

Student en tijd

Over planning, drukte en tijd
van studenten

“Mijn vrienden en ik hebben geen hoge verwachtingen van huis uit meegekregen, maar grote mogelijkheden. En daardoor leg je jezelf hoge verwachtingen op.”

Student A

Inhoudsopgave

- 2. Voorwoord
- 4. Inleiding
- 8. Methoden van Onderzoek
- 10. Theoretisch Kader
- 14. Profielen
- 20. De grens tussen rustig, druk en stress
- 26. Problemen ten aanzien van tijdsbesteding
- 30. Rol van verschillende factoren
- 44. Conclusie
- 48. Discussie / Aanbevelingen
- 52. Literatuurlijst / Appendices
- 53. Publicaties van het ASVA onderzoeksbureau

Voorwoord

Een van de grootste uitdagingen in dit onderzoek bleek het vinden van een student die het niet druk had. In dit onderzoek hebben wij er bewust voor gekozen om de verhalen van individuele studenten te vertellen via tekst en foto's. Hiermee hebben we een beeld geschetst van de tijdsbesteding van studenten. Door dit te koppelen aan een theoretisch kader is er een voor veel studenten herkenbare synthese ontstaan. Wij denken dat dit onderzoek inzicht kan verschaffen in het feit dat studententijd meer is dan alleen studeren. Dit betekent echter niet dat studenten in een luilekkerland leven. Wij hopen dat dit onderzoek naast herkenning door leeftijdsgenoten, begrip kan oproepen voor twintigers van nu.

De kwalitatieve benadering van dit onderzoek gaf ook enkele nadelen. We konden hierdoor geen sluitende representatieve conclusies formuleren. Waar mogelijk hebben we hiervoor beschikbare data gebruikt. Deze kwalitatieve aanpak heeft echter wel geresulteerd in een verslag van verhalen achter de cijfers en beelden achter de tabellen.

Onze dank gaat ten eerste uit naar Eva Salimans, Bram ter Schegget en Agaath de Vries. Zij hebben met grote zelfstandigheid de interviews afgenomen en geanalyseerd, scherp gevonden verbanden gelegd en zich op bekwame wijze de irreguliere onderzoeksmethoden met beeldmateriaal eigen gemaakt.

Ten tweede gaat onze dank uit naar Aik Kramer en Thijs Launspach, voor het interview en hun heldere, inzichtgevende boek. Ten slotte willen we graag de geïnterviewde studenten bedanken, die zonder uitzondering ons een openhartige kijk gunden in hun levens, tijdsbesteding en eventuele problemen.

Nina van Douwen en Brigitte Borm

Medewerkers ASVA onderzoeksbureau

22 maart 2013

1. Inleiding

“Hoe gaat het?”

“Ja goed, druk alleen.”

Deze paar woorden vormen een veelgehoorde uitspraak onder Nederlandse studenten. Ook binnen de muren van het ASVA-kantoor is deze uitspraak vaak te horen. Het ASVA-onderzoeksbureau vraagt zich daarom af: waarmee hebben studenten het zo druk? Is het echt zo dat ze zichzelf voorbij lopen met baantjes, projecten en tweede studies? Misschien hebben ze vooral het gevoel heel druk te zijn? Of is het een standaard uitspraak geworden, onafhankelijk van iemands dagelijkse tijdsbesteding?

In het Folia Magazine van maart 2012 (nr. 25) vertelt UvA-studentenpsycholoog Pien Wijn dat veel studenten door hun overvolle agenda's steeds vatbaarder zijn voor een zogeheten burn-out. Een burn-out ligt op de loer wanneer er meer energie uitgaat dan binnenkomt: “Studenten zijn vaak erg druk en doen veel dingen tegelijk: twee studies, een studentenbestuur, meerdere bijbanen. Ze moeten veel van zichzelf.” Na de documentaires *BV ik* en *Alles wat we wilden*, is er duidelijk een tendens zichtbaar in het veeleisende tijdsbestedingspatroon van sommige studenten. Wat is hier nou precies aan de hand?

Probleem- en vraagstelling

De volgende hoofdvraag zal als richtlijn dienen bij dit onderzoek:

Ervaart de (Amsterdamse) student problemen in zijn/haar tijdsbesteding en hoe komen deze tot stand?

Om deze hoofdvraag te beantwoorden zullen we de volgende deelvragen hanteren:

1. Wat is voor studenten (subjectief gezien) de grens tussen rustig, normaal, druk en te druk? Welke geniet de voorkeur van studenten?
2. Ervaren studenten nadelige effecten (problemen) van hun tijdsbesteding?
3. Welke rol spelen de volgende factoren in de tijdsbesteding van respondenten?
 - a) Tijdsbesteding peergroup
 - b) Sociale activiteiten
 - c) Maatschappelijke verwachtingen
 - d) Kansen op arbeidsmarkt

Structuur

Om een beeld te geven van de tijdsbesteding van studenten hebben wij een kwalitatieve aanpak gehanteerd. De uitkomsten van deze interviews zijn gekoppeld aan theorie alsmede data van onder andere het NIBUD en CBS.

In het komende hoofdstuk worden de methoden van onderzoek uiteengezet. Daarnaast zal de populatie besproken worden en de representativiteit hiervan. In het derde hoofdstuk komt het theoretisch kader aan bod. In het vierde hoofdstuk worden de profielen van studenten van de vijf geïnterviewde studenten besproken. Wat is hun algemene tijdsbesteding en hoe verhouden ze zich tot de ‘gemiddelde’ student? In het vijfde hoofdstuk gaan we dieper in op de sub-

jectieve definitiebepaling van de respondenten. In dit deel zal een antwoord geformuleerd worden op wat de grens is tussen rustig, druk en stress, en welke de voorkeur van studenten geniet. De vijf perspectieven komen naar voren gecombineerd met data van het NIBUD. In het zesde hoofdstuk bekijken we welke problemen studenten ondervinden naar aanleiding van hun tijdsbesteding. In het laatste inhoudelijke hoofdstuk worden de rol van de peergroup, sociale activiteiten, maatschappelijke verwachtingen en arbeidsmarktkansen op de huidige tijdsbesteding van studenten uiteengezet. Ten slotte worden de belangrijkste resultaten en bevindingen samengevat in de conclusie. De discussie bestaat uit de aanbevelingen van het ASVA-bestuur als reactie op de resultaten.

2. Methoden van onderzoek

Ten eerste zal besproken worden welke methoden dit onderzoek hanteert. Vervolgens wordt toegelicht bij wie het onderzoek is afgenomen.

Methoden

De hiervoor genoemde onderzoeksvragen worden beantwoord met gebruik van verschillende onderzoeksmethoden. Ten eerste heeft er een focusgroep plaatsgevonden onder deelnemers aan de ASVA timemanagement cursus. Deze focusgroep is er voornamelijk op gericht om erachter te komen wat studenten verstaan onder druk(te) en wat ervoor zorgt dat studenten het gevoel hebben dat ze het druk hebben. Ook zijn daar nadelige effecten van drukte en stress besproken. De informatie uit deze focusgroep is vervolgens meegenomen in een vijftal diepte-interviews. Verder zijn aan de schrijvers van het boek 'Quarterlife', Aik Kramer en Thijs Launspach, in een interview enkele vragen gesteld over de tijdsbesteding van deze zogenaamde quarterlifers. Dit heeft ons meer (theoretische) achtergrond opgeleverd voor focus in de diepte-interviews.

De diepte-interviews met studenten waren voornamelijk bedoeld om de persoonlijke verhalen van studenten te kunnen vertellen en bepaalde patronen en problemen te constateren. Een volledig generaliseerbaar verhaal maken was hierbij dan ook niet mogelijk aangezien drukte een subjectieve ervaring betreft. Dat neemt niet weg dat het beeld dat uit de interviews naar voren is gekomen waarschijnlijk voor een groot deel van de studenten herkenbaar is.

De studenten zijn tijdens een intakegesprek gevraagd naar hun dagbesteding, gevoel van drukte en verwachtingen.

Daarna hebben zij een wegwerpcamera meegekregen, waarmee zij foto's moesten maken van elke 'nieuwe' tijdsbesteding totdat de camera vol geschoten was (met een maximum van twee dagen). Eenmaal ontwikkeld vormden deze foto's het uitgangspunt voor een vervolggesprek. Deze methode van onderzoek heet ook wel photo elicitation, waarbij beeldmateriaal de aanleiding en structuur vormt voor een interview. In totaal hebben er tien interviews met studenten plaatsgevonden.

Populatie

De populatie bestaat in dit geval uit vijf studenten. Aanvullende data van het NIBUD, CBS en het LSVb onderzoeksbureau geven een beeld van studenten (en andere jongeren) in heel Nederland.

De vijf interviews zijn gehouden met studenten die verschillen qua type studie evenwel als qua houding ten opzichte van hun tijdsbesteding. In totaal zijn er twee vrouwen en drie mannen geïnterviewd. Hiervan gaven vier aan zelf te vinden dat ze wel druk waren. Het bleek erg moeilijk om een student te vinden die aangaf het niet druk te hebben. Dit komt mogelijk door sociaal gewenste antwoorden of gewoon doordat de meeste studenten het wel druk hebben. De profielen van de geïnterviewde studenten zullen in hoofdstuk 4 kort besproken worden. Om hen te kunnen vergelijken ten opzichte van elkaar hebben wij gevraagd hoe hun tijdsbesteding is ten opzichte van de gemiddelde student en wat 'studententijd' voor hen betekent. Hiernaast hebben ze een foto aangewezen die representatief was voor hun tijdsbesteding.

Vanwege de persoonlijke aard van de interviews, zijn deze geanonimiseerd.

3. Theoretisch kader

De levensfase waar zogenoemde twintigers zich in bevinden, staat voornamelijk in het teken van de zelfontwikkeling en –ontplooiing als individu, zo stellen ook Aik Kramer en Thijs Launspach in hun boek ‘Quarterlife’ (2012). In deze fase zijn er veel nieuwe kansen te benutten: je hebt de vrijheid om je eigen leven in te richten, erachter te komen wat belangrijk voor je is en je horizon te verbreden. Hierbij komt echter wel de verantwoordelijkheid om verstandige keuzes te maken en je eigen potentieel te benutten. Je moet er zelf achter komen hoe je met deze nieuwe kansen om kan gaan en hoewel deze levensfase bij uitstek geschikt is om fouten te maken, stellen Kramer en Launspach dat het voor veel twintigers voelt alsof dit niet mag.

