

Open Review-proces - van Hooijdonk ea Mentaal welzijn studiegerelateerde factoren en leefstijl van studenten in het universitair onderwijs Jeugd in Ontwikkeling

5

Inhoudsopgave

	<i>Open Review-proces - van Hooijdonk ea Mentaal welzijn studiegerelateerde factoren en leefstijl van studenten in het universitair onderwijs Jeugd in Ontwikkeling</i>	<i>1</i>
	<i>Origineel manuscript.....</i>	<i>1</i>
10	<i>Mail met reviews over eerste versie</i>	<i>28</i>
	<i>Mail met reviews over tweede versie</i>	<i>28</i>
	<i>Mail met reviews over derde versie</i>	<i>36</i>

15 Origineel manuscript

Mentaal welzijn, studiegerelateerde factoren en leefstijl van studenten in het universitair onderwijs

Samenvatting

20 Terugkerende thema's in het maatschappelijk debat rondom studenten zijn mentaal welzijn, studiegerelateerde factoren en leefstijl, waarbij bevindingen overwegend gebaseerd zijn op cross-sectionele data, met beperkt onderscheid in subgroepen. Dit artikel schetst een actueel beeld van deze thema's onder universitaire studenten, vergelijkt vrouwelijke/mannelijke, reguliere/internationale, en bachelor-/masterstudenten en toetst ontwikkelingen over tijd bij studenten van de [GEMASKEERD VOOR REVIEW] (Wave 1 najaar 2021 ($n=3.626$), Wave 25 2 voorjaar 2022 ($n=3.592$), Wave 3 voorjaar 2023 ($n=3.924$)). Veel studenten ervoeren matig tot veel stress, veel burn-out klachten, depressieve klachten, prestatiedruk en studiebelasting. Veel studenten voelden zich sociaal veilig, en ervoeren steun van medestudenten. Studenten waren fysiek actief en aten gemiddeld bijna vijf dagen per week fruit/groente. Ongeveer een kwart van de studenten scoorde hoog op risicovol alcoholgebruik (m.u.v. Wave 1) en

MENTAAL WELZIJN, STUDIEGERELATEERDE FACTOREN EN LEEFSTIJL STUDENTEN

- 30 problematisch internetgebruik. Overwegend scoorden vrouwelijke studenten ongunstiger op mentaal welzijn en studiegerelateerde factoren, mannelijke studenten op leefstijl, internationale studenten op mentaal welzijn, studiegerelateerde factoren en leefstijl, bachelorstudenten op leefstijl en masterstudenten op studiegerelateerde factoren. In de periode 2021 en 2023 is een afname in bevlogenheid en sociale veiligheid, en een toename in burn-out klachten, risicovol alcoholgebruik en fysieke activiteit te zien. Bovenstaande biedt
- 35 aanknopingspunten voor het ontwikkelen van interventies op maat.

Trefwoorden: Mentale gezondheid, Leefstijl, Hoger Onderwijs, Studenten, Epidemiologie

Mental well-being, study-related factors and lifestyle of university students

Abstract

Recurring themes in the societal debate surrounding students are mental well-being, study-related factors, and lifestyle, with findings predominantly based on cross-sectional data, with limited subgroup differentiation. This article draws an up-to-date picture of these topics among university students', compares female/male, regular/international, and bachelor/master students and tests development over time among [GEMASKEERD VOOR REVIEW] students (Wave 1 fall 2021 ($n=3,626$), Wave 2 spring 2022 ($n=3,592$), Wave 3 spring 2023 ($n=3,924$)). Many students experienced moderate to high levels of stress, high levels of burnout symptoms, depressive symptoms, performance pressure and study load. Many students felt socially safe and experienced support from fellow students. Students were physically active and ate fruits/vegetables almost five days a week. About a quarter of students are at high risk for hazardous alcohol use (excluding Wave 1) and problematic internet use. More unfavourable scores were found for females on mental well-being and study-related factors, for males on lifestyle, for international students on mental well-being, study-related factors and lifestyle, for bachelor students on lifestyle and for master students on study-related factors. In the period 2021 and 2023, a decrease in engagement and social safety, and an increase in burnout symptoms, hazardous alcohol use and physical activity were seen. The above provides starting points for the development of tailored interventions.

Keywords: Mental Health, Lifestyle, Universities, Students, Epidemiology

60

Bijsluiter voor de praktijk

- Mentaal welzijn, studiegerelateerde factoren en leefstijl van studenten in het hoger onderwijs staan onder druk.
- Deze studie presenteert prevalenties, vergelijkt vrouwelijke/mannelijke, reguliere/internationale, en bachelor-/masterstudenten en toetst ontwikkelingen over tijd onder universitaire studenten.

65

- De resultaten bevestigen de kwetsbaarheid van verschillende subgroepen op bepaalde thema's.
- In de periode 2021-2023 is een ongunstige ontwikkeling te zien in bevlogenheid, burn-out klachten, sociale veiligheid en risicovol alcoholgebruik.

70

- Bevindingen nodigen uit tot het ontwikkelen van interventies op maat.

Woordenaantal manuscript: 4983

Mentaal welzijn, studiegerelateerde factoren en leefstijl van studenten in het universitair onderwijs

75

Inleiding

80

85

Mentaal welzijn van studenten in het hoger onderwijs, waaronder stress en burn-out, is een terugkerend thema in het maatschappelijke en politieke debat. In de academische context is er ook veel aandacht voor studiegerelateerde factoren, zoals ervaren prestatiedruk, studiebelasting en sociale veiligheid van studenten (Dopmeijer et al., 2023; Ministerie van Volksgezondheid Welzijn en Sport, 2018; Nederlands Jeugdinstituut, 2022; van Veen et al., 2023). Daarnaast is de leefstijl van studenten, bijvoorbeeld wat betreft alcohol- en drugsgebruik, al jaren een speerpunt onder beleidsmakers (zie o.a. het nationaal preventieakkoord; (Ministerie van Volksgezondheid Welzijn en Sport, 2018). Illustratief voor de publieke en politieke urgentie van de bovengenoemde drie thema's zijn recente overheidscampagnes/programma's waaronder "*Hey, het is oké*" (Rijksoverheid, z.d.), "*Ben je oké?*" (Rutgers, z.d.), "*Stijn*" (Trimbos-instituut, z.d.-b), en de '*COKE SHOW*' (Stichting Time Out, z.d.).

90

95

100

Dat mentaal welzijn, de ervaring van studiegerelateerde factoren, en leefstijl onder druk staan in het leven van studenten is niet zo vreemd: studenten ervaren veranderingen in veel zaken die hen zo vertrouwd waren. Ze gaan een andere levensfase in die gepaard gaat met een nieuwe opleiding, vaak in een andere stad, en met nieuwe vrienden. Daarnaast is deze fase voor veel studenten het moment waarop ze voor het eerst zelfstandig gaan wonen (Arnett, 2000). Het is aannemelijk dat de combinatie van deze veranderingen impact heeft op hun welzijn, ervaring van studiegerelateerde factoren, en leefstijl. Daarnaast hebben studenten op dit moment bovengemiddeld last van maatschappelijke ontwikkelingen die verder reiken dan het studeren op zich, denk aan de na-effecten van de coronapandemie, de wooncrisis, opgebouwde studieschulden, financiële onzekerheid en de klimaatcrisis. Deze ontwikkelingen maken weliswaar geen deel uit van dit onderzoek, maar zullen in meer of mindere mate van invloed zijn op het mentale welzijn, de ervaring van studiegerelateerde factoren, en de leefstijl van studenten.

105

Daarnaast blijkt uit eerdere rapportages dat sommige groepen studenten extra kwetsbaar zijn op bepaalde thema's. Zo blijkt dat dat vrouwelijke studenten (vergeleken met mannelijke studenten) ongunstiger scores op mentaal welzijn en het ervaren van studiegerelateerde factoren (Altemus et al., 2014; Dopmeijer et al., 2023). Zo ervaren vrouwelijke studenten meer prestatiedruk en stress dan mannelijke studenten (Dopmeijer et al., 2023), en voelen jongvolwassen vrouwen zich vaker sociaal onveilig dan jongvolwassen

mannen (Centraal Bureau voor de Statistiek, 2023a). Overmatig drank- en cannabisgebruik wordt daarentegen vaker gesignaleerd bij mannelijke en bachelorstudenten dan onder vrouwelijke en masterstudenten (Dopmeijer et al., 2021a; REFERENTIE GEMASKEERD VOOR REVIEW). Ook blijken bachelorstudenten vaker levensmoe te zijn dan masterstudenten (Dopmeijer et al., 2021b). Daarnaast blijkt dat internationale studenten een risicogroep vormen wat betreft verminderd welzijn. Deze groep studenten ervaart vaker psychische klachten, emotionele uitputtingsklachten en levensmoeheid dan reguliere studenten (Dopmeijer et al., 2021b).

Rondom deze drie thema's zien we daarnaast de afgelopen jaren een aantal ongunstige ontwikkelingen bij studenten in het hoger onderwijs. Zo bleken stress en burn-out klachten de laatste jaren toe te nemen onder jongeren in het algemeen (van Veen et al., 2023) en komen deze klachten in het bijzonder veel voor bij studenten (Dopmeijer et al., 2023; Dopmeijer et al., 2021b). Ook emotionele problemen, werkdruk, prestatiedruk en gevoelens van sociale onveiligheid onder jongeren namen de afgelopen jaren toe (Boer et al., 2022; Centraal Bureau voor de Statistiek, 2023c). Ondertussen neemt het percentage jongvolwassenen dat zichzelf als gelukkig beschrijft sinds 2020 af (Centraal Bureau voor de Statistiek, 2023a). Deze afname is deels te wijten aan de coronapandemie, waarvan veel adolescenten en jongvolwassenen een negatieve impact hebben ervaren (Bosmans et al., 2022). Uitputting en ervaren prestatiedruk onder studenten in het hoger onderwijs lijken sinds de coronapandemie echter weer iets te zijn afgenomen (Dopmeijer et al., 2023). Met betrekking tot leefstijl blijkt dat middelengebruik, zoals het gebruik van alcohol, cannabis en xtc, meer voorkomt onder studenten dan onder niet-studerende leeftijdsgenoten (Dopmeijer et al., 2021a), dat overgewicht tussen 2014-2022 vooral is toegenomen onder 18- tot 25-jarigen (Centraal Bureau voor de Statistiek, 2023b), en dat steeds meer jongvolwassenen niet aan de beweegrichtlijnen voldoen (van den Berg & Schurink-van 't Klooster, 2023).

Huidige Studie

Bovenstaande studies zijn overwegend cross-sectioneel van aard en hebben beperkt ingezoomd op groepsvergelijkingen (met name de vergelijking vrouwelijke vs. mannelijke studenten). Om hierop voort te bouwen rapporteren wij in deze studie bevindingen uit een grootschalig vragenlijstonderzoek naar het mentaal welzijn, de ervaring van studiegerelateerde factoren, en leefstijl dat op drie meetmomenten (najaar 2021, voorjaar 2022, voorjaar 2023) uitgevoerd is onder studenten in het universitair onderwijs. We schetsen hierbij een integraal actueel beeld van deze onderwerpen, bestuderen verschillende subgroepen en belichten veranderingen over tijd gebruikmakende van longitudinale data.

Op basis van bevindingen uit eerder onderzoek en maatschappelijke signalen, richt de huidige studie zich voor elk van de drie thema's op vijf representatieve en veelvoorkomende indicatoren. Voor mentaal welzijn zijn dat geluk, bevlogenheid, burn-out klachten, ervaren stress, en depressieve klachten. Vier van deze indicatoren (geluk, burn-out klachten, ervaren stress en depressieve klachten) representeren het hedonisch perspectief op welzijn, waarbij het ervaren van positieve gevoelens en cognities (geluk) en het vermijden van negatieve gevoelens en cognities (burn-out klachten, ervaren stress en depressieve klachten) centraal staan (Hossain et al., 2023). Tegenover het hedonisch perspectief staat het eudaimonisch perspectief op mentaal welzijn, waarbij het in de context van studenten onder meer gaat om academische ontwikkeling en persoonlijke groei, het onderhouden van ondersteunende relaties en zin in studeren. De vijfde indicator, bevlogenheid, sluit aan bij dit laatste perspectief (Hossain et al., 2023). Onder ervaring van studiegerelateerde factoren worden sociale veiligheid aan de universiteit, sociale steun vanuit medestudenten, prestatiedruk vanuit jezelf, en kwantitatieve en kwalitatieve studiebelasting bestudeerd. De eerste twee indicatoren (sociale veiligheid en sociale steun van medestudenten) sluiten eveneens aan bij de eudaimonische visie op welzijn, en zijn toegespitst op de ervaring binnen de universiteit. Wat betreft leefstijl richt dit onderzoek zich op alcohol- en cannabisgebruik (de meest gebruikte middelen onder studenten; (Dopmeijer et al., 2021a), fruit-/groente-inname en fysieke activiteit (samen van invloed op gewicht) en problematisch internetgebruik (een actueel onderwerp onder jongeren en jongvolwassenen).

