

# Samen Zorgzaam

**Poortwachtertrainingen  
als hefboom om te schakelen  
naar een community of caring**

Evaluatierapport



## Colofon

Auteurs: Valérie Van Hees en Valerie Mertens, Steunpunt Inclusief Hoger Onderwijs (SIHO)

Te citeren:

Van Hees, V., & Mertens, V. (2024). Samen zorgzaam. Poortwachtertrainingen als hefboom om te schakelen naar een community of caring. Evaluatierapport. Gent: Steunpunt Inclusief Hoger Onderwijs.

Het rapport is elektronisch beschikbaar op MoodSpace.be en Siho.be

<http://www.moodspace.be>

<http://www.siho.be>

# Inhoudsopgave

<b>Voorwoord</b>	<b>5</b>
<b>Projectaanpak</b>	<b>6</b>
Doelstelling	7
Projectgroep	8
Methodologie	8
Tijdspad	9
<b>Nodenanalyse</b>	<b>10</b>
Doelstelling	11
Wetenschappelijke literatuur	11
Analyse praktijken	11
Focusgroepen	12
Intervisie	13
<b>Inhoud Samen Zorgzaam</b>	<b>14</b>
Doelstelling	15
Modulair	15
Multimedia	15
Format	16
Train-de-Trainer	16
Gebruikerservaringen	16
<b>Implementatie Samen Zorgzaam</b>	<b>17</b>
Aanpassingen materialen	18
Aanbod	18
Communicatie aanbod	20
Bereikte doelgroep	20
Modules MoodSpace	21
Gebruikerservaringen	21
Algemene bevindingen	26
<b>Slotbeschouwing</b>	<b>28</b>
<b>Referenties</b>	<b>31</b>

## Voorwoord

De Vlaamse Regering implementeert in 2022 een duurzaam en geïntegreerd beleid studentenwelzijn. Dit beleid stoelt op het *public mental health*-perspectief en omvat vier speerpunten: het uitbouwen van een Vlaanderenbrede Welzijnsmonitor, het verder uitbouwen van het internetplatform MoodSpace, het verder uitbouwen van het Vlaanderenbreed lerend netwerk, én het versterken van de instellingen hoger onderwijs om van reactief naar proactief welzijnsbeleid om te schakelen.<sup>1</sup>

In opvolging van speerpunt vier kent de Vlaamse Regering aan de Vlaamse hogeronderwijsinstellingen en het Steunpunt Inclusief Hoger Onderwijs (SIHO) een projectsubsidie van 700.000 euro toe voor de implementatie en evaluatie van poortwachtertrainingen. Het SIHO staat in voor het ontwikkelen en de evaluatie van de trainingen. De instellingen zijn verantwoordelijk voor het implementeren van de trainingen op instellingsniveau.

Voorliggend evaluatierapport beschrijft de inhoudelijke uitvoering van het project. Het eerste hoofdstuk biedt inzicht in het projectverloop. Het tweede hoofdstuk beschrijft bevindingen van de nodenanalyse. Het derde hoofdstuk biedt inzicht in de inhoud van de training ‘Samen Zorgzaam’ (Engels: We Care). Het vierde hoofdstuk beschrijft de implementatie van de training op vlak van aanpak, aanbod, communicatie, bereikte deelnemers, uitrol, algemene bevindingen, kritische succesfactoren en groeikansen. Hoofdstuk vijf besluit met een synthese en blik op de toekomst.

# 1.

# Projectaanpak

Dit hoofdstuk biedt inzicht in de projectdoelstelling, de betrokken actoren, de methodologie en het doorlopen tijdspad.





## Doelstelling

Samen Zorgzaam is een initiatief van Vlaams Onderwijsminister Ben Weyts. Het project loopt over de periode juli 2022 tot en met december 2023. Het beoogt hogeronderwijsinstellingen te versterken om te schakelen naar een proactief welzijnsbeleid, een *community of caring*.

Het project omvat twee operationele doelstellingen:

- het ontwikkelen en evalueren van *evidence-based informed* poortwachtertrainingen;
- het verder vormgeven van een proactief welzijnsbeleid via het implementeren van poortwachtertrainingen op het niveau van instellingen en studenten.

Het Steunpunt Inclusief Hoger Onderwijs (SIHO) is verantwoordelijk voor de eerste doelstelling. De studentenvoorzieningen van de hogeronderwijsinstellingen zijn verantwoordelijk voor de tweede doelstelling.

## Projectgroep

Het project wordt gerealiseerd vanuit een *community approach* waarbij diverse stakeholders specifieke verantwoordelijkheden en opdrachten opnemen.

Volgende personen leveren een actieve bijdrage aan het project:

- Valérie Van Hees, Valerie Mertens, Aysema Poyraz (SIHO)
- Sylvia Adriaenssens, Isabelle Dekkers (Antwerp Maritime Academy)
- Nathalie Van Den Broeck, Els Brusten, Clara Pollentier (AP Hogeschool)
- Katrien Verhoeven, Han Crevits (Arteveldehogeschool)
- Erik Chabert, Myrthe Mercken, Mathilde Huysmans (EhB)
- Mathilde Joos, Eline De Wolf, Elly Roeland, Angelika Putman, Sofie Mekeirle, Sofie Taboureaun Stephanie Vandersyppe (HOGENT)
- Aline Devoldere, Ann-Sofie Verhelst, Katelijne Hanssens, Charlotte Hinderyckx, Marie-Laure Paermentier en Ria Vermote (Howest)
- Inez Baeten, Evelien Hooreman, Lynn Seberechts, Christel Goovaerts (KdG)
- Karine Van Tricht, Kirsten Plessers, Ronny Bruffaerts (KU Leuven)
- Sofie Giets, Soetkin Billiauw, Erik Uytterhoeven (LUCA)
- Leen De Wolf, Soetkin Billiauw, Caroline Verschueren (Odisee)
- Romina Bijmens, Sofie Leekens, Jens Degroef (PXL)
- Hilde Janssens, Evelien Mancel, Marie-Yoleen De Vreese (UAntwerpen)
- Elhasbia Zayou, Joni De Leus (Thomas More)
- Eva Hendriks, Liesbeth Geuvs, Manu Nessari (UCLL)
- Sarah Vermeersch (UGent)

- Philip Swerts, Sabine Poel, Julie Cauberg (UHasselt)
- Albert Storme, Brenda Develeer, Lisa Roman, Ruben Platteeuw, Hans Dhondt (VIVES)
- Johanna Jacobs, Katrien Vanderstappen, Rebecca Léonard, Sofie Desmedt (VUB)
- Julien De Wit, Nele Van Hoyweghen, Jef Vandorpe (Vlaamse Vereniging van Studenten)
- Jo Breda (Vlaamse Interuniversitaire Raad), Esther Holleman (Vlaamse Hogescholenraad)

De projectgroep levert een belangrijke bijdrage aan de kwaliteitsvolle realisatie van de projectdoelstellingen. Het SIHO wil elk van hen oprecht bedanken voor hun bijdrage. Specifieke dank gaat naar stuvo KU Leuven voor het ter beschikking stellen van de inspirerende materialen van MindMates.

## Methodologie

Het project hanteert verschillende methodologieën:

- Literatuuronderzoek en analyse inspirerende praktijken
- Focusgroepen en intervisie medewerkers studentenvoorzieningen en studentenvertegenwoordigers
- Ontwikkeling training met studenten als *active agents*
- Vragenlijstonderzoek naar gebruikerservaringen (pretest, posttest en follow-up)
- Instellingsspecifieke rapportering over aanpak, bereikte deelnemers, algemene bevindingen, kritische succesfactoren, groeikansen en structurele verankering



## Tijdspad

**Tabel 1** visualiseert het doorlopen tijdspad. In de eerste projectfase voert SIHO de nodenanalyse uit (september-oktober 2022) en ontwikkelt het in samenwerking met de projectgroep en academische experts de training ‘Samen Zorgzaam’ alsook een pre- en posttest, follow-up meting voor het in kaart brengen van de gebruikerservaringen (november-december 2022).

