

*10<sup>de</sup> jaar Correspondent*

2021-02-15T04:45:03+00:00 • Leestijd 9 - 12 minuten

De coronacrisis treft studenten in het hoger onderwijs zwaar, lees je overal. En er wás al zo veel aandacht voor de wankele psyche van de student. Maar over het onderliggende probleem gaat het te weinig: de mythe van de meritocratie, waarin je succes én falen aan jezelf te danken hebt.

# Hoogmoed en zelfhaat: welkom in het hoofd van de hedendaagse student

*Correspondent Modern Leven*



**Nina POLAK**






*Illustratie door Robin Bonk (voor De Correspondent)*

**E**én op de drie studenten geeft \* zijn of haar leven sinds corona een dikke onvoldoende. Studenten, vermelden talloze media, zijn eenzaam, somber, ongemotiveerd, kunnen zich slecht concentreren en maken zich ernstige zorgen om hun studieachterstand en financiële situatie. ‘De student staat op instorten,’ zegt \* een bezorgd Interstedelijk Studenten Overleg (ISO).

En het ging al niet best met de geestelijke gezondheid van de studerende jeugd, als we de kranten mochten geloven. De pandemie werkt ook hier als een vergrootglas voor iets waar al veel aandacht voor was: studentenwelzijn, een term die de laatste jaren een opmars maakt binnen het hoger onderwijs en de (studenten)politiek.

Zo'n grote opmars zelfs dat je je afvraagt of we niet een overdreven duister beeld krijgen voorgespiegeld van de studentenpsyche.

Wie geen studenten kent, moet het voor zijn voorstelling van dat menstype doen met de stockfoto's  die voortdurend verschijnen boven artikelen over zijn erbarmelijke geestestoestand: een lamkendig wezen in een grote capuchontrui, dat zich gedeprimeerd ter aarde heeft gestort naast een stapel boeken.

In 2019 nog verscheen de zoveelste zorgwekkende analyse  over de toenemende psychische klachten onder studenten in het hoger onderwijs – het soort document dat apocalyptische krantenkoppen en Kamervragen inspireert. 'Burn-outklachten, prestatiedruk en soms zelfmoord: de psychische nood onder studenten is hoog,' maakte *Trouw* er bijvoorbeeld van.

Een jaar eerder waarschuwde ook het RIVM al voor de toenemende mentale druk op studenten, die mogelijk mede verband hield met versobering van de studiefinanciering.

## De gezonde universiteit

Met de media en de politiek  ontdekten ook universiteiten zelf de mentale welzijnstaal.

Toen Reinout Wiers, hoogleraar ontwikkelingspsychopathologie aan de UvA, vijftien jaar geleden een voorstel indiende voor een groot onderzoek naar de geestelijke gezondheid van studenten, werd hij nog net niet uitgelachen. Richt je liever op de lagere socio-

economische regionen, zei de universiteit toen, want daar is het echt nodig.

Inmiddels is het tij volledig gekeerd. Wiers' aanvraag werd een aantal jaar geleden alsnog gehonoreerd, wat onder meer resulteerde in UvAcare, een doorlopende screening van de geestelijke gezondheid van UvA- en HvA-studenten, waarbij deelnemers die hoog scoren op de klachtenlijst kunnen meedoen aan onderzoek naar de effectiviteit van een online interventie (eHealth).

Terwijl dat onderzoek nog loopt, promoveert bij Wiers deze maand hogeschooldocent Jolien Dopmeijer, die is aangesloten bij het Trimbos instituut en zich in samenwerking met studentenbonden hard maakt voor het onderwerp. Haar proefschrift gaat over de impact van het veeleisende studentenleven op het welzijn en de academische prestaties van studenten. Beide hebben te lijden, concludeert Dopmeijer, onder toegenomen prestatiedruk, financiële druk en problematisch alcohol- en middelengebruik.

Het steeds vaker aangenomen verband tussen geestelijk welzijn en studieprestaties is een van de redenen, volgens Dopmeijer, dat universiteiten inmiddels wél inzien dat het zinvol is om in dat welbevinden te investeren. Dat het zogenoemde 'diplomarendement' van het hoger onderwijs te laag is en de studie-uitval te hoog, wisten de onderwijsinstellingen al sinds het rapport van de commissie-Veerman uit 2010. Dat het verhogen van de mentale weerbaarheid van studenten als deel van de oplossing wordt gezien, is nieuw.

