

Ervaringsdeskundige jongeren bieden hulp aan psychisch kwetsbare lotgenoten

‘Studenten met psychische problemen dreigen uit te vallen doordat zij maandenlang niet kunnen studeren, niet naar buiten durven, of tijdens de les overprikkeld raken. Dat zou niet nodig zijn als psychische kwetsbaarheid werd geaccepteerd als iets dat iedereen kan overkomen’

Ineke Westbroek

Thuis studeren, stage opschorten, ruimte voor een time-out. Psychisch kwetsbare hbo- en mbo-studenten hoeven niet op achterstand te komen als opleidingen bereid zijn tot dit soort aanpassingen. In Rotterdam werken Gemeente, roc's en hogescholen aan maatregelen om uitval van deze studenten te voorkomen. Het project Koplopers (www.hr.nl/koplopers) wordt mede uitgevoerd door een team ervaringsdeskundige studenten uit mbo en hbo, brengt in kaart welke obstakels hiervoor geslecht moeten worden en maken samen met onderzoekers van de Hogeschool Rotterdam en INHolland een lijst aanbevelingen.

‘Studenten van wie je het niet verwachtte, doen het goed op hun stage’

In haar tweede studiejaar liep Sayenne Tolud vast. Opgebrand en opgejaagd voelde zij zich. Van haar twaalfde tot haar zeventiende zorgde zij voor haar ongeneeslijk zieke moeder. Toen deze overleed, dreigde dakloosheid. ‘Een ander huis, administratieve zaken, alles moest ik zelf regelen’, vertelt Tolud (27), ‘en dan ook nog studeren.’ Eerst volgde zij de opleiding Beveiliging, daarna Maatschappelijke Zorg. En toen was het op. Zij moest in therapie, voelde zich niet in staat lessen te volgen. Na overleg met de teamleider van haar opleiding kreeg zij een aangepast onderwijsprogramma, waarbij zij via zelfstudie thuis lessen volgde en haar stage een jaar werd uitgesteld.

