die zijn nu meer dan vijf jaar terug’. Maar ja, dat is belachelijk eigenlijk, want ik zit nu te zeggen van hé, ik heb autisme, ik heb dyslexie en ik heb een andere beperking... Terwijl dat eigenlijk meer voor school bedoeld was, van kunnen jullie mij hiermee helpen?” (mboz, BOL)

Als de verandering uitblijft, voelt het invullen van een vragenlijst als tijdverspilling:

“Ja, maar waarom stoppen we daar dan onze tijd in?” (mboz, BOL).

Daarnaast komt een vragenlijst zelden op het moment dat studenten er een zouden willen invullen:

“Als ik de vraag had willen krijgen, kreeg ik ze niet.” (mboz, BOL).

Ten slotte zijn er studenten die bang zijn dat antwoorden op de verkeerde plek terecht komen en dat dit negatieve consequenties kan hebben:

“Je verzendt zomaar naar iets hè? Je weet niet, je weet niet waar je het naar, hoe zeg je dat, naar verzendt. Ik heb altijd zo’n wantrouwen dat ze kunnen lekken of zo.” (mbo4, BOL)

“Stel, ik zou een vraag invullen over de thuissituatie, en ik zou zeggen van hé, het gaat niet goed thuis, ik word mishandeld [...] de overheid ziet dat, en die denkt van oh, laten we maar jeugdzorg sturen. Dan staat jeugdzorg hier ineens op de stoep. En daar zit ik niet op te wachten, omdat ik denk van ja, ik red me wel.” (mboz, BOL)

Samenvattend zijn veel mbo-studenten kritisch op vragenlijstonderzoek. Ze vinden vragenlijsten saai, lang en ze twijfelen over het effect van deelname (‘wat heb ik er aan?’). Sommige studenten hebben het gevoel dat het eerlijk delen van je verhaal misschien negatieve consequenties heeft.

### **Kernbevinding 3a: mbo-studenten willen wél gehoord worden, het liefst in een gesprek**

Bovenstaande kritiek op vragenlijsten wil echter niet zeggen dat zij niet gehoord willen worden, in tegendeel:

“[Wij willen ook] ons woord kunnen zeggen [...] dat wij ook gewoon nog bestaan, en niet alleen maar de slimme mensen, zeg maar, die met hun hoofden werken...” (mboz, BOL).



Studenten noemen manieren om de overheid te laten weten hoe het met ze gaat, zoals rechtsreeks met elkaar in gesprek gaan en elkaar echt ontmoeten:

“Laat mij als 21-jarige gewoon even een biertje drinken met die gasten.” (mbo4, BOL)

“Ministers moeten in onze schoenen staan. Met onze stage meelopen en zien hoe wij het doen. En dan het liefst een paar weken tot een maand zodat ze echt zien hoe we het doen en alles, en wat we meemaken.” (mbo3, BOL).

In een gesprek is het soms makkelijker om je mening te geven dan op papier:

“In een gesprek komt het bij mij sneller naar boven dan als ik een vraag lees...” (mbo4, BOL).

Een andere student:

“Op papier is moeilijker over te brengen wat je zelf vindt en wilt. En iedereen kan iets anders interpreteren.” (mbo4, BOL)

Ook het actief ervaringen met elkaar delen zoals in het participatieve onderzoek is gefaciliteerd wordt gewaardeerd, het helpt studenten om te reflecteren op de eigen situatie en je minder alleen te voelen:

“Het is fijn om een keer samen te kunnen praten [...] daardoor voel ik toch wel een stukje opluchting van ja, ik heb eigenlijk nu kunnen zeggen wat ik hiervan vind.” (mbo4, BOL).

“Het is fijn om een keer samen te kunnen praten [...] daardoor voel ik toch wel een stukje opluchting.”