In de tweede projectfase (januari - december 2023) implementeren de studenvoorzieningen de trainingen op instellingsniveau. In januari 2024 synthetiseert het SIHO de algemene bevindingen in dit overzichtsrapport. Elke instelling levert hiertoe in een inhoudelijk verslag aan SIHO aan over hun aanpak, het aanbod, de communicatie, het aantal bereikte personen, algemene bevindingen, succesfactoren, groeikansen en structurele verankering.

September - Oktober 2022	November - December 2022	Januari - December 2023	Januari 2024
Literatuurstudie	Ontwikkeling Samen Zorgzaam	Implementatie Samen Zorgzaam	Instellingsspecifieke rapportering
Nodenanalyse	Ontwikkeling pre- en posttest, follow-up meting	Intervisie Samen Zorgzaam	Evaluatierapport
		Evaluatie Samen Zorgzaam	

Tabel 1. Tijdspad project Samen Zorgzaam





# 2.

## **Nodenanalyse**

Dit hoofdstuk brengt een synthese van hoofdbevindingen uit wetenschappelijk onderzoek, een analyse van inspirerende praktijken en gemeenschappelijke noden van de stakeholders.

## Doelstelling

In de periode september - oktober 2022 voert het SIHO een nodenanalyse uit. Het brengt de bevindingen uit wetenschappelijk onderzoek, (internationale) inspirerende praktijken van overheden en hogeronderwijsinstellingen rond poortwachtertrainingen en de noden van de stakeholders in kaart.<sup>2</sup>

## Wetenschappelijke literatuur

Hoofdbevindingen uit de wetenschappelijke literatuur:

- poortwachtertrainingen of gatekeepertrainingen zijn eenvoudige basistrainingen voor personen die niet in de geestelijke gezondheidszorg werken, maar beroepshalve veel in contact komen met studenten, zoals bijvoorbeeld studietrajectbegeleiders. Ze worden getraind om signalen van emotionele problemen vroegtijdig op te sporen en te herkennen, alsook hoe in gesprek te gaan met de student over de problemen en hoe hen te motiveren om hulp te zoeken.<sup>3</sup>
- deskundigheidsbevordering van intermediairs tot poortwachters of gatekeepers, is een efficiënte strategie ter preventie van suïcide en een gerichte doorverwijzing van personen met emotionele problemen.<sup>4</sup>
- de Question, Persuade, Refer (QPR) methode is een effectieve methode voor het opleiden van studenten en leden van een universiteits- en hogeschoolgemeenschap tot poortwachters.<sup>5</sup>
- hoewel onderzoek in de context hoger onderwijs nog in de kinderschoenen staat, blijken poortwachtertrainingen bij te dragen tot het verbeteren van kennis, attitudes en vertrouwen in het omgaan met emotionele problemen (mental

health literacy), zowel bij personeel als studenten. Ze dragen ook tot een gerichte doorverwijzing van studenten met emotionele problemen.<sup>6</sup>

- poortwachtertrainingen zorgen ook voor een verbeterde inschatting van de risico- en zorgbehoeften van studenten met emotionele problemen zelf en dragen als dusdanig ook bij tot beter een zorggebruik en hulpzoekgedrag.<sup>7</sup>

## Analyse praktijken

Uit de analyse van (internationale) praktijken blijkt dat:

- een aantal landen **nationale richtlijnen** hanteren. Hierbij worden universiteiten en hogescholen gestimuleerd om poortwachtertrainingen te implementeren. Twee voorbeelden zonder exhaustief te zijn:
  - **National Student Mental Health and Suicide Prevention Framework Implementation Guide.** In Ierland stelt het actieplan van de Higher Education Authority als richtlijn dat hogeronderwijsinstellingen poortwachtertrainingen voorzien rond mentale geletterdheid en suicidepreventie zodat de volledige gemeenschap (inclusief studenten) tekenen van emotionele problemen kunnen herkennen en kwetsbare studenten kunnen doorverwijzen naar de juiste hulpbronnen. Ze reiken de instellingen hierbij gerichte programma's aan.<sup>8</sup>
  - **Stepchange. Mentally healthy universities.** Het Britse raamwerk biedt universiteiten richtlijnen en een *self-assessment* tool aan zodat ze een duurzaam welzijnsbeleid kunnen uitrollen. Het raamwerk heeft ook

aandacht voor poortwachtertrainingen en verwijst instellingen specifiek door naar actieplannen en trainingen rond suïcidepreventie.<sup>9</sup>

- de **studentenvoorzieningen in Vlaanderen sterk inspirerende initiatieven** hebben. Zowel op het niveau van personeel als studenten. Twee voorbeelden zonder exhaustief te zijn:
- **Mindmates**. Onder de merknaam MindMates ontwikkelt Stuvo KU Leuven drie pijlers die bijdragen aan een *caring community* waarin mentale problemen bespreekbaar zijn: een eventwerking, een buddy-werking en de gatekeeperstraining. De poortwachtertrainingen vormen sinds 2015 een vaste waarde in het groepsaanbod aan studenten en intermediairs van Stuvo KU Leuven waarbij studentenpsychologen de training voorzien. Daarnaast biedt Stuvo ook de mogelijkheid om trainingen op maat aan te bieden, bijvoorbeeld in een specifieke studentenresidentie, faculteit of studentenvereniging.<sup>10</sup>
- **Students for Students**. Studenten die zich als praatmaat willen engageren bij Students for Students krijgen aan de UAntwerpen een opleiding waarin ze onder meer leren hoe ze emotionele problemen kunnen detecteren en een luisterend oor zijn. De opleiding is gebaseerd op de *Peer Supporter Training* die ontwikkeld werd door Oxford University. Studentenpsychologen van Stuvo UAntwerpen voorzien de training.<sup>11</sup>

Diverse instellingen zoals KU Leuven, UAntwerpen, VUB, AP Hogeschool, Arteveldehogeschool, UCLL en Odisee leveren hun inspirerende aanpak en/of

materialen rond poortwachtertraining en/of warme doorverwijzing aan SIHO aan.

## Focusgroepen

Het SIHO houdt **twee focusgroepen** met medewerkers van de studentenvoorzieningen en studentenvertegenwoordigers (06.09.2022 en 11.10.2022).

Hieruit komen volgende **gemeenschappelijke noden en verwachtingen** naar voor:

- Uitwerken van thematische modules (vb. herkennen van signalen/het gesprek aangaan), die los van elkaar en in combinatie kunnen worden ingezet. Het is bijvoorbeeld niet nodig om bij elke stakeholder het thema suïcidaliteit aan te halen.
- Uitwerken van TED talks, getuigenissen en gesprekken om het leereffect te vergroten, maar ook om specifieke vaardigheden te kunnen inoefenen.
- Aandacht voor diversificatie naar doelgroep (bv. beleving van poetspersoneel is verschillend van beleving van studietrajectbegeleider). Het is zinvol om verschillende multimedia materialen te ontwikkelen die aansluiten bij de leefwereld van de gebruiker.
- Flexibiliteit om de modules en filmpjes in te passen in bestaande initiatieven en om ze apart of gecombineerd te gebruiken, op maat van de noden van studenten en medewerkers.
- Online traject op MoodSpace waarbij gefragmenteerd gebruik mogelijk is door een thematische opdeling in modules.
- Sensibiliserende materialen zoals logo en krachtverhalen zijn belangrijk om medewerkers te overtuigen om deel te nemen en te voorkomen dat het de 'usual suspects' zijn die deelnemen.

## Intervisie

Op de zes overleggroepen mentaal welzijn<sup>12</sup> wordt de opvolging van het project systematisch besproken met de ankerfiguren welzijn en de Vlaamse Vereniging van Studenten.

