

Eenzame studenten op TU/E?

Een onderzoek naar het in kaart brengen van het eenzaamheidsprobleem onder de studenten van de technische universiteit Eindhoven



Onderzoeker:	Michelle van Rensch 421678
E-mail:	michelle@tint-eindhoven.nl
Plaats en datum:	Eindhoven, 31 januari 2020
Opdrachtgever:	Stichting TINT Eindhoven

Voorwoord

Voor u ligt de scriptie 'Eenzame studenten op TU/e?' geschreven door Toegepaste Psychologie student Michelle van Rensch, in het kader van het afstuderen aan Hogeschool Saxion te Deventer. Dit onderzoek is uitgevoerd door Stichting TINT Eindhoven. Er is gewerkt aan deze scriptie van februari 2019 tot juli 2019.

Dit onderzoek was er niet geweest zonder een aantal mensen, die ik graag wil bedanken. Ten eerste Arantja Rosalina voor alle hulp als het ging over social media. Door haar feedback en vrolijkheid bleef ik steeds gemotiveerd om te werken aan het onderzoek. Ook haar enthousiasme zorgde ervoor dat er een fijne samenwerking was tussen ons. Verder wil ik graag mijn eerste begeleider van het Saxion bedanken, Janneke Jolij. Haar kritische blik zorgde voor feedback waar ik erg veel van leerde. Ze was altijd open en eerlijk, waardoor ik meer uit mijn onderzoek heb kunnen halen. Ik wil haar graag bedanken voor de tijd die ze voor mij vrij maakte om feedback te bespreken. Ook wil ik graag mijn tweede begeleider Mirella Ordeman bedanken, met haar feedback heb ik het onderzoek mogen starten. Mijn medestudent Noëlle wil ik ook graag bedanken voor haar kritische feedback, bij haar kon ik altijd mijn stukken doorsturen voor feedback. Bedankt voor alle feedback die ik heb mogen ontvangen van jullie, hier werd mijn scriptie elke keer weer beter van.

Ik wens u veel leesplezier toe.

Michelle van Rensch

Eindhoven, 31 januari 2020

Samenvatting

Stichting TINT heeft de afgelopen twee jaar een programma ontwikkeld waar de nadruk lag op het verbinden van studenten. Tijdens dit programma kwam naar voren dat er studenten waren die eenzaamheid ervaren. TINT wil onderzoeken waarom deze studenten zich eenzaam voelen en welke factoren een rol spelen in hun eenzaamheid. Dit onderzoek is ingezet om de omvang, de ernst en de aard van eenzaamheid op de Technische Universiteit Eindhoven campus in te kaart te brengen. Ook de factoren die meespelen bij het ervaren van eenzaamheid zijn onderzocht. Dankzij dit onderzoek kan TINT evenementen organiseren betreft het thema eenzaamheid, maar ook de verbondenheid tussen studenten vergroten.

Er zijn verschillende soorten eenzaamheid, waarbij sociale, communicatieve en geestelijk eenzaamheid centraal staat in dit onderzoek. Studenten kunnen deze vormen van eenzaamheid ervaren. Naast eenzaamheid speelt een sociaal netwerk, waarbij grootte en frequentie bij mee spelen, en het ideaalbeeld van het sociaal netwerk een rol bij het ervaren van eenzaamheid. Dit zou vaker voorkomen bij buitenlandse studenten. Echter zou het ervaren van sociale steun een beschermende factor hebben tegen eenzaamheid.

Om antwoord te geven op de onderzoeksvraag: 'Hoe eenzaam voelen studenten van TU/e anno 2019?' is er een vragenlijst ingezet. Deze vragenlijst bevat vragen van de UCLA 3 met aanvullende vragen over factoren die meespelen bij eenzaamheid vanuit de literatuur. Via de social media kanalen van TINT werd deze vragenlijst verspreid. De vragenlijst had 117 respondenten (N=117). Binnen de steekproef was de verhouding Nederlandse en buitenlandse studenten representatief.

Uit de resultaten komt naar voren dat de helft van de studenten in dit onderzoek eenzaamheid ervaart. Sociale steun van vrienden, hechte relaties en verbondenheid zien de studenten als factoren die meespelen bij het ervaren van eenzaamheid. In dit onderzoek ervaarden zowel Nederlandse studenten als buitenlandse studenten eenzaamheid. Verder ervaren mannen in dit onderzoek meer eenzaamheid dan vrouwen. Er kan dus worden geconcludeerd dat onder de studenten van dit onderzoek eenzaamheid aanwezig is. Er wordt een vervolgonderzoek aanbevolen, wat betrekking heeft tot het ervaren van eenzaamheid en het hebben van een functiebeperking.

Inhoudsopgave

Hoofdstuk 1 Inleiding	5
1.1 Aanleiding	5
1.1.2 Aanleiding vanuit de studentpsychologen	5
1.1.3 Eenzaamheid & ASS	5
1.1.4 TU/e Vitality	6
1.1.5 Overkoepelend onderzoek en huidig onderzoek	6
1.1.6 Relevantie huidig onderzoek	6
1.2 Onderzoeksvraag	7
1.3 Doelstelling van het onderzoek	7
Hoofdstuk 2 Theoretisch kader	9
2.1 Definitie eenzaamheid	9
2.2 Studenten & eenzaamheid	9
2.3 Sociale steun	10
2.4 Hypothesen	11
2.5 Conceptueel model	11
Hoofdstuk 3 Onderzoeksdesign	12
3.1 Onderzoeksmethode	12
3.2 Onderzoeksdoelgroep	12
3.3 Onderzoeksinstrument	12
3.4 Procedure	13
3.5 Analyses	13
Hoofdstuk 4 Onderzoeksresultaten	15
4.1 Verloop van het onderzoek	15
4.2 Respons van het onderzoek	15
4.3 Resultaten van de deelvragen	16
4.3.1 Frequentie en mate van eenzaamheid	16
4.3.2 Factoren voor het ervaren van eenzaamheid	16
4.3.3 Het verschil in mate en frequentie van eenzaamheid betreft woonsituatie	17
4.3.4 Het verschil in mate en frequentie van eenzaamheid tussen de studenten	18
Hoofdstuk 5 Conclusie, discussie en aanbevelingen	19
5.1 Conclusie	19
5.1.1 Frequentie en mate van eenzaamheid	19
5.1.2 Factoren die meespelen bij eenzaamheid	19
5.1.3 Het verschil in mate en frequentie van eenzaamheid onder studenten	20
5.2 Betrouwbaarheid, Validiteit en bruikbaarheid	20
5.2.1 Validiteit	20
5.2.2 Representatie van de TU/e populatie	21