Daarbij gaat het niet alleen over praten met een onderzoeker, maar ook met elkaar:

“Ik vind dat ook wel veel mensen andere interpretaties hadden dat ook best wel leuk was om te horen, want iedereen heeft er een andere kijk op natuurlijk, dat best wel interessant is.” (mbo4, BOL)

## Kernbevinding 3b: mbo-studenten adviseren een korte vragenlijst en gebruik van beeld

Uit het participatieve onderzoek zijn een aantal manieren naar voren gekomen die volgens studenten werken om mee te doen aan onderzoek (zie tabel 1). Studenten adviseren om, zeker bij het (online) stellen van gestandaardiseerde vragen, het kort en krachtig te houden. Tot ongeveer tien vragen vinden studenten te doen:

“Ik denk dat je bij de eerste tien vragen sowieso je concentratie nog wel bij je hebt, maar op een gegeven moment, als het zoveel blijft worden dat je op een gegeven moment echt denkt van weet je, laat maar zitten.” (mbo3, BOL)

Vragen moeten volgens studenten dus kort en krachtig zijn en aansluiten bij het dagelijks leven. Een student gaf, na bij het bekijken van een onderzoeksvraag, de volgende suggestie voor verbetering:

“Oude vraag: ‘Na de opleiding moet je kiezen: verder leren of gaan werken. Hoe helpt je school bij deze keuze’. Ik zou d'r dan van maken: ‘Hoe goed helpt je school bij de keuze om te gaan werken of leren?’” (mbo4, BOL)

“En deze vraag gaat over werkplek; maar op school hebben we geen werkplek. Dan krijg ik een error in mijn hoofd, want het is school, het is geen werkplek. Ik zou er iets van maken met zelfstudie.” (mbo3, BOL)

**Tabel 1:** manieren die volgens studenten werken om deelname aan (vragenlijst)onderzoek te bevorderen.

Wat werkt volgens studenten	
Type interactie	Liever in gesprek met onderzoekers en elkaar (in plaats van een (online) vragenlijst)
Vraagformulering	Korte vragen die aansluiten bij de leefwereld
Manier van vragen	Met beeld en eventueel sociale media (in plaats van alleen tekst)
Aantal vragen bij vragenlijstonderzoek	Maximaal 10
Resultaat onderzoek	Onderzoekers moeten duidelijk maken waarvoor de uitkomsten gebruikt worden (én een terugkoppeling geven over de resultaten)



Daarnaast adviseren studenten om meer gebruik te maken van beeld. Bij het zien van een vragenlijst verzochten studenten:

“Er zit niet eens een plaatje bij...” (mbo3, BOL)

“Het doet me een beetje denken aan een examen of zo, dat je dat krijgt en dat je dan zo van oké, dit is het voorblad, en nu komen d’r allemaal vragen die ik goed moet beantwoorden.” (mbo4, BOL).

Een student verduidelijkt de roep om beeld:

“Social media is alleen maar beeld. Heel veel mensen van onze leeftijd lezen niet meer. Alles zien we in beeld. Kijk maar naar logo’s dat zijn geen woorden meer, maar allemaal beeldmerken.” (mbo4, BOL)

“Social media is alleen maar beeld. Heel veel mensen van onze leeftijd lezen niet meer.”

Het participatieve onderzoek laat zien dat beeld een ingang biedt om over persoonlijke ervaringen te vertellen, vanuit de eigen leefwereld. Zo laten onderstaande drie voorbeelden zien van kaarten die studenten uitzochten en waar zij bij schreven hoe ze de coronacrisis beleefden:



“Tijdens de lockdown is het werk op stage meer op lopende band werk gaan lijken doordat er geen afwisseling meer was in gerechten, waardoor de motivatie en het plezier in werk een stuk minder was.” (mbo4, BBL)

“Ik heb geen tijd om jouw vragenlijst in te vullen”



*“In de lockdown heb ik enorm veel op het water gezeten omdat het heel lekker weer was. De online les was toen ingevoerd en daarbij kon ik het op water vaker volgen.” (mbo4, BOL)*



*“De naakte vrouw, omdat ik veel volwassen video’s heb gekeken, aangezien er niks anders te doen was. De verveelde mannen, omdat ik me ook gruwelijk verveeld heb.” (mbo4, BOL)*

Bron bovenstaande drie foto's: Espérance Blaauw, Picture This! - [Coachkaarten.nl](https://www.coachkaarten.nl)

Gebruik van sociale media-apps die jongvolwassenen al gebruiken, maakt de conversatie over mentaal welbevinden volgens studenten eenvoudiger en sneller:

*“Op Insta heb je heel veel van die vragen dat je gewoon twee antwoorden in kan typen. Nou als je gewoon op Insta gevolgd wordt en je komt in je verhaal dat tegen, dan klik je heel snel, lees je het gewoon even en klik je iets aan van nou ja of nee of... Dat is denk ik wel iets wat ook wel een goeie optie is, want het is wel gewoon iets wat je heel snel aanklikt en je hebt wel een idee alsof je je mening kan geven.” (mbo4, BOL)*