Thema's die tijdens de interviews aan bod komen zijn:

- de doorgevoerde aanpassingen aan materialen
- de wijze en variatie in uitrol van de training
- communicatie over het aanbod
- hoe specifieke groepen van studenten bereiken
- krijtlijnen voor een gestructureerde rapportering (ontwikkeling van een sjabloon)

Deze interview borgt dat instellingen elkaar kunnen inspireren en adviseren, alsook dat het project vanuit een *community approach* wordt uitgevoerd, in synergie en op maat van de noden van de sector.





# 3.

## **Inhoud Samen Zorgzaam**

Dit hoofdstuk biedt inzicht in de inhoud van de training Samen Zorgzaam, alsook de train-de-trainer en de evaluatiemeting.

## Doelstelling

Op basis van de bevindingen van de node-analyse ontwikkelt het SIHO de training Samen Zorgzaam. De Engelse versie krijgt de naam We Care.

De training beoogt lesgevers, medewerkers en studenten van hogescholen en universiteiten op een gerichte, snelle en eenvoudige manier te trainen om signalen van emotionele problemen te herkennen, bespreekbaar te maken en studenten met emotionele problemen waar nodig tijdig door te verwijzen.

## Modulair

De training neemt het *public mental health*-perspectief als uitgangspunt, is gebaseerd op de *Question, Persuade, Refer* (QPR) methode en bouwt voort op inhouden en oefeningen uit de Mindmates training van Stuvo KU Leuven.<sup>13</sup>

De training bestaat uit zes modules die afzonderlijk en/of gecombineerd kunnen worden ingezet.

- **Facts & figures.** Deze module focust op het verschil tussen psychische klachten en stoornissen, beschrijft psychische stoornissen die vaak voorkomen, hoe psychische klachten en stoornissen ontstaan en welke drempels studenten met emotionele problemen ervaren. Ook het public-mental health perspectief en de noodzakelijke interventies worden besproken.
- **Signalen herkennen.** Deze module focust op hoe signalen van emotionele problemen verschillende vormen kunnen aannemen en hoe signalen van emotionele te herkennen.

- **Problemen bespreekbaar maken.** Deze module focust op hoe bezorgdheden te uiten, hoe emotionele problemen bespreekbaar te maken en hoe naar hulpdiensten door te verwijzen.
- **Waar kun je terecht.** Deze module focust op het aanbod waar studenten terecht kunnen voor hulp.
- **Zorg dragen voor jezelf.** Deze module focust op de aandacht voor eigen draagkracht, het belang van grenzen stellen en zelfzorg.
- **Suïcidaliteit.** Deze module focust op facts & figures over suicidaliteit, hoe suicidaliteit te bevragen en bespreekbaar te maken.

## Multimedia

Om het leereffect te verhogen en de diversificatie van eindgebruikers te borgen, bevat elke module uitleg, getuigenissen en oefeningen met interactieve filmpjes en/of TED-talks. Volgende filmpjes worden door SIHO ontwikkeld (Engels - Nederlands):

- Ted Talk facts & figures
- Ted Talk community of caring
- Ted Talk signalen herkennen
- Ted Talk in gesprek gaan
- Ted Talk zelfzorg
- Reenactment getuigenis student
- Reenactment gesprek student - lesgevers
- Reenactment gesprek student - onthaalmedewerker
- Reenactment gesprek student - leercoach
- Reenactment gesprek student - student
- Reenactment gesprek suicide student - student
- Reenactment gesprek suicide student - leercoach

Om deelnemers te sensibiliseren worden zes krachtverhalen van MoodSpace rond diverse thema's in de training gevoegd.

## Format

De training wordt aan de instellingen aangeboden in een powerpointpresentatie.

Samen Zorgzaam wordt ook als een online zelfhulp programma op MoodSpace aangeboden. Dit laat toe dat ook ouders van studenten of personeel er zelfstandig en op eigen tempo mee aan de slag kunnen. Ook de pagina 'Bezorgd om iemand' op MoodSpace wordt uitgebreid.

Alle materialen zijn beschikbaar in het Nederlands en Engels, zodat ook internationale medewerkers en studenten kunnen worden bereikt.

## Train-de-Trainer

Op 12 januari 2023 voorziet het SIHO in de Koninklijke Bibliotheek Brussel een train-de-trainer voor de medewerkers van de instellingen hoger onderwijs die de trainingen lokaal zullen implementeren.

De train-de-trainer focust op:

- een voorstelling van de inhoud en materialen van Samen Zorgzaam
- een voorstelling van hoe instellingen met de materialen aan de slag kunnen gaan
- een uitwisseling hoe onderwijsinstellingen de materialen/trainingen zullen implementeren.

Aan de train-de-trainer nemen 46 deelnemers van 18 hogeronderwijsinstellingen deel. Naast de trainers nemen ook diensthoofden stuvo, coördinatoren begeleiding, beleidsmedewerkers en preventieadviseurs deel.

Het SIHO voorziet aansluitend een netwerkmoment zodat trainers elkaar leren kennen en elkaar kunnen inspireren over de verdere implementatie.

Alle materialen, alsook een opname van de train-de-trainer, worden na afloop aan de deelnemers bezorgd als *open resources*. Dit laat de hogeronderwijsinstellingen toe om de inhoud en materialen aan te passen naar de instellingsspecifieke context.

## Gebruikerservaringen

Om de ervaringen van deelnemers in kaart te brengen, werkt het SIHO in afstemming met professor Ronny Bruffaerts (KU Leuven) een voor- en nameting uit. De verkennende pilootstudie bestaat uit drie online vragenlijsten voor deelnemers: net voor de training (pretest), een week na de training (posttest) en drie maanden na de training (follow-up).

De vragenlijsten peilen naar demografische kenmerken van deelnemers, hun mentale geletterdheid en zelfvertrouwen in het detecteren, opvangen en doorverwijzen van studenten met emotionele problemen en stigmatiserende attitudes/overtuigingen.

De posttest en follow-up meting peilen naar de impact van de training op mentale geletterdheid, zelfvertrouwen en attitudes, alsook naar ervaringen over de inhoud van de trainingen, suggesties tot optimalisatie en noden voor de toekomst.

Instellingen zijn vrij om de bevraging aan hun deelnemers aan te bieden. De studie wordt voorgelegd aan het Ethisch Comité van het UZ Leuven. De resultaten worden beschreven in hoofdstuk 4.

# 4.

## **Implementatie Samen Zorgzaam**

Dit hoofdstuk focust op de implementatie van de poortwachtertrainingen door de onderwijsinstellingen in de periode januari 2023 - december 2023.



## Aanpassingen materialen

Elke instelling adapteert in de periode februari-maart 2023 de 'Samen Zorgzaam' materialen naar de instellingsspecifieke context:

- een aantal instellingen reduceert het aantal modules. Dit om de sessie voldoende behapbaar én laagdrempelig te maken, zowel voor studenten, docenten en medewerkers. Hierbij gaan ze korter in op module 'facts & figures' en 'suïcidaliteit'. Ze integreren stukjes uit de module suïcidaliteit vaak tussen de andere delen om niet met dit (zwaarder) thema te moeten afsluiten.
- een aantal instellingen breidt de module 'Zelfzorg' uit met informatie over waar medewerkers van de instelling terecht kunnen wanneer ze zelf moeilijkheden ervaren. Specifieke aandacht gaat ook naar het belang van gezondheidstips en het thema afstand/nabijheid/grenzen stellen via het toevoegen voorbeelden en het faciliteren van dialoog rond het thema 'afstand-nabijheid'.
- alle instellingen voegen systematisch hun warm doorverwijsnetwerk toe aan de module 'Hier kun je terecht'.
- een aantal instellingen voorziet tijdens de training ook een concrete doorloop door de website MoodSpace.

## Aanbod

Instellingen werken een gediversifieerd aanbod van trainingen uit:

- train-de-trainer sessie voor belangrijke betrokken welzijnsactoren
- training van 1 uur tot 3 uur voor onderwijzend personeel
- training van 1 uur tot 3 uur voor ondersteunend personeel
- training van 1 uur tot 2 uur voor studenten
- praktische oefensessie rond casussen en intervisie
- verdiepende sessie rond suïcide en studenten in crisis

Instellingen behouden voornamelijk het format van 3 uur om inoefenkansen te creëren, om reële casussen te kunnen bespreken en om interactie mogelijk te maken.