5.2.3 Begripsvaliditeit	21
5.3 Aanbevelingen	21
5.3.1. Aanbevelingen betreft het TINT netwerk	21
5.3.2 Aanbeveling naar vervolgonderzoek	22
Bronnenlijst	23
Bijlagen	26
Bijlage 1 Vragenlijstmatrix	26
Bijlage 2 Plan Social media posts	27
Bijlage 3 Mail samenwerkingspartners	28
Bijlage 4 Social media posts	29
Bijlage 5 Flyer	30
Bijlage 6 Herinneringsmail samenwerkingspartners	31
Bijlage 7 Vragenlijst	32
Bijlage 8 Plan van aanpak vervolgonderzoek	35
Bijlage 9 Eigenwerkverklaring	36
Bijlage 10 Stellingen	37
Bijlage 11 TU/e Notitiebeleid: Studeren met een functiebeperking	38

Hoofdstuk 1 Inleiding

In dit hoofdstuk worden de aanleiding, onderzoeksvraag en doelstelling van het onderzoek beschreven.

1.1 Aanleiding

TINT is een organisatie die zich bezighoudt met het coachen van studenten en het organiseren van evenementen. TINT heeft de afgelopen twee jaar een programma ontwikkeld genaamd 'Aan Tafel'. Hierin lag de nadruk bij studenten op het verbinden en elkaar leren kennen op het gebied van levensvragen, zingeving en persoonlijke ontwikkeling (TINT, 2018). Het programma leverde successen op, met diners, evenementen, ontmoetingen en gesprekken. De Technische Universiteit Eindhoven (TU/e) zette zich ook in om saamhorigheid op de campus te vergroten en was onder de indruk van dit programma. TU/e vroeg daarom aan TINT of zij de saamhorigheid nog verder konden versterken door meer studenten te bereiken in de TU/e community. TU/e gaf aan dat ze bij TINT op dit gebied kansen zien en dat ze graag willen dat TINT daar grotere stappen in maakt. Tijdens het organiseren van de activiteiten voor het programma 'Aan Tafel' kwam steeds naar voren dat het lastig was om de buitenlandse studenten te bereiken (TINT, 2018). Dit besefte TINT dankzij gesprekken met student-assistenten en buitenlandse studenten die aanwezig waren op de evenementen. Zij vertelden dat ze regelmatig eenzaamheid ervaren. Hier ontstond bij TINT de vraag: Hoe zit dit bij studenten die niet naar de evenementen komen of waar TINT geen contact mee heeft? TINT denkt dat deze studenten door verschillende redenen in een vorm van isolement terecht zijn gekomen, waarin de uitnodiging om in gesprek te gaan en ervaringen te delen niet beantwoord wordt. Daarom wil TINT onderzoeken hoe deze studenten bereikt kunnen worden.

1.1.2 Aanleiding vanuit de studentpsychologen

Er is bij de studentpsychologen van de TU/e naar voren gekomen, dat zij regelmatig studenten spreken die eenzaamheid ervaren (J. Beenhakker, persoonlijke communicatie, 6 maart 2019). De studentpsychologen merkten dat meer studenten dan vorig studiejaar zich aanmeldden voor een gesprek met een psycholoog, echter zijn hiervan vanuit de studentpsychologen geen precieze cijfers bekend. Dit merkten zij omdat dit studiejaar de wachttijd voor een gesprek van twee weken naar zes weken is gegaan, terwijl er in het studentenpsychologenteam niets is veranderd in het aantal uren of personen. Hierdoor vroegen zij zich af hoeveel studenten van de TU/e eenzaamheid ervaren. Uit een meeting met de studentpsychologen (J. Beenhakker, persoonlijke communicatie, 6 maart 2019) kwam naar voren dat studenten regelmatig gevoelens van eenzaamheid ervaren. Uit de ervaringen van de studentpsychologen zouden buitenlandse studenten dit vaker in een gesprek aangeven dan Nederlandse studenten. Echter, geven de studentpsychologen aan dat eenzaamheid zowel een oorzaak als gevolg kan zijn voor de problemen die studenten ervaren. Verder vertelde de studentpsychologen dat studenten meestal meerdere problemen ervaren, waarvan eenzaamheid een onderdeel kan zijn. TINT wil graag in kaart brengen hoeveel studenten eenzaam zijn, om zo ook de studenten te bereiken die nog niet naar de studentenpsychologen gaan. TINT wil van deze studenten weten hoe zij eenzaamheid ervaren en wat eenzaamheid voor hen betekent. Zo kan TINT studenten benaderen en helpen voordat ze naar de studentpsychologen gaan, met evenementen en workshops over het thema eenzaamheid.

1.1.3 Eenzaamheid & ASS

Eenzaamheid is wellicht een groter probleem in Eindhoven dan in een andere studentenstad zoals bijvoorbeeld Nijmegen. Dit zou te maken kunnen hebben met de TU/e; een Technische Universiteit met verschillende bètastudies waaronder engineering, informatie- en communicatietechnologie en natuurkunde. Uit onderzoek blijkt dat ouders die kinderen hebben met autisme spectrum stoornis vaker werkzaam zijn in de sectoren betreft bètastudies (Wheelwright & Baron-Cohen, 2001). In regio's waar een sterke ICT-sector is, wonen meer mensen met een Autisme Spectrum Stoornis (Roelfsema et al., 2012). Ook komt naar voren dat studenten met autistische trekken vaker kiezen voor een technische of natuurwetenschappelijke studie dan studenten zonder autistische trekken. Eindhoven heeft twee keer zoveel kinderen met een Autisme Spectrum Stoornis (ASS) dan vergelijkbare gemeenten in de rest van het land. Bij mensen met ASS komen gevoelens van eenzaamheid op verschillende manieren tot uiting (van Kooten & Droogendijk, 2013). Over het algemeen hebben mensen met ASS moeite met sociale interacties en kunnen op deze manier gevoelens van eenzaamheid ervaren. Er zijn ook mensen met ASS die weinig sociale contacten hebben, maar geen gevoelens van eenzaamheid ervaren. Sociale contacten opzoeken kan bij iemand met ASS veel spanning opleveren, waardoor ze er liever voor kiezen om

alleen te zijn. Toch kunnen ze dan alsnog eenzaamheid ervaren, ook al kiezen ze er bewust voor om alleen te zijn. Het is mogelijk dat ASS een rol speelt in eenzaamheid bij de studenten van de TU/e vanwege de mogelijkheid dat er een groep studenten met ASS studeert aan de TU/e. Ook de regio zelf kan van invloed zijn. Aangezien de regio Eindhoven een technische universiteit heeft en een sterke ICT-sector, is er grotere kans op technische studenten die ASS hebben. Volgens het beleidsnotitie van de TU/e over studeren met een functiebeperking (2006) is er weinig bekend over het aantal studenten met ASS over de hele campus ASS. Zie bijlage 11 voor de inventarisatie betreft studeren met een functiebeperking op de TU/e. De prevalentie van ASS in Nederland 0,62% van de bevolking (Versteegde, Singer, Zoutenbier, & Sluijmers, 2014). Dit houdt in dat per 10.000 personen er 62 personen zijn met ASS.