In dit artikel beogen we de volgende drie onderzoeksvragen te beantwoorden:

- 1) Wat zijn de gemiddelden en prevalenties op de indicatoren van mentaal welzijn, studiegerelateerde factoren en leefstijl, per meetmoment?;
- 2) Zijn er verschillen tussen subgroepen (vrouwelijke versus mannelijke studenten, reguliere versus internationale studenten, en bachelorstudenten versus masterstudenten) op de indicatoren van mentaal welzijn, studiegerelateerde factoren en leefstijl, per meetmoment?; en
- 3) Zijn er ontwikkelingen over tijd op indicatoren van mentaal welzijn, studiegerelateerde factoren en leefstijl in de groep van studenten die op alle drie de meetmomenten de vragenlijst hebben afgerond?

Methode

Deelnemers en Procedure

Dit onderzoek is onderdeel van het [GEMASKEERD VOOR REVIEW] van de [GEMASKEERD VOOR REVIEW] (REFERENTIE GEMASKEERD VOOR REVIEW). Op drie meetmomenten zijn alle studenten die op dat moment aan de RU studeerden per e-mail

175 uitgenodigd: Wave 1 in oktober-november 2021 ($N_{\text{uitgenodigd}} = 25.035$), Wave 2 in mei-juli
2022 ($N_{\text{uitgenodigd}} = 23.994$) en Wave 3 in mei-juli 2023 ($N_{\text{uitgenodigd}} = 23.425$). Na het actief
geven van toestemming, vulden studenten online vragenlijsten in via Qualtrics (Qualtrics,
2024) en werden basisgegevens opgevraagd vanuit de administratieve systemen van de
universiteit. In totaal hebben er 9.978 studenten deelgenomen aan tenminste één van de drie
180 meetmomenten. Voor deze studie zijn participanten geselecteerd die de vragenlijst op
tenminste één van de drie metingen volledig hebben afgerond ($n = 7.676$). Wave 1 werd
volledig afgerond door 3.626 studenten, Wave 2 door 3.592 studenten en Wave 3 door 3.924
studenten. Alle drie de meetmomenten werden volledig afgerond door 826 studenten.

Het onderzoek is onafhankelijk getoetst en goedgekeurd door de Ethiek Commissie
185 [GEMASKEERD VOOR REVIEW], en er is formeel geen bezwaar tegen dit onderzoek
[GEMASKEERD VOOR REVIEW].

Meetinstrumenten

Appendix A bevat een uitgebreide beschrijving van de vragen, antwoordopties,
scoring en afkappunten bij de indeling in subcategorieën (bijvoorbeeld in termen van ‘hoog’
190 en ‘laag’). Mentaal welzijn wordt in kaart gebracht met de indicatoren: 1) geluk, 2)
bevlogenheid, 3) burn-out klachten, 4) ervaren stress en 5) depressieve klachten.
Studiegerelateerde factoren beschrijven we aan de hand van: 1) sociale veiligheid aan de
universiteit, 2) sociale steun van medestudenten, 3) prestatiedruk vanuit jezelf, 4)
kwantitatieve studiebelasting (hoeveelheid taken) en 5) kwalitatieve studiebelasting
195 (complexiteit taken). Leefstijl wordt gemeten met behulp van de indicatoren: 1) risicovol
alcoholgebruik, 2) cannabisgebruik, 3) fruit/groente-inname, 4) fysieke activiteit en 5)
problematisch internetgebruik.

Daarnaast gebruiken we de volgende *socio-demografische gegevens*: leeftijd, gender (man,
vrouw, anders), type student (internationaal, regulier), en opleidingsfase (bachelor, master,
200 andere opleidingsfase).

Analyses

Analyses zijn uitgevoerd in SPSS (versie 27) (IBM Corp., 2017). Voor
onderzoeksvraag 1 zijn beschrijvende statistieken gebruikt om inzicht te krijgen in de
gemiddelden en/of prevalenties (in percentages) van alle onderzochte indicatoren van mentaal
205 welzijn, studiegerelateerde factoren, en leefstijl, in alle participanten die per meetmoment de
vragenlijst volledig hebben ingevuld.

Voor onderzoeksvraag 2 is er getoetst, in alle participanten die per meetmoment de
vragenlijst volledig hebben ingevuld, of er per meetmoment verschillen zijn tussen

210 verschillende subgroepen studenten: (a) gender: “man” versus “vrouw” (de groep “anders” is
buiten beschouwing gelaten, vanwege de te kleine omvang voor groepsvergelijkingen), (b)
type student: “internationaal” versus “regulier” en (c) opleidingsfase: “bachelor” versus
“master” (de groep “andere opleidingsfase” was te klein voor groepsvergelijkingen). Hierbij
zijn onafhankelijke t-testen en *Mann-Whitney U* toetsen gebruikt voor continue variabelen,
afhankelijk van of de variabelen voldeden aan de assumpties van een normaalverdeling en
215 homogeniteit van variantie. Daarnaast zijn *Mann-Whitney U* toetsen gebruikt voor ordinale
variabelen en *chi-kwadraattoetsen* voor categorische variabelen.

Voor onderzoeksvraag 3 is er getoetst of de indicatoren voor de drie thema’s over tijd
verschillen in de groep van deelnemers die de vragenlijst op alle drie de meetmomenten
volledig hebben afgerond. *One-way ANOVAs* voor herhaalde metingen zijn gebruikt indien de
220 afhankelijke variabele continue en normaal verdeeld was. Indien er een significant verschil
geobserveerd werd zijn er gepaarde t-toetsen uitgevoerd om te toetsen welke specifieke
metingen van elkaar verschillen. *Friedman* testen zijn gebruikt indien de afhankelijke
variabele continue en niet-normaal verdeeld was of ordinaal. Indien er een significant verschil
werd geobserveerd zijn er *Wilcoxon signed-rank* toetsen uitgevoerd om te toetsen welke
225 specifieke metingen van elkaar verschillen. *Cochran’s* toetsen zijn gebruikt indien de
afhankelijke variabele categorisch en dichotoom was. Indien er een significant verschil werd
geobserveerd zijn er *McNemar’s* toetsen uitgevoerd om te toetsen welke specifieke metingen
van elkaar verschillen.

Bij het uitvoeren van alle statistische toetsen hebben we per thema gecorrigeerd voor
230 herhaaldelijk toetsen door de grens van significantie te leggen bij een *p*-waarde van ,01 (*p*-
waarde van ,05 gedeeld door 5 indicatoren per thema). Uiteindelijk toegepaste analyses voor
onderzoeksvragen 2 en 3 zijn gespecificeerd in Appendix B.

Resultaten

Beschrijving van de Onderzoeksgroep

235 De gemiddelden en prevalenties van de demografische variabelen (zie Tabel 1) zijn
vergelijkbaar in alle drie de metingen (niet statistisch getoetst). Voor alle metingen geldt dat
het merendeel van de studenten vrouw was, reguliere student was, en in de bachelorfase van
de opleiding zat. De gemiddelde leeftijd van de deelnemers was 23 jaar op elk meetmoment.

240 **Tabel 1**

Demografische Variabelen (N en Percentage) op Wave 1-3

	W1 oktober-november 2021	W2 mei-juli 2022	W3 mei-juli 2023
<i>Werving</i>			
– N uitgenodigd	25.035	23.994	23.425
– n (%) ‘Informed consent’ gegeven	4.902 (19,6%)	4.431 (18,5%)	5.214 (22,3%)
– n (%) Vragenlijst afgerond	3.626 (14,5%)	3.592 (15,0%)	3.924 (16,8%)
<i>Leeftijd</i>			
– Gemiddelde leeftijd in jaren (min-max)	22,7 (17,0 - 62,4)	23,1 (17,6 – 75,9)	22,9 (17,6 – 75,9)
<i>Gender</i>			
– n (%) Man	977 (27,2%)	1.016 (28,6%)	1.046 (26,9%)
– n (%) Vrouw	2.563 (71,5%)	2.503 (70,4%)	2.794 (71,8%)
– n (%) Anders	47 (1,3%)	37 (1,0%)	50 (1,3%)
<i>Type student</i>			
– n (%) Regulier student	2.983 (83,0%)	3.077 (86,4%)	3.367 (87,3%)
– n (%) Internationale student	610 (17,0%)	484 (13,6%)	488 (12,7%)
<i>Opleidingsfase</i>			
– n (%) Bachelor	2.029 (56,0%)	2.005 (55,8%)	2.316 (59,0%)
– n (%) Master	1.324 (36,5%)	1.318 (36,7%)	1.360 (34,7%)
– n (%) Premaster	238 (6,6%)	223 (6,2%)	174 (4,4%)
– n (%) Exchange	35 (1,0%)	37 (1,0%)	72 (1,8%)
– n (%) Educatieve module	0 (0,0%)	1 (<0,1%)	0 (0,0%)
– n (%) Postmaster	0 (0,0%)	8 (0,2%)	2 (0,1%)

Noot: W1 = Wave 1; W2 = Wave 2; W3 = Wave 3.

Onderzoeksvraag 1 – Gemiddeldes en Prevalenties per Meetmoment

245 Tabel 2 geeft een overzicht (gemiddelden en/of prevalenties) van de indicatoren van mentaal welzijn, studiegerelateerde factoren, en leefstijl voor alle drie de meetmomenten in de hele onderzoeksgroep. Wat betreft de eerste indicator van mentaal welzijn ‘geluk’, zien we dat studenten bij alle meetmomenten gemiddeld (iets onder) een ‘zeven’ scoren (op een schaal van één tot tien). Ruim twee-derde van de studenten (67,6%-71,2%) voelt zich gelukkig (rapportcijfer $\geq$ zeven), terwijl 7,2%-9,6% van de studenten zich ongelukkig voelt

250 (rapportcijfer één tot vier). De gemiddelde scores op bevlogenheid liggen bij alle metingen rond de 3,4 en 3,5 op een schaal van nul tot zes. Bij Wave 1 voelt 16,4% van de studenten zich (zeer) bevlogen voor de studie (score $\geq$ 4,67), bij Wave 2 en 3 was dit respectievelijk 10,4% en 9,8%. De gemiddelde scores op burn-out klachten liggen bij alle drie de metingen rond de 2,6 en 2,7 op een schaal van één tot vijf. We zien bij elk meetmoment dat ongeveer

255 40% van de studenten (zeer) hoog scoort op burn-out klachten (score $\geq$ 2,8). Met betrekking tot ervaren stress variëren de gemiddelde scores over de drie meetmomenten tussen de 16,5 en 17,0 op een schaal van nul tot 40. We zien bij elk meetmoment dat bijna één op de tien studenten (8,1%-9,4%) een hoog niveau van stress ervaart (score $\geq$ 27). Gemiddeld genomen scoren studenten over de metingen heen tussen de 8,1 en 8,6 op een schaal van nul tot 24

260 betreffende depressieve klachten. Bij elk meetmoment ervaart ongeveer 60% van de studenten in hoge mate depressieve klachten (score $\geq$ zeven).

Wat betreft studiegerelateerde factoren, scoren studenten op sociale veiligheid aan de universiteit over alle meetmomenten gemiddeld (ruim) een 'acht' op een schaal van één tot tien, waarbij tien staat voor heel veel sociale veiligheid. Per meting, ervaart tussen de 1,4%-
265 1,8% van de studenten weinig sociale veiligheid (rapportcijfer $<$ vijf). Qua sociale steun van medestudenten scoren studenten over alle metingen heen gemiddeld een krappe 'zes' (op een schaal van één tot tien, waarbij tien staat voor heel veel sociale steun). Per meetmoment ervaart ruim vier op de tien studenten (42,2%-48,2%) veel sociale steun (rapportcijfer $\geq$ zeven) van medestudenten, terwijl ongeveer één op de vier studenten (22,8%-28,3%) weinig
270 steun van medestudenten ervaart (rapportcijfer $<$ vijf). Bij elk meetmoment beoordelen studenten prestatiedruk vanuit henzelf gemiddeld met een 'acht' op een schaal van één tot tien, waarbij tien staat voor heel veel druk. Bijna negen op de tien studenten ervaart hoge prestatiedruk vanuit zichzelf (cijfer $\geq$ zeven; 86,0%-87,1% over de metingen heen). Tot slot beoordelen studenten gemiddeld genomen over alle metingen hun kwantitatieve en
275 kwalitatieve studiebelasting met een krappe 'zeven' op een schaal van één tot tien, waarbij tien staat voor zeer hoog. Hierbij zien we dat over de meetmomenten heen, 63,8%-65,2% van de studenten een (zeer) hoge kwantitatieve studiebelasting ervaart (cijfer $\geq$ zeven) en 59,4%-61,6% een (zeer) hoge kwalitatieve studiebelasting ervaart (cijfer $\geq$ zeven).