Heel wat instellingen bieden ook de mogelijkheid tot kortere trainingen aan. Dit om de sessie voldoende behapbaar én laagdrempelig te maken, zowel voor studenten, onderwijzend en ondersteunend personeel.

Waar een aantal instellingen sessies openstelt voor gemengde personeelsgroepen, zijn er instellingen die sessies aanbieden specifiek voor lesgevers/onderwijsondersteuners en specifiek voor ondersteunend personeel.

De sessies voor studenten richten zich voornamelijk tot studentenvertegenwoordigers, studenten van presidia en studenten die betrokken zijn in praatgroepen en/of buddy-systemen.

Instellingen organiseren de trainingen op campus zodat de noodzakelijke verbinding en veiligheid gewaarborgd zijn. Collega's die uitwisselen over casussen ervaren zelf ook de deugd van verbinden en de gedragenheid die dit kan meebrengen. Slechts een beperkt aantal sessies gaan online door. Een instelling

organiseert korte (verplichte) online sessies voor studenten uit bepaalde opleidingen.

Een instelling organiseert een train-de-trainer sessie om belangrijke betrokken welzijnsactoren op te leiden om mee een rol te spelen in het aanbieden van de training in de eigen afdeling of dienst. Deze welzijnsactoren komen voornamelijk uit de diensten studentenzaken, onderwijsinnovatie, dienst preventie en milieu. Deze aanpak laat toe om de trainingen op een duurzame wijze op te nemen in het ruime welzijnsaanbod van de instelling ten voordele van studenten en laat ook toe om de trainingen te geven door de personen die het dichtst bij de doelgroep staan. Door diverse opleiders aan te stellen wordt ook meer gedragenheid voor de trainingen gecreëerd, net als de mogelijkheid dat deze trainingen nog meer op maat van de specifieke doelgroep worden uitgewerkt.

Een instelling organiseert een pilot in een opleiding waarbij verkend wordt om de training binnen het curriculum aan elke student aan te bieden.

Heel wat instellingen verkennen de piste om de training op te nemen in het onboardingsproces van nieuwe medewerkers en/of inkomende internationale studenten.

Heel wat instellingen maken samen met de dienst onderwijsondersteuning een samenvatting met belangrijke informatie vanuit de training voor het platform voor (onderwijzend) personeel.

Een instelling ontwikkelt een digitaal leerpad binnen het online professionaliseringsplatform. Daarin wordt verwezen naar de inhoud van de training zoals ze on campus wordt gegeven, alsook naar het aanbod op MoodSpace.

Een instelling voorziet aanvullend op de training in een consultfunctie ten aanzien van de facultaire medewerkers. Eerstelijnspsychologen vervullen die opdracht. Ze zijn beschikbaar voor overleg rond specifieke casuïstiek. Vragen rond casuïstiek worden behandeld in de vorm van mails, telefoon of kort mondeling overleg.



## Communicatie aanbod

Het bekendmaken van de training verloopt via verschillende kanalen, zoals:

- communicatie berichten op het medewerkersportaal/studentenportaal over open aanbod trainingen (op reeds vastgestelde data en uren) en de mogelijkheid om de stuvo medewerker 'in te boeken' om een gerichte groepstraining te komen geven aan een team van medewerkers;
- opname in het professionaliseringsaanbod en stuvo-aanbod, aangevuld met de mogelijkheid om de poortwachtertrainingen te volgen;
- communicatie via de nieuwsbrief van medewerkers en studenten;
- communicatie op verschillende fora waarop toelichting gegeven wordt over de korte inhoud van de training;
- rechtstreekse communicatie opleidingshoofden met aanbod om een gerichte groepstraining te komen geven aan een team van medewerkers.

Een instelling mobiliseert 'sleutelfiguren' die hun netwerk aanspreken om toegang tot de doelgroepen te faciliteren. Voor medewerkers zijn dat campushoofden, bij studenten zijn dat participatiecoaches. De instelling organiseert ook een intakegesprek in oplei-

dingen en diensten, wat toelaat om specifieke vragen/noden te identificeren. Deze blijken uiteenlopend te zijn over opleidingen heen, wat maatwerk vereist.

Twee instellingen ontwikkelen een postkaart voor personeel en/of studenten met basisstappen bij het benaderen van een student met emotionele problemen. Deze kaarten met verwijzing naar de trainingen, zijn beschikbaar in personeelsruimten en worden ook uitgedeeld tijdens de trainingen. Een van de twee instellingen plant ook de ontwikkeling van een promotiefilmpje voor de personeelstrainingen.

## Bereikte doelgroep

Tabel 2 biedt een overzicht van het aantal trainingen en de bereikte doelgroepen in de projectperiode van 1 juli 2022 tot 31 december 2023.

Via 331 trainingen worden 5.322 deelnemers bereikt, waarvan 40% onderwijzend personeel (zoals lesgevers en onderwijsondersteuners), 12% ondersteunend personeel (zoals medewerkers van de bibliotheek, ombudsen, monitoraat, onthaalpersoneel, medewerkers van studieadviesdiensten), 46% studenten en 3% andere (zoals externe residentiebeheerders).

	Aantal trainingen 3 uur	Aantal trainingen < 3 uur	Aantal bereikte personen
Onderwijzend Personeel	79	82	2105
Ondersteunend Personeel	32	32	649
Studenten	75	27	2428
Andere	1	3	140
<b>Totaal</b>	<b>187</b>	<b>144</b>	<b>5.322</b>

Tabel 2. Overzicht van het aantal trainingen en de bereikte doelgroep

## Modules MoodSpace

Samen Zorgzaam wordt in januari 2023 ook als een online programma op de Zelf aan de Slag pagina op MoodSpace geïntegreerd. Het programma bestaat uit zes modules die studenten, personeel, ouders, professionals en beleidsmakers zelfstandig kunnen doorlopen om signalen van emotionele problemen te leren herkennen en bespreekbaar te maken.

In 2023 doorlopen 281 unieke gebruikers het programma. 37% is student, 64% is vrouw, 32% heeft een leeftijd tussen 18 en 25 jaar, 62% komt uit een graduaats- of bacheloropleiding en 14% volgt psychologische begeleiding. 695 keer is een gebruiker gestart om een module te doorlopen. 286 daarvan zijn volledig beëindigd, wat resulteert in een doorloop van 41,15%. De gemiddelde tijd tussen het starten en het beëindigen van het programma bedraagt 4 dagen en 5 uur.

## Gebruikerservaringen

### Studiedesign

Om de gebruikerservaringen van deelnemers in kaart te brengen, werkt het SIHO een voor- en nameting uit, in lijn met internationale studies.<sup>14</sup> In lijn met internationaal onderzoek bestaat de verkennende pilootstudie uit het invullen van drie online vragenlijsten: net voor de training (pretest), een week na de training (posttest) en drie maanden na de training (follow-up). Na het invullen van een informed consent (online) worden deelnemers gevraagd de eerste online vragenlijst in te vullen. Indien gewenst ontvangen deelnemers een uitnodigingsmail voor de tweede en derde online vragenlijst.

In de eerste online vragenlijst (pretest) wordt gepeild naar baseline kenmerken (zoals leeftijd, genderidentiteit, onderwijsinstelling, functieopdracht), mentale geletterdheid, zelf-

vertrouwen om problemen te herkennen en hulp te bieden en stigmatiserende attitudes/overtuigingen over suïcidaliteit.

In de tweede en derde online vragenlijst (posttest en follow-up) wordt opnieuw gepeild naar mentale geletterdheid, zelfvertrouwen om hulp te bieden en stigmatiserende attitudes/overtuigingen.

Aanvullend wordt de zinvolheid van de training en suggesties ter verbetering bevestigd. De studie wordt voorgelegd aan het Ethisch Comité van het UZ Leuven.