## Een verborgen epidemie van perfectionisme

Al die aandacht heeft, zoals je dat van de hele universitaire wereld tegenwoordig kunt zeggen, een nogal Angelsaksische inslag. In Engeland en de VS is *'mental health'* al decennia een vast onderdeel van het gesprek over hoger onderwijs.

Een recent voorbeeld van de vele Amerikaanse denkers die een vloedgolf van geestelijk leed vaststellen onder jongeren is politiek filosoof Michael Sandel. In zijn meest recente boek, [🔗](#) *De tirannie van verdienste: Over de toekomst van de democratie (2020)*, neemt hij de rol onder de loep die het hoger onderwijs in de hele samenleving speelt.

Het afkalvend welzijn van studenten is daarvan een belangrijk aspect. Sandel haalt verschillende onderzoeken aan die wijzen op een *'mental health epidemic'* onder vooral geprivilegieerde jongeren, die binnen hun leeftijdscategorie het vaakst tekenen vertonen [\\*](#) van angst, depressie, verslaving en ander psychisch ongeluk.

En die kwalen beperken zich niet tot de topuniversiteiten. De filosoof citeert een recent onderzoek [\\*](#) onder 67.000 studenten van meer dan honderd Amerikaanse universiteiten, waaruit bleek dat angst en depressie waren toegenomen. Een op de vijf ondervraagden kampte met suïcidale gedachten. Een op de vier had een DSM-diagnose – een officieel erkende psychische stoornis.

Los van dit klinische beeld, schrijft Sandel, vonden psychologen ook nog een subtielere aandoening: een ‘verborgen epidemie van perfectionisme’. ‘Jarenlang angstig streven wordt door studenten bekocht met een fragiel gevoel van eigenwaarde, volledig bepaald door prestatie, en een kwetsbaarheid voor de torenhoge eisen van ouders, docenten, toelatingscommissies en, uiteindelijk, zichzelf.’

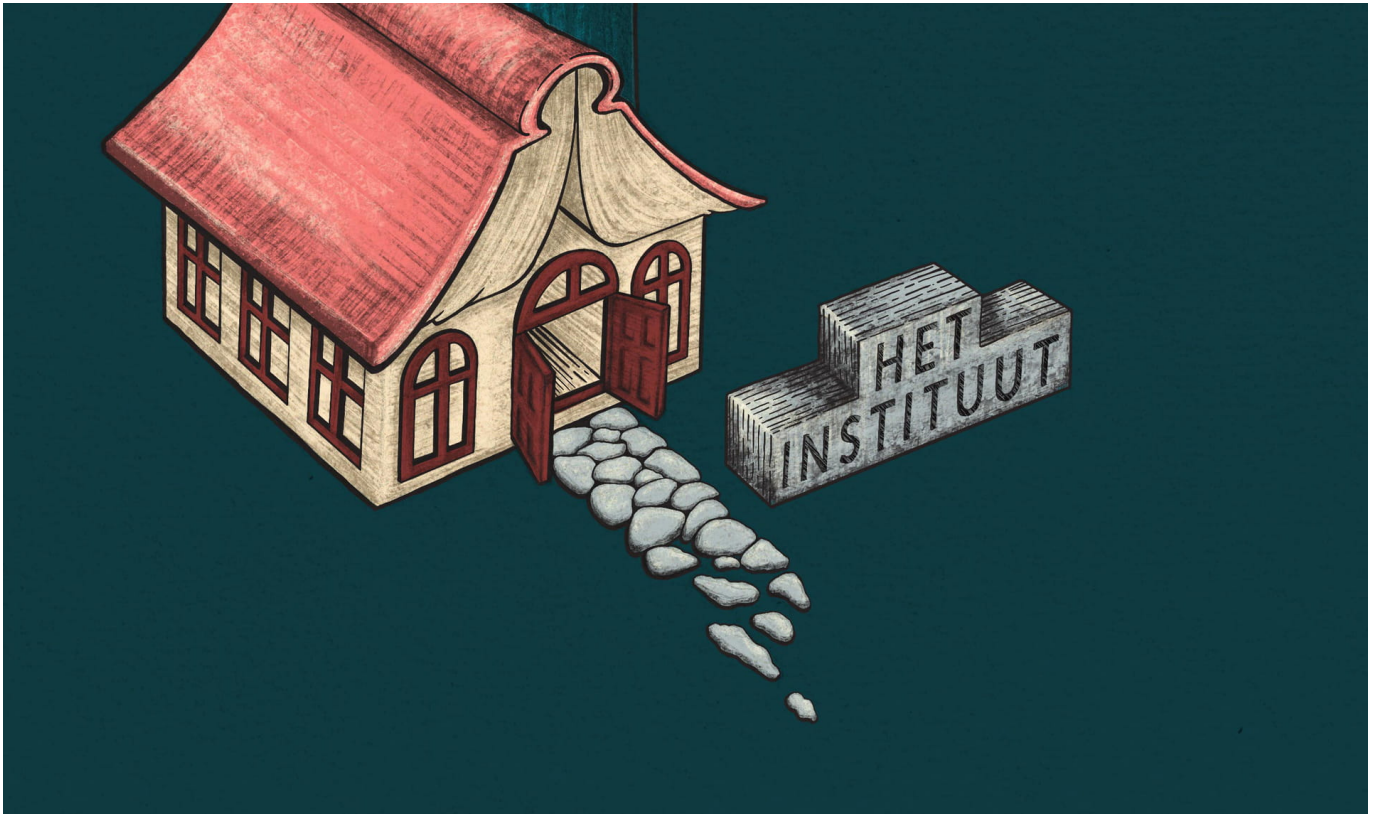
Poeh.