1.1.4 TU/e Vitality

TU/e Vitality is een programma van de TU/e waarbij het welbevinden van studenten en medewerkers voorop staat. Dit stimuleren zij door verschillende trainingen en workshops aan te bieden om zowel het fysieke als mentale welbevinden te verbeteren. Ze werken samen met het Student Sports Centre op de campus. Er worden momenteel geen trainingen of workshops gegeven betreft het thema eenzaamheid. TU/e Vitality wil graag samenwerken met TINT zodat er een training of workshop opgezet kan worden betreft eenzaamheid.

1.1.5 Overkoepelend onderzoek en huidig onderzoek

Naar aanleiding van de gesprekken met de student-assistenten, buitenlandse studenten, studentpsychologen en TU/e Vitality wil TINT een onderzoek starten naar eenzaamheid onder de TU/e studenten (TINT, 2018). Het overkoepelende onderzoek van TINT bestaat uit verschillende delen, waaronder het activeren van alle organisaties en partijen die zich bezig houden met dit onderwerp, het online onderzoek, interviews en het opstellen van een actieplan voor follow up activiteiten. Het doel van het overkoepelende onderzoek is het in kaart brengen van het eenzaamheidsprobleem, het bespreekbaar maken van het onderwerp eenzaamheid, adviezen geven aan studenten en docenten en het opzetten van activiteiten waarbij het thema eenzaamheid bespreekbaar wordt gemaakt. TINT zou al preventief aan de slag kunnen gaan, zodat zij de groeiende vraag naar studentpsychologen kunnen opvangen. Dit kunnen zij doen door het thema eenzaamheid bespreekbaar te maken door middel van activiteiten omtrent sociaal-welbevinden. Het overkoepelende onderzoek van TINT wordt verder vormgegeven aan de hand van de resultaten van het online onderzoek.

Het huidige onderzoek heeft betrekking op het online onderzoek, met als doel het in kaart brengen van het eenzaamheidsprobleem. De resultaten van het huidige onderzoek dienen als advies voor het overkoepelende TINT onderzoek. In het huidige onderzoek wordt de aard, omvang en de ernst van eenzaamheid in kaart gebracht door te onderzoeken hoeveel studenten eenzaamheid ervaren, welke factoren hierin meespelen, wat eenzaamheid voor hen betekent en hoe erg ze dit zelf vinden. Er wordt ook onderzocht of er een verschil is tussen buitenlandse en Nederlandse studenten en het wel of niet woonachtig zijn op de campus. Van de ongeveer 12.000 studenten is meer dan 16% buitenlands (Pierik, n.d.).

1.1.6 Relevantie huidig onderzoek

In de regio Zuidoost Brabant zou 41% van de volwassenen zich eenzaam voelen (Janssen, 2018). Over de westerse migranten zijn alleen de cijfers over heel Nederland bekend, 50% hiervan zou zich eenzaam voelen (van den Brink, 2019). Een onderzoek stelt dat studenten die sociale ondersteuning hebben van vrienden en familie, een positief effect ervaren op hun studieresultaten (Wilcox, Winn, & Fyvie-Gauld, 2005). Buitenlandse studenten kunnen dit anders ervaren, aangezien ze vaak ver van hun eigen sociale ondersteuning wonen. Wel is gebleken dat studenten die zich thuis voelen op een universiteit een positief effect ervaren op hun studieresultaten (Severiens & Wolff, 2008). Voor studenten die zich niet thuis voelen op de universiteit zou dit wellicht kunnen betekenen dat ze eenzaamheid ervaren. Wellicht ervaren de studenten die woonachtig zijn op de campus dit anders. De bovenstaande onderzoeken zouden redenen kunnen geven voor buitenlandse studenten om eenzaamheid te ervaren. De eerder genoemde onderzoeken zijn vooral gericht op welke sociale aspecten een studie succesvol maken voor studenten. Hierbij is niet gericht onderzocht wat het welbevinden van studenten is of waar ze terecht kunnen als ze een hulpvraag hebben.

Eenzaamheid is een subjectieve ervaring waarbij er minder betekenisvolle relaties zijn met anderen dan diegene wenst. Dit kan bijvoorbeeld betekenen dat men een emotionele hechte band mist, zoals een relatie of

een beste vriend. Ook het gemis van een grotere groep mensen om iemand heen, zoals collega's of buurtgenoten kan een subjectieve ervaring van eenzaamheid zijn (van Tilburg & de Jong-Gierveld, 2007). Mensen met een kleiner sociaal netwerk hoeven niet perse eenzaam te zijn, omdat de subjectieve ervaring bepaalt of iemand eenzaamheidsgevoelens ervaart (Fokkema & van Tilburg, 2006). Eenzaamheid kan ook ervaren worden als iemand zich in een groot gezelschap bevindt. Volgens het onderzoek van Fokkema & van Tilburg zouden eenzaamheidsgevoelens kunnen ontstaan wanneer bestaande relaties onvoldoende inhoud hebben, bijvoorbeeld het missen van gemeenschappelijke kenmerken die men kan delen. Eenzaamheid hangt ook af van de wensen en verwachtingen die iemand heeft over sociale contacten (Schoenmakers, Fokkema, & Tilburg, 2009). Deze verwachtingen zijn per persoon verschillend. Omdat eenzaamheid subjectief wordt ervaren is het lastig om te zien of iemand eenzaamheid ervaart. Het is dus niet te meten aan de hoeveelheid sociale contacten, maar aan de subjectieve ervaringen die iemand heeft.