### Deelnemers

Instellingen zijn vrij om de bevestiging aan hun deelnemers aan te bieden. Datacleaning en analyse gebeurt in samenwerking met Profacts, wat leidt tot een verhouding van 657 deelnemers aan de pretest, 219 aan de posttest en 128 deelnemers aan de follow-up meting. Uit analyses blijkt dat de groep die alle 3 de metingen doorloopt, representatief is op vlak van socio-demografische kenmerken ten opzichte van deelnemers van meting 1 en 2.

Van de 128 deelnemers die aan de drie metingen deelnemen situeert 53% zich tussen de leeftijd van 30-49 jaar, identificeert 87% zich als vrouw, is 48% onderwijsend personeel, 39% ondersteunend personeel en 12% student. 70% neemt deel aan de training op eigen initiatief.

### Analyse

Er wordt descriptieve statistiek gebruikt zoals gemiddelden en standaardafwijkingen. Onafhankelijke t-tests en effectgroottes worden gebruikt om veranderingen in mentale geletterdheid, zelfvertrouwen en stigmatiserende attitudes of overtuigingen over de metingen heen te meten. De reacties op open vragen worden geanalyseerd met behulp van beschrijvende inhoudsanalyses.<sup>15</sup>



	Pretest gemiddelde n=219	Posttest gemiddelde n=219	Follow-up gemiddelde n=128
Mentaal welzijn	3,1	3,3	3,4
Psychische stoornissen	2,6	2,9	3,0
Herkennen van risicosignalen van emotionele problemen	2,8	3,3	3,4
Bespreekbaar maken van emotionele problemen	3,1	3,5	3,6
Iemand overtuigen om hulp te zoeken	3,0	3,4	3,6
Weten waar iemand terecht kan voor hulp	3,0	3,5	3,5
Suicide/zelfmoordpreventie	2,3	2,7	2,9

Tabel 3. Impact training op mentale geletterdheid

○ significante evolutie tov pretest ( $p < 0,01$  en effectgrootte 0.4-0.7)

## Resultaten

Om de impact op **mentale geletterdheid** te beoordelen, vullen deelnemers een zeven items schaal in (Hoe beoordeel je jouw kennis over psychische stoornissen) op een likert-schaal van 1 ('zeer beperkt') tot 5 ('zeer hoog')<sup>16</sup> De betrouwbaarheid van de pre-test, post-test en follow-up test bedraagt respectievelijk 0,88, 0,88 en 0,93.

Uit **Tabel 3** blijkt dat er op alle items van mentale geletterdheid een positieve vooruitgang is op de posttest en follow-up meting. De effectgroottes variëren tussen 0.4 en 0.7, wat gemiddeld is.

Om het **zelfvertrouwen** om signalen te herkennen en hulp te bieden vullen deelnemers zes items van de schaal ('Hoe zelfzeker voel je je om signalen van emotionele problemen te herkennen') op een likertschaal van 1 ('helemaal geen vertrouwen') tot 5 ('zeer veel vertrouwen').<sup>17</sup> De betrouwbaarheid van de pre-test, post-test en follow-up test bedraagt respectievelijk 0,87, 0,88 en 0,90.

**Tabel 4** laat zien dat er op alle items van zelfvertrouwen een positieve vooruitgang is op de follow-up meting ten aanzien van de pretest. De effectgroottes variëren tussen 0.4 en 0.7, wat gemiddeld is.

	Pretest gemiddelde n=219	Posttest gemiddelde n=219	Follow-up gemiddelde n=128
Signalen van emotionele problemen herkennen	3,2	3,4	3,9
Zonder oordeel luisteren naar iemand die over emotionele problemen praat	3,9	3,9	4,1
Adequaat reageren op studenten met emotionele problemen	3,1	3,5	3,8
Iemand met emotionele problemen gerust stellen	3,1	2,9	3,8
Te beslissen of hulp nodig is wanneer iemand over emotionele problemen praat	3,0	3,4	3,7
Iemand met emotionele problemen proberen door te verwijzen naar hulp	3,5	3,8	4,0

Tabel 4. Impact training op zelfvertrouwen

○ significante evolutie tov pretest ( $p < 0,01$  en effectgrootte 0.4-0.7)

**Stigmatiserende attitudes of overtuigingen** rond suïcidaliteit werden in kaart gebracht met zeven items ('Niemand kan zelfmoord tegenhouden. Het is onvermijdelijk') op een likertschaal van 1 ('helemaal mee eens') tot 5 ('zeer oneens').<sup>18</sup> De betrouwbaarheid van de pre-test, post-test en follow-up test bedraagt respectievelijk 0,70, 0,77 en 0,84.

**Tabel 5** toont aan dat er een positieve daling is van een aantal stigmatiserende attitudes ten aanzien van de pretest, met name de overtuigingen dat 'personen die aan zelfmoord denken, hun plannen voor zich houden, dat de meeste mensen die een zelfmoordpoging doen, willen sterven alsook dat praten over zelfmoord suïcidale ideeën en gedrag versterkt. De effectgroottes variëren tussen 0.3 en 0.5, wat klein is.

Op vlak van **aangeboden informatie** vindt 77% van de deelnemers dat de training de juiste hoeveelheid informatie bevat, 20% vindt de geboden informatie niet genoeg en 3% ervaart het als te veel informatie.

Vooruitblikkend op **interveniëren in de toekomst** acht 77% van de deelnemers het na het volgen van de training erg waarschijnlijk dat ze zullen ingrijpen de volgende keer dat ze iemand tegenkomen met emotionele problemen of iemand die aan zelfmoord denkt. Verder meent 58% dat ze binnen de 5 jaar een aanvullende training over mentaal welzijn of suïcidepreventie zullen volgen.

	<b>Pretest</b> gemiddelde n=219	<b>Posttest</b> gemiddelde n=219	<b>Follow-up</b> gemiddelde n=128
Niemand kan zelfmoord tegenhouden. Het is onvermijdelijk	1,9	<b>1,8</b>	1,9
Alleen professionals kunnen zelfmoord voorkomen	1,9	1,8	<b>1,7</b>
Personen die aan zelfmoord denken houden hun plannen voor zichzelf	2,6	<b>2,1</b>	<b>2,1</b>
Personen die over zelfmoord praten doen geen zelfmoordpogingen en sterven niet door zelfmoord	1,9	<b>1,6</b>	1,8
De meeste mensen die een zelfmoordpoging doen willen sterven	2,0	<b>1,9</b>	<b>1,7</b>
Eens een persoon beslist om zelfmoord te plegen is er niets dat iemand kan doen om hem te stoppen	1,7	<b>1,5</b>	1,6
Praten over zelfmoord versterkt suïcidale ideeën en suïcidaal gedrag	1,8	<b>1,6</b>	<b>1,5</b>

Tabel 5. Impact training op stigmatiserende attitudes/overtuigingen

 significante evolutie tov pretest ( $p < 0,01$  en effectgrootte 0.3-0.5)

Gesprekstechnieken, zelfvertrouwen, bewustzijn, groepsdynamiek en inzichten en doorverwijsmogelijkheden worden frequent als **een meerwaarde van de training** aangehaald. De training biedt deelnemers meer inzicht in emotionele problemen alsook concrete tips van hoe het gesprek aangaan.

‘Ik heb meer zelfvertrouwen om het gesprek aan te gaan. Je hoeft niet noodzakelijk de oplossing te bieden voor iets, oprecht luisteren is ook al heel goed. Ik vond het wel nuttig om te horen hoe het zinnig kan zijn om het onderwerp van zelfmoord aan te snijden omdat ik altijd een beetje bang was dat dat het verkeerde effect zou hebben en dat dat dus blijkbaar niet is.’

‘Theoretische achtergrond die tegelijk in heel praktische zinnigjes en stappen wordt meegegeven. Tips en tricks over wat wel en niet zeggen. En dat luisteren vaak genoeg is, dat je je niet te veel zorgen moet maken over het exact juiste zeggen. Alles was perfect in balans. De filmpjes met rollenspelen (wat vonden we goed gedaan, wat minder goed) waren zeer verhelderend, net als de praktijkvoorbeelden.’