In het afgenomen interview vertellen Launspach en Kramer (2012) dat ze hun boek bewust niet de ‘quarterlife crisis’ hebben genoemd, aangezien niet iedereen in deze levensfase in een crisis belandt. Er is namelijk ook een groep ‘succesvollen’ die geen problemen ondervinden. Druk heeft niet voor iedereen een negatieve invloed op de tijdsbesteding, het kan juist ook positief werken. Zo wordt in de Wet van Parkinson (Parkinson, 1955) gesteld: “Werk breidt zich uit tot de tijd die beschikbaar is om het af te maken”. Dit komt er op neer dat wanneer je het drukker hebt, je taken sneller zult afronden omdat je simpelweg minder tijd tot je beschikking hebt. In dat geval kan een druk leven er dus juist voor zorgen dat men productiever werkt. Echter, naast deze groep ‘succesvolle’ twintigers, die geen problemen ondervinden, bestaan er volgens Launspach en Kramer ook twee extreme tegenpolen. Aan de ene kant is er een groep twintigers die probeert alles tegelijkertijd te doen, aan de andere kant een groep bij wie juist niks meer uit handen komt. Voor deze ‘onsuccesvolle’ twintigers hebben zij dit boek geschreven.

Maatschappelijke ontwikkelingen, zoals de toename van individuele vrijheden en mogelijkheden, creëren voor veel twintigers een gevoel van rusteloosheid. Ze hebben het idee dat ze met zoveel mogelijkheden ook echt iets moeten bereiken, vertellen Kramer en Launspach. Daarnaast zorgt onze huidige meerkeuzemaatschappij er niet alleen voor dat men de vrijheid heeft om te kiezen, het leidt ook tot de verantwoordelijkheid om de juiste keuzes te maken. Doordat je altijd een andere keuze had kunnen maken, kan falen niet meer worden afgeschoven op externe factoren, maar is het puur je eigen verantwoordelijkheid om ervoor te zorgen dat jij succesvol bent. Hierdoor wordt succesvol zijn in zekere zin een plicht, je hebt immers oneindig veel mogelijkheden om succesvol te worden. Deze overdaad aan keuzes kan uiteindelijk zelfs leiden tot option paralysis, wat wordt gedefinieerd als de neiging om bij te veel opties geen keuze te maken (Kramer & Launspach, 2012). Dit kan er ook toe leiden dat men zoveel mogelijk tegelijk gaat doen om het maken van keuzes uit de weg te gaan.

Volgens Kramer en Launspach (2012) hebben twintigers van nu hoge verwachtingen van zichzelf en de wereld. Dit maakt ze ongeduldig en hierdoor zijn ze niet alleen ambitieus maar willen ze ook snel succes hebben en verwachten ze succesvol te zijn in alles wat ze doen. Kramer en Launspach stellen dat deze ongeduldige houding gedeeltelijk voortkomt uit de huidige maatschappelijke context en economische druk. Terwijl de quarterlifers van nu zijn opgevoed met het idee dat ze dingen moeten uitproberen en alles kunnen bereiken wat ze willen, is er ineens nog maar weinig tijd en ruimte om dit daadwerkelijk te doen. Veel twintigers voelen daarom een enorme druk: ze kunnen niet zomaar nog een paar jaar aanklooiën. Deze verwachtingen spelen van buitenaf maar twintigers leggen ze vooral zichzelf op.

Bij deze verwachtingen en tijdsdruk spelen een aantal factoren een rol. Ten eerste is de tijdsbesteding van de peergroep belangrijk. Om te bepalen hoe succesvol ze zijn, vergelijken twintigers zich vooral met leeftijdsgenoten die het 'beter' doen. Vervolgens stellen ze dezelfde eisen aan zichzelf, wat positief kan werken. Hierbij bestaat echter ook de mogelijkheid dat ze irreële eisen aan zichzelf stellen en de lat te hoog leggen.

Ook sociale activiteiten spelen een rol, aangezien vrije tijd niet meer zo vrijblijvend is als vroeger (Kramer en Launspach, 2012). Door de toenemende sociale vrijheid om zelf te kiezen met wie je relaties aangaat, speelt het sociale leven van twintigers een steeds belangrijker rol in het vormen van hun identiteit. Daarbij zijn ze echter wel zelf verantwoordelijk voor het onderhouden van de contacten, wat sociale bezigheden kan laten voelen als verplichtingen

Naast de peergroep en sociale verplichtingen, zijn kansen op de arbeidsmarkt volgens Kramer en Launspach (2012) steeds belangrijker voor de manier waarop twintigers keuzes maken. Hierbij zijn de huidige economische crisis en bijbehorende druk grote factoren. In Europa is één op de vijf jongeren werkloos. Hiernaast hebben ongeveer twee miljoen jongeren zich uit de arbeidsmarkt teruggetrokken - bijvoorbeeld om langer te studeren - omdat het vinden van een baan lastig is (De Volkskrant, 2012). Bovendien blijkt uit onderzoek dat twintigers steeds vaker stage gaan lopen na hun studie om hun CV uit te breiden en zo meer kansen te hebben op de arbeidsmarkt (Akkersmans, 2011). Deze kansen op de arbeidsmarkt nemen twintigers mee in hun overwegingen en de keuzes die zij maken over hun tijdsbesteding (Kramer & Launspach, 2012).

Ten slotte spelen de verwachtingen die twintigers over zichzelf hebben volgens Kramer en Launspach (2012) de belangrijkste rol. Waar vroeger het belangrijkste was dat je voldeed aan verwachtingen van anderen willen twintigers van nu vooral aan hun eigen verwachtingen voldoen. Deze eigen verwachtingen zijn alleen vele malen hoger, en op verschillende levensgebieden tegelijkertijd, waarbij alles nú moet. Dit levert voor veel twintigers van nu een prestatiedruk op.

Concluderend kan gezegd worden dat de huidige maatschappij twintigers veel mogelijkheden biedt, omdat er meer opties zijn dan ooit tevoren. Tegelijkertijd zorgt dit voor een druk om succesvol te moeten zijn, en het liefst zo snel mogelijk. Dit botst bovendien met de huidige maatschappelijke en economische ontwikkelingen, waarbij het krijgen van een baan steeds moeilijker wordt. De huidige maatschappij creëert hiermee een competitieve tendens waardoor twintigers het gevoel hebben steeds meer te moeten doen. Daar komt nog bij dat twintigers veel van zichzelf verwachten: ze stellen hoge eisen en leggen de lat steeds hoger. Deze factoren tezamen kunnen een sterke invloed hebben op de tijdsbesteding van de huidige twintigers.

4. Profielen

Student A, Man, 23 jaar

Student A studeert Scheikunde en zit nu in het vierde jaar van zijn bachelor. Hij omschrijft zichzelf als “geen stereotype bètastudent”, omdat hij erg sociaal is. Student A zit in het bestuur van zijn zeilvereniging en doet hiernaast aan theater. Afgelopen tijd heeft hij zo’n elf uur per week aan een theaterstuk besteed, waar hij de PR voor doet en in meespeelt. Hiernaast volgt hij een minor van twaalf tot vijftien lesuren in de week. Hij onderneemt daarbij veel sociale activiteiten. Hij is tevreden met zijn huidige tijdsbesteding; zolang hij de controle houdt is het goed. Drukke is goed, maar zodra hij de controle verliest krijgt hij stress, wat niet goed is. Om dit weer in de hand te krijgen legt hij zichzelf een strak schema op.

Studententijd voor student A is de tijd van het begin van je studie tot je werkzame leven begint. Centraal staat de balans tussen leren en leuke dingen doen. De scheiding tussen studententijd, academia en de echte wereld is volgens student A niet zo scherp.

Ten opzichte van ‘de gemiddelde student’, voor zoverre hij deze kent, denk student A een iets bovengemiddelde tijdsbesteding te hebben.



Foto 1. Student A zit op een zaterdagavond, half 11 aan zijn studie.

Studente B, Vrouw, 23 jaar

Studente B zit nu in het vierde jaar van haar bachelor Politologie. Aangezien ze haar bachelor aan het afronden is, besteedt ze veel tijd aan haar studie. Momenteel volgt ze drie vakken tegelijkertijd, naast haar bachelorscriptie. Om deze 38 studiepunten in één semester te halen, spendeert ze ochtenden tot avonden in de UB, zo’n 30 à 40 uur in de week. Met haar bijbaan en andere nevenactiviteiten is ze gestopt omwille van haar studie. Studente B heeft moeite met plannen. Hierdoor verliest ze vaak het overzicht en is ze niet zo efficiënt als ze zou willen. Ze denkt dat dit –naast haar faalangst– de voornaamste reden is dat ze studievertraging heeft opgelopen. Haar sociale leven is erg belangrijk voor studente B. Daarnaast is ze naar eigen zeggen veel tijd kwijt aan onderweg zijn.

Studententijd is volgens studente B iets wat voor haarzelf lang geleden is, namelijk vaak bier drinken in de kroeg.

Ten opzichte van ‘de gemiddelde student’, denkt studente B dat zij lager zit dan het gemiddelde qua tijdsbesteding en dat anderen meer doen aan hun studie en nevenactiviteiten.



Foto 2. Studente B studeert vaak in de universiteitsbibliotheek.

Student C, Man, 24 jaar

Student C volgt een Research Master aan de Graduate School of Social Sciences. Naast zijn studie heeft hij drie bijbaantjes, speelt hij in drie voetbalteams en zit hij in twee commissies van zijn studievereniging. Zijn sociale leven is erg belangrijk voor student C; hij gaat ongeveer vier keer in de week uit met vrienden. Drukke vindt hij niet erg en student C zou geen van zijn activiteiten op willen geven. Zijn vaste tijdsbesteding (studie, werk, voetbal, commissies) ligt tussen de minimaal 64 en maximaal 85 uur per week. Om dit drukke schema vol te houden, is zijn strategie 'het gewoon doen'. Hij leeft niet zo doordacht om een schema of iets dergelijks te maken. Naar eigen zeggen is hij daarbij goed in combineren, en als het echt druk is, slaapt hij gewoon wat minder.