Het gebruik van sociale media voor onderzoek wordt niet door alle mbo-studenten als goede optie gezien. Sommige mbo-studenten zeggen liever face-to-face hun verhaal te delen:

*“Misschien ook dat het, als je gewoon op, op Instagram een advertentie ziet, dan is het ook heel anoniem hè, d'r zit niemand...[...] Je weet niet echt wat, met wie je te maken hebt, of hoe of wat. Ik vind wel, nou, ik vind het zelf heel erg leuk om gewoon persoonlijk contact te hebben.” (mbo3, BOL)*

Anderen benadrukken dat sociale media een plek voor ontspanning is en dus niet voor onderzoek:

*“Social media, dat is allemaal leuk, maar je zit daarop om gewoon een filmpje te kijken, of een leuk fotootje te zoeken. Als je dan iets van de Rijksoverheid ziet, dan klik je het gelijk weg.” (mbo4, BOL)*

Sociale media zijn dus niet per definitie de oplossing, maar aspecten ervan (gemak, snelheid, beeld, kort) kunnen gebruikt worden om meedoen aan onderzoek toegankelijker te maken.



## Uitdagingen voor het toekomstig monitoren van mentaal welbevinden van mbo-studenten

We concluderen dat mbo-studenten ondervertegenwoordigd zijn in bestaand (vragenlijst)onderzoek en dat zij zich weinig uitgenodigd voelen om deel te nemen aan vragenlijstonderzoek. Daarmee ontbreekt zicht op ontwikkelingen in het mentale welbevinden door de jaren heen van deze diverse groep jongvolwassenen (40% van de studentenpopulatie). Vraag is dan hoe dit meerjarige beeld passend bij hun leefwereld kan worden verkregen. Welke onderzoeksmethoden zijn hier beter geschikt voor? Kunnen we de alternatieven die jongeren aandragen, zoals met elkaar in gesprek gaan, het gebruik van beeldtaal en iets terug willen zien voor hun bijdrage, inzetten bij grootschalig monitoren?

We weten nu dat studenten vragenlijsten lang en saai vinden en dat ze niet weten wat er met de uitkomsten van het onderzoek gedaan wordt ('wat heb ik er aan?'). Bovendien bieden vragenlijsten studenten geen kans om te reflecteren op de eigen ervaring en hun eigen verhaal te vertellen. Zij moeten het doen met de vragen waarvan de onderzoeker denkt dat ze belangrijk zijn. Tegelijkertijd willen studenten wel graag gehoord worden door beleidsmakers en onderzoekers. Bij het delen van hun persoonlijke verhaal helpen foto's of andere beelden om 'taal' te vinden voor hun ervaringen en dit met elkaar te delen. Het maken of kiezen van beelden, zo illustreerde dit onderzoek genereert rijkere inzichten, dan 'ja/nee', 'het gaat goed', 'normaal' of 'weet niet'.

Deze suggesties en vragen die jongeren opwerpen zijn niet nieuw. Al langer is er in de wetenschap een roep om meer recht te doen aan de complexe realiteit en behoeften van mensen (Moher et al. 2014) en om meer aandacht te besteden aan de context waarin data wordt verkregen (RVS, 2017). Dit is mogelijk als data niet opgehaald wordt uit de praktijk, maar samen met de praktijk wordt gegenereerd (Dedding et al. 2022). Jongeren, beleidsmakers en onderzoekers leren dan samen wat werkt, voor wie en waarom en ontstaat meer begrip voor elkaars leefwereld (Dedding, 2021). Wanneer handelingsperspectieven vervolgens ook gezamenlijk worden opgesteld vergroot dit het draagvlak en de slagingskans van implementatie (ICPHR, 2020). Ook de voordelen van creatieve onderzoeksmethoden zijn reeds uitgebreid gedocumenteerd (Mitchel, 2017; Boonekamp, 2020). Deze methoden doen bijvoorbeeld minder een beroep op ongelijke verbale vermogens, geven mensen de kans om hun eigen verhaal te vertellen in plaats van vragen van de onderzoeker te beantwoorden, en bieden ruimte voor (gezamenlijke) reflectie. De eventuele creatieve eindproducten, zoals een fototentoonstelling kunnen een dialoog faciliteren tussen groepen die elkaar

zelden spreken. Participatief (actie) onderzoek integreert voorgaande elementen in een iteratief leerproces, maar heeft zich vooral bewezen als het gaat om lokaal, situationeel en kleinschalig onderzoek. Participatief onderzoek is dus niet eenvoudig te vertalen naar grootschalige en longitudinale monitoring. Kortom, we hebben belangrijke aanknopingspunten gevonden voor toekomstige monitoring, maar het verbinden van deze aanknopingspunten met beleidsdoelen vraagt nog verder onderzoek.

