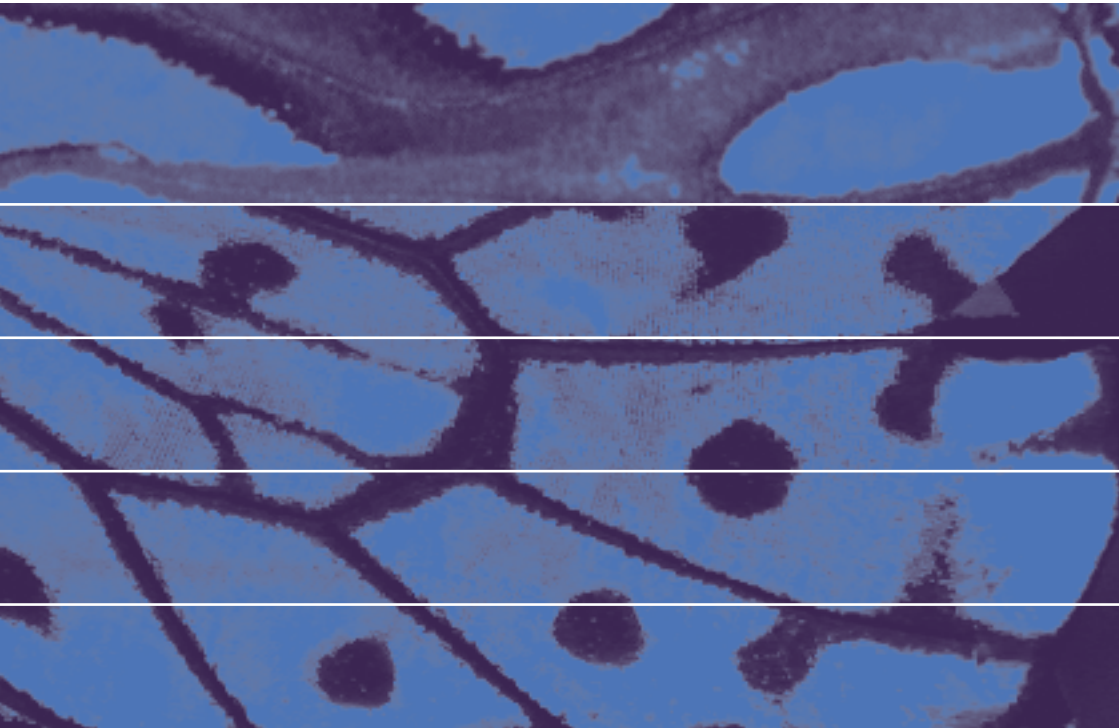


De studentenpsycholoog

Deskundige begeleiding van persoonlijke en studieproblemen



Inhoudsopgave

De studentenpsycholoog	2
Problemen	3
Taken	4
Werkwijze	4
Samenwerking	5
De studentenpsycholoog in de maatschappij	5
De sectie Studentenpsychologen	6
Cursussen en trainingen	6
Relevante publicaties	7
Meer informatie	8

De studentenpsycholoog

De studietijd luidt voor velen een belangrijke nieuwe levensfase in. Het betekent op eigen benen staan in een nieuwe omgeving. Dit kan gepaard gaan met problemen. Denk aan tentamenvrees, gebrek aan discipline, verkeerde studiekeuze, maar ook eenzaamheid en relatieproblemen.

Aan vrijwel alle universiteiten en hogescholen in Nederland en België werken studentenpsychologen. Deze psychologen ondersteunen jongvolwassenen bij problemen met de studie en/of persoonlijke problemen. Studentenpsychologen hebben de kennis en deskundigheid in huis om een inschatting te maken van de impact die bepaalde (psychische) problemen hebben op het studeren en hier vervolgens hun interventies op af te stemmen.

Laagdrempelig

Jaarlijks studeren er bijna 600.000 mensen aan een onderwijsinstelling in het Hoger Beroeps Onderwijs (HBO) en Wetenschappelijk Onderwijs (WO). Tussen de vijf en tien procent hiervan vindt zijn of haar weg naar de studentenpsycholoog. De hulp van deze psycholoog is laagdrempelig, kosteloos en oplossingsgericht.