Wat betreft leefstijl, ten tijde van Wave 1 valt 8,7% van de studenten in de hoog
280 risicogroep voor risicovol alcoholgebruik. Bij Wave 2 en 3 was dit 23,1% en 22,8%. Meer dan wekelijks cannabisgebruik (twee tot drie keer per week of vaker in het afgelopen half jaar) varieerde tussen de 3,3%-4,0% tussen de drie metingen; minder dan of wekelijks cannabisgebruik (één keer per week of minder in het afgelopen half jaar) varieerde tussen de 17,8%-20,0%. Over alle metingen heen aten studenten gemiddeld genomen bijna vijf dagen
285 (4,7) per week fruit/groente. Ten tijde van Wave 1 was 47,0% van de studenten hoog fysiek actief. Bij Wave 2 en 3 was dit respectievelijk 49,3% en 53,2%. Daarnaast zagen we bij Wave 1 dat 9,8% laag fysiek actief was. Bij Wave 2 en 3 was dit respectievelijk 8,1% en 7,1%. Over alle metingen heen valt tussen de 26,7%-28,6% van de studenten in de hoog risicogroep voor problematisch internetgebruik.

290 **Tabel 2**

Gemiddelden en Prevalenties (in Percentages) Indicatoren voor Mentaal Welzijn, Studiegerelateerde Factoren en Leefstijl op Wave 1-3

Indicatoren	Wave (n)	Gemiddelde (SD)	n (%)		
Mental welzijn					
Geluk (range 1-10)			Ongelukkig (1-4)	Matig (5-6)	Gelukkig (≥7)
	W1 (3.625)	6,86 (1,45)	289 (8,0%)	846 (23,3%)	2.490 (68,7%)
	W2 (3.591)	6,84 (1,60)	343 (9,6%)	821 (22,9%)	2.427 (67,6%)
	W3 (3.924)	7,00 (1,51)	283 (7,2%)	848 (21,6%)	2.793 (71,2%)
Bevlogenheid (UBES-S-9; range 0-6)					(Zeer) hoog (≥4,67)
	W1 (3.626)	3,53 (1,13)			593 (16,4%)
	W2 (3.592)	3,37 (1,07)			372 (10,4%)
	W3 (3.942)	3,42 (1,01)			384 (9,8%)
Burn-out klachten (BAT-12; range 1-5)					(Zeer) hoog (≥2,80)
	W1 (3.625)	2,67 (0,66)			1.444 (39,8%)
	W2 (3.592)	2,70 (0,65)			1.517 (42,2%)
	W3 (3.924)	2,64 (0,62)			1.490 (38,0%)
Ervaren stress (PSS-10; range 0-40)			Laag (<14)	Matig (≥14 en <27)	Hoog (≥27)
	W1 (3.625)	16,90 (6,88)	1.225 (33,8%)	2.059 (56,8%)	341 (9,4%)
	W2 (3.592)	17,00 (6,93)	1.229 (34,2%)	2.026 (56,4%)	337 (9,4%)
	W3 (3.923)	16,46 (6,77)	1.420 (36,2%)	2.184 (55,7%)	319 (8,1%)
Depressieve klachten (CES-D-8; range 0-24)					Hoog (≥7)
	W1 (3.626)	8,47 (4,46)			2.233 (61,6%)
	W2 (3.592)	8,57 (4,53)			2.258 (62,9%)
	W3 (3.924)	8,10 (4,41)			2.337 (59,6%)
Studiegerelateerde factoren					
Sociale veiligheid aan de universiteit (range 1-10)			Weinig (1-4)	Redelijk (5-6)	Veel (≥7)
	W1 (3.621)	8,03 (1,32)	60 (1,7%)	279 (7,7%)	3.282 (90,6%)
	W2 (3.589)	8,10 (1,31)	49 (1,4%)	278 (7,7%)	3.262 (90,9%)
	W3 (3.924)	8,10 (1,34)	72 (1,8%)	268 (6,8%)	3.584 (91,3%)
Sociale steun van medestudenten (range 1-10)			Weinig (1-4)	Redelijk (5-6)	Veel (≥7)
	W1 (3.609)	5,58 (2,35)	1.023 (28,3%)	1.064 (29,5%)	1.522 (42,2%)
	W2 (3.583)	5,87 (2,35)	876 (24,4%)	1.007 (28,1%)	1.700 (47,4%)
	W3 (3.919)	5,98 (2,26)	895 (22,8%)	1.137 (29,0%)	1.887 (48,2%)
Prestatiedruk vanuit jezelf (range 1-10)			Weinig (1-4)	Redelijk (5-6)	Veel (≥7)
	W1 (3.622)	8,10 (1,60)	129 (3,6%)	337 (9,3%)	3.156 (87,1%)
	W2 (3.590)	8,08 (1,64)	137 (3,8%)	350 (9,7%)	3.103 (86,4%)
	W3 (3.924)	8,03 (1,65)	154 (3,9%)	394 (10,0%)	3.376 (86,0%)
Kwantitatieve studiebelasting (range 1-10)			(Zeer) laag (1-4)	Gemiddeld (5-6)	(Zeer) hoog (≥7)
	W1 (3.622)	6,92 (1,66)	273 (7,5%)	988 (27,3%)	2.361 (65,2%)
	W2 (3.586)	6,91 (1,71)	292 (8,1%)	976 (27,2%)	2.318 (64,6%)

MENTAAL WELZIJN, STUDIEGERELATEERDE FACTOREN EN LEEFSTIJL STUDENTEN

	W3 (3.922)	6,92 (1,67)	346 (8,8%)	1.073 (27,4%)	2.503 (63,8%)
Kwalitatieve studiebelasting (range 1-10)			(Zeer) laag (1-4)	Gemiddeld (5-6)	(Zeer) hoog (≥ 7)
	W1 (3.622)	6,73 (1,62)	322 (8,9%)	1.112 (30,7%)	2.188 (60,4%)
	W2 (3.587)	6,73 (1,65)	334 (9,3%)	1.044 (29,1%)	2.209 (61,6%)
	W3 (3.922)	6,71 (1,65)	377 (9,6%)	1.216 (31,0%)	2.329 (59,4%)
Leefstijl					
Risicovol alcoholgebruik in afgelopen half jaar			Laag (< 7)		Hoog (≥ 7)
	W1 (3.524)	-	3.216 (91,3%)		308 (8,7%)
	W2 (3.483)	-	2.677 (76,9%)		806 (23,1%)
	W3 (3.843)	-	2.966 (77,2%)		877 (22,8%)
Cannabisgebruik in afgelopen half jaar			Nee	Ja, $\leq$ wekelijks	Ja, $>$ wekelijks
	W1 (3.397)	-	2.574 (75,8%)	679 (20,0%)	144 (4,0%)
	W2 (3.357)	-	2.575 (76,7%)	651 (19,4%)	131 (3,9%)
	W3 (3.761)	-	2.969 (78,9%)	669 (17,8%)	123 (3,3%)
Fruit/groente-inname in een normale week (range 0-7)					
	W1 (3.623)	4,70 (1,48)			
	W2 (3.590)	4,70 (1,46)			
	W3 (3.921)	4,72 (1,45)			
Fysieke activiteit tijdens de afgelopen 7 dagen (range 0-11.986)			Laag	Gemiddeld	Hoog
	W1 (3.524)	3.077,79 (2.282,53)	344 (9,8%)	1.522 (43,2%)	1.658 (47,0%)
	W2 (3.491)	3.244,19 (2.405,31)	284 (8,1%)	1.486 (42,6%)	1.721 (49,3%)
	W3 (3.799)	3.477,58 (2.470,87)	268 (7,1%)	1.509 (39,7%)	2.022 (53,2%)
Problematisch internetgebruik (range 6-30)			Laag risico (< 15)		Hoog risico (≥ 15)
	W1 (3.624)	12,60 (4,06)	2.587 (71,4%)		1.037 (28,6%)
	W2 (3.592)	12,34 (4,00)	2.632 (73,3%)		960 (26,7%)
	W3 (3.922)	12,48 (3,98)	2.820 (71,9%)		1.102 (28,1%)

Noot: W1 = Wave 1; W2 = Wave 2; W3 = Wave 3. Voor het beschrijven van percentages per wave zijn afkapwaarden uit de schaalhandleidingen gebruikt indien beschikbaar (voor bevlogenheid, burn-out klachten en ervaren stress, zie voor meer informatie Appendix A. Meetinstrumenten). De continue variabele voor fysieke activiteit is weergegeven in MET-minutes/week (Metabolic Equivalent of Task).

Onderzoeksvraag 2 - Verschillen Tussen Subgroepen per Meetmoment

Tabel 3 geeft een overzicht (gemiddelden en/of prevalenties) van alle indicatoren van mentaal welzijn, studiegerelateerde factoren, en leefstijl voor de drie meetmomenten voor de verschillende subgroepen: mannelijke versus vrouwelijke studenten, internationale versus reguliere studenten en bachelor- versus masterstudenten. Wat betreft mentaal welzijn valt op dat tijdens alle metingen vrouwelijke studenten en internationale studenten significant meer burn-out-, stress en depressieve klachten ervaren dan respectievelijk mannelijke studenten en reguliere studenten. Reguliere studenten en masterstudenten zijn ten tijde van alle waves significant gelukkiger dan respectievelijk internationale studenten en bachelorstudenten. Tijdens Wave 2 en 3 ervaren bachelorstudenten significant meer stress dan masterstudenten. Tijdens Wave 3 voelen masterstudenten zich meer bevlogen dan bachelorstudenten.

Wat betreft studiegerelateerde factoren valt op dat tijdens alle metingen vrouwelijke studenten in vergelijking met mannelijke studenten, internationale studenten in vergelijking met reguliere studenten en masterstudenten in vergelijking met bachelorstudenten significant ongunstiger scores op prestatiedruk vanuit henzelf, kwantitatieve studiebelasting en kwalitatieve studiebelasting (m.u.v. Wave 2 gender). Daarnaast ervaren vrouwelijke studenten op alle meetmomenten significant minder sociale veiligheid aan de universiteit en meer sociale steun van medestudenten (m.u.v. Wave 1) dan mannelijke studenten. Bij internationale studenten zien we het omgekeerde patroon: zij voelen zich op alle meetmomenten sociaal veiliger aan de universiteit, maar ervaren minder sociale steun van medestudenten dan reguliere studenten.

Wat betreft leefstijl valt op dat vrouwelijke studenten over alle meetmomenten heen significant gunstiger scores op risicovol alcoholgebruik, cannabisgebruik en fruit/groente-inname dan mannelijke studenten. Mannelijke studenten zijn op alle meetmomenten vaker zwaar fysiek actief, terwijl vrouwelijke studenten vaker gemiddeld fysiek actief zijn. Reguliere studenten scoren significant ongunstiger op alcoholgebruik in vergelijking met internationale studenten (m.u.v. Wave 1). Qua cannabisgebruik geldt het omgekeerde: internationale studenten scoren hierop op alle meetmomenten ongunstiger dan reguliere studenten. Daarnaast vallen internationale studenten op alle meetmomenten vaker in de hoog risicogroep voor problematisch internetgebruik en eten zij significant minder dagen per week fruit/groenten dan reguliere studenten. Bachelorstudenten scoren op vier leefstijlfactoren ongunstiger dan masterstudenten:

MENTAAL WELZIJN, STUDIEGERELATEERDE FACTOREN EN LEEFSTIJL STUDENTEN

risicovol alcoholgebruik, fruit/groente-inname, cannabisgebruik (alleen Wave 3), en problematisch internetgebruik (alleen Wave 3).