## Suggesties voor het opzetten van een landelijke monitor met mbo-studenten

Bij het opzetten van een landelijke monitor over de mentale gezondheid van mbo-studenten is het belangrijk om de 'doelgroep' actief te betrekken bij het ontwerpen en uitvoeren van de monitor. Het enkel ophalen van onderzoeksdata via vragenlijsten werkt niet, maar aandacht geven aan mentaal welbevinden (interventie) biedt wel een kans om onderzoeksdata op te halen. Het is hierbij wel lastig om grote aantallen mbo-studenten te betrekken bij participatief onderzoek. De precieze vorm waarin data verzameld wordt, vraagt daarom om verder onderzoek en ontwikkeling. Voor de toekomst is het doel het ontwikkelen van een methodiek waar de kracht van creatieve en participatieve methoden gebruikt wordt, maar waar ook het idee om grootschalig te monitoren een plek krijgt.

Als voorschot op de doorontwikkeling van een methodiek stellen we het gebruik van beeldmateriaal voor waarbij kwalitatieve onderzoeksmethoden gecombineerd worden met korte vragenlijsten. Naast vragenlijsten kan ook verkend worden welke registraties gegevens bevatten die iets kunnen zeggen over het mentaal welbevinden van mbo-studenten (te denken valt aan registraties over het gebruik van Jeugdzorg die gekoppeld worden aan opleidingsgegevens).

Verder weten we dat de fysieke gezondheid van invloed is op mentaal welbevinden en vice versa. Daarom is het goed om te bekijken of een combinatie mogelijk is met "test-je-leefstijl" - een methodiek die door verschillende mbo-scholen wordt ingezet om de fysieke gezondheid van leerlingen te monitoren.

Bij het gebruik van beeldmateriaal vergt de materiaalkeuze wel aandacht: passen de beelden bij de belevingswereld van mbo-studenten en geven zij voldoende ruimte voor diversiteit? Genereren we nog rijkere data wanneer we meer dan een foto laten uitzoeken, bijvoorbeeld naast een foto die aanspreekt een foto die niet bij iemand past, of verhalen maken op basis van meerdere foto's? Naast het gebruik van foto's (zelfgekozen via *photo elicitation* of zelfgemaakt, ook wel *photo voice* genoemd) kunnen andere

vormen van beeldgebruik in onderzoek verkend worden, zoals smileys en kleuren om uit te zoeken hoe het met mensen gaat. Welke werkvorm het meest bruikbaar is om aan te geven hoe studentenwelzijn zich over tijd ontwikkelt, moet nog verder uitgezocht worden. Tot slot geven docenten aan dat aandacht voor en onderzoek doen naar de mentale gezondheid van mbo-studenten onderdeel kan worden van het onderwijscurriculum (bijvoorbeeld in een burgerschapsles, mentorles of bij studieloopbaanbegeleiding). Op deze manier creëer je een win-winsituatie voor studenten, scholen én onderzoek.

### Waarom een landelijke monitor met mbo-studenten?

Over het mentaal welbevinden van de ruim 500.000 mbo-studenten in Nederland is weinig bekend. Als je als overheid je wilt inzetten voor deze grote, diverse groep jongvolwassenen, dan is het van belang om goed zicht te krijgen en houden op hun fysiek, sociaal en mentaal welbevinden. Dit vormt een essentieel onderdeel van schoolgezondheidsbeleid in het mbo. Naast de constatering dat een monitor behulpzaam zou zijn biedt de rijksoverheid mbo-scholen al ondersteuning via het programma Gezonde School. Het programma biedt handelingsperspectieven die ingezet kunnen worden om het welbevinden van studenten te bevorderen opdat zij als gezonde burgers aan de samenleving kunnen deelnemen. Het programma Gezonde School wordt gefinancierd door de ministeries van VWS, OCW, LNV en SZW.