De Radboud Universiteit heeft vorig jaar nog onderzoek gedaan naar eenzaamheid onder hun studenten (van Huisseling et al., 2018). Dit onderzoek was een vervolgonderzoek over het welbevinden van de studenten op de universiteit. In het eerste onderzoek kwam naar voren dat ongeveer een kwart van de studenten leegte voelde of mensen om zich heen miste. Er is geen onderzoek gedaan naar de factoren die meespelen bij het ervaren van deze gevoelens. In dit onderzoek hebben studenten in focusgroepen aanbevelingen gedaan betreft de studentenbegeleiding en zijn er studentpsychologen en studieadviseurs geïnterviewd over deze aanbevelingen. Er kwam in dit onderzoek naar voren dat sociaal-emotioneel welzijn - zoals eenzaamheid - bespreekbaar gemaakt moet worden, zodat studenten sneller hulp gaan zoeken. Verder komt naar voren dat er meer bekendheid moet komen over waar een student terecht kan met zijn hulpvraag.

TINT wil weten welke factoren studenten aangeven die meespelen in hun eenzaamheid. Dit is namelijk niet naar voren gekomen in het bovenstaande onderzoek. De adviezen die gegeven zijn in het bovenstaande onderzoek, worden al in een andere vorm uitgevoerd door TINT zelf. Ze werken aan hun zichtbaarheid door de activiteiten die ze organiseren te promoten en organiseren workshops waarin sociaal-emotioneel welzijn besproken wordt. TINT wil ook graag weten hoe eenzaamheid onder buitenlandse studenten zich uit. Dit is namelijk niet duidelijk naar voren gekomen in het onderzoek van Radboud Universiteit.

1.2 Onderzoeksvraag

Gebaseerd op de informatie uit de bovenstaande paragraaf is de volgende onderzoeksvraag geformuleerd: Hoe eenzaam voelen studenten van TU/e zich anno 2019?

De volgende deelvragen horen hierbij:

- Hoe vaak komt eenzaamheid voor bij de studenten van TU/e?
- In welke mate van de UCLA zijn de studenten van TU/e eenzaam?
- Indien studenten zich eenzaam voelen, in hoeverre ervaren ze dit als een probleem?
- Welke factoren geven studenten zelf aan die meespelen bij het ervaren van eenzaamheid als hier sprake van is?
- Is er een significant verschil in de mate van ervaren eenzaamheid die tussen studenten die woonachtig zijn op de campus en elders?
- Is er een significant verschil in de frequentie van eenzaamheid tussen studenten die woonachtig zijn op de campus en elders?
- Is er een significant verschil in mate van ervaren eenzaamheid tussen buitenlandse studenten en Nederlandse studenten?

1.3 Doelstelling van het onderzoek

TINT is een organisatie die studenten van de TU/e coacht bij levensvragen en persoonlijke ontwikkeling. Ook biedt TINT mogelijkheden aan waar studenten zich met elkaar kunnen verbinden, door middel van trainingen, workshops, discussies en lezingen. TINT draagt bij aan de TU/e community door samen te werken met verschillende organisaties van de TU/e, zoals TU/e Vitality. Hierdoor vergroten zij hun netwerk. In de activiteiten die TINT organiseert komen verschillende thema's voorbij en worden gastsprekers uitgenodigd om hun ervaringen en expertise te delen.

Met de resultaten van dit onderzoek kan er in kaart worden gebracht in hoeverre buitenlandse en Nederlandse studenten zich op TU/e eenzaam voelen. Ook wordt er in kaart gebracht wat de omvang, de ernst en de aard van eenzaamheid zijn op de campus. Met deze resultaten kunnen er aan TINT adviezen op maat worden gegeven betreft hun eigen overkoepelende onderzoek en betreft de samenwerking met TU/e Vitality om het thema eenzaamheid bespreekbaar te maken.

Hoofdstuk 2 Theoretisch kader

In dit hoofdstuk wordt de literatuur beschreven die van belang is voor het onderzoek. Achtereenvolgens komt de definitie van eenzaamheid, de koppeling met studenten en het sociale netwerk aan de orde. Verder komen de hypothesen en het conceptueel model van dit onderzoek aan bod.

2.1 Definitie eenzaamheid

Zoals in de aanleiding is beschreven, is eenzaamheid een subjectieve ervaring die per persoon verschillend is. Ook is eenzaamheid niet uit te drukken in het aantal sociale contacten dat een persoon heeft, maar juist de persoonlijke ervaringen betreft zijn sociale contacten zijn van belang.

Volgens de onderzoeken van Shagivaleeva (2014) en van Van Tilburg & de Jong-Gierveld (2007) bestaan er verschillende niveaus van eenzaamheid; fysieke, communicatieve, emotionele en geestelijke eenzaamheid. Bij fysieke eenzaamheid wordt elke vorm van contact met andere personen onmogelijk. Communicatieve eenzaamheid wordt waargenomen wanneer een persoon een langere periode verblijft bij een grote groep onbekende personen. Emotionele eenzaamheid ontstaat als een persoon geen hechte relaties onderhoudt met andere personen of wanneer er een sterk gemis is van een hechte band met een ander. Dit heeft betrekking op de kwaliteit van een relatie, omdat personen bij dit soort eenzaamheid wel communiceren met andere personen maar geen diepere betekenis in de relatie ervaren. De geestelijke eenzaamheid ontstaat wanneer een persoon wel contact heeft met anderen, maar geen verbondenheid ervaart. Verder is er sociale eenzaamheid waar eenzaamheid ervaren wordt bij een grotere groep mensen, zoals collega's. Deze soorten van eenzaamheid kunnen voorkomen bij de studenten van de TU/e. Bijvoorbeeld geestelijke eenzaamheid kan voorkomen bij de buitenlandse studenten, omdat zij wel contact hebben met medestudenten maar hier wellicht geen verbondenheid in ervaren. Het onderzoek van Shagivaleeva (2014) laat ook zien dat verbondenheid een rol speelt in het ervaren van eenzaamheid.

Iemand kan zich eenzaam voelen wanneer belangrijke personen er niet zijn. Dit kan gebeuren als de persoon of de andere wordt afgewezen of er voor kiest om zelf afgewezen te worden zodat diegene een ander soort verbondenheid kan aangaan (Dahlberg, 2007). Hij kan er bijvoorbeeld voor kiezen om deel uit te maken van een andere groep vrienden. Dit soort eenzaamheid kan rustgevend en aangenaam zijn, omdat er meer duidelijkheid ontstaat voor de ander en voor jezelf over wat de verbondenheid inhoudt. Dit wordt ook vrijwillige eenzaamheid genoemd. Wanneer dit niet vrijwillig gebeurt, ontstaat er onvrijwillige eenzaamheid. Er ontstaat dan onduidelijkheid over de verbondenheid tussen de personen. Eenzaamheid kan verdwijnen als iemand een gevoel van verbondenheid ervaart (Dahlberg, 2007). Dit wordt bevestigd door een ander onderzoek dat stelt dat eenzaamheid verminderd wordt als een persoon nieuwe sociale contacten en vrienden opdoet (Herz & Lalander, 2017). Door het opbouwen van deze nieuwe contacten ontstaat er een nieuwe verbondenheid.