Tabel 3

Gemiddelden en Prevalenties (in Percentages) op alle Indicatoren voor Mentaal Welzijn, Studiegerelateerde Factoren en Leefstijl op Wave 1-3 voor: Mannelijke Versus Vrouwelijke Studenten, Reguliere Versus Internationale Studenten en Bachelor- Versus Masterstudenten

Indicatoren	Wave (n)		M	V	Reg	Int	Ba	Ma
Mentaal welzijn								
Geluk (range 1-10)	W1 (3.625)		6,97	6,85	6,94	6,50	6,78	6,96
	W2 (3.591)		6,74	6,91	6,89	6,47	6,75	6,94
	W3 (3.924)		7,00	7,01	7,05	6,65	6,95	7,08
Bevlogenheid (UBES-S-9; range 0-6)	W1 (3.626)		3,54	3,53	3,55	3,47	3,54	3,52
	W2 (3.592)		3,35	3,39	3,36	3,42	3,34	3,39
	W3 (3.924)		3,44	3,42	3,43	3,41	3,38	3,49
Burn-out klachten (BAT-12; range 1-5)	W1 (3.625)		2,49	2,72	2,63	2,83	2,67	2,66
	W2 (3.592)		2,58	2,75	2,68	2,87	2,74	2,68
	W3 (3.924)		2,48	2,68	2,61	2,81	2,66	2,61
Ervaren stress (PSS-10; range 0-40)	W1 (3.625)		14,99	17,53	16,19	20,15	17,11	16,69
	W2 (3.592)		15,42	17,53	16,40	20,59	17,42	16,52
	W3 (3.923)		14,47	17,10	15,90	19,84	16,67	16,06
Depressieve klachten (CES-D-8; range 0-24)	W1 (3.626)		7,83	8,64	8,29	9,33	8,57	8,40
	W2 (3.592)		8,20	8,64	8,43	9,49	8,78	8,35
	W3 (3.924)		7,54	8,26	7,97	8,98	8,21	7,99
Studiegerelateerde factoren								
Sociale veiligheid aan de universiteit (range 1-10)	W1 (3.621)		8,20	7,99	7,99	8,20	8,07	7,99
	W2 (3.589)		8,33	8,02	8,07	8,24	8,13	8,05
	W3 (3.924)		8,36	8,02	8,06	8,34	8,08	8,13
Sociale steun van medestudenten (range 1-10)	W1 (3.609)		5,52	5,61	5,65	5,27	5,69	5,40
	W2 (3.583)		5,65	5,99	5,95	5,37	5,88	5,82
	W3 (3.919)		5,80	6,06	6,08	5,42	6,02	5,92
Prestatiedruk vanuit jezelf (range 1-10)	W1 (3.622)		7,72	8,25	8,05	8,38	8,03	8,21
	W2 (3.590)		7,68	8,23	8,04	8,31	7,99	8,20
	W3 (3.924)		7,55	8,21	7,99	8,31	7,93	8,18
Kwantitatieve studiebelasting (range 1-10)	W1 (3.622)		6,58	7,06	6,84	7,36	6,86	7,00
	W2 (3.586)		6,61	7,04	6,82	7,56	6,84	7,04
	W3 (3.922)		6,61	7,03	6,84	7,47	6,85	7,06
Kwalitatieve studiebelasting (range 1-10)	W1 (3.622)		6,54	6,80	6,63	7,21	6,60	6,93
	W2 (3.587)		6,60	6,78	6,63	7,36	6,60	6,96
	W3 (3.922)		6,53	6,77	6,61	7,37	6,61	6,93
Leefstijl								
Risicovol alcoholgebruik in afgelopen half jaar	W1 (3.524)	Laag	88,7%	92,1%	92,0%	88,7%	90,2%	93,4%
		Hoog	11,3%	7,9%	8,0%	11,3%	9,8%	6,6%
	W2 (3.483)	Laag	67,6%	80,3%	74,7%	90,2%	74,7%	80,9%
		Hoog	32,4%	19,7%	25,3%	9,8%	25,3%	19,1%
	W3 (3.843)	Laag	67,3%	80,7%	74,7%	92,2%	74,4%	81,0%
		Hoog	32,7%	19,3%	25,3%	7,8%	25,6%	19,0%
Cannabis- gebruik in afgelopen half jaar	W1 (3.397)	Nee	66,8%	79,3%	78,6%	63,4%	74,5%	77,8%
		Ja, ≤ wekelijks	25,7%	17,7%	18,5%	26,3%	21,6%	17,4%
		Ja, > wekelijks	7,5%	2,9%	2,9%	10,2%	3,9%	4,8%
	W2 (3.357)	Nee	66,9%	81,0%	79,0%	63,9%	75,2%	78,6%

MENTAAL WELZIJN, STUDIEGERELATEERDE FACTOREN EN LEEFSTIJL STUDENTEN

		Ja ≤ wekelijks	26,1%	16,5%	17,8%	28,2%	20,5%	18,0%
		Ja, > wekelijks	7,0%	2,5%	3,2%	8,0%	4,3%	3,4%
	W3 (3.761)	Nee	70,9%	82,3%	81,3%	66,5%	77,1%	82,5%
		Ja, ≤ wekelijks	22,8%	15,8%	16,3%	24,8%	19,4%	14,8%
		Ja, > wekelijks	6,3%	1,9%	2,3%	8,7%	3,5%	2,7%
Fruit/groente-inname in een normale week (range 0-7)	W1 (3.623)	Dagen per week	4,2	4,9	4,8	4,4	4,6	4,8
	W2 (3.590)	Dagen per week	4,2	4,9	4,7	4,4	4,5	4,9
	W3 (3.921)	Dagen per week	4,3	4,9	4,8	4,4	4,6	4,9
Fysieke activiteit tijdens de afgelopen 7 dagen	W1 (3.524)	Laag	9,5%	10,0%	9,2%	12,3%	9,5%	10,3%
		Gemiddeld	38,4%	44,7%	44,2%	39,1%	44,1%	42,8%
		Hoog	52,1%	45,3%	46,6%	48,6%	46,4%	46,9%
	W2 (3.491)	Laag	8,2%	8,2%	7,9%	10,5%	8,4%	8,0%
		Gemiddeld	38,2%	44,1%	43,5%	36,8%	43,2%	41,3%
		Hoog	53,6%	47,8%	48,7%	52,7%	48,4%	50,7%
	W3 (3.799)	Laag	7,6%	6,9%	6,9%	8,9%	6,4%	8,2%
		Gemiddeld	33,3%	41,7%	40,3%	35,4%	39,5%	40,7%
		Hoog	59,1%	51,4%	52,8%	55,7%	54,1%	51,1%
Problematisch internetgebruik	W1 (3.624)	Laag risico	74,4%	70,3%	75,0%	54,1%	70,5%	72,8%
		Hoog risico	25,6%	29,7%	25,0%	45,9%	29,5%	27,2%
	W2 (3.592)	Laag risico	74,1%	73,0%	76,2%	56,4%	72,0%	76,0%
		Hoog risico	25,9%	27,0%	23,8%	43,6%	28,0%	24,0%
	W3 (3.922)	Laag risico	74,1%	70,9%	74,7%	54,6%	70,2%	74,9%
		Hoog risico	25,9%	29,1%	25,3%	45,4%	29,8%	25,1%

Noot: Significante verschillen ($p < ,01$) tussen subgroepen binnen een wave zijn **vetgedrukt**. W1 = Wave 1; W2 = Wave 2; W3 = Wave 3; M = mannelijke studenten; V = vrouwelijke studenten; Reg = reguliere studenten; Int = internationale studenten; Ba = bachelorstudenten; Ma = masterstudenten.

Onderzoeksvraag 3 – Ontwikkelingen Over Tijd

In de groep van studenten die de vragenlijst op alle drie de meetmomenten volledig heeft ingevuld, hebben we verschillen tussen de drie metingen per indicator onderzocht (zie Tabel 4). Tabel 4 bevat daarnaast een overzicht van de gemiddelden en/of prevalenties voor deze groep. Wat betreft mentaal welzijn, zien we statistische verschillen ($p < ,01$) over tijd op de indicatoren bevlogenheid en burn-out klachten. Post-hoc analyses toonden aan dat scores op bevlogenheid op Wave 1 significant hoger waren dan op Wave 2 en 3 en dat scores op burn-out klachten significant hoger waren op Wave 2 dan op Wave 1.

Wat betreft studiegerelateerde factoren zien we dat sociale veiligheid aan de universiteit significant varieert over tijd, waarbij sociale veiligheid aan de universiteit op Wave 3 significant lager werd ervaren dan op Wave 2.

Wat betreft leefstijl, zien we significante verschillen over tijd wat betreft risicovol alcoholgebruik in het afgelopen half jaar en fysieke activiteit tijdens de afgelopen 7 dagen. Post-hoc analyses lieten zien dat risicovol alcoholgebruik significant lager was op Wave 1 dan op Wave 2 en 3, en dat risicovol alcoholgebruik weer lager was op Wave 3 dan op Wave 2. Post-

MENTAAL WELZIJN, STUDIEGERELATEERDE FACTOREN EN LEEFSTIJL STUDENTEN

hoc analyses lieten daarnaast zien dat gemiddeld genomen studenten ten tijde van Wave 1 minder fysiek actief waren in de afgelopen 7 dagen in vergelijking met Wave 2 en 3.

MENTAAL WELZIJN, STUDIEGERELATEERDE FACTOREN EN LEEFSTIJL STUDENTEN

Tabel 4

Gemiddelden en Prevalenties (in Percentages) op alle Indicatoren voor Mentaal Welzijn, Studiegerelateerde Factoren en Leefstijl op Wave 1-3 in “Complete Cases” Waarbij Ontwikkelingen Over Tijd Getoetst Zijn

Indicatoren	Wave (n)		p	Post-hoc test			
				W1 vs.	W2 vs.	W3 vs.	
Mentaal welzijn		Gemiddelde (SD)					
Geluk (range 1-10)	W1 (826)	6,89 (1,34)	,027				
	W2 (826)	6,87 (1,57)					
	W3 (826)	7,00 (1,48)					
Bevlogenheid (UBES-S-9; range 0-6)	W1 (826)	3,67 (1,12)	<,001	Ref	-	-	
	W2 (826)	3,45 (1,04)		<,001	Ref	-	
	W3 (826)	3,43 (1,03)		<,001	,417	Ref	
Burn-out klachten (BAT-12; range 1-5)	W1 (826)	2,60 (0,63)	,002	Ref	-	-	
	W2 (826)	2,66 (0,64)		,001	Ref	-	
	W3 (826)	2,65 (0,62)		,017	,353	Ref	
Ervaren stress (PSS-10; range 0-40)	W1 (826)	16,40 (6,81)	,063				
	W2 (826)	16,56 (6,89)					
	W3 (826)	16,10 (6,70)					
Depressieve klachten (CES-D-8; range 0-24)	W1 (826)	8,31 (4,32)	,121				
	W2 (826)	8,37 (4,41)					
	W3 (826)	8,23 (4,42)					
Studiegerelateerd factoren		Gemiddelde (SD)					
Sociale veiligheid aan de universiteit (range 1-10)	W1 (826)	8,09 (1,23)	,004	Ref	-	-	
	W2 (826)	8,19 (1,22)		,015	Ref	-	
	W3 (826)	8,07 (1,28)		,617	,005	Ref	
Sociale steun van medestudenten (range 1-10)	W1 (820)	5,74 (2,23)	,030				
	W2 (820)	5,93 (2,33)					
	W3 (820)	5,77 (2,27)					
Prestatiedruk vanuit jezelf* (range 1-10)	W1 (826)	8,14 (1,55)	,711				
	W2 (826)	8,15 (1,63)					
	W3 (826)	8,18 (1,56)					
Kwantitatieve studiebelasting (range 1-10)	W1 (826)	7,06 (1,60)	,580				
	W2 (826)	6,95 (1,74)					
	W3 (826)	7,06 (1,62)					
Kwalitatieve studiebelasting (range 1-10)	W1 (826)	6,74 (1,57)	,620				
	W2 (826)	6,71 (1,69)					
	W3 (826)	6,83 (1,66)					
Leefstijl (n tussen 731 – 826)		Gemiddelde (SD) of n (%)					
Risicovol alcoholgebruik in afgelopen half jaar		Laag	Hoog	<,001	Ref	-	
	W1 (770)	726 (94,29%)	44 (5,71%)		-	-	
	W2 (770)	630 (81,82%)	140 (18,18%)		<,001	Ref	-
Cannabisgebruik in afgelopen half jaar		666 (86,49%)	104 (13,51%)	<,001	<,001	Ref	
		Nee	Ja, ≤	Ja, >	,081		
			wekelijks	wekelijks			
W1 (731)	597 (81,67%)	118 (16,14%)	16 (2,19%)				
W2 (731)	581 (79,48%)	132 (18,06%)	18 (2,46%)				
	W3 (731)	597 (81,67%)	119 (16,28%)	15 (2,05%)			
Fruit/groente-inname in een normale week (range 0-7)	W1 (826)	4,78 (1,43)	,527				
	W2 (826)	4,73 (1,39)					
	W3 (826)	4,76 (1,48)					
		Laag	Gemiddeld	Hoog	<,001		

MENTAAL WELZIJN, STUDIEGERELATEERDE FACTOREN EN LEEFSTIJL STUDENTEN

Fysieke activiteit tijdens de afgelopen 7 dagen	W1 (765)	75 (9,80%)	385 (50,33%)	305 (39,87%)	Ref	-	-
	W2 (765)	59 (7,71%)	349 (45,62%)	357 (46,67%)	<,001	Ref	-
	W3 (765)	56 (7,32%)	357 (46,67%)	352 (46,01%)	,001	,893	Ref
Problematisch internetgebruik	W1 (826)	Laag risico 619 (74,94%)	Hoog risico 207 (25,06%)	,461			
	W2 (826)	629 (76,15%)	197 (23,85%)				
	W3 (826)	614 (74,33%)	212 (25,67%)				

Noot: Significante verschillen ($p < ,01$) zijn **vetgedrukt**. W1 = Wave 1; W2 = Wave 2; W3 = Wave 3.

Discussie

In deze studie is de actuele situatie onderzocht betreffende het mentaal welzijn, de ervaring van studiegerelateerde factoren en leefstijl onder universitaire studenten, of in dit opzicht bepaalde subgroepen extra kwetsbaar zijn en of deze thema's veranderen over tijd.

Onderzoeksvraag 1 – Gemiddelde en Prevalentie per Meetmoment

Wat betreft **mentaal welzijn** zien we, in lijn met landelijke onderzoeken (Dopmeijer et al., 2023; Dopmeijer et al., 2021b), zorgelijke cijfers: een fors percentage studenten scoort ongunstig op mentaal welzijn; ervaart veel burn-out klachten, matig tot veel stress en veel depressieve klachten. Daarnaast beoordelen minder studenten (67,6%-71,2%) hun geluksgevoel met een rapportcijfer van een zeven of hoger dan in de algemene jeugdmonitor onder achttien-25 jarigen (2022: 79%; (Centraal Bureau voor de Statistiek, 2023a).