Studententijd voor student C is een chaotisch bestaan waarin je heel veel verschillende werkzaamheden en sociale dingen doet. Het is een proces naar volwassenheid.

Ten opzichte van 'de gemiddelde student', voornamelijk bachelorstudenten, denkt student C dat zijn tijdsbesteding waarschijnlijk iets chaotischer en drukker is, maar dat past ook bij zijn persoonlijkheid.



Foto 3. Student C combineert veel, hier studeert hij tijdens zijn werk als nachtportier.

Studente D, Vrouw, 24 jaar

Studente D heeft Italiaans gestudeerd en loopt nu zo'n 20 uur in de week stage en werkt daarnaast 15 uur. Ze studeert momenteel niet. Ze heeft een druk sociaal leven en denkt veel na over wat ze in de toekomst wil gaan doen met haar studie. Dit doet ze naar eigen zeggen "allemaal door elkaar, nooit gestructureerd en alles tegelijk". Studente D geeft aan haar tijd makkelijk in te kunnen delen, omdat ze doordeweeks de dagen doorbrengt op haar stage en werk. Het weekend brengt ze door met haar vriend. Haar tijdsindeling voelt echter vaak chaotisch aan; ze denkt dat dit komt door haar sociale activiteiten.

Voor studente D is haar studententijd pas zo'n anderhalf jaar geleden begonnen. Dit komt doordat ze sinds toen meer mensen kent en ontmoet, meer borrelt, zichzelf ontwikkelt en in aanraking komt met andere wereldbeelden. Kortom, zoals een studententijd volgens haar hoort te zijn.



Foto 4. Studente D loopt stage en werkt hiernaast.

Ten opzichte van 'de gemiddelde student', bijvoorbeeld haar vrienden, denkt studente D dat ze een "betere" tijdsbesteding heeft. Ze drinkt minder, gaat minder uit, ligt niet elk weekend brak in haar nest en is serieuzer met haar studie bezig. Wanneer ze een keer minder tijd heeft voor haar studie, komt dit doordat ze dan meer tijd besteedt aan haar werk.

Student E, Man, 23 jaar

Student E studeert Tandheelkunde en heeft zo'n 31 uur per week college. Hij gaat vaak naar concerten, gemiddeld twee per week. Aangezien hij een cineville-pas heeft, gaat hij ook vaak naar de film. Hij sport zo'n twee uur in de week en is graag met eten bezig. Student E is vaak op de markt te vinden en heeft laatst nog een recept van tien uur klaargeemaakt. Daarnaast gaat hij ook minimaal één keer per week naar een muziekwinkel om wat rond te kijken. Momenteel heeft hij geen bijbaan, maar is hier wel naar opzoek. Hij onderneemt veel met vrienden, maar vindt het ook fijn om soms alleen thuis te zitten. Student E ervaart nauwelijks drukte, behalve bij tentamens een beetje. Hij maakt af en toe lange dagen, maar vindt het een lekker gevoel om bezig te zijn.

Studententijd voor student E is de tijd waarin je studeert, zelfstandig leert te leven, volwassen wordt en leert hoe je met anderen moet omgaan.

Ten opzichte van 'de gemiddelde student', denkt student E exact deze te zijn qua tijdsbesteding. Hij is namelijk niet gestrest, maar ook niet lui.



Foto 5. Student D gaat minimaal eenmaal per week naar een platenzaak om rond te kijken.

5. De grens tussen rustig, druk en stress

De geïnterviewde studenten hebben allen een drukke tijdsbesteding. Naast studie of stage hebben ze bijna allemaal een bijbaan en ondernemen ze verschillende sociale activiteiten per week, zoals uitgaan met vrienden, concertbezoeken en het beoefenen van hobby's. Uit het studentenonderzoek van het NIBUD (2012) blijkt dat 78 procent van de studenten tijd besteedt aan sporten en hobby's, gemiddeld wordt hier acht uur per week aan besteed. Daarnaast heeft 69 procent van de studenten een bijbaan die gemiddeld twaalf uur in de week kost. Studeren kost studenten gemiddeld iets meer dan dertig uur in de week. In tabel 1 staat het percentage van studenten dat tijd besteedt aan een bepaalde activiteit. In tabel 2 staat het aantal uren dat studenten gemiddeld per week besteden aan een activiteit. Opvalt dat studenten in 2012 ongeveer evenveel tijd besteden aan een bijbaan als aan hobby's en uitgaan gecombineerd. De student die al deze activiteiten zou ondernemen, is dus gemiddeld eenennegentig uur per week ' bezig'. Dit is exclusief andere activiteiten zoals slapen, douchen en eten.

	Totaal %
Studeren/werken aan opdrachten/leren	93
Volgen van werkcolleges/lessen op school	84
Sporten/hobby's	78
Werken/bijbaan	69
Uitgaan	54
Stage lopen	24
Studenten- en/of studievereniging	24

Tabel 1: Percentage studenten dat tijd besteed aan een activiteit (NIBUD, 2012)

Totaal
in uren

Studeren/werken aan opdrachten/leren	16
Volgen van werkcolleges/lessen op school	15
Sporten/hobby's	8
Werken/bijbaan	12
Uitgaan	7
Stage lopen	24
Studenten- en/of studievereniging	9

Tabel 2: Aantal uren dat studenten gemiddeld per week besteden aan activiteiten (exclusief o) (NIBUD, 2012)

Ook de agenda's van de geïnterviewde studenten stonden vaak vol. "Drukke is goed, stress is niet goed." Deze uitspraak van studente B is vrij representatief voor de geïnterviewde studenten. De meesten geven aan het niet erg te vinden om druk te zijn. Studente B en studente D stellen ook dat ze onder druk juist beter kunnen presteren. Dit sluit aan bij de hiervoor genoemde Wet van Parkinson, waarin wordt gesteld dat werk zich uitbreidt tot de tijd die ervoor beschikbaar is. Oftewel, wanneer je het druk hebt, kun je minder tijd besteden aan een taak en zul je deze dus ook sneller afmaken. Wanneer je weinig te doen hebt, zal je echter meer tijd besteden aan dezelfde taak. Dit leidt dus tot (het gevoel) dat je productiever werkt wanneer je het druk hebt.

Wanneer deze drukte overgaat in stress is het echter niet meer goed. Student A gaf aan dat hij deze overgang kon zien aan het aantal avonden dat hij thuis eet. Wanneer hij minder dan vijf keer in de week thuis eet, kan hij niet meer zelf in de hand houden waar hij eet en heeft hij stress. Verlies van overzicht of controle, zoveel moeten doen dat je van de ene naar de andere taak moet rennen, wordt ervaren als stress.

Dit fenomeen kwam terug bij veel geïnteresseerde studenten. Ook Kramer en Launspach (2012) stellen dat juist wanneer je het overzicht verliest, je het te druk hebt. Om deze reden zweren zij allebei nog bij een papieren agenda. Vier van de vijf geïnterviewde studenten hadden inderdaad een papieren agenda, alleen student E niet. Opvallend genoeg is hij één van de studenten die het juist minder druk heeft en zich minder snel gestrest voelt.

Multitasken kan bijdragen aan dit gevoel van drukte en stress. Zowel student A als B en D gaven aan dat dit ervoor zorgt dat je minder productief werkt, of dat je in je hoofd continu bezig blijft met wat je nog meer moet doen. Ook uit de focusgroep bleek dat voor studenten veel activiteiten tegelijkertijd ondernemen stressverhogend werkt. Door veel tegelijk te doen, verlies je focus en concentratie. Uiteindelijk zorgt dit ervoor dat je minder gedaan krijgt. Echter, bij student C werkt multitasken juist positief en stressverlagend. Hij combineert zijn activiteiten om zijn drukke tijdsbesteding vol te houden, zo studeert hij wanneer hij aan het werk is als nachtbewaker.

In relatie tot het overzicht verliezen en multitasken, is voor veel studenten moeite hebben met het plannen van hun activiteiten een belangrijke oorzaak van stress. Dit kwam duidelijk naar voren uit de focusgroep, waarin onder andere gesteld werd dat plannings vaak niet overeenkomen met de werkelijkheid, wat drukte erger maakt en stressverhogend werkt. Niet alle studenten hadden echter behoefte aan beter leren plannen, omdat het bijvoorbeeld sociale activiteiten een stuk minder leuk maakt en als verplichting laat aanvoelen.

Voor veel studenten is ook het heen- en weerreizen naar verschillende locaties iets wat drukte- en stressverhogend

werkt. Wanneer je veel verschillende dingen moet doen en hiervoor op veel verschillende plekken moet zijn, maakt dit het gevoel van drukte groter. Alle geïnterviewden hebben dan ook foto's gemaakt terwijl ze aan het reizen waren.



Foto 6. Studente B bij een stoplicht



Foto 7. Student E met de trein



Foto 8. Student E op de fiets



Foto 9. Student E in de Damstraat

De laatste factor die mogelijk stressverhogend werkt, is wat studente D “zelfopgelegde stress” noemt. Hiermee bedoelt zij dat ze veel van zichzelf moet en zichzelf allerlei dingen oplegt, zonder dat anderen dit van haar verwachten. Behalve student E gaven alle geïnterviewde studenten aan dat zij veel van zichzelf moeten. Hiermee kunnen zij hun leven drukker en stressvoller maken.

Concluderend is de grens tussen rustig, normaal, druk en te druk per student verschillend. Het betreft hier een subjectieve grens die door iedereen anders ervaren wordt. Veel studenten vinden het echter niet erg om het druk te hebben. Zij hebben het gevoel dat ze hierdoor beter kunnen presteren of vinden het gewoon fijn om veel om handen te hebben. Er zit echter wel een duidelijke bovengrens aan, wanneer drukte overgaat in stress wordt het namelijk niet meer als positief ervaren. Ook deze overgang is zeer persoonlijk. De meeste studenten gaven echter aan stress te ervaren wanneer zij het overzicht en de controle verliezen, doordat ze te veel tegelijkertijd moeten doen of veel onderweg zijn.