Voorzieningen

De studentenpsychologen maken binnen een onderwijsinstelling vaak deel uit van een groter geheel aan voorzieningen voor studenten, zoals een dienst studentenzaken of studenten-service. Ook werken ze nauw samen met docenten, mentoren, begeleiders, adviseurs en decanen. Deze psychologen hebben zowel een eerstelijns- als een tweedelijns-functie. In het eerste geval melden studenten zich zelf bij hen aan en in het tweede geval verwijst een van bovengenoemde begeleiders hen door. De psychologen treden zelf ook op als verwijzers

naar ggz-instellingen en hulpverleners buiten de instellingen als blijkt dat een intensievere aanpak nodig is.

Opleiding tot studentenpsycholoog

Studentenpsychologen zijn psychologen met een afgeronde universitaire opleiding die tevens Gezondheidszorgpsycholoog BIG zijn en/of lid zijn van een specialistische psychotherapievereniging. Een specifieke opleiding tot studentenpsycholoog is er (nog) niet. In de dagelijkse praktijk worden de meer algemene opleidingen zoals die tot Gezondheidszorgpsycholoog of tot gedragstherapeut aangevuld met scholing. Bijvoorbeeld op het gebied van specifieke problemen die met studeren te maken hebben en problemen gerelateerd aan de ontwikkelingsfase in deze leeftijdsgroep.

De invloed van psychische problemen op het studeren behoort tot het expertisegebied van de studentenpsychologen. De algemene opleidingen bieden genoeg handvatten voor het voeren van individuele gesprekken. Voor het begeleiden van groepen (cursussen en trainingen) is vaak extra training nodig. Scholing en training vinden zowel intern (tussen studentenpsychologen) als extern (bijvoorbeeld training in het omgaan met groepen) plaats.

Deze folder

Deze folder biedt informatie aan andere professionals in het werkveld van studerenden en binnen de psychologie. In het kort belichten we de soort problemen, de taken en de werkwijze van de studentenpsycholoog. Verder besteden we aandacht aan ontwikkelingen in de maatschappij en binnen het onderwijs die het werk van de studentenpsychologen beïnvloeden. Achterin vindt u cursussen en trainingen voor en door studentenpsychologen en een selectie van relevante publicaties.

Problemen

De aard en oorzaak van de problemen waarmee studenten zich aanmelden, zijn onder te verdelen in vier clusters, die elkaar kunnen overlappen:

1. Studiekeuze en studeren

Problemen op het gebied van motivatie en concentratie, uitstelgedrag, faalangst, tentamenvrees, twijfels over de studiekeuze

2. Ontwikkelingsfase (jongvolwassenen) en het studentenleven

Problemen met het loslaten van de ouders, identiteit, sociale vaardigheid, relaties

3. Psychische problematiek

Angst, depressie, rouw, eetstoornissen

4. Functiebeperkingen

Dyslexie, autisme, ADHD

Taken

De taken van de studentenpsycholoog bestaan uit:

A. Het begeleiden van studenten

- Kortdurende psychologische hulp aan studenten
- Studenten verwijzen naar andere instellingen (buiten de onderwijsinstellingen)
- Studiegerelateerde trainingen geven aan groepen (zowel gericht op vaardigheden als op psychologische problematiek)
- Digitale ondersteuning (coaching via internet en e-mail)

B. Het bevorderen van de deskundigheid van de eigen beroepsgroep en andere professionals in het werkveld

- Studieadviseurs, studentendecanen en docenten ondersteunen door middel van advies/consultatie en trainingen
- Onderzoek doen en een bijdrage leveren aan beleidsontwikkelingen
- Deskundigheidsbevordering/kwaliteitsbewaking tussen collega's door jaarlijks een landelijke professionaliseringsdag, themabijeenkomsten en intercollegiale intervisie te organiseren
- Kennisuitwisseling via de website www.studentenpsychologen.nl

Werkwijze

Het aanbod verschilt enigszins per instelling, maar over het algemeen wordt aan studenten kortdurende hulp geboden. Naast specifieke studieproblemen kunnen persoonlijke problemen aan de orde komen. Wat besproken wordt, valt onder het beroepsgeheim van de psychologen en zonder de uitdrukkelijke toestemming van de betrokkene wordt aan derden geen informatie verstrekt. De gesprekken zijn dus strikt vertrouwelijk. Voor langdurige hulp zijn studenten aangewezen op algemeen maatschappelijke voorzieningen.

Intake

Na de aanmelding van de student wordt tijdens een intakegesprek gekeken of en hoe de studentenpsycholoog de student kan ondersteunen. De intake wordt gevolgd door een behandelaanbod. Dit kan bestaan uit individuele behandeling (vijf tot tien gesprekken) of deelname aan thematische groepen, zoals afstudeergroepen, groepen rond uitstelgedrag, faalangst, studievaardigheidsproblemen en sociale vaardigheidsproblemen. Studenten met problemen die een langere/specifiekere therapie nodig hebben, worden direct doorverwezen.