Eenzaamheid kan ook te maken hebben met hoe een persoon met zijn vriendschappen omgaat. Iemand die de kwaliteit van zijn vriendschappen negatief interpreteert kan gevoelens van eenzaamheid ervaren (Lodder, Scholte, Goossens, & Verhagen, 2015). Hij kan bijvoorbeeld het gevoel hebben dat hij geen beste vriend heeft of dat zijn vrienden er niet voor hem zijn. Daarbij komt naar voren in het onderzoek dat personen die zichzelf vergelijken met leeftijdsgenoten en hoe zij met vriendschappen omgaan, de kwaliteit van hun eigen vriendschappen negatiever kunnen interpreteren dan het daadwerkelijk zou zijn. Dit zou kunnen betekenen dat vriendschappen zowel een negatief effect als positief effect kunnen hebben op eenzaamheid.

Kortom, er zijn verschillende soorten eenzaamheid die iemand ervaart met verschillende oorzaken. In dit onderzoek staan de sociale, emotionele, communicatieve en geestelijke eenzaamheid van Shagivaleeva (2014) en van Tilburg & de Jong-Gierveld (van Tilburg & de Jong-Gierveld, 2007) centraal.

2.2 Buitenlandse studenten & eenzaamheid

De overgang naar de universiteit kan voor veel studenten verandering teweeg brengen. Uit onderzoek komt naar voren dat studenten tijdens deze overgang gevoelens van eenzaamheid kunnen ervaren (Diehl, Jansen, Ishchanova, & Hilger-Kolb, 2018). Hier spelen factoren mee als het verliezen van het huidige sociale netwerk, wat tijdens deze overgang een lastig proces kan zijn, maar ook het hebben van een migratieachtergrond zou

sterk gerelateerd worden aan eenzaamheid. Dit zou dan ook van toepassing kunnen zijn voor buitenlandse studenten die naar Nederland toe komen om te studeren. Daarbij zouden buitenlandse studenten meer tijd nodig hebben om zich aan te passen aan de universiteit dan hun medestudenten (Meuleman, Garrett, Wrench, & King, 2015). Dit zou volgens het onderzoek mogelijk ontstaan door een cultuur shock, doordat de cultuur waar een internationale student vandaan komt sterk kan verschillen met de cultuur op een universiteit. Deze ervaringen zouden gevoelens van eenzaamheid kunnen versterken volgens het onderzoek van Meuleman et al. (2015). Buitenlandse studenten zouden zowel communicatieve eenzaamheid als emotionele eenzaamheid kunnen ervaren (Shagivaleeva, 2014), omdat ze zowel een langere periode tussen onbekende personen zijn, als gemis kunnen ervaren van een hechte band met andere personen.

Een tekort aan vrienden die uit het land komen waar de internationale studenten studeren zou ook voor eenzaamheid kunnen zorgen (Imai, 2017). Factoren zoals de grootte en de beschikbaarheid van het netwerk spelen een rol in het ervaren van eenzaamheid (Zysberg, 2012a). Dit wordt bevestigd door een onderzoek van Russel (2012), waarbij er ook naar voren komt dat er een verschil is tussen het ideaalbeeld van een student zijn sociale netwerk en het daadwerkelijke beeld van het sociale netwerk. Het verschil zou een maat zijn om de tevredenheid van het sociale netwerk te beschrijven. Hoe kleiner het verschil, hoe groter de tevredenheid van een student met zijn sociale netwerk. Ook voor Nederlandse studenten zou dit een rol kunnen spelen.

Internationale studenten die eenzaamheid ervaren, zouden ook vaker depressieve gevoelens ervaren (Wei, Russell, & Zakalik, 2005). Ook gevoelens van hechtingsangst en het wel of niet kunnen uiten van gevoelens speelt een rol in het ervaren van eenzaamheid. Het niet kunnen uiten van gevoelens naar anderen versterkt namelijk de hechtingsangst bij een persoon. Het niet kunnen uiten van gevoelens kan zowel een oorzaak als gevolg zijn bij het ervaren van eenzaamheid. Het ervaren van depressieve gevoelens bij eenzaamheid is ook door de studentpsychologen van de TU/e opgemerkt. Zij stellen daarbij dat deze gevoelens zowel een oorzaak als gevolg kunnen zijn voor eenzaamheidsgevoelens en dat dit voorkomt bij zowel buitenlandse als Nederlandse studenten. De studentpsychologen van de TU/e kunnen geen precieze cijfers geven betreft hoeveel studenten hier mee te maken hebben, vanwege de privacy. Peltzer en Pengpid (2017) merkten op dat eenzame studenten sneller aangeven dat ze depressieve gevoelens ervaren en weinig steun ervaren vanuit hun sociale netwerk.

Samengevat zou het kunnen dat de TU/e studenten door meerdere factoren, zoals hierboven is beschreven, eenzaamheid ervaren. Het sociale netwerk en het ideaalbeeld hiervan, kunnen een rol spelen in eenzaamheid. Verhuizen naar een universiteit in het buitenland is voor studenten ook een belangrijke factor waardoor zij eenzaamheid kunnen ervaren.

2.3 Sociale steun

Als een persoon ervaart dat hij te weinig sociale steun heeft ontvangen, kan er al sprake zijn van eenzaamheid (Savelkoul & van Tilburg, 2010). Toch is hier sprake van subjectieve ervaringen van eenzaamheid en sociale steun. Savelkoul en van Tilburg stellen verder dat de tevredenheid met de hoeveelheid verkregen steun een rol speelt in het ervaren van eenzaamheid en zelfs een middel kan zijn tegen eenzaamheid. Sociale steun is een belangrijke factor die mee kan spelen in het welbevinden van een persoon (Walen & Lachman, 2000). Voor het ontvangen van sociale steun zijn zowel familie als vriendschappen belangrijke factoren in het welbevinden. Kortom, sociale steun heeft een grote invloed op het ervaren van eenzaamheid, vooral voor buitenlandse studenten aangezien hun sociale steun niet dicht in de buurt is, zie figuur 1.