## Wetenschappelijke verantwoording

Dit onderzoek is uitgevoerd door het Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM) en Amsterdam UMC, afdeling Ethiek, Recht en Humaniora in opdracht van het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS). Het onderzoek vond plaats in de periode mei 2021 - maart 2022.

Het doel van het onderzoek was tweeledig: 1) samen met studenten en docenten reflecteren op de impact van de COVID-19-epidemie op het mentale welbevinden van studenten en 2) inzicht krijgen in hoe het welbevinden van

mbo-studenten meerjarig kan worden gemonitord. Voor de resultaten ten aanzien van de tweede doelstelling zie de factsheet: Beter monitoren van (mentale gezondheid bij) mbo-studenten - "Ik heb geen tijd om jouw vragenlijst in te vullen". Voor het realiseren van beide doelen is het belangrijk om met studenten in gesprek te gaan over hun ervaring en behoeften en hoe ze deze willen en kunnen delen. Daarom is uitdrukkelijk gekozen voor participatief actie-onderzoek (PAR), waarbij het doel niet is om data in de praktijk op te halen, maar om data samen te genereren, samen te leren en samen te komen tot positieve verandering. Door combinatie van verschillende onderzoeksmethoden (interviews, focusgroepen en sessies in de klas) is met 198 mbo-studenten en 35 docenten gesproken (zie tabel 2 en 3). In de klassen hebben we gebruik gemaakt van creatieve methodes zoals photo-elicitation (Harper, 2002; Shaw, 2021) en auto-photography (Glaw 2017), die studenten uitnodigen hun persoonlijke ervaringen te delen en daar samen op te reflecteren. Een sessie in de klas duurde per keer 1 tot 1,5 uur en vond overwegend plaats tijdens reguliere onderwijsmomenten. In 2 klassen hebben we eenmalig met studenten gesproken. De overige klassen zijn 2 tot 3 keer bezocht, zodat de studenten en onderzoekers elkaar rustig konden leren kennen en samen de verdieping kon worden gezocht. De dataverzameling is per opleiding afgesloten met een (online) dialoog met de mentor, opleidingsmanager, directeur en/of beleidsmedewerkers van de ministeries van VWS en OCW. Iedere school heeft daarnaast een samenvatting van de onderzoeksresultaten van de eigen opleiding(en) ontvangen.

Voor de analyse is gebruikgemaakt van een etnografische content analyse (Altheide, 1987) met behulp van MaxQDA. Het doel van de analyse is het diepgaand begrijpen en systematisch documenteren van verhalen van studenten. De analyse startte meteen bij aanvang van het onderzoek, zodat tussentijdse bevindingen continu getoetst en verdiept konden worden. Een adviesraad bestaande uit beleidsmedewerkers, onderzoekers van relevante kennisinstututen, mbo-docenten en mbo-studenten, kwam tijdens het onderzoek 4 keer bij elkaar om te reflecteren op de opzet, tussentijdse bevindingen en resultaten. Parallel daaraan heeft een groep van 8 studenten de tussentijdse bevindingen en de volledige analyse bediscussieerd, zodat deze recht doet aan wat studenten hebben ervaren en voor het voetlicht willen brengen.

Voor meer informatie over de demografische gegevens van de deelnemende studenten en professionals, evenals de uitgebreide versie van de gebruikte literatuur zie: "Ik ben maar een mbo'er" - Het mentaal welbevinden van mbo-studenten tijdens de coronacrisis.

# Bijlagen

## Bijlage 1: Eerdere studies waarin literatuur over de mentale gezondheid van jongeren en jong-volwassenen bij elkaar is gezet:

Nederlands Jeugdinstituut. *Effect van corona op jeugd, gezin en jeugdveld. Een literatuuroverzicht, 2021*

RIVM. *Inventarisatie Nederlandse COVID-19 Onderzoeken: Preventie en Zorg & Brede Maatschappelijke vraagstukken. Rapportage nr. 12: update mentaal welbevinden, 2021*

Nivel & RIVM, *De gevolgen van de coronapandemie voor de gezondheid en het welzijn van de jeugd. Een systematische literatuurstudie, 2022.*