6. Problemen ten aanzien van tijdsbesteding

Drukke wordt door veel geïnterviewde studenten niet direct gezien als een ballast. Echter, zoals in de inleiding al werd aangegeven, kan niet goed omgaan met drukke vergaande gevolgen hebben. Uit een studentengezondheidsonderzoek blijkt dat het ervaren van gezondheidsklachten samenhangt met de ervaren studievertraging van studenten (UVA & HvA, 2011). Daarnaast stelt de Landelijke Studenten Vakbond in hun onderzoek 'Psychische klachten onder studenten' (2013) dat 49 procent van de studenten psychische klachten heeft of heeft gehad. Uit dit onderzoek blijkt dat stress en vermoeidheid, naast depressie, de meest gerapporteerde klachten zijn. Genoemde oorzaken voor deze klachten zijn studiedruk, prestatiedruk, te veel activiteiten naast de studie, financiële druk en hoge verwachtingen van zichzelf. Hiernaast wordt de combinatie van studie, werk, cv-builden en een sociaal leven als stressvol ervaren.

Drukke hoeft dus niet per se negatief te zijn, er treden pas nadelige effecten op wanneer deze drukke overslaat in stress. Zoals studente B verwoordde: "Drukke is goed, stress is niet goed,".

Student A merkt dat zijn studie eronder lijdt als de druk overgaat in stress. Hij maakt dan dubbele afspraken en slaapt minder goed. Hij maakt hier een duidelijk onderscheid tussen gewone vermoeidheid en vermoeidheid als gevolg van stress. Gewone vermoeidheid vindt student A onderdeel van een goed levensritme, wat voor hem betekent dat hij het druk heeft en vier uur in de nacht slaapt. Bij vermoeidheid door stress echter, blijft hij nadenken en piekeren wanneer hij in bed ligt. Hij merkt fysiek weinig van de vermoeidheid,

maar geestelijk wel. Zijn gemoedstoestand en concentratievermogen lijden eronder en daardoor ook zijn studie.

Voor studente B is studiedrukke wanneer je informatie hebt over wat af moet zijn, maar dat nog niet behapbaar hebt gemaakt. "Een beetje druk houdt je scherp, maar stress zorgt voor slecht slapen, een continu gevoel van spanning en concentratieproblemen." Gelukkig heeft ze dit dan weer niet heel vaak. Het druk-zijn-gevoel zelf is wat haar betreft ook een wisselend gevoel: soms is het positief, soms is het negatief. Dit oordeel hangt volgens haar sterk af van psychische oorzaken en niet zozeer alleen maar de activiteiten die iemand doet.

Te druk heeft student C het bijna nooit; dan slaapt hij gewoon wat minder. Een schema of iets dergelijks maakt hij nauwelijks, zijn strategie is "het gewoon doen". Er blijken echter wel een aantal nadelige effecten te zijn vanwege zijn drukke tijdsbesteding. Zo vindt hij het jammer dat hij bij sommige dingen niet aanwezig kan zijn. Hij zou beter prioriteiten willen kunnen stellen zodat hij geen voetbaltraining of feestjes meer mist en hogere cijfers haalt. Hieruit blijken enigszins de hoge verwachtingen die student C van zichzelf heeft. Ten tweede heeft hij nu vaak geen tijd voor langetermijnplanning, deze schuift hij vaak naar de achtergrond. Ten slotte zou hij het fijn vinden om eens een week echt rust te hebben en niks te doen. Door Kerstmis en een uitgebreid Oud en Nieuw heeft hij daarna wel echt moeten doorwerken om alles in te halen. Hij heeft hierdoor sinds maart niet echt vakantie gehad, behalve een sporadische rustdag als het echt niet anders kon omdat hij een te erge kater had. Maar voor de rest kan hij niet zo goed tegen stilzitten en vindt hij zijn drukke patroon juist wel fijn.

Voor studente D is het grootste nadeel van drukke dat ze

gespannener is en minder aardig over komt. Bovendien is ze, wanneer ze het druk heeft, altijd met meerdere dingen tegelijk bezig. De stress zorgt er dan voor dat ze haar aandacht niet ten volle heeft bij datgene waar ze op dat moment eigenlijk mee bezig zou moeten zijn. Door de manier waarop student D haar tijd besteedt, heeft ze bovendien vaak last van vermoeidheid.

Student E is vaak druk bezig maar ervaart hier geen problemen mee, alleen bij tentamens een beetje. Hij vindt dat hij lange dagen maakt, maar “vindt het een lekker gevoel om bezig te zijn”. Wel vertelt hij dat juist anderen soms nadelige effecten ervaren door zijn tijdsplanning. Doordat hij vaak onduidelijk houdt of hij bij sociale activiteiten aanwezig zal zijn, is het voor anderen moeilijk om op hem te kunnen rekenen.

Om te zorgen dat de nadelige effecten verdwijnen, hebben studenten verschillende tactieken. Zo zorgt student A voor een strak ritme met elke nacht slechts vier uur slaap, maar wel op vaste tijden. Daarnaast lost hij de stress op door zich gewoon tot zijn taak te zetten en dat gaat dan meestal goed. Studente B geeft aan dat wanneer ze een planning maakt de activiteiten overzichtelijker zijn en dat het dan beter gaat. Student C geeft aan dat het combineren van activiteiten ervoor zorgt dat hij zijn drukke tijdschema goed volhoudt.

7. Rol van verschillende factoren

In dit hoofdstuk wordt bekeken welke rol verschillende factoren spelen in de tijdsbesteding van studenten. Deze factoren hebben wij mede gekozen aan de hand van het boek van Kramer en Launspach (2012).

Tijdsbesteding peergroup

Zoals blijkt uit het artikel van studentepsycholoog Pien Wijn in het Folia Magazine van maart 2012 (nr. 25), moeten studenten veel van zichzelf. Zowel de vijf geïnterviewde studenten als de focusgroep hadden ook hoge verwachtingen van zichzelf. Eén van de mogelijke verklaringen waarom studenten veel activiteiten naast elkaar doen, is het zogeheten “peergroup-mechanisme”, waarin studenten zich veel met andere leeftijdsgenoten zouden vergelijken. De huidige generatie studenten “hebben een sterke band met hun leeftijdsgenoten en staan altijd met hen in contact” (Kramer & Launspach, 2012: 29). Daarnaast stellen Kramer & Launspach dat de invloed van peers, of leeftijdsgenoten – vrienden, vriendinnen, of anderen –, op de huidige generatie tussen de twintig en dertig jaar oud groter is geworden dan de invloed van de ouders. Studenten vergelijken zich, zo stellen de auteurs in het interview, via internet (en met name sociale media) regelmatig met anderen die het ‘beter’ doen: studenten die wel de ‘juiste keuzes’ hebben gemaakt uit het grote scala aan (keuze)mogelijkheden die zij hebben. De gedachte dat het onder studenten ‘normaal’ is veel tegelijkertijd te doen, kan er daardoor, al dan niet in combinatie met het willen uitstellen van het maken van moeilijke keuzes, aan bijdragen dat een student zelf ook meer gaat doen. Dit kan goed uitpakken, maar voor studenten die naar hun gevoel niet kunnen meedoen kan dit ook juist bijzonder negatieve gevolgen hebben.

De reacties van de geïnterviewden laten zien dat sommigen zich wel sterk met leeftijdsgenoten vergelijken, terwijl anderen aangeven zich zeer beperkt of op slechts een paar bepaalde punten met anderen vergelijken. Wat duidelijk naar voren komt is dat eigen de verwachtingen van de student over zichzelf hierbij een grotere rol spelen dan de verwachtingen van anderen, zoals familie en vrienden. Wat bovendien opvalt is dat het antwoord dat de studenten op de vraag of zij zich vergelijken met anderen geven enigszins samen lijkt te hangen met het type studie dat zij doen (en de bijbehorende mogelijkheden op de arbeidsmarkt). Studenten die zich het meeste vergelijken met studie- en leeftijdsgenoten maken zich ook het meeste zorgen over de arbeidsmarkt.

Studente B ervaart veel druk om ervaring op te doen en aan haar CV te werken. Al haar studiegenoten doen dit namelijk. Daarnaast geeft zij aan dat het onder studenten steeds vanzelfsprekender lijkt om veel dingen tegelijkertijd te doen. Ze heeft sterk het gevoel dat anderen meer doen dan zichzelf. Opvallend is dat studente B tijdens het studeren regelmatig op Facebook te vinden is om te kijken wat anderen aan het doen zijn. Ze was de enige van de vijf die een foto heeft gemaakt van Facebook (zie foto 10). Volgens Launspach en Kramer spiegelen studenten zich via social media voornamelijk met mensen die het ‘beter’ zouden doen.

Ook studente D spiegelt zich naar eigen zeggen continu aan leeftijdsgenoten. Zij geeft, net als de auteurs van ‘Quarterlife’, aan dat dat niet per se slecht hoeft te zijn, aangezien je ook van anderen kunt leren. Daarnaast zegt ze dat ze continu aan zichzelf twijfelt, waardoor ze zich met anderen gaat vergelijken. Zo vraagt ze zichzelf wel eens af: “Zou ik dat moeten doen, als een ander dat ook doet?” Daarbij doelt ze bijvoorbeeld op een bestuursjaar, omdat veel mensen dit doen en het goed staat op je CV. Al met al is zij ook erg ont-

vankelijk voor de prikkels van anderen.

Student C geeft aan dat hij zichzelf nauwelijks met anderen vergelijkt. Hij vindt het belangrijk op te merken dat iedereen vooral moet doen wat hij of zij zelf wil en leuk vindt, net zoals hij doet, en niet omdat anderen dat ook doen. En dat je, wanneer je ergens mee begint, het ook goed afmaakt. Hij merkt wel dat anderen hem af en toe hoog aanschrijven door zijn tijdsbesteding, maar zegt daarbij dat hij dit een beetje onzin vindt. Als hij een vergelijking maakt met leeftijdsgenoten, denkt hij wel iets drukker (en chaotischer) te zijn.