Wat betreft **studiegerelateerde factoren** zien we qua studiedruk een ongunstig beeld. Een fors percentage studenten ervaart een hoge mate van prestatiedruk vanuit zichzelf (in lijn met de landelijke monitor uit 2021; (Dopmeijer et al., 2021b) en hoge studiebelasting (kwantitatief én kwalitatief). Qua sociale context is het beeld gunstiger: 90% van de studenten ervaart sociale veiligheid aan de universiteit en een ruime meerderheid rapporteert redelijk tot veel sociale steun van medestudenten.

Qua **leefstijl** vallen in negatieve zin alcohol- en internetgebruik op: bijna een kwart van de studenten valt in de 'hoog' groep voor risicovol alcoholgebruik (m.u.v. Wave 1). Ook de landelijke studentenmonitor (2023) laat hoog alcoholgebruik onder studenten zien, zij het met een ander meetinstrument: 10% drinkt overmatig, 16% zwaar, 39% riskant en 4% heeft een mogelijke alcoholafhankelijkheid (Nuijen et al., 2023). Daarnaast valt ruim een kwart in de hoog risicogroep voor problematisch internetgebruik. Problematisch internetgebruik is niet onderzocht in eerdere landelijke studies, wel blijkt dat problematisch sociale mediagebruik voorkomt bij

MENTAAL WELZIJN, STUDIEGERELATEERDE FACTOREN EN LEEFSTIJL STUDENTEN

29% van de universiteitsstudenten (Dopmeijer et al., 2021a) en dat 60% van de jongvolwassen (zestien-25 jaar) hun eigen schermgebruik beoordeelt als ‘te veel’ (van Rooij et al., 2020).

Onderzoeksvraag 2 - Verschillen Tussen Subgroepen per Meetmoment

Overwegend scoren vrouwelijke (versus mannelijke) studenten ongunstiger op drie van de vijf indicatoren van mentaal welzijn (meer burn-out klachten, meer ervaren stress, en meer depressieve klachten) en vier van de vijf studiegerelateerde factoren (minder sociale veiligheid, meer prestatiedruk en meer studiebelasting (m.u.v. kwalitatieve studiebelasting op Wave 2)). Op drie van de vijf leefstijlindicatoren laten ze juist een gunstiger beeld zien: minder risicovol alcoholgebruik, minder cannabisgebruik, en meer fruit/groente-inname. Dit komt overeen met eerder onderzoek dat liet zien dat vrouwelijke studenten lagere niveaus van veerkracht rapporteerden, een hoger risico op psychische klachten hadden (Dopmeijer et al., 2021b; Nuijen et al., 2023) en waar mannelijke studenten vaker overmatig/zwaar drinken en cannabis gebruiken (Dopmeijer et al., 2021a; Nuijen et al., 2023). Een mogelijke verklaring voor genderverschillen in welzijn zou kunnen liggen in verschillen tussen mannen en vrouwen in reactie op en gevolgen van stressvolle (studie) situaties (o.a. Verma et al. (2011); Tytherleigh et al. (2007)). Bij het gevonden genderverschil in alcoholgebruik spelen mogelijk biologische verschillen een rol, zoals bijvoorbeeld verschillen in alcoholmetabolisme waarbij mannen alcohol beter kunnen verdragen en er daarmee meer van kunnen consumeren dan vrouwen (Riecher-Rössler, 2017; Thomasson, 2002).

Internationale (versus reguliere) studenten scoren ongunstiger op het merendeel van de indicatoren van mentaal welzijn (minder geluk, meer burn-out klachten, meer ervaren stress, en meer depressieve klachten), studiegerelateerde indicatoren (minder sociale steun, meer prestatiedruk en meer studiebelasting) en leefstijlindicatoren (meer cannabisgebruik, minder fruit/groente-inname en meer problematisch internetgebruik). Reguliere studenten scoren daarentegen ongunstiger op sociale veiligheid en risicovol alcoholgebruik (m.u.v. Wave 1). Onze bevindingen komen overeen met eerder onderzoek waaruit blijkt dat internationale studenten vaker psychische klachten en prestatiedruk ervaren (Dopmeijer et al., 2023; Dopmeijer et al., 2021b; Nuijen et al., 2023) en meer cannabis en minder alcohol gebruiken (Dopmeijer et al., 2021a; Nuijen et al., 2023). Mogelijk spelen het vestigen in een ander land, verschillen in academische cultuur en het (relatief) soepele drugsbeleid in Nederland hierbij een rol (Trimbos-instituut, z.d.-a). Zo is met betrekking tot studiegerelateerde indicatoren mogelijk dat studenten

MENTAAL WELZIJN, STUDIEGERELATEERDE FACTOREN EN LEEFSTIJL STUDENTEN

die in het buitenland gaan studeren minder sociale steun ervaren doordat zij minder gemakkelijk aansluiting vinden bij studiegenoten dan reguliere studenten (o.a. Alharbi and Smith (2018); McKenna et al. (2017); Meier and Daniels (2013)). Daarnaast speelt mogelijk ook een rol dat het aanpassen aan de academische cultuur en toepassen van nieuwe/andere leerstijlen en methodieken uitdagender is voor internationale studenten dan voor reguliere studenten (Alharbi & Smith, 2018; McKenna et al., 2017). Deze ervaringen kunnen vervolgens ook gerelateerd zijn aan de lagere welzijnsscores (o.a. Dopmeijer et al. (2023); Nerdrum et al. (2009)). Met betrekking tot het cannabisgebruik is het zowel mogelijk dat internationale studenten al meer cannabis gebruikten bij aankomst in Nederland of dit zijn gaan doen door soepelere regels met betrekking tot cannabisgebruik in Nederland dan in het land van herkomst (zie ook (REFERENTIE GEMASKEERD VOOR REVIEW)).

Bachelorstudenten (versus masterstudenten) scoren op een aantal meetmomenten ongunstiger op mentaal welzijn (minder geluk, minder bevlogenheid (Wave 3), meer burn-out klachten (Wave 2), meer ervaren stress (Wave 2 en 3) en meer depressieve klachten (Wave 2)) en leefstijl (meer risicovol alcoholgebruik, meer cannabisgebruik (Wave 3), minder fruit/groente-inname en meer problematisch internetgebruik (Wave 3)). Masterstudenten scoren daarentegen ongunstiger op studiegerelateerde factoren prestatiedruk en studiebelasting (zowel kwantitatief als kwalitatief). Ook dit sluit aan bij eerder onderzoek waaruit blijkt dat bachelorstudenten (versus andere studenten) meer cannabis gebruiken (Dopmeijer et al., 2021a) en een hogere kans hebben om levensmoe te zijn (Dopmeijer et al., 2021b). Mogelijk spelen leeftijd en de transitie naar volwassenheid hierbij een rol (Nuijen et al., 2023).

Bovengenoemde prevalenties en groepsverschillen nodigen uit tot enerzijds verder onderzoek naar de onderliggende verklaringen voor de groepsverschillen en anderzijds het ontwikkelen en implementeren van interventies op maat voor de verschillende subgroepen. Participatief onderzoek, waarbij de doelgroep betrokken wordt bij de ontwikkeling van interventies, kan hierbij een uitkomst bieden en ervoor zorgen dat interventies aansluiten op de behoeftes van studenten (Arumugam et al., 2023).

Onderzoeksvraag 3 – Ontwikkelingen Over Tijd

Wat betreft mentaal welzijn van de studenten valt op dat bevlogenheid is afgenomen (van Wave 1 naar Wave 2 en 3) en burn-out klachten zijn toegenomen (van Wave 1 naar 2). Gegeven het feit dat Wave 1 (najaar 2021) nog in de coronapandemie viel (zie tijdlijn van

MENTAAL WELZIJN, STUDIEGERELATEERDE FACTOREN EN LEEFSTIJL STUDENTEN

coronamaatregelen via Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (n.d.), o.a. gedeeltelijke lockdown, avondlockdown, 1,5 meter afstand en mondkapjesplicht), zouden we eerder verwacht hebben dat studenten ten tijde van Wave 1 minder bevlogenheid en meer burn-out klachten zouden hebben ervaren (in lijn met onderzoek van Dopmeijer et al. (2023)). Wellicht is de toename van burn-out klachten na de coronapandemie te verklaren door het gevoel van studenten weer van alles te ‘moeten’ (naar de campus, sociale activiteiten, bijbaantjes etc.), wat tijdens de coronapandemie niet kon, en/of duidt het op de uitgestelde tol die studenten betalen voor de in veel opzichten stressvolle coronaperiode. We zien dit echter niet terug in toegenomen prestatiedruk na de coronapandemie. Ook moeten we ons realiseren dat deze veranderingen in burn-out klachten en bevlogenheid weliswaar statistisch significant, maar ook bijzonder klein zijn (burn-out klachten: 0,06 punten op een schaal van één tot vijf; bevlogenheid: 0,22-0,24 punten op een schaal van nul tot zes). We kunnen hier dus niet te veel betekenis aan toekennen.

De ervaring van de studiegerelateerde factoren lijkt over tijd redelijk stabiel te zijn. Wel was voor ervaren sociale veiligheid een kleine afname te zien van Wave 2 (voorjaar 2022) naar Wave 3 (voorjaar 2023). In die periode is zowel wereldwijd als landelijk de aandacht voor (o.a. in de media, in organisaties en in de context van universiteiten) en daarmee de bewustwording van sociale veiligheid enorm toegenomen.

Wat betreft leefstijl nam risicovol alcoholgebruik toe van Wave 1 naar Wave 2, daarna trad weer een daling in. Wave 1 was in najaar 2021 ten tijde van de (staart van de) coronapandemie. Mogelijk is de geobserveerde ‘piek’ in Wave 2 (voorjaar 2022) een “inhaalslag” na de coronapandemie (Vink, 2023). De mate van fysieke activiteit nam toe van Wave 1 naar Wave 2 en 3. Ook dit is verklaarbaar doordat tijdens Wave 1 corona-maatregelen golden die mensen beperkten in hun mogelijkheden om te bewegen (waaronder coronamaatregelen bij sportverenigingen).

Sterktes, Beperkingen en Vervolgstappen

Een sterk punt van deze studie is de homogene populatie (studenten in het universitair onderwijs) en een relatief hoog responspercentage (18,5-22,3% t.o.v. bijvoorbeeld 6,5%-11,7% in landelijke onderzoeken; (Dopmeijer et al., 2021a; Dopmeijer et al., 2021b; Nuijen et al., 2023)). Verder heeft de studie een brede scope met aandacht voor zowel mentaal welzijn, de ervaring van studiegerelateerde factoren en leefstijl. Een bijzonder sterk punt van deze studie is dat ze gebaseerd is op meerdere meetmomenten: één tijdens (de staart van) en twee na de

MENTAAL WELZIJN, STUDIEGERELATEERDE FACTOREN EN LEEFSTIJL STUDENTEN

coronapandemie (Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu, z.d.). Dit heeft ons in staat gesteld om enerzijds mentaal welzijn, de ervaring van studiegerelateerde factoren en leefstijl, en de verschillen tussen subgroepen op deze thema's, op drie momenten in de tijd in kaart te brengen en anderzijds de ontwikkelingen over tijd te bestuderen.

Daarnaast zijn er ook enkele beperkingen. Studentenwelzijn is een multidimensionaal concept, waarbij een eenduidige definitie ontbreekt (Hossain et al., 2023). In dit artikel hebben wij gekozen voor een brede conceptualisatie van studentenwelzijn, waarin de combinatie van hedonische en eudaimonische elementen recht doet aan de multidimensionaliteit. Doordat studentenwelzijn op verschillende manieren geoperationaliseerd wordt, kan een vergelijking tussen studies onderling lastig zijn. Desalniettemin wordt er een consistent beeld geschetst. Het feit dat in deze studie gebruik is gemaakt van zelfrapportage kan ook worden gezien als beperking. Ondanks de gewaarborgde anonimiteit, kunnen we niet uitsluiten dat er mogelijk sociaal wenselijke antwoorden zijn gegeven en dat er sprake is geweest van een selectie-bias: mogelijk hebben vooral studenten met wie het goed of juist niet goed gaat deelgenomen aan deze studie. Tot slot, uiteraard zijn er, naast de door ons gekozen indicatoren van mentaal welzijn, studiegerelateerde factoren en leefstijl, ook andere factoren die een belangrijke rol kunnen spelen in het welzijn van studenten, zoals bijvoorbeeld “sense of belonging”, regelingen rondom studiefinanciering, en zorgen van studenten rondom wonen en het klimaat (Dopmeijer, 2021; Sociaal-Economische Raad, 2022). Met de keuze voor de drie thema's en de daarbij passende vijftien indicatoren hebben we ons inziens toch een rijk beeld kunnen schetsen van het welzijn, de ervaring van studiegerelateerde factoren en leefstijl van studenten in het universitair onderwijs.