Voor buitenlandse studenten is het moeilijker om een sociaal netwerk op te bouwen in het land waar ze studeren omdat factoren als een taalbarrière en cultuurverschillen een rol spelen (Demirbas, 2015). Het sociale netwerk is belangrijk voor het ontvangen van sociale steun. Een groot deel van de buitenlandse studenten kiest hun eigen familie als primaire sociale steun (Zhai, 2002). Gezien hun familie niet dicht in de buurt is voor hulp, gaan buitenlandse studenten vaak met problemen naar studieadviseurs, studiegenoten of naar andere buitenlandse studenten. Volgens Zhai (2002) voelen buitenlandse studenten zich onderling vaak verbonden met elkaar.

Vrouwen en mannen zijn op verschillende manieren kwetsbaar voor eenzaamheid doordat sociale steun op verschillende manieren wordt ervaren. Een onderzoek stelt dat het hebben van een partner een beschermende

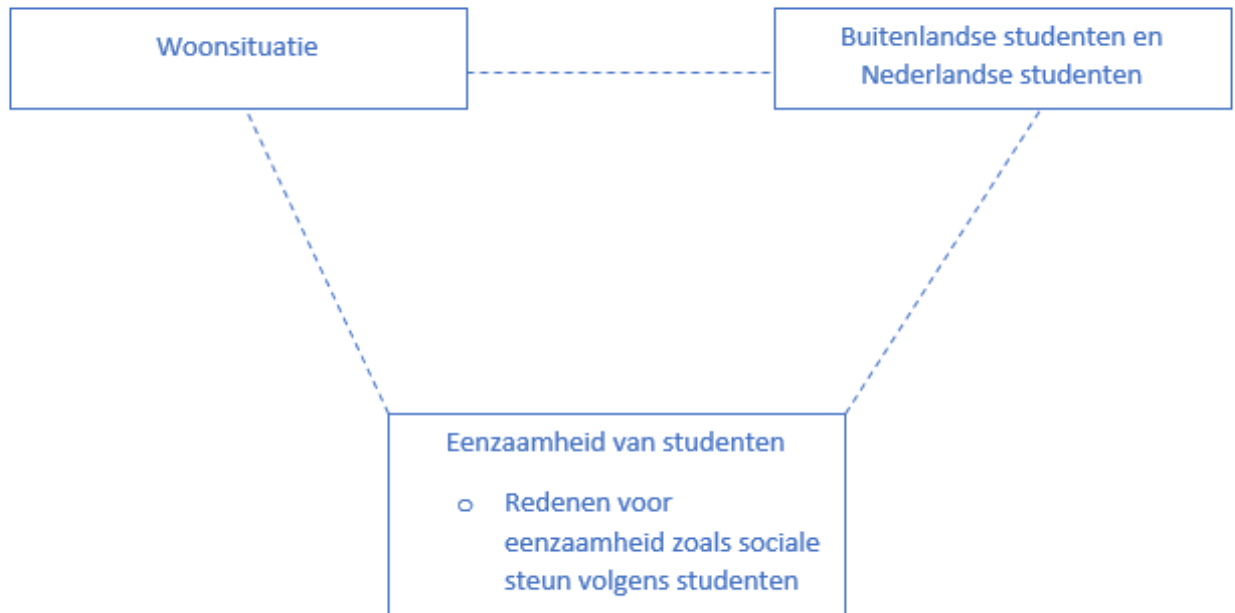
factor zou zijn tegen eenzaamheid (Diehl et al., 2018). In dat onderzoek valt het hebben van een partner onder sociale steun die een persoon kan ervaren. Verder zou sociale steun volgens Walen en Lachman werken als een buffer voor het welbevinden van een persoon (2000). Deze buffer zou een grotere rol spelen bij vrouwen dan bij mannen, waaruit zou kunnen volgen dat mannen sneller eenzaamheid ervaren dan vrouwen. Bij vrouwen zou de sociale steun van familie een grotere rol spelen bij het welbevinden dan bij mannen. Dit wordt door het onderzoek van Salimi en Bozorgpour ook vastgesteld (2012). Vrouwen zouden vaker gevoelens van eenzaamheid ervaren dan mannen (Rautio, Sunnari, Taanila, Rönkä, & Koiranen, 2016). Er wordt gesteld dat vrouwen kwetsbaarder zijn voor eenzaamheid dan mannen, wat kan komen door de verwachtingen die men heeft betreffende sociale relaties van vrouwen. Uit dat onderzoek wordt ook gesteld dat vrouwen meer vriendschappen zouden hebben dan mannen. Toch stelt een ander onderzoek dat het geslacht niet kan voorspellen of iemand eenzaam wordt (Lasgaard, Goossens, & Elklit, 2011).

2.4 Hypothesen

In het literatuuronderzoek komt vooral aan bod wat een rol kan spelen bij eenzaamheid onder studenten. Omdat de onderzoeksvraag is gericht op de studenten van TU/e, wordt er een vragenlijst ontwikkeld en uitgezet om uit vragen hoe de studenten eenzaamheid ervaren. Deze vragenlijst wordt verder toegelicht in hoofdstuk 3. Na het literatuuronderzoek hebben de deelvragen geleid tot de volgende hypothesen:

- Buitenlandse studenten ervaren meer eenzaamheid dan binnenlandse studenten (Diehl et al., 2018; Imai, 2017; Russell et al., 2012; Zysberg, 2012b).
- De voornaamste factor voor het ervaren van eenzaamheid is sociale steun (Demirbas, 2015; Savelkoul & van Tilburg, 2010; Walen & Lachman, 2000).

2.5 Conceptueel model



Figuur 1
Conceptueel model

Hoofdstuk 3 Onderzoeksdesign

In dit hoofdstuk worden de onderzoeksmethode, onderzoeksdoelgroep en het onderzoeksinstrument beschreven. Daarnaast worden de procedure en analyses uitgelegd.

3.1 Onderzoeksmethode

Om antwoord te geven op de onderzoeksvraag: 'Hoe eenzaam voelen studenten van TU/e anno 2019?' wordt er gebruik gemaakt van een kwantitatieve onderzoeksmethode, te weten vragenlijsten. Om de deelvragen te beantwoorden die betrekking hebben op numerieke gegevens, zoals hoe vaak eenzaamheid voorkomt, is het afnemen van een vragenlijst de snelste, goedkoopste en meest efficiënte manier om te vragen naar de ervaringen over eenzaamheid, maar een survey heeft ook het voordeel dat er een grote groep studenten kan worden benaderd en kan worden bereikt (Verhoeven, 2014).