Project Koplopers, een initiatief van gemeente, mbo en hbo in Rotterdam

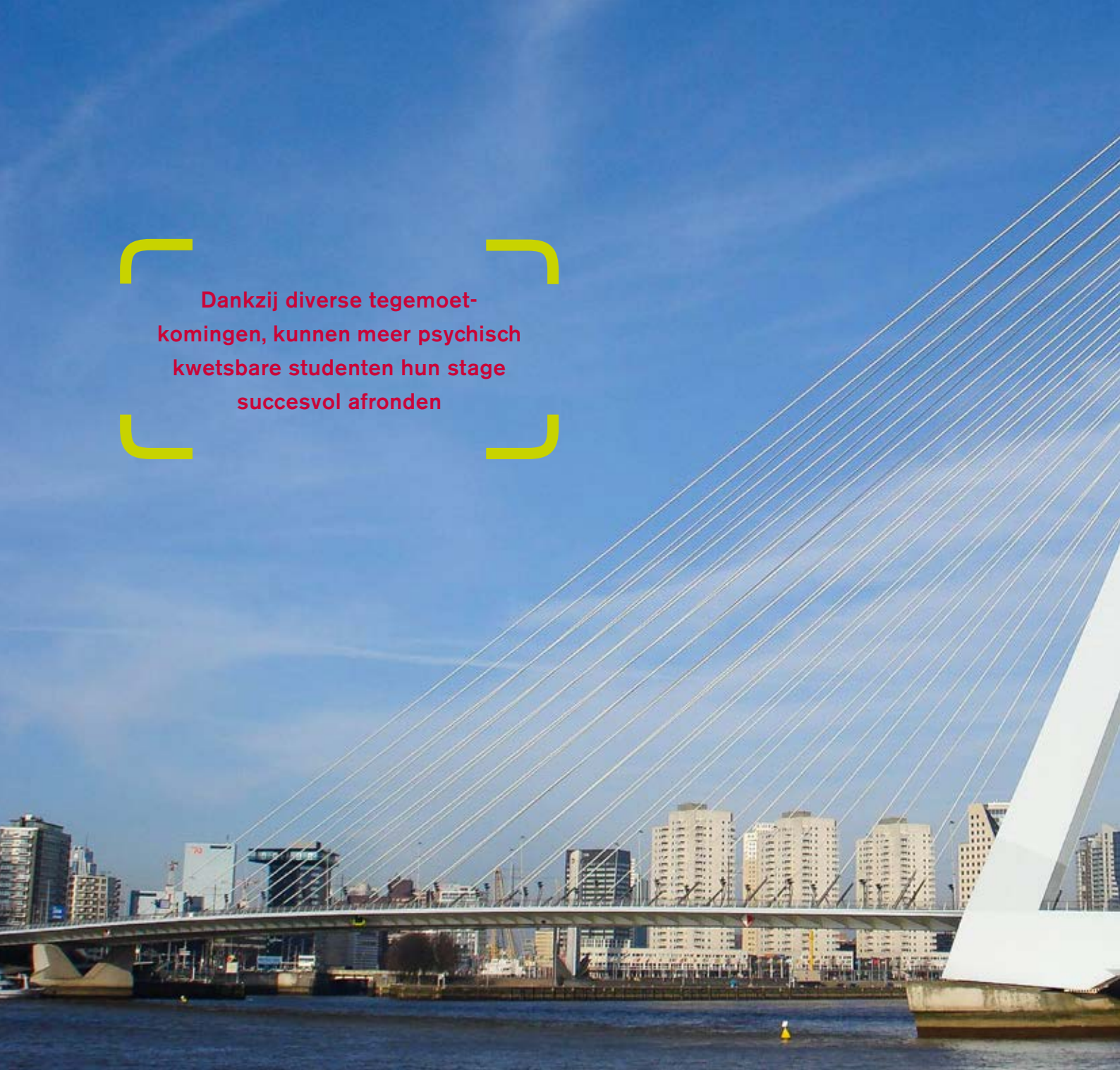


Foto: Hogeschool Rotterdam

Tolud, die de opleiding Maatschappelijke Zorg bij Roc Zadkine dit jaar afrondde, is haar docententeam nog steeds dankbaar: ‘Zonder die aanpassingen was het niet gelukt.’

Koplopers

Bijna een vijfde van de Nederlanders van boven de achttien kampt met een psychische stoornis, in de leeftijdsgroep tussen 13 en 17 jaar 22% (gegevens Trimbos Instituut). Landelijke cijfers van uitval van psychisch kwetsbare mbo- en hbo-studenten is niet bekend. Onderzoekgegevens van de Hogeschool Rotterdam wijzen uit dat 7,1 procent van haar studenten aan geeft met psychische problemen te kampen. Zij vallen daar door voortijdig uit of krijgen problemen met stages. Het project Koplopers verzamelt sinds vorig schooljaar ervaringen van Rotterdamse studenten met psychische problemen: waar lopen zij tegenaan, welke aanpassingen hebben zij nodig om hun studie te voltooien? Zeven studenten aan de Hogeschool Rotterdam, INHolland, Roc Zadkine en Albeda delen hun eigen ervaringen op dit gebied, en verzamelen die van andere >>



**Dankzij diverse tegemoet-
komingen, kunnen meer psychisch
kwetsbare studenten hun stage
succesvol afronden**

studenten. Met deze bevindingen gaan de studenten in gesprek met managers en docenten van de opleidingen. Samen komen zij tot oplossingen zoals mogelijke roosteraanpassingen en ruimte voor een time out. Belemmeringen en succesfactoren worden geïnventariseerd, en mogelijke oplossingsrichtingen bekeken.

Aanpassingen

Verbinding zoeken en niet uitgaan van uitzondering, daarom gaat het bij Koplopers. 'We gaan niet uit van diagnoses, maar van de problematiek die jongeren zelf ervaren', licht projectleider Szabinka Dudevszky (Hogeschool Rotterdam) toe, 'in het voortraject van het onderzoek spraken we studenten met uiteenlopende psychische problemen, die graag hun studie willen afronden, maar dreigen uit te vallen doordat zij maandenlang

niet kunnen studeren, niet naar buiten durven, of tijdens de les overprikkeld raken. Dat zou niet nodig zijn als psychische kwetsbaarheid werd geaccepteerd als iets dat iedereen kan overkomen, zoals een fysieke kwaal.'