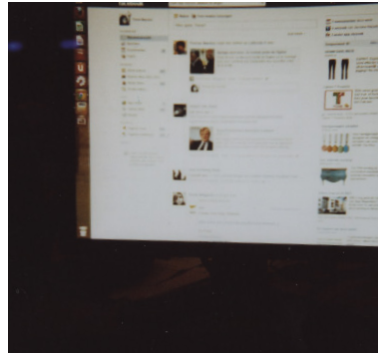


Foto 10. Studente B is de enige van de vijf die een foto van Facebook heeft gemaakt

Student E vergelijkt zich sowieso niet met anderen wat betreft tijdsbesteding. Wel ziet hij dat veel medestudenten de kantjes ervan aflopen, terwijl hijzelf juist precies te werk wil gaan. Maar ook hijzelf stelt zijn studie wel eens wat uit. Overigens geeft hij aan dat er onder medestudenten nauwelijks druk is om activiteiten naast de studie te gaan doen: “Het is duidelijk wat je wordt: tandarts. Daarbij heb je dan wel betere en slechtere, maar iedereen wordt hetzelfde.” Wat dat betreft valt er dan ook weinig te vergelijken met studiegenoten. Keuzes maken in de activiteiten die je doet zijn bij de studie die deze student doet per definitie dus ‘minder belangrijk’.

Student A stelt ook dat er weinig te vergelijken valt, aangezien zijn studiegenoten vrij weinig naast hun (bèta-)studie doen. Wat hij hen na moet geven is dat zij wel een goede continuïteit hebben in hun tijdsbesteding, iets wat hij graag ook iets meer zou willen hebben. Vrienden doen wel veel,

maar daar vergelijkt hij zich naar eigen zeggen niet mee. Wat betreft de rest van zijn leeftijdsgenoten denkt hij dat hij iets meer dan gemiddeld doet, “in zoverre ik daarvan een beeld kan hebben en ik de gemiddelde student ken.” Daarnaast stelt hij: “mijn vrienden en ik hebben van huis uit geen hoge verwachtingen meegekregen, maar grote mogelijkheden. Daardoor leg je jezelf hoge verwachtingen op.” Dit laatste sluit goed aan bij de theorie van Kramer & Launspach, dat door maatschappelijke ontwikkelingen zoals de toename van individuele vrijheden en mogelijkheden, studenten sterk het idee hebben dat ze hier ook echt iets mee moeten doen.

Sociale activiteiten

De studententijd is voor veel studenten een periode waarin een nieuwe sociale wereld opengaat. Amsterdam kent vele verenigingen die naast nuttige (commissie)ervaringen ook een groot sociaal component hebben. Volgens Kramer en Launspach (2012) is vrije tijd niet meer zo vrijblijvend als vroeger. Zij verwachten dat sociale verplichtingen een rol spelen in het gevoel van drukte van studenten. Door de toenemende sociale vrijheid in het zelf kiezen met wie je relaties aangaat, speelt het sociale leven van twintigers een steeds belangrijkere rol in het vormen van hun identiteit.

Vroeger, voor de tijd van de babyboomers, waren deze relaties gegeven via vaste clubs, de kerk of burens. Met wel honderd namen in de mobiele telefoon is het tegenwoordig aan jou om te kiezen bij wie jij je aansluit. Als twintiger ben je volgens Kramer en Launspach de manager van je relaties en zelf verantwoordelijk voor het onderhouden van je contacten. Als dit mislukt is het dus ook jouw schuld. De huidige sociale vrijheid zorgt ervoor dat sociale bezigheden soms als verplichting worden gezien. Sommige respondenten bleken inderdaad ambigue ten opzichte van ‘sociale ver-

plichtingen' en het afspreken met kennissen en vrienden. Hoewel dit vaak ervaren wordt als ontspanning draagt het tegelijkertijd bij aan een gevoel van drukte. Bij studenten A, B, C en D draagt hun sociale leven inderdaad bij aan een gevoel van drukte. Student E geeft aan zich eigenlijk alleen druk te voelen wanneer er tentamens aankomen. Opvallend is dat bijna alle studenten, maar met name studenten B, C en D, aangeven energie te krijgen uit (emotionele) omgang met mensen. Student E krijgt echter juist energie door soms tijd alleen door te brengen. Student A is hierop een gehele uitzondering, die geniet van het afstrepen van activiteiten op zijn to-do lists. Het begrip 'fear of missing out' - het idee dat je bang bent om iets enorm belangrijks te hebben gemist als je net dat ene feestje, reisje of evenement overgeslagen hebt – speelt voornamelijk bij studenten A en C een grote rol.

Soms nemen sociale verplichtingen de overhand op de planning, zoals bij student A. Hoewel bij hem sociale contacten niet als een verplichting voelen, is hij wel bang om iets te missen als hij ergens niet heengaat. Hij voelt voornamelijk een verantwoording naar zichzelf om op alle leuke feestjes aanwezig te zijn. Sociale activiteiten gaan voor student A boven studiereelateerde activiteiten, waardoor hij af en toe tijdens college in slaap valt. Zijn sociale activiteiten komen nu in golven. Graag zou hij hier meer continuïteit in aanbrengen, maar hij geeft aan de discipline hiervoor waarschijnlijk niet te hebben.

Sociale verplichtingen dragen zeker ook voor student C bij aan een gevoel van drukte. Het wisselt of hij zijn sociale leven ervaart als drukte of ontspanning. Hij vindt zijn vrienden erg belangrijk en hecht veel waarde aan zijn sociale leven: 'wel meer dan andere studenten denk ik'. Hij gaat ongeveer vier keer per week uit met zijn vrienden. Zelf verklaart hij dit

doordat hij misschien een minder goede band met zijn familie heeft dan andere mensen. Als hij een paar avonden niet mee gaat drinken (als hij bijvoorbeeld een deadline voor een paper heeft), heeft hij zeker het idee iets te missen. De fear of missing out is erg herkenbaar bevestigt hij lachend. Zijn vrienden zijn ook de reden dat hij tot op reden niet in het buitenland gestudeerd heeft. Voetbal is bijvoorbeeld ook gezellig en na de wedstrijd gaat hij vaak met zijn team een biertje doen. Bovendien voetbalt hij buiten Amsterdam en combineert hij dit met een bezoek aan zijn moeder.

Voor studente D draagt ook het gevoel dat je je vrienden moet zien bij aan een gevoel van drukte. Een fear of missing out speelt bij haar echter geen grote rol. Veel goede vrienden kan ze ook rustig een maand niet zien, als ze echt geen tijd heeft. Dit kun je niet te vaak doen, want vriendschappen moet je wel onderhouden. Op dit moment heeft studente D veel contact met haar moeder. Hoewel studente D dit zelf ook wel wil, kost het haar vrij veel tijd en energie en maakt het haar leven soms drukker. Daarnaast zijn sommige vrienden "sociale projectjes" wanneer het niet zo goed met ze gaat, daar moet ze dan ook extra tijd in steken. Borrels en vergelijkbare activiteiten voelen echter niet als verplichtingen.

Studente B ervaart dat afspreken met haar familie minder bijdraagt aan extra drukte dan afspreken met vrienden. Haar familie verwacht namelijk niet dat ze tijd met hen doorbrengt wanneer ze eigenlijk andere dingen moet doen. Bij haar vrienden ligt dit voor haar gevoel echter anders. Voornamelijk wanneer ze al afspraken heeft gemaakt zegt ze deze liever niet af. Sociale verplichtingen dragen op die manier bij aan drukte.

Student E geeft als enige van de vijf aan dat sociale activiteiten nooit bijdragen aan een gevoel van drukte. Hij zegt gerust “weet ik nog niet” wanneer vrienden hem ergens voor uitnodigen. Dit geeft hem zelf veel rust maar is irritant voor anderen. Daarbij heeft hij dit gevoel van sociale ‘verplichting’ juist andersom dan studente B ten aanzien van zijn familie en vrienden. Met vrienden gaat het afspreken een beetje automatisch. Wel voelt hij druk van zijn ouders om soms naar huis te komen.

Kortom: sociale activiteiten spelen een grote rol in de tijdsbesteding van alle vijf studenten. Voor sommigen speelt de fear of missing out een grote rol, anderen voelen zich vooral verplicht om vriendschappen te onderhouden of gemaakte afspraken na te komen. Duidelijk is dat vrije tijd in elk geval niet louter als ontspanning gezien wordt. Er moet actief aan een sociaal leven gewerkt worden, wat een gevoel van drukte kan veroorzaken. Hiernaast kan het veel energie kosten. Het fysieke afspreken maar ook de inbreng kan vermoeiend zijn. Studente D gaf hier een oplossing hiervoor. In plaats van het fysieke afspreken met mensen houdt ze enorm van series. Op deze manier verwerkt ze emoties van anderen en zichzelf, zonder hier iets voor te hoeven doen. Studenten B en C gaven hierbij aan dat hoewel het bijdroeg aan hun gevoel van drukte, ze juist ook energie haalden uit de mensen om zich heen. Vrienden en familie worden dus niet alleen nog maar als verplichting gezien.