3.2 Onderzoeksdoelgroep

Deze doelgroep zal bestaan uit studenten die op verschillende faculteiten van TU/e studeren, waaronder Applied Physics en Industrial Design. In de groep zitten zowel Nederlandse studenten als buitenlandse studenten. Verder zal deze doelgroep woonachtig zijn op de campus of elders. Er wordt gebruik gemaakt van een zelfselectie steekproef (Verhoeven, 2014), waarbij studenten zelf kunnen bepalen of ze meedoen aan het onderzoek. Hierdoor blijft de doelgroep gericht op studenten van TU/e. In het collegejaar 2018-2019 zijn er ongeveer 12.000 studenten ingeschreven op de TU/e (Pierik, n.d.). Bij een betrouwbaarheidsniveau van 95% met een foutmarge van 5% is een steekproef van 373 respondenten gewenst bij een populatie van 12.000 (Survey Monkey, 2019) en dit is tevens het streven voor dit onderzoek. Doordat bij dit onderzoek gebruik wordt gemaakt van een zelfselectie steekproef, kan de representativiteit worden verminderd aangezien studenten zelf kunnen bepalen of ze deelnemen aan het onderzoek.

3.3 Onderzoeksinstrument

Om het eenzaamheidsprobleem in kaart te brengen wordt er een digitale vragenlijst ingezet, zie bijlage 7. Deze vragenlijst zal bestaan uit vijf onderdelen: uitleg over het onderzoek met invulinstructie, de UCLA Loneliness Scale versie 3, factoren voor eenzaamheid, demografische gegevens en een afsluitend bedankwoord. De gehele vragenlijst bestaat in totaal uit 40 items, waarvan 20 items uit de UCLA 3 komen. De vragenlijst wordt eerst omgezet naar een digitale vragenlijst, via het programma Google formulieren. Hierbij wordt de vragenlijst niet vertaald naar het Nederlands, omdat Engels de voertaal is op de TU/e, hierdoor is de gehele vragenlijst Engelstalig. Echter kan het zijn dat bij het onderdeel factoren door de vertaalkeuze er een andere betekenis verleend kan worden aan de factoren die genoemd zijn. Met Google formulieren is het gemakkelijker om de vragenlijst te posten, aangezien hier aparte opties voor zijn.

In het welkomstwoord van de vragenlijst wordt zowel het doel van onderzoek als de invulinstructie uitgelegd. De invulinstructie houdt in dat er een vier-puntsantwoordschaal is oplopend van never tot always, zoals die uit de UCLA 3 is overgenomen. Verder word er aangegeven dat de informatie via Google formulieren wordt verwerkt en dat er vertrouwelijk mee zal worden omgegaan.

De UCLA 3 is een meetinstrument dat de ervaren eenzaamheid kan meten. In bijlage 1 is te zien dat, in vergelijking met andere eenzaamheidsvragenlijsten, de UCLA 3 uitgebreider is waardoor er meer informatie uitgehaald kan worden. Uit onderzoek blijkt dat de UCLA 3 een voldoende betrouwbaarheid en validiteit heeft (Jobe & Williams White, 2007; Daniel Russel, 2016; van Beuningen, Coumans, & Moonen, 2018), maar ook een Cronbach's alpha heeft tussen de .89 en de .94, wat een hoge betrouwbaarheid aangeeft. De scores van de UCLA 3 lopen van 20 tot 80, waarbij een hogere score aangeeft dat iemand meer eenzaamheid ervaart (Ge, Wang, & Yin, 2013). Vanaf een score van 35 wordt er gesproken van eenzaamheid (Dan Russel, Peplau, & Cutrona, 1980). Deze scores zijn opgedeeld in verschillende niveaus van mate in eenzaamheid: lage (20-34), matige (35-49), hoge (50-64) en ernstig hoge mate (65-80) van eenzaamheid (Kuslan Avci, 2018). Voorbeelditems zijn: 'How often do you feel you are 'in tune' with the people around you?' en 'How often do you feel you lack companionship?'.

Het derde onderdeel bestaat uit items met vragen betreft welke factoren een rol spelen in het ervaren van eenzaamheid. Deze factoren zijn vanuit de literatuur naar voren gekomen en samen met de opdrachtgever is bepaald welke in de vragenlijst komen, zoals bijvoorbeeld de volgende items: het ontvangen van sociale steun van familie of vrienden en verbondenheid ervaren met mensen om iemand heen. Dit zijn gesloten vragen met dezelfde Likertschaal als die van de UCLA 3. Er is hiervoor gekozen zodat er eenduidigheid ontstaat in de vragenlijst (Verhoeven, 2014).

Het vierde onderdeel omvat de demografische gegevens, zoals leeftijd, geslacht en waar de studenten woonachtig zijn. De opdrachtgever heeft hier vragen aan toegevoegd zoals of de studenten bekend zijn met de studentenbegeleiding die op de TU/e wordt aangeboden. Door de vragenlijst Engelstalig aan te bieden krijgen zowel buitenlandse als Nederlandse studenten dezelfde vragenlijst. Dit verhoogt de betrouwbaarheid.

3.4 Procedure

De vragenlijst wordt digitaal afgenomen en via sociale media kanalen van TINT verspreid in de periode van 1 mei 2019 t/m 31 mei 2019. Er is voor sociale media gekozen om zo een grotere groep studenten te bereiken. De studenten kunnen zelf bepalen of ze aan het onderzoek mee willen werken. Mocht er weinig respons zijn, dan kan er worden gekozen om de posts vaker te uploaden op de sociale media kanalen. Ook wordt er via de posts aangemoedigd om deze te delen met anderen. Hierdoor wordt het bereik vergroot omdat het delen van de posts kan werken als een sneeuwbalsteekproef (Verhoeven, 2014). Daarom moet er via de posts duidelijk worden aangegeven dat de vragenlijst alleen voor studenten van de TU/e bedoeld is. De studenten worden benaderd via de sociale media kanalen van TINT en TU/e Vitality. Deze kanalen zijn Facebook, Instagram en LinkedIn. Via sociale media kan TINT ongeveer 3200 mensen in een week bereiken met hun posts. Tu/e Vitality heeft een groot netwerk onder de verschillende organisaties van TU/e, zoals het Student Sport Centre dat 5800 mensen bereikt via hun sociale media. Door deze kanalen te gebruiken kan er een grote groep studenten benaderd worden. Om de posts aantrekkelijk te maken worden er verschillende afbeeldingen en teksten gebruikt die samen zijn gesteld met de opdrachtgever, welke te vinden zijn in bijlage 4. Deze posts worden op Facebook elke vijf dagen gedeeld. Voor Instagram geldt dat de post in de stories om de vijf dagen worden gedeeld, maar dat de algemene post om de tien dagen wordt gedeeld. Bij LinkedIn wordt de post elke twee weken gedeeld. Na vier weken wordt de vragenlijst gesloten, zodat alle informatie verwerkt kan worden. De informatie wordt verwerkt via het programma SPSS. Enkele vragen van de vragenlijst zullen worden gehercodeerd voordat er analyses gedaan kunnen worden. Er zal verantwoord met de gegevens worden omgegaan; deze worden niet gedeeld met derden en worden verwijderd na afronding van het onderzoek.