Gezondheidsraad. *Mentale gevolgen van de coronapandemie: een eerste inventarisatie, 2022.*

## Bijlage 2: Onderzoeken met gegevens over de mentale gezondheid van mbo-studenten tijdens de eerste twee jaar van de COVID-19-epidemie:

Crezee, A. en Engelbert, J. (2020). *Wat leert het mbo van de coronapandemie: Duurzaam doorontwikkelen op basis van gezamenlijke ervaringen en lessen van zestien onderwijsinstellingen en 5.000 studenten, docenten en medewerkers. Leusden: Turner. final-sectoronderzoek-onderwijs-digitaal\_1.pdf (mboraad.nl)*

De Jong, F. en Lans, T. (2020). *Wat is de impact van COVID-19/Social distancing op de mbostudent? – een eerste verkenning. Den Bosch: ECBO. [https://ecbo.nl/wpcontent/uploads/sites/3/2020/06\\_02\\_De\\_Jong\\_Lans\\_eerste\\_inzichten\\_final.pdf](https://ecbo.nl/wpcontent/uploads/sites/3/2020/06_02_De_Jong_Lans_eerste_inzichten_final.pdf)*

Jongeren Organisatie Beroepsonderwijs (JOB) (2020). *Onderzoeksverslag JOB corona. <https://www.jobmbo.nl/wp-content/uploads/2020/10/Onderzoeksverslag-JOB-Corona.pdf>*

Onderwijsinspectie (2021). *Technisch rapport - Gevolgen van 16 maanden corona voor het middelbaar beroepsonderwijs. <https://www.onderwijsinspectie.nl/onderwerpen/corona-onderzoeken/documenten/rapporten/2021/10/12/technisch-rapport-mbo-16-maanden-corona>*

Save the Children (2020). *En wij dan. De mening van 1.500 mbo jongeren in coronatijd. <https://www.savethechildren.nl/sci-nl/files/d8/d8e34ef9-e60c-4f28-bd895d120499f9be.pdf>*

Stevens, G., Weinberg, D., Visser, K., Jonker, M., & Finkenauer, C. (2021). *Het welzijn van mbo-studenten in tijden van corona. Utrecht: Universiteit Utrecht. <https://www.uu.nl/sites/default/files/Factsheet-Welzijn-MBO-Studenten-corona.pdf>*

## Bijlage 3: Literatuur over participatie in onderzoek en het gebruik van creatieve methoden:

Broek, J. van den, W. Koetsenruijter, J. de Jong, and L. Smit (2015). *Beeldtaal: perspectieven voor makers en gebruikers. Houten: Boom.*

Boonekamp, G. M., Dierx, J. A., Van Hove, P., & Jansen, E. (2020). *Interactive interviewing and imaging: engaging Dutch PVE-students in dialogue. Educational Action Research, 28(5), 807-822.*

Dedding, C., B. Groot, M. Slager & T. Abma (2022) *Building an alternative conceptualization of participation: from shared decision-making to acting and work, Educational Action Research, DOI: 10.1080/09650792.2022.2035788*

Dedding, C., N. Goedhart, J.E.W. Broerse & T. Abma (2021) *Exploring the boundaries of 'good' Participatory Action Research in times of increasing popularity: dealing with constraints in local policy for digital inclusion, Educational Action Research, 29:1, 20-36, DOI: 10.1080/09650792.2020.1743733*

International Collaboration for Participatory Health Research (ICPHR) (2020). *Position Paper 3: Impact in Participatory Health Research. Version: March 2020. Berlin: International Collaboration for Participatory Health Research.*

Mitchell, Claudia, Naydene De Lange, and Relebohile Moletsane. 2017. *Participatory visual methodologies: Social change, community and policy. Sage.*

Moher, D., P. Glasziou, I. Chalmers et al. (2014). *Increasing value and reducing waste in biomedical research: who's listening? The Lancet, Volume 387, Issue 10027, 1573 - 1586*

Raad voor de Volksgezondheid (RVS) (2017). *Zonder context geen bewijs. Over de illussie van evidence-based practice in de zorg. Den Haag.*

Dit is een uitgave van:

**Rijksinstituut voor Volksgezondheid  
en Milieu**

Postbus 1 | 3720 BA Bilthoven  
[www.rivm.nl](http://www.rivm.nl)

mei 2022

In samenwerking met:



*De zorg voor morgen* begint vandaag