Dossier

De studentenpsychologen houden zich aan de beroepscode van het Nederlands Instituut van Psychologen (NIP). Zij leggen een dossier aan van de studenten die zich bij hen melden. In grote lijnen bestaat het dossier uit het verslag van het intakegesprek,

correspondentie met en over de student en een verslag van de behandeling en eventuele gespreksverslagen. Niets uit het dossier wordt zonder toestemming van de student besproken met derden.

Samenwerking

De studentenpsychologen hebben in hun eigen regio een netwerk aan contacten met ggz-instellingen, vrijgevestigde psychotherapeuten, instellingen voor verslavingszorg, et cetera. Hierdoor kunnen zij studenten makkelijk en snel doorverwijzen.

Binnen de universiteiten en hogescholen bestaan contacten met het Landelijk Beraad Studentendecanen in het WO (LBS), het Landelijk Overleg Studentendecanen in het HBO (LosHBO), de Landelijke Vereniging van Studieadviseurs (LVSA) en het Landelijke Overleg Studievaardigheden (LOS). Op internationaal gebied is er samenwerking met de PSYCHE-groep van FEDORA, *Forum Européen de l'Orientation Académique*, en de *International Procrastination Research Group*.

De studentenpsycholoog in de maatschappij

Veranderingen en ontwikkelingen in de maatschappij hebben het werk van de studentenpsycholoog sterk veranderd of beïnvloed de afgelopen decennia.

- Na invoering van de bachelor-masterstructuur in het hoger onderwijs volgde verdergaande samenwerking in de Europese onderwijswereld. Steeds meer onderwijs wordt in het Engels aangeboden. Het aantal internationale studenten (in totaal bijna 50.000 in 2007) dat de weg naar de studentenpsychologen vindt, groeit.
- Het aantal studenten met een dubbele culturele achtergrond (bijvoorbeeld Turks/Nederlands, Marokkaans/Nederlands) dat gaat studeren, neemt toe. In 2006 was ongeveer 15 procent van alle studenten van allochtone afkomst. Ook zij maken steeds vaker gebruik van de diensten van de studentenpsycholoog.
- De invoer van maatregelen zoals het bindend negatief studieadvies en de ontwikkeling van *excellente tracés* (speciale voorzieningen voor begaafde studenten) leiden tot nieuwe hulpvragen aan studentenpsychologen.
- Er is een groeiend aantal studenten dat een verkeerde studiekeuze maakt. In de periode 2005 - 2006 switchte bijna 11 procent van de universitaire studenten en 16 procent van de hbo'ers.
- Sinds 2003 is de Wet Gelijke Behandeling op grond van handicap en chronische ziekte van kracht. Deze wet geeft functiebeperkte studenten recht op goede begeleiding. Onderzoek heeft uitgewezen dat een belangrijk deel van functiebeperkingen wordt gevormd door psychische klachten. Studentenpsychologen spelen in de begeleiding hiervan een belangrijke rol.

- Ook ontwikkelingen buiten de universiteit zijn van invloed op het werk van de studentenpsycholoog. Denk hierbij aan de ontwikkelingen binnen de geestelijke gezondheidszorg. Er vinden binnen de ggz grote fusies plaats en vrijgevestigde hulpverleners hebben te maken met vaste afspraken met betrekking tot behandeling. Een verwijzing kan hierdoor moeilijker zijn.

De sectie Studentenpsychologen

De studentenpsychologen van verschillende onderwijsinstellingen zijn verenigd in de sectie Studentenpsychologen. Deze sectie maakt onderdeel uit van de Intersector van het NIP, de beroepsvereniging van psychologen. Zie voor informatie over de sectie:

www.studentenpsychologen.nl. Op deze website vindt u:

- Links naar onderwijsinstellingen en hun studentenpsychologen
- Het laatste nieuws
- Notulen van vergaderingen
- Publicaties
- Tips en tools
- Een historische schets over het ontstaan van het beroep studentenpsycholoog

Cursussen en trainingen

Hieronder volgen voorbeelden van cursussen en trainingen die aangeboden worden om studenten te begeleiden en te ondersteunen bij het studeren en problemen hiermee.