Foto 11. Tijdens een bezoek aan zijn ouders fotografeerde student E de kat

Maatschappelijke verwachtingen

Dat een student onder invloed van maatschappelijke verwachtingen meer activiteiten gaat doen, biedt nog een andere mogelijke verklaring. Het valt lastig te ontkennen dat er tegenwoordig andere (en meer) dingen worden verwacht van studenten dan twintig, of zelfs tien jaar geleden. In het interview stelden de schrijvers van ‘Quarterlife’ dat er weliswaar meer mogelijkheden zijn voor studenten tegenwoordig, maar dat de tijd die vanuit de maatschappij nodig is om een keuze te kunnen maken en te ontwikkelen, ontbreekt. Terwijl de quarterlifers van nu zijn opgevoed met het idee dat ze dingen moeten uitproberen, is er ineens nog maar weinig tijd en ruimte om dit daadwerkelijk te doen. Veel twintigers voelen daarom een enorme druk: ze kunnen niet zomaar nog een paar jaar aanklooiën. Deze verwachtingen spelen van buitenaf, maar twintigers leggen ze vooral zichzelf op. Op de vraag in hoeverre maatschappelijke verwachtingen een rol spelen in de tijdsbesteding, antwoorden de geïnterviewden verschillend. Wel is duidelijk dat, als maatschappelijke verwachtingen een rol spelen in de tijdsbesteding, dit voornamelijk betrekking heeft op de studieactiviteiten van studenten. Bij sommige studenten speelt de druk vanuit de maatschappij om ‘op te schieten’ expliciet een grote rol om daadwerkelijk op te schieten, maar belangrijker is dat studenten van zichzelf al wensen en verwachten dat ze opschieten.

Bij studente B spelen (maatschappelijke) verwachtingen een grote rol. Ze merkt op dat ze later is gaan studeren, terwijl de maatschappij tegenwoordig van studenten verwacht dat ze zo snel mogelijk afstuderen. De voorgestelde langstudeerboete maakte voor haar duidelijk dat er vanuit de maatschappij tegenwoordig grote verwachtingen worden opgelegd aan studenten, verwachtingen die zij zelf ook voelt. Daarnaast merkt ze op dat het debat en de beeldvorming

over studenten ook door studenten zelf is geïnternaliseerd, namelijk dat studenten ook zelf zo snel mogelijk af willen studeren. Deze wens is logisch omdat de maatschappij dit ook van je verwacht. Studente D stelt dat wat de maatschappij vindt van wat je hebt gedaan op zich wel belangrijk is, maar dat de druk om iets meer te doen voornamelijk uit jezelf komt, waarna je dit spiegelt aan de maatschappij. Ze wil (simpelweg) zelf graag iets leuks doen of bereiken in haar leven.

Student C antwoordt: “maar ik vind het gewoon leuk wat ik doe”. Maatschappelijke verwachtingen spelen volgens hem dan ook totaal geen rol. Hij werkt veel omdat hij veel geld uitgeeft. Hij gaat veel uit omdat hij zijn sociale leven erg belangrijk vindt, hij voetbalt en doet een research-master omdat hij het leuk vindt. Student E voelt eveneens geen enkele maatschappelijke druk om meer activiteiten te gaan doen of zijn tijdsbesteding aan te passen. Dit komt volgens hem wederom doordat hij een studie doet waarbij iedereen later hetzelfde beroep gaat uitoefenen. Wel verwacht hij van zichzelf dat hij binnen een paar jaar afstudeert.

Student A ervaart eveneens geen druk om zijn tijd anders in te delen door de zogenaamde maatschappelijke verwachtingen die aan hem gesteld zouden worden. Hij vindt namelijk dat (redelijk) snel afstuderen en activiteiten doen een verantwoordelijkheid is die hij naar zichzelf heeft. Hij vindt het simpelweg zonde om zijn tijd te verdoen. Hij vindt veel dingen leuk om uit te proberen en kan daarbij moeilijk nee zeggen. Dat hij de druk uit de maatschappij niet zo ervaart, relateert hij aan het ‘Bêta-dedain’: bêta’s zijn zeer gewild vanuit de maatschappij en zij weten dit ook. Dat betekent wel dat er verwachtingen zijn vanuit de maatschappij naar scheikundestudenten, namelijk dat je als onderzoekend individu in de maatschappij zal staan. Wat hij later wordt is

dan weer niet zo duidelijk. Wel zegt hij dat hij niet beantwoordt aan het maatschappelijk stereotype beeld van scheikundestudenten als zijnde sociaal apathisch.

Kansen op arbeidsmarkt

De meest recente cijfers van het CBS laten geen rooskleurig beeld zien voor jongeren die de arbeidsmarkt betreden. In januari 2013 bedroeg de jeugdwerkloosheid 15 procent, dubbel zoveel als de werkloosheid van de gemiddelde beroepsbevolking. “In tijden van economische crisis worden jongeren doorgaans het eerst getroffen” aldus het CBS. Hiernaast hebben nog ongeveer 2 miljoen jongeren zich uit de arbeidsmarkt teruggetrokken - bijvoorbeeld om langer te studeren - omdat het vinden van een baan zo lastig is (De Volkskrant, 2012). Naast langer studeren lopen afgestudeerde twintigers steeds vaker stage om hun CV uit te breiden en zo meer kansen te hebben op de arbeidsmarkt (Akkersmans, 2011). Deze recente cijfers doen denken aan de economische crisis in de jaren tachtig, toen de jeugdwerkloosheid opliep tot maar liefst 17,3 procent; slechts 2,3 procent hoger dan de huidige cijfers. Er werd toen gesproken over de ‘verloren generatie’: een generatie van pas afgestudeerden die terecht kwamen op een krappe arbeidsmarkt en veel moeite hadden met het vinden van werk. Gaan studenten door deze conjuncturen tijdens de huidige economische crisis bewuster om met hun studie en tijdsbesteding? Spelen kansen op de arbeidsmarkt een rol in de tijdsbesteding van de geïnterviewden?

De reacties lopen uiteen. Studenten A, C en E gaven aan dat kansen op de arbeidsmarkt niet van invloed waren op hun tijdsbesteding. Studentes B en D gaven echter aan dat deze kansen wel van grote invloed waren voor hen. Er is daarbij natuurlijk een mogelijkheid dat deze kansen een onbewuste rol spelen. Kansen op de arbeidsmarkt zijn volgens Kramer

en Launspach steeds belangrijker voor de manier waarop twintigers keuzes maken. De manier waarop je als twintiger van nu denkt is volgens hen bepalend of je 'het' aankan. Wanneer je doelstellingen te hoog zijn kan je alleen maar teleurgesteld raken. Wat Kramer en Launspach daarbij zorgen baart is dat veel twintigers van nu het idee hebben zich te moeten onderscheiden van collega-studenten. Als je met honderd mensen reageert op een vacature gaat er natuurlijk echte competitie ontstaan. Ze vrezen voor een nog ergere verharding van de samenleving, terwijl twintigers van nu al rasechte individualisten zijn. De meeste twintigers staan sociaaleconomisch gezien niet sterk. Voor velen is een onbetaalde stage lopen de enige optie. Aik en Thijs vragen zich wel af: is er nog enige solidariteit bij twintigers en studenten?

Daarbij onderkennen ze wel dat als jij als enige twintiger rustiger aan doet en de rest doorrent, dat misschien ook niet werkt. Kramer en Launspach willen zich hun dit boek dus eigenlijk verzetten tegen de 'ren je rot'-tendens. Ze hopen hiermee te voorkomen dat – vooral nu er een krappe arbeidsmarkt is – iedereen denkt nog ambitieuzer te moeten worden. Hoe zit dat dan met de geïnterviewde studenten? Vinden zij dat er actief aan hun CV moet worden gewerkt? Studenten A, C en E zijn hier niet actief mee bezig, studenten B en D wel. Opvallend is dat de eerste groep uit mannen bestaat en de tweede uit vrouwen. Dit verschil kan echter ook te maken hebben met het type studie of duidelijk toekomstbeeld.

Alle vijf noemen de studenten zichzelf in meer of mindere mate ambitieus. Een uitzondering hierop is student C die op de vraag of hij ambitieus was antwoordde: "Nee. Tenminste niet heel erg". Studente B denkt dat haar hoge ambities en verwachtingen leiden tot teleurstellingen. Ze wil veel maar

handelt er niet altijd naar, mede door haar faalangst. Studente B doet erg denken aan Kramer en Launspach die stellen dat je verwachtingen als student bepalend zijn voor of je 'het' aankan. Haar verwachtingen zijn erg hoog waardoor ze vaak teleurgesteld raakt. Of de studenten nog ambitieuzer worden door de economische crisis, blijkt niet perse uit dit onderzoek.

Student E geeft aan geen rekening te houden met de arbeidsmarkt in zijn tijdsbesteding. Wanneer hij iets doet, wil hij het goed doen maar hij doet er niet extreem veel voor. Zijn eigen verklaring hiervoor is dat hij een opleiding volgt tot tandarts; hoe sterk een crisis ook zal zijn, tandartsen blijven altijd nodig. Omdat het duidelijk is waar hij voor wordt opgeleid maakt student E zich geen zorgen over zijn CV of kansen op een baan.

Als bèta-student is student A ook niet erg ongerust over zijn arbeidsperspectief. Zijn vele activiteiten (theater, bestuur bij zeilvereniging) ziet hij niet als CV-building. Het feit dat hij zo actief is koppelt hij niet aan enige kans op de arbeidsmarkt. Zijn activiteiten relateert hij meer aan persoonlijke interesse, met het opbouwen van een CV is hij nog niet zo zeer bezig.

Student C geeft aan dat de meest irrelevante factor voor zijn tijdsbesteding wel zijn kansen op de arbeidsmarkt zijn. Zijn tijdsbesteding is niet veranderd door de economische crisis. Hij heeft het nu zeker drukker dan vorig jaar maar alleen omdat zijn master meer tijd kost dan zijn bachelor. Zijn nevenactiviteiten wilde hij hiervoor niet op een lager pitje zetten. CV-builden is geen woord dat in student C zijn vocabulaire voorkomt. Ondanks dat hij zeker gelooft in een algemene invloed van de economische crisis, denkt hij dat je wel gewoon aan een baan kan komen. Hiernaast heeft hij geen

ambities voor een topfunctie of een baan in de wetenschap maar denkt erover om zelf een onderneming te starten.

Voor studenten B en D spelen de kansen op de arbeidsmarkt daarentegen wel een grote rol in hun tijdsbesteding. De krappe arbeidsmarkt is voor studente B zeker een factor in haar gevoel (constant) druk te zijn. Het ene moment maakt ze zich erg druk over haar toekomstbeeld en waar ze terecht gaat komen. Het andere moment is dat gevoel weg en is ze ervan overtuigd dat ze weet wie ze is en dat ze vast wel goed terecht komt. Studente B maakt zich vooral zorgen over wat ze na haar studie politicologie kan gaan doen en daadwerkelijk zal gaan doen. De activiteiten die ze naast haar studie ondernam (bijbaan en vrijwilligerswerk) waren naast een goede manier om ervaring te verkrijgen goed om op haar CV te kunnen vermelden.