‘Een beter algemeen beeld op mentale problematieken en hoe we hier best mee omgaan als niet-professionele hulpverlener. Dat het niet de bedoeling is als poortwachter om een oplossing of gerichte hulp aan te bieden. Het is vooral belangrijk een startpunt te zijn, te luisteren naar een persoon en open te staan om mensen verdere hulp (bij professionals, stuvo, online) aan te bieden.’

‘Ik wist nog niets over de manier waarop je mensen met zelfmoordgedachten en -plannen kan aanpakken en dacht dus dat ik de plannen zou aanmoedigen door erover te praten. Ik weet nu een klein beetje hoe ik met hen zou kunnen omgaan. De conversatie en tips van en met andere waren ontzettend waardevol.’

‘Kennismaken met het aanbod van onze hogeschool op het gebied van begeleiding van studenten met mentale problemen. Welke doorverwijs initiatieven er bestaan - als niet professionaal is het wel nodig te weten welke kanalen er zijn. Weten naar welke website en personen doorverwijzen, collega's die ook situaties bespreken en hoe ze hier mee omgingen.’

‘Eigenlijk de samenhang en de volledigheid van het programma. ‘Kleine, zeer handige tips. Voorbeeld: Vraag niet “Waarom denk je dat?” maar eerder: “Wat maakt dat je daaraan denkt?” Samen nadenken over moeilijke situaties. En ook de voorstelling van de website van MoodSpace.’

‘Dat luisteren zonder mening of oordeel te geven (zelfs onbewust) het meest belangrijk is voor de eerste en belangrijkste stap naar het oplossen van (psychische) problemen. Dat je altijd het verschil kunt maken om anderen te helpen met mentale problemen of waarmee het niet goed gaat. En dat een gesprek voeren met die persoon al veel kan betekenen. Het is ook ok om grenzen te stellen naar anderen toe.’

Deelnemers formuleren **suggesties om de training te optimaliseren en/of nieuwe initiatieven** rond dit thema verder op te zetten, ook op Vlaams niveau.

‘De basis breed dissemineren (nl. waar hulp zoeken wanneer) en zorgen dat meer mensen beseffen dat de problemen niet zelf moeten aangepakt worden. De “default”-aanpak is de “voorzieningen” in het verhaal brengen.’

‘Verplicht maken voor alle docenten en collega's die rechtstreeks contact hebben met studenten (secretariaatspersoneel, poetspersoneel...), want nu konden alleen geïnteresseerden deelnemen. Op die manier wordt iedereen alerter, kan er ook meer ingezet worden op preventie...’

‘Zeker jaarlijks in een soort zelfde vorm herhalen. Voor docenten die zeer actief studenten begeleiden (vb. leergroep-begeleiders) zou dit jaarlijks herhaald moeten worden. Sessies voor studenten en personeel samen kan ook zinvol zijn.’

‘Binnen de organisatie, welzijnsactoren meer zichtbaar maken voor personeelsleden. Hier Vlaanderenbreed ook meer op inzetten; een mentaal gezond personeelsbestand, zal hier ook met meer evenwicht de ‘noden’ van studenten adequaat kunnen capteren.’

‘Een soort sharing circle, waarbij mensen die met dit thema (vaak) bezig zijn best practices met elkaar kunnen delen, maar ook kunnen helpen bij een situatie (uiteraard zonder persoonlijke informatie uit te wisselen over de personen die kampen met moeilijkheden).’

‘Een training toevoegen die focust op het inoefenen van bepaalde reacties tijdens gesprekken, in het bijzonder over zelfdoding, zodat bepaalde reacties een reflex worden.’

‘Grotere zichtbaarheid en communicatie van de dichtbij (on campus) aanwezige dienstverlening (mailings naar personeel bij start AJ, flyers met nummers, adressen, posters on campus?). Op dit moment is niet altijd duidelijk wie wat doet.’

Uit de reacties blijkt dat een structureel (en verplicht) aanbod voor docenten en collega’s die rechtstreeks contact hebben met studenten (secretariatspersoneel, poetspersoneel...) belangrijk is. Alsook dat diverse deelnemers ook nood ervaren aan vervolgsessies (bijvoorbeeld op het inoefenen van bepaalde reacties tijdens gesprekken) en/of uitwisseling en intervisiemogelijkheden. Verder onderzoek bij een grotere steekproef, inclusief een controlegroep, is aangewezen.





## Algemene bevindingen

De opzet en uitrol van de trainingen dragen bij tot de verdere versterking van **een proactief welzijnsbeleid** en tot het creëren van meer alertheid en een volwaardige ‘poortwachterhouding’ bij onderwijzend, ondersteunend personeel en studenten. De trainingen kennen een groot bereik zowel bij studenten als personeelsleden, zoals management, docenten, medewerkers van de bibliotheken, ombudsmedewerkers, onthaalpersoneel, medewerkers van studentenvoorzieningen, sportdiensten, monitoraten en residentiebeheerders.

De trainingen bieden medewerkers en studenten **een handelingskader** in het omgaan met studenten die emotionele moeilijkheden ervaren. Het **maatwerk** van de trainers met aandacht voor de specifieke context van de deelnemers, maakt dat deelnemers de training als meteen in hun dagelijks werk inzetbaar ervaren. Ze versterken het zelfvertrouwen om emotionele problemen te herkennen en vroegtijdig te reageren door het gesprek aan te gaan en studenten door te verwijzen.

Het **thema zelfzorg** komt tegemoet aan de ervaren nood van medewerkers om over tools en coaching rond zelfzorg te beschikken (afstand-nabijheid, grenzen, omgaan met onmacht). Omwille van deze nood heeft een aantal instellingen een samenwerking opgestart met de dienst HR die vervolgt trainingen voorziet aan medewerkers die na de basistraining ‘Samen zorgzaam’ nood hebben aan een verdiepend traject rond zelfzorg en omgaan met onmacht.

De **ruimte voor uitwisseling** met de trainer en andere deelnemers, wordt door deelnemers als positief ervaren. In enkele opleidingen en/of diensten wordt beslist om vaker

uitwisselingsmomenten rond het thema mentaal welzijn van de studenten in te richten.

De trainingen dragen ook bij tot een **betere bekendheid van het professionele aanbod** van studentenvoorzieningen alsook het extern aanbod, zowel onder studenten als personeel. Deelnemers ervaren na de training een lagere drempel om de stuvo-diensten te consulteren in moeilijke situaties. Ze vinden de voorverwijzing makkelijker omdat ze meer inzicht hebben in hoe begeleiding op hun instelling er achter de schermen uitziet. Verschillende opleidingen implementeren naar aanleiding van de training ook een betere communicatie-doorstroom voor verwijzingen naar stuvo.

Volgende **kritische succesfactoren** worden door de instellingen vermeld:

- het feit dat de poortwachtertrainingen in opdracht van de Vlaamse Regering Vlaanderenbreed worden uitgerold, zorgt ervoor dat het thema hoog op de beleids-agenda van het management staat.
- een train-de-trainer sessie om belangrijke betrokken welzijnsactoren op te leiden om mee een rol te spelen in het aanbieden van de training in de eigen afdeling of dienst, laat toe om de trainingen op een duurzame wijze op te nemen in het ruime welzijnsaanbod van de instelling ten voordele van studenten en laat ook toe om de trainingen te geven door de personen die het dichtst bij de doelgroep staan.
- het mobiliseren van ‘sleutelfiguren’ die hun netwerk aanspreken faciliteert de toegang naar doelgroepen. Voor medewerkers zijn campushoofden ideale sleutelfiguren, bij studenten zijn dat participatiecoaches.

