

Studententijd, de mooiste tijd van je leven? Of toch niet!

34 procent van de studenten die chatten of bellen met de hulplijn Teleblok, hebben in hun omgeving niemand waar ze bij terecht kunnen met hun studieproblemen. Bij de start van het academiejaar, morgen, geeft Teleblok dan ook tips aan studenten om hun sociaal leven van begin goed te organiseren.

Met grote verwachtingen kijkt een nieuwe lichter student uit naar de start van het studentenleven. Maar niet alle studenten lijken te aarden in het studentenleven en hebben het moeilijk met de overgang van het secundair onderwijs naar de hogeschool of universiteit. 34 procent van de studenten die Teleblok (de anonieme telefoon- en chatlijn voor studenten) contacteren hebben in hun omgeving niemand waar ze bij terecht kunnen. 28 procent kan wel rekenen op zijn of haar ouders en 20 procent heeft vrienden met wie ze problemen kunnen bespreken. Anderen doen eerder beroep op een hulpverlener (9 procent), een leerkracht of docent (4 procent) of broer of zus (4 procent). In totaal krijgt Teleblok zo'n 600 oproepen per jaar.

Bij de studenten die beroep kunnen doen op hun ouders, geeft 15 procent wel aan dat ze buiten de ouders niemand anders hebben. Door het feit dat er heel wat van hen niet thuis studeren, ondervinden ze er op het moment van de oproep ook weinig steun van.

Veel oppervlakkige contacten

Er wordt wel eens tussen de regels gezegd en in sommige onderzoeken beweerd dat eenzaamheid groter is bij studenten dan bij bejaarden. Studenten hebben zeer veel contacten, maar de kwaliteit van deze contacten is jammer genoeg niet van die aard dat studenten makkelijk persoonlijke zaken tegen hun 'kameraden of vrienden' vertellen. De gesprekken zijn eerder vluchtig en oppervlakkig.

Er is echter wel een duidelijk verschil tussen alleen zijn en zich alleen of eenzaam voelen. Je kan weinig sociale contacten hebben maar hier best tevreden mee zijn. Ondanks de beperkte contacten voel je toch niet eenzaam. Het tegendeel is ook waar, wanneer men vele contacten heeft kan men zich toch er alleen en onbegrepen voelen.

Nieuw sociaal leven

"Nogal wat studenten zeggen ons dat ze het moeilijk hebben met de overstap van secundair naar hoger onderwijs. De grotere pakketten leefstof zijn daarbij niet het belangrijkste probleem. Ze hebben het vooral over de grote veranderingen in hun sociale leven: zelfstandig hun leven inrichten, een nieuwe vriendenkring opbouwen, omgaan met kotgenoten met andere interesses, enzovoort", zegt Kathleen Devos, coördinator van Teleblok.

Overigens is in 6 procent van alle gesprekken die Teleblok voert, eenzaamheid de centrale problematiek. Devos: "Het is een probleem waar studenten niet graag mee naar buiten komen. Mede door het beeld in onze samenleving dat de studententijd de tijd van je leven is, blijkt het moeilijk om daar over te praten met vrienden of familie".

Met vijf tips (zie bijlage) wil Teleblok de studenten handvaten bieden om tijdens de eerste maanden van het academiejaar hun sociaal leven op te bouwen. Zo weten ze alvast waar ze terecht kunnen wanneer het wat minder gaat.

Bijlage: Cijfers en vijf tips

Meer info: Kathleen Devos, coördinator Teleblok, 02 246 48 15.

Meer dan 4,5 miljoen leden schenken hun vertrouwen aan de Christelijke Mutualiteit (CM). CM ijvert voor een toegankelijke en kwaliteitsvolle gezondheidszorg, en behartigt de solidariteit die daarvoor nodig is. Om haar doelstellingen te bereiken geeft CM mee vorm aan het gezondheids- en welzijnsbeleid, biedt ze een professionele dienstverlening aan haar leden, en zet ze mensen aan tot gezond leven.



CM. Hoe gaat het met u?