



## Ondersteuning van de geestelijke gezondheid van studenten in het hoger onderwijs



De afgelopen twee jaar heeft het SUNMENTORS-project universiteiten en organisaties uit heel Europa samengebracht om de groeiende uitdaging van de geestelijke gezondheid van studenten in het hoger onderwijs aan te pakken.

Veel universiteitsstudenten ervaren stress, angst of depressie tijdens hun studie. SUNMENTORS had als doel hogeronderwijsinstellingen te ondersteunen door het vermogen van docenten te versterken om studenten met psychische problemen te herkennen en erop te reageren, en tegelijkertijd een meer inclusieve leeromgeving te bevorderen.

In deze nieuwsbrief zullen we het volgende zien:

- Projectactiviteiten
- Projectresultaten
- Invloed

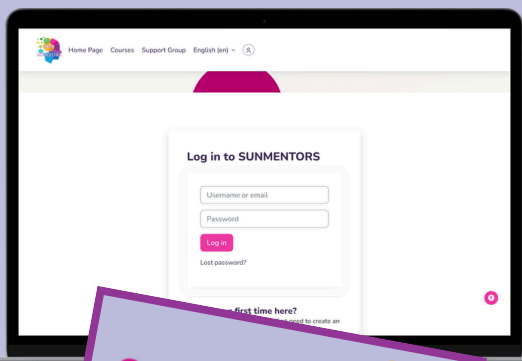


# Projectactiviteiten



Het project begon met een uitwisseling van goede praktijken tussen partnerorganisaties, waarbij bestaande initiatieven ter ondersteuning van de geestelijke gezondheid van studenten aan universiteiten werden onderzocht. Vervolgens werden workshops met studenten en docenten georganiseerd om hun behoeften en uitdagingen in kaart te brengen. De verzamelde inzichten hielpen de partners beter te begrijpen hoe docenten studenten kunnen ondersteunen en welke instrumenten nodig zijn om het bewustzijn over geestelijke gezondheid in het hoger onderwijs te versterken.

# Projectresultaten



SUNMENTORS heeft diverse belangrijke hulpmiddelen voor universiteiten ontwikkeld:

- SUNMENTORS-trainingsprogramma <https://sunmentors.eu/>  
Een trainingsprogramma dat is ontworpen om docenten te helpen leerlingen met psychische problemen beter te begrijpen en te ondersteunen.

- SUNMENTORS-handboek <https://sunmentors.eu/>  
Een praktische gids die docenten handvatten en advies biedt om waarschuwingssignalen te herkennen en op passende wijze te reageren op leerlingen die hulp nodig hebben.

- SUNMENTORS E-learningplatform <https://sunmentors-hub.eu/login/index.php>  
Een online platform dat flexibele toegang biedt tot het trainingsmateriaal en de leermodules.

- Beleidsaanbevelingen <https://sunmentors.eu/>  
Richtlijnen ter ondersteuning van universiteiten bij het ontwikkelen van sterkere institutionele strategieën voor de geestelijke gezondheid van studenten.





## Invloed

Door middel van training, samenwerking en kennisuitwisseling draagt SUNMENTORS bij aan het vergroten van het bewustzijn over de mentale gezondheid van studenten en het versterken van de rol van docenten bij het ondersteunen van het welzijn van studenten. De resultaten van het project zullen universiteiten in heel Europa blijven helpen bij het creëren van meer inclusieve en ondersteunende academische omgevingen. Hoewel het project ten einde loopt, zullen de instrumenten en kennis die via SUNMENTORS zijn ontwikkeld, universiteiten blijven helpen bij het verbeteren van de ondersteuning van de mentale gezondheid van studenten.

### Partners