Conclusie

Deze studie laat zien dat het merendeel van de studenten in het universitair onderwijs zich sociaal veilig en gesteund voelt. Toch ervaart een zorgelijk aantal studenten burn-out klachten, matig tot veel stress en depressieve klachten. Vooral vrouwelijke studenten en internationale studenten vormen hierbij kwetsbare groepen. Qua leefstijl is er vooral veel te winnen wat betreft risicovol alcoholgebruik (vooral bij mannelijke, reguliere en bachelorstudenten) en problematisch internetgebruik (vooral bij internationale studenten). Daarnaast bleken er ongunstige ontwikkelingen zichtbaar over tijd betreffende bevlogenheid, burn-out klachten, sociale veiligheid en risicovol alcoholgebruik. Een gunstige ontwikkeling was zichtbaar voor

fysieke activiteit. De huidige inzichten bieden aanknopingspunten voor het ontwikkelen van interventies op maat.

Verklaring data en syntax

De dataset en syntax gebruikt voor onderhavige studie is op aanvraag beschikbaar. De gegevens zijn niet openbaar beschikbaar omdat ze deel uitmaken van een lopend longitudinaal onderzoek, het [GEMASKEERD VOOR REVIEW] project, aan de [GEMASKEERD VOOR REVIEW].

Bijdrage per auteur

Dit artikel is het resultaat van team science. Alle auteurs hebben een bijdrage geleverd aan de conceptualisatie, methodologie, dataverzameling, formele analyses, schrijven (conceptversie en revisies) en projectadministratie. Auteursvolgorde is bepaald op basis van bijdrage waarbij eerste [GEMASKEERD VOOR REVIEW] en laatste [GEMASKEERD VOOR REVIEW] auteurs ten behoeve van dit artikel een voortrekkersrol hebben vervuld. Financiële acquisitie is gedaan door [GEMASKEERD VOOR REVIEW]. Alle auteurs hebben ingestemd met de inhoud van het manuscript.

Literatuur

- Alharbi, E., & Smith, A. (2018). A review of the literature on stress and wellbeing among international students in English-speaking countries. *International Education Studies*, 11(5), 22-44. <https://doi.org/10.5539/ies.v11n6p22>
- Altemus, M., Sarvaiya, N., & Neill Epperson, C. (2014). Sex differences in anxiety and depression clinical perspectives. *Front Neuroendocrinol*, 35(3), 320-330. <https://doi.org/10.1016/j.yfrne.2014.05.004>
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood. A theory of development from the late teens through the twenties. *Am Psychol*, 55(5), 469-480. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- Arumugam, A., Phillips, L. R., Moore, A., Kumaran, S. D., Sampath, K. K., Migliorini, F., Maffulli, N., Ranganadhababu, B. N., Hegazy, F., & Botto-van Bemden, A. (2023). Patient and public involvement in research: a review of practical resources for young investigators. *BMC Rheumatol*, 7(1), 2. <https://doi.org/10.1186/s41927-023-00327-w>

MENTAAL WELZIJN, STUDIEGERELATEERDE FACTOREN EN LEEFSTIJL STUDENTEN

- Boer, M., van Dorsselaer, S. A. F. M., de Looze, M., de Roos, S. A., Brons, H., van den Eijnden, R., Monshouwer, K., Huijnk, W., ter Bogt, T., Vollebergh, W., & Stevens, G. (2022). *HBSC 2021. Gezondheid en welzijn van jongeren in Nederland*.
<https://www.trimbos.nl/aanbod/webwinkel/af2022-hbsc-2021/>
- Bosmans, M., de Vetten-Mc Mahon, M., Alblas, E., van Duinkerken, A., van Leersum-Bekebrede, L., Heshusius, J., de Kort, E., Rahmon, I., Wentink, B., Willems, P., Stekelenburg, R., Moleman, Y., Marra, E., & Dückers, M. (2022). *De gevolgen van de coronapandemie voor de gezondheid en het welzijn: deel 2. Een literatuurstudie*.
- Centraal Bureau voor de Statistiek. (2023a). *Jaarrapport Landelijke Jeugdmonitor 2023*.
<https://download.cbs.nl/pdf/Landelijke%20jeugdmonitor%202023.pdf>
- Centraal Bureau voor de Statistiek. (2023b). *Kwart 18- tot 25-jarigen te zwaar*. Centraal Bureau voor de Statistiek. Retrieved 12 feb 2024 from <https://www.cbs.nl/nl-nl/nieuws/2023/22/kwart-18-tot-25-jarigen-te-zwaar>
- Centraal Bureau voor de Statistiek. (2023c). *Meer slaapproblemen en psychische klachten onder jongeren*. Centraal Bureau voor de Statistiek. Retrieved 12 feb 2024 from <https://www.cbs.nl/nl-nl/nieuws/2023/45/meer-slaapproblemen-en-psychische-klachten-onder-jongeren#:~:text=Bij%20jongvolwassenen%20van%2018%20tot,8%20procent%20van%20de%20jongens>
- Dopmeijer, J. (2021). *Running on empty: The impact of challenging student life on wellbeing and academic performance*. <https://pure.uva.nl/ws/files/54163609/Thesis.pdf>
- Dopmeijer, J., Scheeren, L., van Baar, J., & Bremer, B. (2023). *Harder Better Faster Stronger? Een onderzoek naar risicofactoren en oplossingen voor prestatiedruk en stress van studenten*. <https://www.trimbos.nl/aanbod/webwinkel/af2084-harder-better-faster-stronger/>
- Dopmeijer, J. M., Nuijen, J., Busch, M. C. M., Tak, N. I., van Hasselt, N., & Verweij, A. (2021a). *Monitor Mentale gezondheid en Middelengebruik Studenten hoger onderwijs. Deelrapport II: Middelengebruik van studenten in het hoger onderwijs*.
- Dopmeijer, J. M., Nuijen, J., Busch, M. C. M., Tak, N. I., & Verweij, A. (2021b). *Monitor Mentale gezondheid en Middelengebruik Studenten hoger onderwijs. Deelrapport I. Mentale gezondheid van studenten in het hoger onderwijs*.

MENTAAL WELZIJN, STUDIEGERELATEERDE FACTOREN EN LEEFSTIJL STUDENTEN

Hossain, S., O'Neill, S., & Strnadová, I. (2023). What Constitutes Student Well-Being: A Scoping Review Of Students' Perspectives. *Child Indic Res*, 16(2), 447-483.

<https://doi.org/10.1007/s12187-022-09990-w>

IBM Corp. (2017). *IBM SPSS Statistics for Windows, Version 25.0*. Retrieved 12 feb 2024 from <https://www.ibm.com/us-en>

McKenna, L., Robinson, E., Penman, J., & Hills, D. (2017). Factors impacting on psychological wellbeing of international students in the health professions: A scoping review.

International journal of nursing studies, 74, 85-94.

<https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2017.06.007>

Meier, G., & Daniels, H. (2013). 'Just not being able to make friends': social interaction during the year abroad in modern foreign language degrees. *Research Papers in Education*, 28(2), 212-238. <https://doi.org/10.1080/02671522.2011.629734>

Ministerie van Volksgezondheid Welzijn en Sport. (2018). *Nationaal Preventieakkoord*.

<https://open.overheid.nl/documenten/ronl-1f7b7558-4628-477d-8542-9508d913ab2c/pdf>

Nederlands Jeugdinstituut. (2022). *Sociale veiligheid is van iedereen - samenwerking rond veiligheidsvragen door scholen en partners uit de gemeente*.

<https://www.nji.nl/sites/default/files/2022-11/Sociale-veiligheid-is-van-iedereen.pdf>

Nerdrum, P., Rustøen, T., & Helge Rønnestad, M. (2009). Psychological distress among nursing, physiotherapy and occupational therapy students: A longitudinal and predictive study. *Scandinavian Journal of Educational Research*, 53(4), 363-378.

<https://doi.org/10.1080/00313830903043133>

Nuijen, J., Verweij, A., Dopmeijer, J., van Wamel, A., Buijs, M., van der Horst, M., & van den Brink, C. (2023). *Monitor Mentale gezondheid en Middelengebruik Studenten hoger onderwijs 2023*.

Qualtrics. (2024). *Qualtrics*. Qualtrics. Retrieved 12 feb 2024 from <https://www.qualtrics.com/>

REFERENTIE GEMASKEERD VOOR REVIEW.

Riecher-Rössler, A. (2017). Sex and gender differences in mental disorders. *The Lancet Psychiatry*, 4(1), 8-9.

Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu. (n.d.). *Tijdslijn van coronamaatregelen 2021*.

<https://www.rivm.nl/gedragsonderzoek/tijdslijn-maatregelen-covid-2022>

MENTAAL WELZIJN, STUDIEGERELATEERDE FACTOREN EN LEEFSTIJL STUDENTEN

Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu. (z.d.). *Tijdslijn van coronamaatregelen 2020*.

Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu. Retrieved 12 feb 2024 from

<https://www.rivm.nl/gedragsonderzoek/tijdslijn-van-coronamaatregelen-2020>

Rijksoverheid. (z.d.). *Campagne Hey, het is oké*. Rijksoverheid. Retrieved 12 feb 2024 from

<https://www.campagnetoolkits.nl/hey>

Rutgers. (z.d.). *Campagne Ben je oke?*. Rutgers. Retrieved 12 feb 2024 from <https://benjeoke.nl/>

Sociaal-Economische Raad. (2022). *Veelbelovend: Kansen en belemmeringen voor jongeren in 2021*. <https://www.ser.nl/-/media/ser/downloads/adviezen/2022/kansen-belemmeringen-jongeren.pdf>

Stichting Time Out. (z.d.). *De COKE SHOW*. Stichting Time Out. Retrieved 12 feb 2024 from

<https://www.timeoutcafe.nu/coke-show/>

Thomasson, H. R. (2002). Gender differences in alcohol metabolism: physiological responses to ethanol. *Recent Dev Alcohol*, 163-179.

Trimbos-instituut. (z.d.-a). *Internationale studenten, mentale gezondheid en middelengebruik*.

<https://www.trimbos.nl/wp-content/uploads/sites/31/2021/09/af1806-internationale-studenten-mentale-gezondheid-en-middelengebruik.pdf>

Trimbos-instituut. (z.d.-b). *Stijn Programma studentenwelzijn*. Trimbos-instituut. Retrieved 12 feb 2024 from <https://www.trimbos.nl/aanbod/programmas/stijn/>

Tytherleigh, M. Y., Jacobs, P., Webb, C., Ricketts, C., & Cooper, C. (2007). Gender, health and stress in English university staff—exposure or vulnerability? *Applied Psychology*, 56(2), 267-287. <https://doi.org/10.1111/j.1464-0597.2006.00254.x>

van den Berg, S. W., & Schurink-van 't Klooster, T. M. (2023). *Duiding daling in voldoen aan Beweegrichtlijnen tussen 2019 en 2022. Welke groepen zijn minder gaan bewegen en wat doen ze minder?* <https://www.rivm.nl/bibliotheek/rapporten/KU-2023-0014.pdf>

van Rooij, A. J., Doze, I., Tuijnman, A., & Kleinjan, M. (2020). *Factsheet digitale balans jongvolwassenen*. <https://www.trimbos.nl/wp-content/uploads/2022/06/EX024-Factsheet-digitale-balans-jongvolwassenen.pdf>

van Veen, J., Bruel, D., Bouwens, L., Held, N., & Soeter, M. (2023). *Burn-outklachten onder jonge werknemers - een groeiend probleem?*

<https://www.tno.nl/nl/newsroom/2023/09/burn-outklachten-jongeren-onderzoek-2022/>

Verma, R., Balhara, Y. P. S., & Gupta, C. S. (2011). Gender differences in stress response: Role of developmental and biological determinants. *Industrial Psychiatry Journal*, 20(1), 4-10. 10.4103/0972-6748.98407

Vink, J. M. (2023). *Na corona drinken studenten eerder meer dan minder*. Sociale Vraagstukken. Retrieved 12 feb 2024 from <https://www.socialevraagstukken.nl/na-corona-drinken-studenten-eerder-meer-dan-minder/>

Mail met reviews over eerste versie

Van: "Jochum Veenstra" <jeugdinontwikkeling@outlook.com>
Aan: "Kirsten van Hooijdonk van Hooijdonk" <kirsten.vanhooijdonk@ru.nl>
Onderwerp: Redacteursbeslissing

Geachte Kirsten van Hooijdonk van Hooijdonk,

We hebben uw manuscript bekeken en zetten het graag uit naar twee reviewers. Ik hoop u over zes weken hun reviews te kunnen sturen.

Met vriendelijke groet,

Jochum Veenstra

Mail met reviews over tweede versie

Van: "Jochum Veenstra" <jeugdinontwikkeling@outlook.com>
Aan: "Kirsten van Hooijdonk van Hooijdonk" <kirsten.vanhooijdonk@ru.nl>
Onderwerp: Redacteursbeslissing

Geachte Kirsten van Hooijdonk, Sterre Simons, Renske van der Cruisen, Aafke Swinkels, Tirza van Noorden, Jacqueline Vink, Sabine Geurts,

MENTAAL WELZIJN, STUDIEGERELATEERDE FACTOREN EN LEEFSTIJL STUDENTEN

Uw artikel "Mentaal welzijn, studiegerelateerde factoren en leefstijl van studenten in het universitair onderwijs" is beoordeeld door twee leden van de redactie.

