

FRISSE BLIKKEN: PRESTATIEDRUK IN HET MBO

In het tweede Frisse Blikken project hebben we met Thijs Webster onderzoek gedaan naar prestatiedruk. Thijs studeert aan het ROC in Almere en op zijn initiatief zijn we gestart met dit onderzoek. Prestatiedruk is een veel besproken probleem. Trimbos heeft bijvoorbeeld een groot onderzoek gedaan onder studenten in het hoger onderwijs¹. Bij Flevi's Kenniswerkplaats Jeugd waren we nieuwsgierig hoe studenten op het MBO prestatiedruk ervaren. In dit artikel vertellen we de opzet en de belangrijke bevindingen van het onderzoek.



Onderzoeksopzet

Er zijn in 2023 op het ROC college Almere Buiten vier groepsgesprekken gehouden. Tijdens de eerste drie gesprekken zijn de ervaringen en behoeften van 24 studenten met betrekking tot presteren in de maatschappij besproken. Er is gekozen voor derdejaars studenten van niveau 3 en 4 van de opleidingen Techniek, ICT, Zorg & Welzijn.

Tijdens een speciale onderwijsweek voor docenten hebben studenten verteld over hun persoonlijke ervaringen met prestatiedruk en hebben wij de tussentijdse uitkomsten van het onderzoek gepresenteerd.. Vervolgens zijn de perspectieven van de medewerkers, waaronder docenten, zorgcoördinatoren en managers, verzameld.

Het vierde groepsgesprek heeft plaatsgevonden met docenten en zorgcoördinatoren van de desbetreffende opleidingen. In het gesprek zijn de uitkomsten van het onderzoek en de eigen ervaringen besproken.

Resultaten

Oorzaken



Uit het onderzoek komt naar voren dat een deel van de MBO-studenten problemen ondervinden op het gebied van prestatiegevoelens. Dit is onder andere afhankelijk van het type opleiding, de samenhang van vakken en toetsing binnen het schoolrooster en de (on)duidelijkheid van opdrachten en verwachtingen. Daarnaast beïnvloeden de veelheid aan verplichte activiteiten, zowel op school als daarbuiten, en de druk die ouders en studenten zichzelf opleggen de prestatiegevoelens.

Opmerkelijk is dat dit onderzoek laat zien dat prestatiedruk ook kan ontstaan door (zorgen over) de thuissituatie. Soms worden hoge verwachtingen gesteld door onderlinge competitie tussen broers en zussen, neven en nichten. Een groot deel van de MBO-studenten voelt zich medeverantwoordelijk voor de financiële situatie van het hele gezin. Voorbeelden die genoemd zijn, zijn bijvoorbeeld de zwakke gezondheid van ouders wat drukt op het huishoudelijke inkomen of ouders die een klein pensioen hebben opgebouwd.

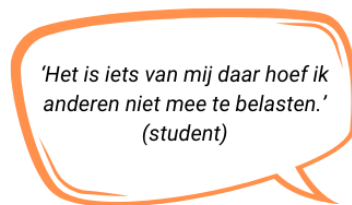
Net als bij het onderzoek van het Trimbos zijn in dit onderzoek ook toekomstzorgen genoemd, zoals het vinden van een betaalbare woning en goed rond kunnen komen. Veel van de studenten uit de gesprekken werken naast hun studie minimaal twee á drie dagen waarbij avond en nachtdiensten geen uitzondering zijn gebleken.

Hoewel de MBO-studenten aangeven dat ze tevreden zijn met de baanmogelijkheden van hun opleiding, hebben zij wel zorgen over of hun diploma op juiste waarde wordt geschat door bedrijven.



Symptomen prestatiedruk

Prestatiedruk veroorzaakt lichamelijke en mentale klachten. Studenten geven aan dat zij veel in gedachten zitten over alles wat nog moet. Dit uit zich op verschillende manieren waaronder vermoeidheid, trillen, zweten, vaak ziek zijn en (zware) hoofdpijn. Sommige studenten gaan meer of juist veel minder eten. Het overgrote deel van de studenten geeft aan dat zij vaker chagrijnig, boos en onzeker zijn dan zij zouden willen. Dit resulteert voor sommige studenten in (een toename van) paniekaanvallen en faalangst.