Ook studente D zegt aan CV-building te doen: “Maar tegenwoordig kan het ook bijna niet meer anders?” Hoe leg je bijvoorbeeld straks een gat in je CV uit aan toekomstige werkgevers? Studente D doet een talenstudie en maakt zich weleens zorgen over waar ze hiermee uiteindelijk terecht zal komen. Aan de andere kant heeft ze tot noch toe nooit gemerkt dat potentiële werkgevers door deze studie werden afgeschrikt. Ze denkt er echter wel over na om volgend jaar misschien een bestuursjaar te gaan doen, mede als goede aanvulling op haar CV. Ook doet ze momenteel bepaalde activiteiten om aan haar CV en toekomst te werken. Zo loopt ze momenteel een stage die niet heel erg goed bevalt. Studente D voelt een sterkere druk vanuit de arbeidsmarkt dan vanuit de maatschappij om bepaalde dingen te doen. Over de financiële crisis maakt ze zich echter niet echt zorgen. Het heeft haar tijdsbesteding in elk geval niet erg veranderd. Ze denkt wel dat de crisis de kansen op de arbeidsmarkt verkleint, maar tegelijkertijd gaat de crisis heus weer over. Ook

de ‘verloren generatie’ is uiteindelijk weer op zijn pootjes terecht gekomen.

Kortom kan gezegd worden dat de krappe arbeidsmarkt door onze respondenten voornamelijk gezien wordt als iets waar anderen last van zullen hebben of als iets dat wel weer overgaat. Degene die zich het meeste zorgen over haar arbeidsperspectief maakt, studente B, heeft ook op andere gebieden faalangst. CV-builen wordt door de twee studentes enigszins gedaan. Dat opmerkelijk genoeg de mannen niet aan CV-builen doen, kan een paar verklaringen hebben.

De eerste verklaring dat het type studie anders is, lijkt onwaarschijnlijk aangezien student C ook een sociaalwetenschappelijke opleiding volgt. Hierdoor blijven een paar andere mogelijke verklaringen over. Enerzijds hebben de mannelijke respondenten eventueel meer vertrouwen in hun eigen capaciteiten waardoor ze zich minder druk maken over hun arbeidsperspectief. Anderzijds wilden mannelijke geïnterviewden het eventueel niet toegeven indien ze zich hier wel zorgen over maakten. Deze resultaten kunnen daarbij ook gewoon toeval zijn, doordat er maar vijf studenten zijn geïnterviewd. Uitgesplitst op mannen en vrouwen geven de cijfers van het CBS echter wel een indicator voor een mogelijk verschil tussen de geslachten; waar de werkloosheid in februari 2013 bij mannen 14,5 procent is, is deze bij vrouwen 15,5 procent.

8. Conclusie

De onderzoeksvraag die gehanteerd werd in dit onderzoek was: *Ervaart de Amsterdamse student problemen in zijn/haar tijdsbesteding en hoe komen deze tot stand?* Uit het onderzoek zijn verscheidene inzichten naar voren gekomen die een antwoord kunnen geven op deze vraag.

Ten eerste mag duidelijk zijn dat de geïnterviewde Amsterdamse studenten drukte niet per definitie als iets negatiefs beschouwen. Drukke zorgt ervoor dat men productiever werkt. Pas wanneer deze drukte overgaat in stress wordt het als negatief ervaren. Studenten gaven aan door stress verscheidene nadelige effecten te ervaren, zoals vermoeidheid, concentratieproblemen, piekeren, slecht slapen, een continue gevoel van spanning en minder aardig overkomen op mensen met wie ze contact hebben. Een drukke tijdsbesteding in het algemeen kon ook nadelige effecten hebben, zoals bepaalde dingen moeten missen, weinig rust of geen zicht op een langetermijnplanning.

In deze nadelige effecten van of problemen in de tijdsbesteding van Amsterdamse studenten spelen verscheidene oorzaken een rol. De overgang van drukte naar stress werd volgens de studenten veroorzaakt door een variatie aan factoren. Een belangrijke oorzaak was het verlies van overzicht en controle. Dit hangt samen met een andere factor, namelijk het moeite hebben met het maken van, en het zich houden aan, plannings. Plannen werd daarbij echter niet door alle geïnterviewden als wenselijk ervaren. Daarnaast spelen multitasken en veel heen- en weer moeten reizen een rol. Ten slotte verhoogt ook “zelfopgelegde stress” de drukte: met één uitzondering moesten de respondenten allemaal veel van zichzelf doen.

Naast bovengenoemde oorzaken is de studenten gevraagd of de tijdsbesteding van de peergroup, sociale activiteiten, maatschappelijke verwachtingen en de arbeidsmarkt een rol spelen in de tijdsbesteding en daarmee geassocieerde problemen.

Het verschilt per student of de tijdsbesteding van de peergroup van invloed is, de ene student vergelijkt zich meer met leeftijdsgenoten dan de andere. Opvallend was wel dat studenten die zich meer zorgen maken over hun toekomst, zich meer met leeftijdsgenoten vergeleken dan studenten die zich hier geen zorgen over maakten. Bij alle studenten leken de eigen verwachtingen echter een grotere rol te spelen dan de tijdsbesteding van de peergroup .

Daarnaast droeg bij de meeste geïnterviewde studenten het sociale leven bij aan een gevoel van drukte. Bij een aantal studenten speelt de ‘fear of missing’ out een rol: studenten zijn bang iets te missen als ze niet deelnemen aan een bepaalde sociale activiteit. Anderen voelen zich vooral verplicht om vriendschappen te onderhouden of gemaakte afspraken na te komen. Sociale activiteiten worden niet alleen als ontspanning gezien.

Het verschilt ook per student of maatschappelijke verwachtingen een rol spelen. Als deze verwachtingen een rol spelen, hebben ze voornamelijk invloed op studieactiviteiten. Sommige studenten voelen een druk om ‘op te schieten’, maar belangrijk is dat deze studenten uit zichzelf ook graag snel klaar willen zijn met hun studie.

Ten slotte verschilt het per student of kansen op de arbeidsmarkt en de huidige economische crisis een rol spelen in de tijdsbesteding. Zo werken sommige studenten wel actief aan hun CV, terwijl anderen hier helemaal niet mee bezig

zijn. De meeste geïnterviewde studenten noemen zichzelf ambitieus, maar het is onduidelijk of dit komt door druk vanuit de arbeidsmarkt of de huidige economische situatie. Echter, de krappe arbeidsmarkt wordt voornamelijk gezien als iets waar anderen last van hebben. Daarbij verwachten de meeste studenten dat de economische crisis vanzelf wel weer over zal gaan.

Concluderend kan gezegd worden dat de geïnterviewde studenten in het algemeen drukte ervaren als iets positiefs. Druk heeft namelijk een positieve invloed op productiviteit. Echter, wanneer deze drukte overgaat in stress kan dit wel degelijk voor nadelige effecten zorgen. Deze nadelige effecten zijn een verlies van controle, vermoeidheid, verlies op lange termijn planning of het idee hebben achter de feiten aan te lopen. Een gevoel van stress kan onder andere ontstaan door veel sociale 'verplichtingen', deadlines en tentamens, veel moeten reizen op een dag alsmede hoge verwachtingen van zichzelf. Daarnaast spelen de maatschappelijke verwachtingen en de arbeidsmarkt ook een rol in de tijdsbesteding van deze Amsterdamse studenten.

Hierbij is het van belang om op te merken dat financiële druk en financiële zorgen van studenten niet zijn meegenomen in dit onderzoek. Financiën kunnen echter een belangrijke rol spelen in de tijdsbesteding van studenten en een reden zijn om naast de studie bepaalde activiteiten te ondernemen, zoals uiteraard het hebben van een bijbaan. Studenten die een grotere eigen verantwoordelijkheid hebben om rond te komen, zouden bijvoorbeeld een andere tijdsbesteding kunnen hebben dan studenten die grotendeels door hun ouders worden ondersteund. Aangezien deze financiële factor van belang zou kunnen zijn, is het interessant om deze in een mogelijk vervolgonderzoek naar de tijdsbesteding van studenten wel mee te nemen.

9. Discussie / Aanbevelingen

Dit onderzoek laat zien dat de tijdsbesteding en het ervaren van tijdsdruk door studenten per student zeer gevarieerd zijn. Op basis van de antwoorden van de vijf geïnterviewde studenten kan in ieder geval gesteld worden dat de hedendaagse student er deels zelf voor kiest zijn leven te vullen met uiteenlopende activiteiten. Tijdsdruk wordt hierbij, mits niet overslaand in stress, als een positieve stimulus ervaren; het bevordert productiviteit.

Ondanks deze initiële positieve conclusie, is er in het theoretisch kader en in de resultaten van dit onderzoek een aantal thema's behandeld dat ASVA zorgen baart in het licht van recente maatschappelijke ontwikkelingen die (ook) de huidige student raken. Zo wordt in het theoretisch kader naar voren gebracht dat de inschatting door de student van zijn kansen op de arbeidsmarkt steeds belangrijker wordt voor het keuzeproces van jongeren. Wat betekenen de huidige economische crisis en daarmee samenhangende jeugdwerkeloosheid voor de rol die deze factor gaat spelen bij de keuze van de student? Gaat de student straks alleen nog maar kiezen voor de opleiding met een hoog arbeidsmarktpotentieel? Dit zou ASVA een onwenselijke ontwikkeling vinden; wij vinden dat de intrinsieke motivatie van de student om zich ergens in te verdiepen en zich te ontplooien nog altijd de belangrijkste reden zou moeten om te gaan studeren. Echter, onze overheid lijkt studenten ook steeds meer te willen stimuleren hun studiekeuze op arbeidsmarktpotentieel te baseren. Het net ondertekende Techniepact is hierbij van grote illustratieve waarde: bedrijfsleven en overheid slaan de handen ineen om meer studenten het bètaonderwijs in te krijgen. Waarom? Omdat dat belangrijk is voor de Nederlandse economie. Of de student studeert waar zijn hart ligt, lijkt hierbij van secundair belang.