- een intakegesprek in opleidingen en diensten laat toe om specifieke vragen/noden te identificeren. Deze blijken immers uiteenlopend te zijn over opleidingen heen, wat maatwerk vereist.
- de trainingen zijn een verdere aanzet om een beleid te formuleren rond de opvang van studenten in crisis en grensoverschrijdend gedrag. Dit beleid wordt ondertussen in een aantal instellingen meegenomen in de trainingen.
- de training als een officiële leeractiviteit beschouwen, betekent dat medewerkers deze training kunnen opnemen in het kader van hun loopbaanontwikkeling.

Als **knelpunten** reiken instellingen aan:

- het is een uitdaging om op het 'open aanbod' voldoende deelnemers te bereiken. Een aantal trainingen zowel naar studenten als medewerkers worden wegens te weinig inschrijvingen afgelast of geannuleerd. Dit leidt in bepaalde instellingen tot een heroverweging van de benadering om studenten effectiever te bereiken en te betrekken bij initiatieven gericht op mentaal welzijn.
- er wordt een groot aantal medewerkers bereikt die reeds een uitgesproken interesse heeft in het thema mentaal

welzijn en/of een coachende/begeleidende rol opnemen. Een aantal diensten en opleidingen neemt moeilijk of geen tijd en/of ruimte voor het volgen van de training. Als redenen worden onder meer een gebrek aan intrinsieke motivatie, een prioritering van andere zaken (zoals studierendement) en een beperkte kennis over studentenwelzijn aangehaald. Dit noopt instellingen tot het bedenken van manieren die creatief inspelen op deze factoren en die deze diensten en opleidingen aanzetten tot het volgen van een training.

- de beperkte projectsubsidie en de schaalgrootte van een aantal hogescholen verspreid over diverse campussen en regio's bieden hen geen kans om extra medewerkers aan te werven om de trainingen aan te passen en te integreren in het bestaande aanbod van de dienst studentenvoorzieningen of de dienst onderwijs en kwaliteit. Zij zijn noodgedwongen om samenwerkingen te sluiten met studentenvoorzieningen van andere hogescholen.
- een eenmalige projectfinanciering bemoeilijkt een duurzame uitrol op langere termijn.



# 5.

## Slotbeschouwing

Dit hoofdstuk brengt een conclusie en werpt een blik vooruit op de toekomst.

De Vlaamse Regering implementeert in 2022 een duurzaam en geïntegreerd beleid studentenwelzijn. Via het project poortwachtertrainingen zet de Vlaamse Regering in op speerpunt vier: de ondersteuning van instellingen in het schakelen naar een proactief welzijnsbeleid, een *community of caring*.

Het project verloopt succesvol en behaalt de vooropgestelde outcomes. In samenwerking met academisch experts, studenten en de studentenvoorzieningen ontwikkelt het SIHO het trainingspakket 'Samen Zorgzaam'. De training neemt het *public mental health*-perspectief als uitgangspunt, is gebaseerd op de *Question, Persuade, Refer* (QPR) methode en bestaat uit zes modules die los van elkaar en/of gecombineerd kunnen worden ingezet. Om het leereffect te verhogen en de diversificatie van eindgebruikers te borgen, bevat elke module uitleg, getuigenissen en oefeningen met interactieve filmpjes en/of TED-talks.

De studentenvoorzieningen als belangrijke spelers in de medisch-psychologische opvolging van studenten, leiden via 331 trainingen 5.322 poortwachters op, waarvan 40% onderwijzend personeel, 12% ondersteunend personeel, 46% studenten en 3% andere stakeholders. Ook via MoodSpace worden 281 gebruikers tot poortwachters opgeleid. Het groot bereik biedt hogescholen en universiteiten de kans om hun expertise over mentaal welzijn verder uit te bouwen en nog verder door te groeien tot *caring communities*.

Uit de instellingsrapporten en een eerste verkennende pilootstudie blijkt dat de trainingen een positieve dynamiek initiëren en dat deelnemers een positieve vooruitgang ervaren op vlak van mentale geletterdheid en het zelfvertrouwen om signalen van emotionele problemen bij studenten te herkennen, het gesprek hierover aan te gaan

en studenten waar nodig door te verwijzen. De trainingen dragen ook bij tot een vermindering in stigmatiserende overtuigingen rond suïcidaliteit en tot een betere bekendheid van het aanbod van de studentenvoorzieningen, wat in lijn ligt met internationale studies. Het maatwerk van de trainers met aandacht voor de specifieke context van de deelnemers, garandeert dat de deelnemers de vaardigheden meteen in hun dagelijkse werking kunnen inzetten.

Het Samen Zorgzaam project wordt gerealiseerd vanuit een *community approach* met studenten en de studentenvoorzieningen als experts in de lead. Die brede aanpak laat toe om kritische succesfactoren en knelpunten te identificeren. Zo zijn het mobiliseren van 'sleutelfiguren' die hun netwerk aanspreken om de toegang naar doelgroepen te faciliteren, net als intakegesprekken met opleidingen en diensten belangrijke hefboomen om een goede instroom van deelnemers in de trainingen te borgen. Een train-de-trainer sessie om belangrijke betrokken welzijnsactoren op te leiden om mee een rol te spelen in het aanbieden van de training in de eigen afdeling of dienst, laat ook toe om de trainingen op een duurzame wijze op te nemen in het ruime welzijnsaanbod van de instelling en laat ook toe om de trainingen te geven door de personen die het dichtst bij de doelgroep staan. De trainingen blijken ook een goede aanzet en insteek om een beleid rond de opvang van studenten in crisis en grensoverschrijdend gedrag verder te optimaliseren.

Naar de toekomst toe zullen de instellingen de trainingen blijven aanbieden aan studenten en personeelsleden, mits dit te combineren blijft met de noden van de dagdagelijkse dienstverlening. Instellingen verkennen momenteel op welke manier ze het uitgerold aanbod van



trainingen duurzaam en structureel kunnen verankeren binnen de dienstverlening van de studentenvoorzieningen, het HR-, onderwijs- en kwaliteitsbeleid.

Voor wat betreft de personeelsleden wordt geijverd om de trainingen op te nemen in het onboardingstraject voor nieuwe personeelsleden. Het erkennen van de trainingen als een officiële leeractiviteit, impliceert dat medewerkers deze training kunnen opnemen in het kader van hun loopbaanontwikkeling. Een aantal instellingen bekijken ook de piste om de training binnen het curriculum aan te bieden aan elke student. Hiervoor moet er evenwel ruimte gemaakt worden in de curricula en moet er een bereidheid zijn bij lesgevers om op een correcte manier de inhoud van de training over te brengen naar studenten toe.

Het Samen Zorgzaam project brengt ook knelpunten naar voor. Zo blijkt het soms een uitdaging om in het 'open aanbod' voldoende deelnemers te bereiken en worden vaak medewerkers en studenten bereikt die reeds een interesse hebben in het thema mentaal welzijn en/of een coachende of begeleidende rol opnemen. De eenmalige projectsubsidie en de schaalgrootte van een aantal instellingen verspreid over diverse

campussen en regio's bemoeilijkt de verankering van het aanbod.

Vanuit het *public mental health*-perspectief waarbij universiteiten, hogescholen en studentenverenigingen laagdrempelige vindplaatsen zijn, is het van belang dat de trainingen duurzaam worden verankerd op maat van de instellingsspecifieke en regionale context. Zo kunnen studenten met emotionele problemen tijdig naar het juiste aanbod binnen de hogeronderwijsinstelling of regio worden geleid. In opvolging van speerpunt vier is het belangrijk dat de Vlaamse Regering blijvend verhoogde en structurele aandacht schenkt aan het faciliteren van een duurzame verankering van het poortwachtertrainingen.

Via het Vlaanderenbreed lerend netwerk van SIHO waarin alle stakeholders, en ook studenten als *active agents* betrokken zijn, wordt intervisie rond de verdere implementatie en verankering verder opgevolgd. Waar nodig worden voor de instellingen nog bijkomende ondersteunende materialen ontwikkeld en/of initiatieven opgezet. Dit in synergie met en op maat van alle betrokken stakeholders. Verder onderzoek naar de impact van Samen Zorgzaam is aangewezen.