Beide reviewers vinden het een relevant artikel, maar hebben nog wel vragen en komen daarom tot het oordeel dat er een revisie nodig is.

De positieve aspecten volgens de twee reviewers zijn:

Reviewer 1: De auteurs hebben onder een grote streekproef binnen de RU een aantal omvangrijke welzijn en sociale context variabele onderzocht bij studenten aan de RU. Een sterk punt is de grote sample size en de herhaaldelijke metingen waardoor veranderingen over tijd onderzocht konden worden.

Reviewer 2: De auteurs beschrijven een relevante vraagstelling in een helder geschreven manuscript. Het is een zeer relevant onderwerp gezien de huidige maatschappelijke zorgen over het mentale welzijn bij studenten en jongvolwassenen in het algemeen. De sterke punten van het manuscript centreren zich rondom het longitudinale design en de vele indicatoren van alle factoren die worden meegenomen.

De reviewers komen tot de conclusie dat er een revisie nodig is omdat:

Reviewer 1:

- Het artikel is erg beschrijvend van aard. Dat is niet bezwaarlijk, maar op een aantal plekken (zie elders in de review) kan het manuscript verbeterd worden door het geven van meer theoretische onderbouwing, context en concrete cijfers.
- Zoals eerder aangegeven betreft de scope van het artikel het grootste zwaktepunt van het manuscript. Specifieker is er een mismatch tussen waar de data daadwerkelijk betrekking op hebben en de conclusies die getrokken worden op basis van de data. Het onderzoek is uitgevoerd binnen de RU waarbij RU specifieke indicatoren zijn meegenomen die de generaliseerbaarheid voor (een deel van) de bevindingen ernstig beperkt. Deze beperkingen worden in het huidige manuscript niet genoemd. In een revisie zal hier daarom in alle secties van het manuscript oog voor moeten zijn.

Reviewer 2:

- Grootste punt gaat over de keuze van de analyses en hier helderheid in verschaffen. De vraag waarom er geen moderatie analyse is gedaan in het kader van de ontwikkelingen over tijd blijft staan.

MENTAAL WELZIJN, STUDIEGERELATEERDE FACTOREN EN LEEFSTIJL STUDENTEN

- Er kan nog aandacht worden besteedt aan de geciteerde literatuur en het helderder vormgeven van de samenvatting van het artikel.

Onderaan deze mail kan u de volledige reviews lezen. Reviewer 2 wil graag zijn naam vermelden (dat is optioneel). Reviewer 2 is Maurits Masselink.

Wilt u een nieuwe versie indienen dan kan dat via jeugdinhontwikkeling.nl . Wilt u bij het indienen van een revisie ook een antwoordbrief schrijven die puntsgewijs de reviews van de reviewers afgaat?

Zou u de ontvangst van deze mail willen bevestigen door ons naar ons te mailen via jeugdinhontwikkeling@outlook.com ?

Met vriendelijke groeten,
Jochum Veenstra (redactie-secretaris)

Reviewer 1:

Aanbeveling: Revisies benodigd

Titel

Ja, maar zie verdere latere punten over de scope

Abstract

meerdere wijzigingen zijn nodig

Abstract - toelichting

Het is niet duidelijk wat er verstaan wordt onder "veel studenten", kan daarom beter vervangen worden door een range aan percentages. De resultaten zijn een lange opsomming aan resultaten met verschillende groepsvergelijkingen die door het grote aantal lastig te verwerken zijn. Die

MENTAAL WELZIJN, STUDIEGERELATEERDE FACTOREN EN LEEFSTIJL STUDENTEN

kunnen wat meer samengevat weergegeven worden. Voor de conclusies belangrijke nuanceringen ontbreken dan weer, bijvoorbeeld dat de meeste variabelen stabiel bleven, en er een paar kleine significante verschillen over tijd waren.

Inleiding

meerdere wijzigingen zijn nodig

Inleiding - toelichting

Algemeen punt over de scope (van toepassing op titel, abstract, inleiding, discussie): In het artikel wordt de scope van het onderzoek gepresenteerd als betrekking hebbend op studenten in het universitair onderwijs. De indruk ontstaat dat het om een landelijk onderzoek gaat, terwijl het alleen uitgevoerd is bij studenten van de RU. Nu is het natuurlijk niet ongebruikelijk dat er onderzoek bij studentenpopulaties van een bepaalde universiteit gedaan wordt en de resultaten in meer algemene termen worden beschreven. Echter zijn er in dit onderzoek vragen opgenomen die specifiek gaan over de ervaring op de RU. Denk bijvoorbeeld aan het gevoel van sociale veiligheid, dat wordt uitgevraagd met de vraag “In hoeverre ervaar jij sociale veiligheid aan de RU”. Antwoorden op deze vraag kunnen natuurlijk beïnvloed zijn door maatschappij brede invloeden, maar hangen uiteraard zeer waarschijnlijk samen met de situatie op de RU. Aandacht voor stress en de inbedding van internationale studenten binnen de universiteit en de stad kan ook goed verschillen tussen universiteiten. De scope van het onderzoek en de resultaten moet daarom beter begrensd worden in de verschillende onderdelen van het manuscript.

-Graag snel kenbaar maken dat de auteurs het hebben over de situatie in Nederland.

-De relevantie van de studie kan beter kenbaar gemaakt worden. Zo beschrijven de auteurs wel regelmatig dat het één toeneemt of het ander afneemt, of dat de ene groep hoger of lager scoort dan de andere groep, maar geven geen concrete cijfers over hoe groot de problematiek is. Wat is er al bekend over prevalenties? In deze context, de auteurs neigen ook naar algemeen taalgebruik (e.g. veel, meer, vaker) zonder aan te geven in welke orde van grootte die verschillen of veranderingen aanwezig zijn.

-Is de volgende zin te onderbouwen met referenties? “Daarnaast hebben studenten op dit moment bovengemiddeld last van maatschappelijke ontwikkelingen die verder reiken dan het studeren op zich, denk aan de na-effecten van de coronapandemie, de wooncrisis, opgebouwde studieschulden, financiële onzekerheid en de klimaatcrisis”

-Wat is de motivatie voor het onderzoeken van verschillen tussen bachelor en master studenten? Waarom zijn er mogelijk verschillen te verwachten en op welke gebieden?

-Hadden de auteurs verwachtingen over eventuele effecten over tijd, of was het puur exploratief?

Methode

meerdere wijzigingen zijn nodig

Methode - toelichting

MENTAAL WELZIJN, STUDIEGERELATEERDE FACTOREN EN LEEFSTIJL STUDENTEN

-Wat is behelst het actief geven van toestemming? Ik vermoed dat er een online toestemmingsformulier was wat ondertekend kon worden? Het is duidelijker om dat aan te geven.

-De auteurs beschrijven dat er "basisgegevens" opgevraagd worden, het is op die plek in het manuscript niet duidelijk wat dat zijn (staat wel in appendix). Duidelijker om dat meteen al aan te geven.

-Graag waar mogelijk de betrouwbaarheid van gebruikte vragenlijsten rapporteren in het supplement waarin de meetinstrumenten beschreven worden (dus op basis van huidige data).

-Appendix B kan direct in het hoofddocument opgenomen worden waarbij er direct wordt aangegeven welk type test er gebruikt is en waarom.

Resultaten

meerdere wijzigingen zijn nodig

Resultaten - toelichting

-Gezien de toegang die de auteurs hadden tot studentenadministratie, kunnen de onderzoekers wellicht iets zeggen over hoe representatief de steekproef is voor de studenten die op het moment van afname aan de RU studeerde? E.g. 70% van de respondenten was vrouw, hoe verhoudt dit zich tot het percentage vrouwelijke studenten aan de RU rond het moment van het onderzoek?

-De auteurs hebben er vermoed ik begrijpelijkerwijs voor gekozen om voor de leesbaarheid een deel van de statistische informatie (e.g. F/T-waardes, DF's) niet te rapporteren. Toch is dat voor de controleerbaarheid belangrijk. Ik wil de auteurs daarom vragen dit in ieder geval wel in een supplement toe te voegen.

-De auteurs rapporteren geen gestandaardiseerde effect-groottes. Dat is wel wenselijk voor de interpretatie. De meeste van de groepsverschillen worden uitsluitend in termen van significantie beschreven. Slechts voor 2 gevonden effecten wordt in de discussie (terecht) gewezen op de kleine effect-grootte. Effect grootte voor de andere bevindingen plaatsen de andere groepsverschillen ook beter in perspectief. Wat mij betreft worden effect-groottes wel in hoofdmanuscript toegevoegd, evenals standard errors / SDs.

Discussie

meerdere wijzigingen zijn nodig

Discussie - toelichting

-De eerste zin van de discussie loopt niet lekker. Er wordt ook over de "actuele situatie" geschreven, dat is het nu niet meer, en voor lezers in de toekomst al helemaal niet meer.

-Hoe verklaren de onderzoekers het feit dat bachelorstudenten meer burn-out klachten rapporteren dan MASTER-studenten, maar MASTER-studenten juist slechter scoren op studiegerelateerde factoren (die vaak genoemd worden als oorzaak van burn-out klachten)?

- De volgende verklaring graag iets meer toelichten "Een mogelijke verklaring voor genderverschillen in welzijn zou kunnen liggen in verschillen tussen mannen en vrouwen in reactie op en gevolgen van stressvolle (studie) situaties (o.a. Verma et al. (2011); Tytherleigh et

MENTAAL WELZIJN, STUDIEGERELATEERDE FACTOREN EN LEEFSTIJL STUDENTEN

al. (2007))” Hoe reageren zij dan anders?

-De auteurs beschrijven in de discussie de noodzaak voor het ontwikkelen en implementeren van interventies, maar de auteurs zijn niet helemaal duidelijk in wat voor soort interventies ze daarmee bedoelen. Gaat het om interventies voor studenten die tegen problemen aangelopen zijn? Of bijvoorbeeld meer algemene opleiding/universiteit brede (preventieve) interventies / beleidswijzigingen gericht op het voorkomen dat studenten tegen de gerapporteerde problemen aanlopen? Campagnes om te waarschuwen voor de gevaren van overmatig alcoholgebruik en dergelijke, campagnes om docenten / mentoren te waarschuwen extra goed te letten op bepaalde factoren door een verhoogde kwetsbaarheid, etc?

-Context van de bevindingen. Kunnen de auteurs de bevindingen in een bredere (historische) context plaatsen? De auteurs vergelijken hun bevindingen wel met een aantal eerdere bevindingen, maar veel van de referenties hebben publicatiejaren die binnen de looptijd van de eigen studie vallen en lijken over ongeveer dezelfde periode te gaan. Is er informatie over bijvoorbeeld trends over langer dan 3 jaar, zeg de afgelopen 10 jaar? Het onderzoek lijkt oorspronkelijk een groot studenten-evaluatieonderzoek aan de RU te zijn. Hebben andere universiteiten vergelijkbare onderzoeken uitgevoerd waar resultaten mee te vergelijken zijn?

-Gerelateerd aan al eerder genoemd punt. De auteurs beschrijven de homogeniteit van de studie als sterkte, terwijl deze homogeniteit (alleen RU studenten) juist een belangrijke beperking is voor de brede scope die de auteurs aanhouden “studenten in het universitair onderwijs”.

-De auteurs schrijven dat ze data en syntaxen alleen op aanvraag delen, met als motivatie dat het om een lopend project gaat. Syntaxen zouden sowieso buiten dit soort overwegingen gehouden moeten worden. Ik wil de auteurs daarom verzoeken om de syntaxen en spss output waarop de resultaten gebaseerd zijn te delen via een platform als osf.io of een ander vrij toegankelijk platform. Ten tweede ben ik van mening dat de mogelijkheid van eenvoudige reproduceerbaarheid van onderzoek niet afhankelijk zou moeten zijn van de wens van auteurs om dezelfde en vervolg data eerst nog in andere onderzoeken te gebruiken. Het journal verplicht geen open data sharing, toch wil ik de auteurs verzoeken om het delen van de data bij de publicatie serieus te overwegen en daarmee een goed voorbeeld te zijn voor andere onderzoekers. Zorgen over scoops zijn gezien de daadwerkelijke risico's in de praktijk nauwelijks gegrond en kunnen verder gereduceerd worden door het alvast preregistreren van toekomstige onderzoeksvoorstellen. Eventueel zouden de auteurs er ook nog voor kunnen kiezen om een embargo periode aan te houden en de data bijvoorbeeld 6 maanden na publicatie vrij te delen. Nogmaals, de keuze voor het open delen van data laat ik bij de auteurs. De syntaxen zou ik sowieso graag zien.