De aanbevelingen gaan waarschijnlijk in de richting van aangepaste onderwijsprogramma's met onder andere zelfstudie, en flexibiliteit bij schoolverzuim en stages. De Koplopers bespreken met de opleidingen hoe zij nieuwe aanpassingen kunnen realiseren, en op welke manier zij kunnen voortbouwen op aanpassingen die zij al deden. Tolud, lid van het Koplopers-team, die momenteel de opleiding Onderwijsassistent volgt, roemt de opleiding van Maatschappelijke Zorg van Zadkine als voorbeeld van good practice: 'Alle complimenten voor het docententeam. Zonder al hun aanpassingen was het mij niet gelukt.'



Foto: F. Eveleens, wikipedia

Op één lijn

Het geprezen docententeam zal de aanbeveling ter harte nemen, wanneer zij beschikbaar komen. Bij dit soort zaken zit het team op één lijn, weet docent Najat Ahmadi: 'Het hele team is begaan met kwetsbare studenten. Om hen erdoor te slepen, doen wij in onze taakvervulling alles wat binnen ons vermogen ligt om hen te begeleiden.'

Bij de intake worden alle eerstejaars studenten gescreend. Studenten met een stoornis worden doorgestuurd naar de intern begeleider. Met de student, de loopbaanbegeleider en de mentor wordt gekeken welke aanpassingen in het onderwijsprogramma nodig en realiseerbaar zijn. Op basis daarvan worden afspraken gemaakt over aanpassingen, en volgt een plan van aanpak, waarbij zo nodig de behandelaar van de student wordt betrokken. Aanpassingen gaan in de richting van thuis

studeren, opschorten van stages, aanpassingen in de les, time out, of faalangsttrainingen. Om de twee weken bespreekt het team de voortgang van de aangepaste programma's, en stelt zo nodig bij, wat ook gebeurt als er tussentijds iets niet goed gaat.

'Omdat docenten begaan zijn, durven studenten zich open te stellen', ervaart Ahmadi, docent Maatschappelijke Zorg en Coördinator Burgerschap Cluster Zorg aan Roc Zadkine, die in haar lessen soms aanpassingen moet doen: 'Sommige studenten kunnen niet stilzitten. Die mogen twee keer per les naar de wc, of een breiwerkje pakken. Breiend de les volgen bevordert rust en concentratie. Anderen luisteren met een oortje in naar muziek, tijdens het uitvoeren van een taak

achter de computer. Dan worden ze niet gestoord door prikkels om hen heen. Studenten met paniekaanvallen geven een seintje dat ze even weg moeten. Een studente had het alarm van haar mobieltje dagelijks ingesteld om 12 uur. Tijd om haar medicijnen in te nemen. Sommigen moeten er een halfjaartje uit en mogen dan terugkomen. Studenten mogen zichzelf zijn bij ons.'

Flexibiliteit, empathie

Omgaan met psychisch kwetsbare studenten vraagt van docenten flexibiliteit, empathie en improvisatietalent, vaardigheden die niet iedereen komen aanwaaien. Ahmadi volgde hiervoor cursussen zoals 'Omgaan met autisme in de klas', 'Groepsdynamica in het mbo, omgaan met stoorzenders', en 'De docent als coach'.

Stages uitstellen en aanpassingen op de werkvloer, vergen ook begrip en flexibiliteit van stagebedrijven. Ahmadi is blij met het contact met stageverleners, die zich kunnen inleven in de situatie van kwetsbare jongeren. 'Wat dat betreft hebben wij geluk', beseft zij, 'we kunnen altijd iets regelen. In overleg met de stageverlener en de student worden de mogelijkheden bekeken. Bijvoorbeeld studenten met een slaapstoornis mogen later met hun stage beginnen, of krijgen een middagrooster. In de zorgsector valt dat te regelen, vanwege de wisselende werkroosters.'

Mede dankzij deze tegemoetkomingen, ronden meer psychisch kwetsbare studenten hun stage succesvol af, constateert Ahmadi: 'Studenten van wie je het niet verwachtte, doen het goed op hun stage.'

Ook Tolud rondde haar laatste stages succesvol af. Als alles goed gaat, wil zij na afronding van de opleiding Onderwijsassistent de opleiding Omgangskunde aan Hogeschool Rotterdam volgen. Ook bij haar huidige opleiding voelt zij zich gesteund door haar docenten en haar mentor, die haar intensief begeleiden. Ook haar oma geeft haar steun. En haar vriend, de vader van haar zesjarige zoon: 'Vanaf het moment dat ik moeder werd, was mijn kind mijn motivatie om door te zetten.' ■

De auteur is freelance journaliste