Cursussen op het gebied van studeren:

- Hanteren van faalangst en studiestress/tentamenangst
- Studiever snelling/intensivering
- Studiekeuze
- Effectief studeren
- Afstuderen
- Scriptie/scriptieversnelling

Cursussen op het gebied van omgaan met psychische klachten:

- Grip op je dip
- Omgaan met spanning en angst
- Piekeren leren hanteren (onder andere door mindfulness)
- Constructief denken
- Ontspannen

Cursussen/trainingen op sociaal/communicatief gebied:

- Sociale vaardigheden
- Assertiviteitstraining
- Mondeling presenteren

Therapeutische groepen:

- Identiteitsgroep
- Emotionele expressiegroep
- Focale groep
- Losmakingsgroep

Sollicitatiecursussen:

- Zelfanalyse
- Psychologische tests
- Solliciteren

Aanbod in het Engels:

- Study support group
- Effective studying
- Stress management
- Difficulty adjusting group

Cursussen voor studenten met een functiebeperking:

- Studeren met een functiebeperking
- Solliciteren met een functiebeperking

Trainingen voor studentenbegeleiders:

- Draad van Ariadne, studiebegeleiding van studenten met psychische problematiek
- Diagnostiek en verwijzing van studeer- en persoonlijke problemen

Relevante publicaties

- **Begeleiding begeleid**, H. van Gelder, De draad van Ariadne, 2005, Universiteit Twente
- **Studeerproblemen**, H.C. Schouwenburg, 2000, Groningen, Wolters-Noordhof
- **Leren leven en studeren, psychologische hulp in de studententijd**, L. Sommeling, 2001, Assen, van Gorcum
- **Doe het vandaag! Stap voor stap je uitstelgedrag te lijf**, T. van Essen en H.C. Schouwenburg, 2004, Tiel, Lannoo
- **Groepstherapeutische behandeling van faalangst: leren falen. Handboek Groepspsychotherapie**, E.A. Depreeuw, 2003, c3, Houten, Bohn Stafleu Van Loghem
- **Vragenlijst Studie- en Examenvaardigheden**, E.A. Depreeuw, P. Eelen en R. Stroobants, 1996, (VaSEV), handleiding, Amsterdam, Swets en Zeitlinger
- **Een nieuwe studiebuddy: het CD-ROM-project Mani: het Hoger Onderwijs binnen handbereik**, E.A. Depreeuw, 2002, Informatiebulletin Landelijk Overleg Studievaardigheden 22
- **Counseling the Procrastinator in Academic Settings**, H.C. Schouwenburg, C.Lay, T. Pychyl & J.R. Ferrari, 2004, Washington DC, American Psychological Association
 - E.A. Depreeuw et al, A cognitive-behavioral approach in group-treatment of procrastinators in an academic setting
 - R.M. Topman, D. Kruijsse & S. Beijne, Digital Coaching of Procrastinators in an Academic Setting
 - T. van Essen, S. van den Heuvel, M. Ossebaard, A student Course on Selfmanagement for Procrastinators
- **Studieplanning**, H.C. Schouwenburg & J.T. Groenewoud, 1997, Hoger Onderwijsreeks, Wolters Noordhof, Groningen
- **Hulpmiddelen bij het onderzoeken van studie- en studentenproblemen**, R.M. Topman, 2003, LOS-contact, nr 3
- **Proceedings FEDORA-PSYCHE conferentie Groningen: Internationalisation within Higher Education in an expanding Europe: new developments in Psychological Counselling**, 2005, H.W. Uildriks, I.I. Stevens, A.T.M. Boekhorst Rijksuniversiteit Groningen

Uitgave

Nederlands Instituut van Psychologen (NIP)

Postbus 9921

1006 AP Amsterdam

telefoon (020) 410 62 22

fax (020) 410 62 21

info@psynip.nl

www.psynip.nl

www.studentenpsychologen.nl

Vormgeving **Link Design, Amsterdam**

Druk en productie **Heijnis & Schipper Drukkerij, Zaandijk**

© NIP, eerste druk, sectie *Studentenpsychologen*, april 2008

Niets uit deze uitgave mag worden veeveelvoudigd, overgenomen of gekopieerd zonder toestemming van het NIP

Meer informatie

Wilt u meer informatie over de studentenpsycholoog of heeft u vragen over onze hulpverlening neem dan contact op met het bestuur van de sectie. U kunt hun gegevens vinden op de website van het NIP, de beroepsvereniging van psychologen, www.psynip.nl > NIP Sectoren > Intersector > Studentenpsychologen of kijk op www.studentenpsychologen.nl