Conclusies

meerdere wijzigingen zijn nodig

Conclusies - toelichting

-Graag weer kijken naar de scope, e.g. "Deze studie laat zien dat het merendeel van de studenten in het universitair onderwijs zich sociaal veilig en gesteund voelt" geldt heel specifiek voor de RU

Tabellen en figuren

MENTAAL WELZIJN, STUDIEGERELATEERDE FACTOREN EN LEEFSTIJL STUDENTEN

-Graag voor de zekerheid de tabellen controleren op accuraatheid van de gerapporteerde waarden. In Tabel 1 is range bij leeftijd W2 en W3 exact hetzelfde. In tabel 2 en 3 komt het regelmatig voor dat waarden over de verschillende meetmomenten tot op 2 cijfers achter de komma gelijk blijven, klopt dat altijd?

Referenties

-zie verzoek om meer context.

Ruimte voor kleine opmerkingen

-

Algemeen oordeel

revisie

Waarom is dit onderzoek wel of niet relevant voor de JiO-lezer?

-

Reviewer 2:

Aanbeveling: Revisies benodigd

Titel

De titel weerspiegelt de inhoud van het manuscript en is van redelijke lengte. Eventueel kan het longitudinale aspect van de studie, welke een sterke kant is van de studie, ook worden meegenomen in de titel.

Abstract

meerdere wijzigingen zijn nodig

Abstract - toelichting

Het doel van het abstract mag duidelijker en meer overkoepelend naar voren komen. De abstract maakt nu nog niet helemaal helder in de wat het onderzoek precies heeft gedaan, wat het design was en waarom dit design nodig is.
De conclusie is verder gepast.

Inleiding

goed/voldoende

MENTAAL WELZIJN, STUDIEGERELATEERDE FACTOREN EN LEEFSTIJL STUDENTEN

Inleiding - toelichting

Helder geschreven introductie. Het valt echter op dat er veel Nederlandse bronnen zijn geciteerd. Deze zijn zeker relevant en passend, maar het zou m.i. een beter beeld schetsen en de relevantie van het onderzoek nog sterker maken als er breder geciteerd wordt middels toevoeging van internationale bronnen op bepaalde punten in de introductie. Een alternatief is dat de auteurs scherper stellen dat het onderzoek zich enkel richt op de relevantie voor Nederlandse studenten/de Nederlandse context.

De auteurs beschrijven dat er nog weinig onderzoek is gedaan naar verschillende subgroepen wat betreft de onderzoeksvragen. Het zou de relevantie helderder maken als er andersom wordt geredeneerd: hoe kunnen we meer te weten komen over voor wie welke factoren het meest bepalend zijn voor het mentale welzijn van studenten? Dan is het ook duidelijk dat onderzoek naar verschillende subgroepen hierin deze vragen kan beantwoorden.

Methode

een kleine wijziging is nodig

Methode - toelichting

De methode is passend bij het onderzoeksdesign en er is adequaat gecorrigeerd voor de hoeveelheid analyses. Kunnen de auteurs duidelijk maken hoe veel analyses er precies zijn gedaan (bv aantal Mann Whitney U toetsen) per onderzoeksvraag? En kan er gespecificeerd worden of er een repeated measures anova is uitgevoerd voor onderzoeksvraag 3 of een one-way anova?

Mijn belangrijkste vraag gaat over de keuze voor de analyses: Waarom hebben de auteurs er niet voor gekozen om moderatieanalyse te doen binnen een regressieanalyse (ofwel binnen het variantieanalyse framework ofwel binnen een eventueel meer passende mixed-effects model framework) zodat conclusies over ontwikkelingen over tijd binnen subgroepen kunnen worden getrokken?

De meetinstrumenten en steekproef zijn helder beschreven.

Resultaten

een kleine wijziging is nodig

Resultaten - toelichting

De resultaten zijn helder beschreven. In de beschrijving van de onderzoeksgroep zou het passender zijn als de auteurs niet spreken over vergelijkingen tussen de metingen, aangezien er geen toetsing heeft plaatsgevonden, zoals de auteurs zelf ook aangeven.

De rapportage is verder helder. Zie voor opmerkingen over de analyses, de comments onder 'Methoden'.

Discussie

MENTAAL WELZIJN, STUDIEGERELATEERDE FACTOREN EN LEEFSTIJL STUDENTEN

goed/voldoende

Discussie - toelichting

De discussie is helder beschreven en bespreekt relevante punten met betrekking tot de conclusies die getrokken kunnen worden. De implicaties zijn tevens duidelijk beschreven en zijn passend bij de resultaten van het onderzoek.

Conclusies

goed/voldoende

Conclusies - toelichting

De conclusies geven een correcte weergave van de bevindingen en passen bij de implicaties en de discussiepunten.

Tabellen en figuren

De tabellen zijn passend bij de tekst en zijn helder opgesteld.

Referenties

De referenties zijn adequaat en net verwerkt in APA format. Wel blijft mijn punt staan over het toevoegen van internationale bronnen in aanvulling op de voornamelijk Nederlandse bronnen.

Ruimte voor kleine opmerkingen

Algemeen oordeel

revisie

Waarom is dit onderzoek wel of niet relevant voor de JiO-lezer?

-

Mail met reviews over derde versie

Van: "Jochum Veenstra" <jeugdionontwikkeling@outlook.com>

Aan: "Kirsten van Hooijdonk van Hooijdonk" <kirsten.vanhooijdonk@ru.nl>

Onderwerp: Redacteursbeslissing

MENTAAL WELZIJN, STUDIEGERELATEERDE FACTOREN EN LEEFSTIJL STUDENTEN

Geachte Kirsten van Hooijdonk, Sterre Simons, Renske van der Cruisen, Aafke Swinkels, Tirza van Noorden, Jacqueline Vink, Sabine Geurts,

Beiden reviewers zijn tevreden met de aanpassingen van de inzending voor Jeugd in Ontwikkeling , "Mentaal welzijn, studiegerelateerde factoren en leefstijl van studenten in het universitair onderwijs".

Onze beslissing is: Accepteer inzending!

Een van de twee reviewers (Maurits Masselink) schrijft:

Ik wil de auteurs hartelijk danken voor de uitgebreide revisie, de grondigheid waarmee ze de reviewpunten hebben opgepakt en de wijze waarop ze de scope van het onderzoek overal helder gemaakt hebben. De auteurs hebben alle punten naar tevredenheid aangepast. Ik wil de auteurs in het bijzonder ook bedanken voor de bereidheid om niet alleen de syntaxen te delen, maar ook de onderliggende data beschikbaar te stellen. Hiermee zijn ze een voorbeeld voor het veld, en is wat mij betreft het manuscript alleen om deze reden al van meerwaarde voor het veld. Inhoudelijk biedt de studie waardevolle inzichten in het studentenwelzijn en vormt de studie een belangrijk referentiepunt voor monitoring van studentenwelzijn in toekomstig onderzoek. Het onderzoek biedt ook aanknopingspunten voor vervolgonderzoek naar onderliggende mechanismes. Wat ik zelf bijvoorbeeld interessant vind is dat (1) vrouwen nadeliger scoren op veel van de onderzochte mentaal welzijn en studievariabelen, (2) maar de verschillen vaak klein zijn, (3) stress & burnout de uitzondering lijken te zijn, (4) het feit van op veel verschillende indicatoren net in het nadeel zijn (en soms wat meer in het nadeel zijn), maar beperkt tot uiting lijkt te komen in verschil in geluk / en depressieve klachten. Komt dat door beschermende factor van leefstijl / minder alcoholgebruik? Een soortgelijk patroon is zichtbaar bij internationals vs reguliere studenten. Zo zijn er natuurlijk nog veel meer dingen die uitnodigen tot vervolgonderzoek. Dit onderschrijft uiteraard de relevantie van het huidige onderzoek.

Voor overige kleine puntjes uit zijn review zie hieronder.

Zou u voor nu twee dingen voor mij willen doen?

- 1) Zou u deze mail willen bevestigen door te mailen naar: jeugdinontwikkeling@outlook.com
- 2) Zou u de laatste opmerkingen willen verwerken en een schone versie (zonder track and trace), en met de juiste namen in het bestand naar jeugdinontwikkeling@outlook.com willen mailen. De schone versie zal ik uitzetten voor taalcorrectie, daarna aan u voorleggen en vervolgens naar onze opmaker sturen.

MENTAAL WELZIJN, STUDIEGERELATEERDE FACTOREN EN LEEFSTIJL STUDENTEN

Met vriendelijke groet,

Jochum Veenstra

Reviewer 1:

Aanbeveling: Accepteer inzending

Titel

Comments over de titel zijn adequaat verwerkt.

Abstract

goed/voldoende

Abstract - toelichting

Comments over de abstract zijn adequaat verwerkt.

Inleiding

goed/voldoende

Inleiding - toelichting

Comments over de inleiding zijn adequaat verwerkt.

Methode

goed/voldoende

Methode - toelichting

MENTAAL WELZIJN, STUDIEGERELATEERDE FACTOREN EN LEEFSTIJL STUDENTEN

Comments over de methode zijn adequaat verwerkt of er is voldoende onderbouwd waarom bepaalde keuzes zijn gemaakt.

Resultaten

goed/voldoende

Resultaten - toelichting

Comments over de resultatednsectie zijn adequaat verwerkt.

Discussie

goed/voldoende

Discussie - toelichting

Comments over de discussie zijn adequaat verwerkt.

Conclusies

goed/voldoende

Conclusies - toelichting

Goed.

Tabellen en figuren

Goed.

Referenties

Goed.

Ruimte voor kleine opmerkingen

De auteurs hebben mijn comments naar tevredenheid beantwoord.

Algemeen oordeel

accepteren

Waarom is dit onderzoek wel of niet relevant voor de JiO-lezer?

zie eerdere review - dit statement geldt nog steeds.

MENTAAL WELZIJN, STUDIEGERELATEERDE FACTOREN EN LEEFSTIJL STUDENTEN

Hoofdpijnen voor in de begeleidende mail aan de auteurs - positief

De auteurs hebben mijn comments naar tevredenheid beantwoord.

Hoofdpijnen voor in de begeleidende mail aan de auteurs - negatief

De auteurs hebben mijn comments naar tevredenheid beantwoord.

Reviewer 2:

Aanbeveling: Accepteer inzending

Titel

ja

Abstract

goed/voldoende

Abstract - toelichting

in orde

Inleiding

een kleine wijziging is nodig

Inleiding - toelichting

Dank voor alle aanpassingen. Twee kleine puntjes:

-In de inleiding staat beschreven: “Zo steeg het percentage jongeren (12-25 jaar) met depressieve en psychische klachten van respectievelijk 5% en 8% in 2017 naar 22% en 16% in 2022 (Centraal Bureau voor de Statistiek, 2023c)” moeten de 22 en 16 procent niet omgedraaid staan?

-Direct daarna wordt de afname in geluk gelinkt aan de coronapandemie en wordt beschreven dat jongeren en jongvolwassenen “bijzonder hard geraakt werden”. Hoewel de meeste mensen nu nog wel een aardig idee hebben wanneer de pandemie zich afspeelde, is het toch duidelijker (en toekomstbestendiger) om aan te geven wanneer de het zwaartepunt van de pandemie zich afspeelde / wanneer Nederland te maken had met maatregelen en heel algemeen wat voor soort maatregelen het betrof. Gerelateerd, duidelijker is om toch ook aan te geven op welke manier jongeren “bijzonder hard geraakt” werden (niet omdat ze massaal heel ziek werden).

Methode

goed/voldoende

MENTAAL WELZIJN, STUDIEGERELATEERDE FACTOREN EN LEEFSTIJL STUDENTEN

Methode - toelichting

Dank voor het toevoegen van de cronbach's alpha's in de bijlage. Bij de fruit/groente variabelen is dat niet nodig, daar mag die weggehaald worden.

Resultaten

goed/voldoende

Resultaten - toelichting

in orde

Discussie

een kleine wijziging is nodig

Discussie - toelichting

In de resultatensectie zijn de effectgroottes toegevoegd en in de beschrijving van de resultaten wordt hier ook naar verwezen. In discussie wordt echter alleen voor onderzoeksvraag 3 de effectgrootte betrokken bij de reflectie. Deze reflectie / het in context plaatsen van, gebeurt niet bij de resultaten onderzoeksvraag 2. Ik wil de auteurs toch nog verzoeken om hier naar te kijken.

Conclusies

goed/voldoende

Conclusies - toelichting

in orde

Tabellen en figuren

Toch nog even voor de zekerheid, in tabel 1 is de range in leeftijd bij wave 2: 17.6 – 75.9. In wave 3 is die range exact gelijk, klopt dat echt?

Referenties

in orde

Ruimte voor kleine opmerkingen

Ik onderteken mijn review: Maurits Masselink

Algemeen oordeel

MENTAAL WELZIJN, STUDIEGERELATEERDE FACTOREN EN LEEFSTIJL STUDENTEN

accepteren

Waarom is dit onderzoek wel of niet relevant voor de JiO-lezer?

De studie biedt inzicht in het studentenwelzijn en vormt een belangrijk referentiepunt voor monitoring van studentenwelzijn in toekomstig onderzoek. Het onderzoek biedt aanknopingspunten voor vervolgonderzoek naar onderliggende mechanismes.

Hoofdpijnen voor in de begeleidende mail aan de auteurs - positief

Hoofdpijnen voor in de begeleidende mail aan de auteurs - negatief