## Referenties

<sup>1</sup> VR 2021 1012 DOC.1445/1. Addendum Convenant Steunpunt Inclusief Hoger Onderwijs (SIHO) 'Duurzaam versterken studentenwelzijn tijdens en in de nasleep van de coronapandemie (1/12/2020-31/12/2024)'.

<sup>2</sup> Black, M., Baker-Young, E. Thompson, C., McGarry, S. ... Milbourn, J. (2021). Preventing suicide in post-secondary students: a scoping review of suicide prevention programs. *European Child & Adolescent Psychiatry*.

Reis, A., Saheb, R., Moyo, T., Smith, C., & Sperandei, S. (2021). The Impact of Mental Health Literacy Training Programs on the Mental Health Literacy of University Students: a Systematic Review. *Prevention Scienc*.

Maslowski, A. K., LaCaille, R. A., LaCaille, L. J., Reich, C. M., & Klingner, J. (2019). Effectiveness of Mental Health First Aid: a meta-analysis. *Mental Health Review Journal*, 24(4), 245-261.

Ashoorian, D., Albrecht, K., Baxter, C., Giftakis, E., Clifford, R., Greenwell-Barnden, J. & Wyld, T. (2018). Evaluation of Mental Health First Aid skills in an Australian university population. *Early Intervention in Psychiatry*, 13, 1121 - 1128

<sup>3</sup> Quinnett, P. (1995). QPR: Ask a question, save a life. Spokane, Washington: The QPR Institute.

<sup>4</sup> Jacobson, J. M., Osteen, P. J., Sharpe, T. L., & Pastoor, J. B. (2012). Randomized trial of suicide gatekeeper training for social work students. *Research on Social Work Practice*, 22(3), 270-281.

Litteken, C., & Sale, E. (2018). Long-term effectiveness of the question, persuade, refer (QPR) suicide prevention gatekeeper training program: Lessons from Missouri. *Community Mental Health Journal*, 54(3), 282-292.

Mitchell, S. L., Kader, M., Darrow, S. A., Haggerty, M. Z., & Keating, N. L. (2013). Evaluating question, persuade, refer (QPR) suicide prevention training

in a college setting. *Journal of College Student Psychotherapy*, 27(2), 138-148.

Witry, M., Kauer, J., Fravel, M., Reist, J., & Viyyuri, B. (2020). Evaluation of a Question Persuade Refer (QPR) training for student pharmacists. *Mental Health & Prevention*.

<sup>5</sup> Quinnett, P. (1995). QPR: Ask a question, save a life. Spokane, Washington: The QPR Institute. Jacobson, J. M., Osteen, P. J., Sharpe, T. L., & Pastoor, J. B. (2012). Randomized trial of suicide gatekeeper training for social work students. *Research on Social Work Practice*, 22(3), 270-281.

Litteken, C., & Sale, E. (2018). Long-term effectiveness of the question, persuade, refer (QPR) suicide prevention gatekeeper training program: Lessons from Missouri. *Community Mental Health Journal*, 54(3), 282-292.

Mitchell, S. L., Kader, M., Darrow, S. A., Haggerty, M. Z., & Keating, N. L. (2013). Evaluating question, persuade, refer (QPR) suicide prevention training in a college setting. *Journal of College Student Psychotherapy*, 27(2), 138-148.

Witry, M., Kauer, J., Fravel, M., Reist, J., & Viyyuri, B. (2020). Evaluation of a Question Persuade Refer (QPR) training for student pharmacists. *Mental Health & Prevention*.

<sup>6</sup> Jacobson, J. M., Osteen, P. J., Sharpe, T. L., & Pastoor, J. B. (2012). Randomized trial of suicide gatekeeper training for social work students. *Research on Social Work Practice*, 22(3), 270-281.

Litteken, C., & Sale, E. (2018). Long-term effectiveness of the question, persuade, refer (QPR) suicide prevention gatekeeper training program: Lessons from Missouri. *Community Mental Health Journal*, 54(3), 282-292.

Mitchell, S. L., Kader, M., Darrow, S. A., Haggerty, M. Z., & Keating, N. L. (2013). Evaluating question, persuade, refer (QPR) suicide prevention training

in a college setting. *Journal of College Student Psychotherapy*, 27(2), 138-148.

Witry, M., Kauer, J., Fravel, M., Reist, J., & Viyyuri, B. (2020). Evaluation of a Question Persuade Refer (QPR) training for student pharmacists. *Mental Health & Prevention*.

<sup>7</sup> Black, M., Baker-Young, E. Thompson, C., McGarry, S. ... Milbourn, J. (2021). Preventing suicide in post-secondary students: a scoping review of suicide prevention programs. *European Child & Adolescent Psychiatry*.

Reis, A., Saheb, R., Moyo, T., Smith, C., & Sperandei, S. (2021). The Impact of Mental Health Literacy Training Programs on the Mental Health Literacy of University Students: a Systematic Review. *Prevention Science*.

Maslowski, A. K., LaCaille, R. A., LaCaille, L. J., Reich, C. M., & Klingner, J. (2019). Effectiveness of Mental Health First Aid: a meta-analysis. *Mental Health Review Journal*, 24(4), 245-261.

Ashoorian, D., Albrecht, K., Baxter, C., Giftakis, E., Clifford, R., Greenwell-Barnden, J. & Wylde, T. (2018). Evaluation of Mental Health First Aid skills in an Australian university population. *Early Intervention in Psychiatry*, 13, 1121 - 1128

<sup>8</sup> Fox, T., Byrne, D. & Surdey, J. (2020). National Student Mental Health and Suicide Prevention Framework Implementation Guide. Dublin: Higher Education Authority.

<sup>9</sup> Universities UK. (2020). *Stepchange: Mentally healthy universities*. London: Universities UK.

<sup>10</sup> Stuvo KU Leuven: [MindMates - Stuvo - Welzijn en gezondheid \(kuleuven.be\)](https://www.kuleuven.be/mindmates)

<sup>11</sup> Stuvo UAntwerpen: [Students for Students | Students for Students | Universiteit Antwerpen \(uantwerpen.be\)](https://www.uantwerpen.be/studentsforstudents)

<sup>12</sup> De zes overlegmomenten vinden plaats op 06.09.22, 22.11.22, 28.02.23, 09.05.23, 03.10.2023, 21.11.2023

<sup>13</sup> Quinnett, P. (1995). QPR: Ask a question, save a life. Spokane, Washington: The QPR Institute.

Stuvo KU Leuven: [MindMates - Stuvo - Welzijn en gezondheid \(kuleuven.be\)](https://www.kuleuven.be/mindmates)

<sup>14</sup> Mitchell, S. L., Kader, M., Darrow, S. A., Haggerty, M. Z., & Keating, N. L. (2013). Evaluating question, persuade, refer (QPR) suicide prevention training in a college setting. *Journal of College Student Psychotherapy*, 27(2), 138-148.

Witry, M., Kauer, J., Fravel, M., Reist, J., & Viyyuri, B. (2020). Evaluation of a Question Persuade Refer (QPR) training for student pharmacists. *Mental Health & Prevention*.

<sup>15</sup> Holdford, D. (2008). Content analysis methods for conducting research in social and administrative pharmacy. *Research in Social and Administrative Pharmacy*, 4(2), 173-181.

<sup>16</sup> Mitchell, S. L., Kader, M., Darrow, S. A., Haggerty, M. Z., & Keating, N. L. (2013). Evaluating question, persuade, refer (QPR) suicide prevention training in a college setting. *Journal of College Student Psychotherapy*, 27(2), 138-148.

<sup>17</sup> Witry, M., Kauer, J., Fravel, M., Reist, J., & Viyyuri, B. (2020). Evaluation of a Question Persuade Refer (QPR) training for student pharmacists. *Mental Health & Prevention*.

<sup>18</sup> Witry, M., Kauer, J., Fravel, M., Reist, J., & Viyyuri, B. (2020). Evaluation of a Question Persuade Refer (QPR) training for student pharmacists. *Mental Health & Prevention*.