Bovendien blijkt uit de gesprekken dat studenten het moeilijk vinden om hulp te vragen. Er heerst

onder de studenten een gevoel van schaamte om over emoties te praten. Meerdere studenten geven aan liever hun gevoelens niet te delen omdat ook dat gesprek weer stress kan veroorzaken.

De druk om te presteren wordt niet als geheel slecht bestempeld. Studenten geven aan dat deadlines soms ook zorgen voor 'superkracht' waardoor zaken op het laatste moment toch afgemaakt worden.

Oplossingen prestatiedruk volgens studenten

In dit onderzoek komt naar voren dat MBO-studenten veel verschillende ballen in de lucht moeten houden. Hoewel dit in het onderwijs niet meteen opgelost kan worden, hebben studenten suggesties gedaan voor verbetering. Studenten geven aan dat ze het waarderen als docenten meer naar hun zouden omkijken, bijvoorbeeld door niet alleen naar schoolprestaties te kijken maar ook naar de student als persoon. Daarnaast zouden ze het waarderen als docenten groepsgesprekken onder studenten faciliteren over prestatiedruk en andere persoonlijke uitdagingen.

Verder geven ze aan dat betere informatievoorziening over hun onderwijsopdrachten en -rooster zou ontlasten. Ze vinden dat de studievakken onvoldoende op elkaar zijn afgestemd waardoor deadlines ongelukkig vallen.

Reactie onderwijspersoneel op de uitkomsten van het onderzoek

Docenten en zorgcoördinatoren geven aan dat ze sommige symptomen van de studenten herkennen, zoals gebrek aan motivatie, vermoeidheid en passiviteit in de klas. Ze hebben twijfels of dit komt door prestatiedruk, of juist doordat er onvoldoende druk is om te presteren. Docenten zien ook dat studenten vaak druk ervaren vanuit de familie. Hier wordt een cultureel perspectief genoemd waarbij er veel druk op het eerste kind uit het gezin ligt, of dat studenten een opleiding moeten doen voor een ander zonder zelf echt achter de opleidingskeuze te staan.

Ze proberen studenten te enthousiasmeren voor hun vak en te motiveren door het stellen van deadlines. Docenten geven aan dat zij verantwoordelijk zijn om studenten voor te bereiden op het werkveld, dat bepaalde eisen stelt en verwachtingen heeft. Een goede samenwerkingsrelatie tussen docent en student en een groepsgevoel in de klas zijn hierin bevorderend.

Individuele begeleiding en maatwerktrajecten zijn hierin juist belemmerend, omdat hierdoor minder contacturen zijn om een samenwerkingsrelatie met studenten op te bouwen en waarin klasgenoten elkaar ontmoeten.

Tot slot geven docenten aan dat studenten druk ervaren door maatschappelijke factoren, zoals huisvestingsproblematiek, oneerlijke loonverdeling tussen praktisch en theoretisch opgeleiden, en de hoge inflatie.



Conclusie

Dit onderzoek laat zien hoe studenten op het MBO prestatiedruk ervaren en welke factoren hierin een rol spelen. Maatschappelijke factoren, zoals huisvestingsproblematiek, inflatie en waardering van MBO-geschoolden door werkgevers spelen hierin een rol, als ook factoren in de thuissituatie en in het onderwijs. Prestatiedruk kan leiden tot lichamelijke en mentale klachten bij studenten.

Voor het tegengaan van prestatiedruk hebben studenten verbeterpunten voor het onderwijs genoemd. Het gevoel van gezien worden is voor studenten belangrijk, alsook de mogelijkheid om in groepsverband te kunnen praten over persoonlijke uitdagingen. Uit eerder onderzoek van Flevi's Kenniswerkplaats Jeugd en het lectoraat Klantenperspectief in Ondersteuning en Zorg komt naar voren dat studenten in het onderwijs behoefte hebben aan het gevoel van verbondenheid (Jakobs en Thijssen, 2024; Tahir.

Stripverhaal over prestatiedruk



In samenwerking met illustrator Yoko Heiligers hebben we de uitkomsten van het onderzoek vertaald naar een stripverhaal 'Omgaan met Prestatiedruk op het MBO. Het stripverhaal bevat adviezen voor het herkennen van prestatiedruk onder studenten en hoe daarmee om te gaan. Deze is bedoeld voor professionals die werkzaam zijn in het onderwijs