Nu zal de kritische lezer misschien vinden dat ASVA teveel uitgaat van een enigszins verouderd onderwijsideaal. "Tijden zijn veranderd, de student moet zich wel bezighouden met zijn kansen op de arbeidsmarkt". In het licht van een dergelijk uitgangspunt is het hier relevant te noemen dat ASVA in een voorgaand onderzoek de link tussen opleiding en werkveld heeft onderzocht. Uit dit onderzoek blijkt dat veel studenten zich zorgen maken over het vinden van een baan na afronding van hun opleiding en bepaalde arbeidsmarktoriënterende elementen missen in het curriculum van hun opleiding. Uit het door ASVA, naar aanleiding van dit onderzoek georganiseerde debat bleek dat studenten in het bijzonder behoefte hebben aan de mogelijkheid tot het lopen van een stage tijdens hun bacheloropleiding. Zou de universiteit (het ging in dit onderzoek om universiteitsstudenten) meer moeten doen om deze studenten te bedienen? Wat ASVA betreft is het de verantwoordelijkheid van de universiteit zich kritisch over deze vraag te buigen. Help de student in zijn studietraject door goede studiebegeleiding, waarbij gekeken wordt naar de specifieke wensen van de individuele student, en neem hier ook zijn arbeidsmarktoriëntatie in mee. Maak de universiteit compatibel voor de diversiteit die de studentenpopulatie kenmerkt.

Een verder interessant punt dat uit dit onderzoek naar tijdsbesteding naar voren komt, is dat reizen een belangrijk onderdeel vormt van de tijdsdrukervaring onder studenten. Indien de huidige plannen van de overheid doorvoering vinden, zal de Ov-kaart voor studenten in zijn huidige vorm komen te verdwijnen. In samenhang met de steeds verdergaande profilering door onderwijsinstellingen (in het kader van de prestatieafspraken worden de instellingen deels getoetst op het profiel dat zij aannemen) kan deze maatregel

ervoor zorgen dat reizen een grotere factor wordt binnen de beleving van tijdsdruk onder studenten; het wordt duurder, en studenten moeten in de toekomst mogelijk verder reizen tussen thuis en onderwijsinstelling.

Een laatste thema wordt gevormd door de rol die maatschappelijke verwachtingen spelen binnen de beleving van studenten. In dit onderzoek komt naar voren dat deze verwachtingen tweeledig zijn: enerzijds worden ze door de maatschappij “opgelegd”, maar anderzijds leggen studenten zich deze ook zelf op. Wat betreft dit thema moet gewaakt worden niet in een “de kip of het ei”-discussie te verzanden, maar ASVA sluit zich hierbij graag aan bij een passage over studente B uit dit onderzoek:

De voorgestelde langstudeerboete maakte voor haar duidelijk dat er vanuit de maatschappij tegenwoordig grote verwachtingen worden opgelegd aan studenten, verwachtingen die zij zelf ook voelt. Daarnaast merkt ze op dat het debat en de beeldvorming over studenten ook door studenten zelf is geïnternaliseerd, namelijk: dat studenten ook zelf zo snel mogelijk af willen studeren. Deze wens is logisch omdat de maatschappij dit ook van je verwacht.

Het beeld dat door deze studente wordt geschetst is een beeld ASVA in sterke mate herkent onder huidige studenten. De langstudeerboete is inmiddels van de baan, maar daarvoor zijn meer draconische maatregelen als een sociaal leenstelsel ter vervanging van de basisbeurs en het bindend studieadvies voor het tweede en derde jaar voor in de plaats gekomen. De overheid legt studenten steeds meer druk op om zo snel mogelijk af te studeren. Hiermee dreigt de overheid af te breken waar studeren volgens ASVA om draait: de mogelijkheid je te ontplooiën tot een volwassene, en de mogelijkheid hierbij fouten te maken.

Keje Boersma

Algemeen Bestuurslid 2012 | 2013

Literatuurlijst / Appendices

Akkermans, A. (2011, 21 oktober). De stagegeneratie. Jongeren lopen stage ná hun studie. *Nieuw Amsterdams Peil*. Geraadpleegd 11 maart 2013, via <http://napnieuws.nl/2011/10/21/destagegeneratie/>

Kösters, L. & Den Boer, P. (2009, 26 augustus). Jeugdwerkloosheid flink opgelopen. *Centraal Bureau voor de Statistiek*. Geraadpleegd 11 maart 2013, via <http://statline.cbs.nl/StatWeb/publication/?D=M=SLNL&PA=80479NED&D1=10-14&D2=1&D3=a&D4=91-102,104-1&HDR=T&STB=G1,G2,G3&VW=T>.

Kramer, A. & Launspach, T. (2012). *Quarterlife. Kansen, kopzorgen en keuzes van de twintigers van nu*. Amsterdam: Uitgeverij Bert Bakker.

Parkinson, C.N. (1955, 19 november). Parkinson's Law. *The Economist*. Geraadpleegd 18 maart 2013, via http://www.economist.com/node/14116121?story_id=14116121

Schmidt, E. & Simons, M. (2013). *Psychische klachten onder studenten*. Utrecht: Landelijke Studenten Vakbond (LSVb). Geraadpleegd op 2 april 2013, via <http://www.lsvb.nl/wpcontent/uploads/2013/03/LSVb-Onderzoek-psychische-klachten.pdf>

Universiteit van Amsterdam / Hogeschool van Amsterdam. (2011). *Stoplichten: studentengezondheidstest UvA en HvA studenten*. Amsterdam: UvA/HvA. Geraadpleegd 21 maart 2013, via http://www.studentengezondheidstest.nl/sites/studentengezondheidstest.nl/files/files/RapportStoplichten_Algemeen2011_28december.pdf

De Volkskrant. (2012, 22 mei). 'Jeugdwerkloosheid hoger dan uit officiële cijfers blijkt'. *De Volkskrant*. Geraadpleegd 11 maart 2013, via <http://www.volkskrant.nl/vk/nl/5273/Werk/article/detail/3258834/2012/05/22/Jeugdwerkloosheid-EU-hoger-dan-uit-officiële-cijfers-blijkt.dhtml>

Publicaties van het

ASVA onderzoeksbureau

Laatst gepubliceerde onderzoek

Lang of Sociaal - Hoe studenten hun kansen inschatten onder de financiële maatregelen	2012
Als ik later groot ben - Het arbeidsperspectief van de studenten van vier opleidingen	2012
Studentenhuisvesting in Amsterdam	2012
10 jaar BaMa: succes of mislukking?	2012
Tweede studie: de investering waard?	2012
13 jaar onderzoeksbureau	2011

Over de HvA

Studentenhulpverlening aan de HvA	2009
Wie is de HvA student?	2007

Over studenteninspraak

De student stemt.	
Gemeenteraadsverkiezingenonderzoek 2010	2010
Reflecteren op ASVA.	
Ledenonderzoek & bekendheidsonderzoek HvA	2009
Verkiezingenonderzoek 2006	
Politieke voorkeuren van de UvA-student	2007
Faciliteitenonderzoek studieverenigingen	2006
Opkomst of afgang? Niet-stemmers over de Studententraadverkiezingen mei 2005	2005
ASVA studentenunie in perspectief.	
Een beeld van de toekomst	2004

Macht en inspraak. Een onderzoek naar de stand van zaken binnen de Amsterdamse medezeggenschap	2002
Tussen Wal en Schip. Een onderzoek naar het functioneren van Opleidingscommissies en student-leden	2000

Over onderwijsvoorzieningen

Responsmeter	2008
Studentassistentschap-plaatsen aan de UvA	2008
Over het kastje en de muur. Een inventarisatie van problemen bij inschrijvingen	2006
In den Vreemde. Een onderzoek naar de faciliteiten voor uitwisselingsstudenten aan de UvA	2004
Faciliteiten voor studenten. Een onderzoek naar computers, kopieerapparaten, studie- en collegezalen aan de UvA	2004
'Onderwijs.nl'? Een onderzoek naar ICT in het onderwijs aan de UvA	2001
Evaluaties Geëvalueerd. Het grote evaluatie onderzoek	2000
Studenten over studieadviseurs, studieadviseurs over studenten	1999

Over de organisatie van onderwijs

Honoursprogramma's: excellentie aan de UvA	2009
Studieloopbaanbegeleiding: Ambities en Praktijk	2009
Schakelprogramma's. Brug of Kloof tussen bachelor en master	2008
Panelonderzoek toponderwijs	2006
Cum Laude langs de meetlat	2005

Tussen droom en daad. Bachelor-Master op de UvA: flexibiliteit en internationale vergelijkbaarheid	2003
Fiducie in de fusie? Een onderzoek naar de fusie tussen HvA en UvA	2002
Twee fases, één gedachte? Het grote Bachelor-Master Handboek	2000
De Academische Uitdaging	2000

Over studiekosten en wonen

Studieschuld	2011
Rapport studentenhuysvestiging Amsterdam	2007
Studiekostenonderzoek	2007
Rapport Studentenhuisvesting in Amsterdam	2001
Kostenposten. Moet de UvA-student teveel geld uitgeven aan zijn studie?	1999
IBG en GBA. Een gevaarlijk koppel	1998

Overig

De Toekomst van Foliavana	2011
International & Dutch: In Touch?	2011
Student & Homo: acceptatie in het Amsterdamse studentenleven	2009
De Actieve Student	2010
Student op de Sofa. Onderzoek naar de Studentenpsycholoog	2010

Colofon

Redactie	Brigitte Borm en Nina van Douwen
Vormgeving	Barend Wilschut
Uitgave	ASVA studentenunie, Amsterdam 2013
Contact	Nieuwe Achtergracht 170 1018 WV Amsterdam info@asva.nl (020) 622 57 71

ASVA studentenunie



De centrale belangenbehartiger van Amsterdamse studenten