*Illustratie door Robin Bonk (voor De Correspondent)*

## Is het echt zo erg gesteld met de student? Ja en nee.

Wanneer je de woorden ‘geestelijke gezondheid’ en ‘epidemie’ in een adem hoort, is enige voorzichtigheid geboden. De metafoor ‘epidemie’ veronderstelt de virale verspreiding van iets, en die besmettelijkheid heeft bij geestelijke gezondheid ook altijd deels betrekking op ideeën, concepten en geruchten. Anders gezegd: hoe meer we praten over depressie, hoe meer we het zullen vaststellen.

Voor een mondig en analytisch volkje als studenten geldt dat al helemaal.

Al voor corona was de berichtgeving over een waargenomen tsunami van psychische problemen onder studenten dan ook zo

gretig dat kritische geesten die alweer tot hype verklaarden.

Een van hen, gezondheidspsycholoog Peter van der Velden, vertelt mij aan de telefoon dat er voor corona 'geen enkel bewijs' was voor de stelling dat er een toename van psychische klachten is onder studenten.

Onderzoek van Van der Velden en collega's vergeleek grote groepen jongeren tussen de 19 en 24 jaar op drie verschillende momenten, 2007, 2012 en 2017, en concludeerde: er is geen verschil, het percentage studenten met psychische problemen is stabiel rond de 15 procent, net als in de reguliere populatie.

---

Zijn er meer psychische problemen dan eerst, of wordt er vooral meer over gepraat?

Er wordt dus vooral meer over gepraat, meent Van der Velden.

Het échte probleem, volgens hem, is dat het bijna altijd gaat over studenten in het hoger onderwijs.

Daarmee wordt een aanzienlijk deel van de leeftijdscategorie over het hoofd gezien. De niet-hoogopgeleide, vaak werkende jongeren hebben al te maken met diploma-ongelijkheid, een lager inkomen en een kortere levensverwachting. Dat de aandacht voor geestelijke gezondheid zich vooral op de toch al geprivilegieerde student richt, is een bevestiging van die ongelijkheid.

Overigens beweren de onderzoekers Wiers en Dopmeijer niet dat het percentage studenten met psychische klachten in Nederland in strikte zin is toegenomen. (Die toename blijkt vooral uit

Amerikaanse onderzoeken.) Ook Wiers heeft het, als ik hem spreek, over een tamelijk stabiele 15 tot 20 procent. Maar dat deel lijkt hem aanzienlijk genoeg om er structureel aandacht aan te besteden.

Bovendien, meent Dopmeijer, is dat percentage nogal afhankelijk van wat je precies meet. Als je het hebt over officiële psychische stoornissen, dan neem je niet mee dat een groot deel van de studenten weliswaar niet in aanmerking komt voor een DSM-diagnose, maar wel gerelateerde symptomen vertoont – stress- en burnoutklachten, bijvoorbeeld, en een als zeer hoog ervaren prestatiedruk (vooral dat laatste geldt volgens onderzoek van Dopmeijer voor 75 procent van de studenten).

## De vergaarbak die geestelijk welzijn heet

En dit is precies een van de grootste problemen met de berichtgeving over dit onderwerp. Het Angelsaksische frame ‘mental health’ is een parapluterm geworden waaronder je behalve de ‘echte’ psychiatrie, ook allerlei sociaal onbehagen kan scharen.

Er bestaat een steeds groter schemergebied tussen geestelijke gezondheidszorg en maatschappijkritiek, waarin clichés als de ‘prestatimaatschappij’ en de ‘burnoutepidemie’ hun plek hebben. De maatschappij maakt ons ziek, is de suggestie. Maar alle nadruk op welzijn die daaruit voortvloeit, biedt vaak vooral individuele oplossingen – tien sessies bij de psycholoog, eHealth interventies, mindfulnesstrainingen, wandeltherapie.

---

De meritocratie bepaalt:  
succes heb je verdiend,  
falen is je eigen schuld

Michael Sandel, daarentegen, laat met zijn bredere, filosofische benadering zien hoe de gekwelde psyche van de *happy few* direct verband houdt met het lot van hun niet-hoogopgeleide medemens. En dus een probleem is van de hele maatschappij.

De geestelijke gezondheid van studenten dient voor Sandel als graadmeter om de menselijke kosten uit te drukken van het blinde Amerikaanse geloof in meritocratie: een samenleving waarin iedereen beoordeeld wordt op geleverde prestaties en waarin – in theorie – iedereen kan opklimmen naar de top.

Een van de belangrijkste kenmerken van zo'n meritocratie is dat de winnaars geloven dat ze hun succes eerlijk verdiend hebben, terwijl de verliezers hun falen aan zichzelf wijten. Voor degenen die deze ratrace aangaan in de belangrijkste 'sorteermachine' van de meritocratie, het hoger onderwijs, resulteert dat schipperen tussen hoogmoed en zelfverwijt in wat ik, vrij naar Sandel, maar even 'zielsvernietiging' noem. Het bekt minder lekker dan burnout, maar misschien is dat juist goed.

Hoewel de filosoof dit moderne leed niet wil bagatelliseren, is het voor hem vooral een symptoom van een dieperliggend probleem: een meritocratie waarvan de fundamenten maar nauwelijks onderdeel zijn van de discussie.


## Het probleem met de meritocratie

‘Het publieke debat gaat zelden over de meritocratie zelf, maar over hoe we die zouden moeten bereiken,’ constateert Sandel terecht. ‘Zo menen de conservatieven dat positieve discriminatie bij toelating tot het hoger onderwijs meritocratische waarden ondergraaft, terwijl liberalen erop staan dat een ‘ware’ meritocratie alleen kan worden bereikt door actief te zorgen dat iedereen, ongeacht zijn achtergrond, evenveel kansen krijgt.’

Dát we een meritocratie moeten hebben, lijkt buiten kijf te staan.

Maar het probleem zit dieper. De vraag die Sandel stelt is deze: is het rechtvaardig om ervan uit te gaan dat we onze goede cijfers en onze deftige diploma’s helemaal aan onszelf te danken hebben? Valt het idee van de meritocratie moreel te verantwoorden?

Nee, is het antwoord. In de eerste plaats omdat de meritocratie die we zo hoog hebben zitten, in werkelijkheid geen zuivere meritocratie is. Zo worden Amerikaanse topuniversiteiten nog steeds voor tweederde bevolkt door de rijkste twintig procent van de samenleving. Hoe leerlingen daar scoren op hun toelatingstesten blijkt ook in hoge mate afhankelijk te zijn van welvaart.

Dat zulke ongelijkheid ook speelt in Nederland – waar de sorteermachine al begint te draaien voordat je twaalf jaar oud bent – wordt pijnlijk duidelijk in de documentaireserie *Klassen*.  Een basisschooldocent vertelt daarin bijvoorbeeld hoe een lichte taalachterstand, die veel kinderen met een migratieachtergrond

hebben, je score op de CITO-toets ook op het gebied van rekenen beïnvloedt, omdat de opgaven zo talig zijn geformuleerd. En wie op elfjarige leeftijd eenmaal laag ingedeeld is, klimt maar moeilijk op.

Ook hier maakt een bloeiende industrie van particuliere bijlesbureaus en CITO-trainingen – alleen toegankelijk voor kinderen van bemiddelde ouders – die ongelijkheid bovendien steeds groter. Om van een bloeiende cultuur van helikopterouders nog maar te zwijgen.

Maar de meritocratie is niet alleen vals in de zin dat ze niet echt bestaat. Het is de vraag of het überhaupt wenselijk is, zo'n samenleving gerangschikt op 'talent' en 'prestatie'. De bijbehorende ophemeling van een bepaald soort kennis en het hoger onderwijs waar die kennis wordt opgedaan, hebben er volgens Sandel namelijk ook voor gezorgd dat 'laaggeschoold' werk van zijn waardigheid is beroofd. De gevolgen van die vernedering van de werkende klasse zien we nu overal terug: in de omarming van populistische leiders, die de vernederden hun waardigheid terug beloofden; en in de protesten op straat, waarin de waardigheid (soms op gewelddadige wijze) wordt teruggeëist van de elite.

## Hoogmoed en zelftwijfel

In een gesprek dat ik voerde met twee ambitieuze studenten, bracht een van hen een recent avondje in de kroeg in herinnering. Iemand stelde daar de retorisch vraag: wat zou je doen als je later een *dom* 🚩 kind krijgt?

Het was een onthullende vraag, dat realiseerden de twee studenten zich zelf ook. Ook zij herkenden zich – dat was mijn vraag – in het beeld dat de media schetsen van een door prestatiedruk tot lichte waanzin gedreven generatie studenten. Nou ja, waanzin, ze hadden allebei wel eens last van paniekaanvallen, net als het merendeel van hun vrienden. Nu was het redelijk onder controle. Genoeg bewegen hielp, gezond eten, beetje agenda-management.

De welzijnsgeeroes zouden trots zijn.

Maar het idee dat een ‘dom kind’ een dystopische fantasie is voor de *best and brightest* van morgen, bleef me bij. De povere onderliggende overtuiging dat je waarde als mens afhangt van je goddelijke cognitieve prestaties blijft in al dat welzijnsgeweld onaangetast. Voor wie niet excelleert ligt in dit wereldbeeld diepe zelftwijfel en vernedering op de loer. Wie dat – met het juiste welzijnsregime – wel lukt, wacht hoogmoed.


Deze hardnekkige illusie, van succes en falen als privébezit, is niet alleen destructief voor je eigen geestelijke gezondheid (er zijn namelijk steeds meer goddelijke ratten in de race), maar ook voor je medeburgers die – door het toeval waarvan jij het bestaan ontkent – niet tot zulke prestaties hebben kunnen komen.

---

Wees je bewust van de  
leugens van het  
meritocratische  
wereldbeeld

Voelen zij überhaupt nog als je medeburgers? Of lijken ze steeds vaker van planeet Wappie te komen?



De aandacht voor geestelijk welzijn is goed, maar het ligt op de loer dat die verwordt tot weer een technocratisch foefje om rendement te vergroten. Ja, je kunt jezelf en je lijst met symptomen verbeteren door gezond te eten, een marathon te lopen, Rik Pastoors  toe te passen op je hysterische agenda. Maar beter ben je je ook bewust van de leugens van het meritocratische wereldbeeld dat maakt dat je als een opgejaagde rat je punten najaagt.

Inderdaad, ook studenten verdienen aandacht voor hun welzijn – zeker in deze grimmige tijden – maar misschien moet die over meer gaan dan de beperkte, intellectueel armoedige vergaarbak ‘geestelijke gezondheid’. Het kan heilzaam zijn om te beseffen dat achter je lijden niet per se een stoornis schuilgaat, maar een wereldbeeld.

Het zal in de eerste plaats betekenen dat de student zijn geestelijk welzijnsregime van mindfulness, groene smoothies, crossfit en *dry january*, vervangt door een zekere filosofische bescheidenheid. *Bildung*, heette dat ooit, toen volwassenwording uit meer bestond dan cv's, diploma's en testcores.

## Meer lezen?

The logo for 'de Correspondent' is written in a black, elegant cursive script. The word 'de' is smaller and positioned above 'Correspondent'.

decorrespondent.nl

**Je las de printversie van dit verhaal. Voor het volledige artikel met links, infocards, eventuele videos en ledenbijdragen, ga naar**

**<https://decorrespondent.nl/12118/hoogmoed-en-zelfhaat-welkom-in-het-hoofd-van-de-hedendaagse-student/97a4505b-bd1b-03d5-2865-d566767185b0>**

*De Correspondent is een dagelijks, advertentievrij medium met als belangrijkste doelstelling om de wereld van meer context te voorzien. Door het nieuws in een breder perspectief of in een ander licht te plaatsen, willen wij het begrip 'actualiteit' herdefiniëren: niet om je aandacht te trekken, maar om je inzicht te bieden in hoe de wereld werkt.*

**Alle verhalen lezen? Dat kan voor € 9 per maand op <https://decorrespondent.nl>**