3.5 Analyses

Om antwoord te geven op de deelvragen zal er gebruik worden gemaakt van SPSS om de data te analyseren. Eerst worden de resultaten geëxporteerd vanuit Google Forms naar SPSS om de analyses uit te voeren. Hierna wordt de respons van het onderzoek berekend. Daarna worden de vooraf bepaalde items van de UCLA gehercodeerd. Omdat deze items positief zijn geformuleerd worden ze gehercodeerd waardoor hogere scores meer eenzaamheid aangeven en lage scores minder eenzaamheid aangeven. Vervolgens vindt een homogeniteitsanalyse plaats, zodat er een indicatie van de betrouwbaarheid van de onderdelen naar voren komt. Bij de deelvragen 'Hoe vaak komt eenzaamheid voor bij de studenten van TU/e?' en 'In welke mate zijn de studenten van de TU/e eenzaam?' wordt bij de resultatenanalyse gekeken naar het aantal studenten en aan de hand daarvan naar de mate van eenzaamheid. Dit is af te lezen aan de score van de UCLA 3. Door middel van een frequentieanalyse in SPSS kan er in kaart worden gebracht hoeveel procent van de studenten eenzaamheid ervaren en in welke mate zij dit ervaren. Dit wordt geanalyseerd met behulp van een frequentieanalyse, waarbij het gemiddelde als maat voor centrale tendentie en de standaarddeviatie als maat voor de spreiding dient. De deelvragen 'Indien studenten zich eenzaam voelen, in hoeverre ervaren ze dit als een probleem?' en 'welke factoren geven studenten zelf aan die meespelen bij het ervaren van eenzaamheid als hier sprake van is' worden ook op de bovenstaande manier geanalyseerd. Bij de deelvragen die betrekking hebben op het verschil tussen buitenlandse en Nederlandse studenten betreft de frequentie en de mate van eenzaamheid wordt er gebruik gemaakt van de 'compare means' toets en de onafhankelijke T-toets. Ook de deelvragen over studenten die woonachtig zijn op de campus of elders worden met deze toets onderzocht. Hier wordt voor gekozen omdat de deelvragen te maken hebben met een testvariabele, namelijk eenzaamheid.

Met deze toets kunnen de onafhankelijke variabelen worden vergeleken met de testvariabele (Baarda, van Dijkum, & de Goede, 2014). Hier zijn de volgende onafhankelijke variabelen voor nodig: geslacht, Nederlandse of buitenlandse student en woonachtig zijn of de campus of elders.

Hoofdstuk 4 Onderzoeksresultaten

In dit hoofdstuk wordt het verloop van het onderzoek en de onderzoeksresultaten per deelvraag besproken.

4.1 Verloop van het onderzoek

De vragenlijst is via de sociale media kanalen van TINT verspreid onder de studenten in de periode van 1 mei 2019 t/m 31 mei 2019. In bijlage 2 is het plan beschreven betreft de sociale media posts, dit is ook zo uitgevoerd. Omdat de respons tegenviel, zijn er pogingen gedaan om de respons te verhogen. Zo zijn de social media posts door TINT ook als advertenties ingezet op Facebook. Dit houdt in dat posts vaker worden getoond aan TU/e studenten, ook al volgen ze de sociale media kanalen van TINT niet. De advertenties hebben ongeveer 1500 studenten bereikt. Samenwerkingspartners zoals TU/e Vitality, Student Sport Centre en Studium Generale hebben meegewerkt door de posts ook via hun sociale kanalen te verspreiden. De onderzoeker heeft meerdere samenwerkingspartners via de mail bereikt (zie bijlage 3), ook de student-assistenten van TINT hebben partners telefonisch benaderd. Halverwege de dataverzameling is er een herinneringsmail verstuurd naar de samenwerkingspartners (zie bijlage 6). Verder zijn er flyers bij de woontorens verspreid om zo de studenten die daar woonachtig zijn te benaderen voor het onderzoek. Zie bijlage 5.

4.2 Respons van het onderzoek

De steekproef bestaat uit 117 respondenten (N=117), waarvan de helft bestaat uit vrouwen (N=66) en de andere helft uit mannen (N=51), zie tabel 1. Ook is in tabel 1 te zien dat iets meer dan de helft van de respondenten buitenlandse studenten zijn (N=64) en de rest Nederlandse studenten (N=53) zijn. De meeste (47%) studenten wonen zelfstandig op kamers (N=103), echter maar een klein deel (N=8) hiervan woont op de campus zelf in de student tower (zie tabel 2). Door de lage respons wordt er vermoed dat deze vraag wellicht onduidelijk was.

Tabel 1

Respons onderzoek op basis van geslacht en Nederlandse of buitenlandse studenten

Geslacht	Frequentie	Nederlandse/Buitenlandse studenten	Frequentie
Mannen	51	Nederlandse	53
Vrouwen	66	Buitenlandse	64
Anders	0		
Totaal	117	Totaal	117

Tabel 2

Woonsituatie van de studenten

Woonachtig	Frequentie
Bij ouders/verzorgende	14
Op kamer (gedeeld gebruik van keuken en/of badkamer)	55
Studio appartement met privé voorzieningen	33
Koophuis	1
Student Tower op de TU/e campus (Aurora of Luna)	8
Gehuurd appartement	6
Totaal	117

4.3 Resultaten van de deelvragen

4.3.1 Frequentie en mate van eenzaamheid

Om de vraag hoe vaak eenzaamheid en de mate hiervan voor komt onder de studenten te beantwoorden, is er een frequentieanalyse ingezet. Van te voren zijn enkele vragen van de UCLA gehercodeerd, daarna is er een homogeniteitsanalyse ingezet. De ULCA heeft een hoge cronbach's alpha ($\alpha=.94$) met een gemiddelde van 48.32 en een standaarddeviatie van 12.06. Er wordt over het algemeen een matige eenzaamheid ervaren ($M=48.32$). In tabel 3 is te zien dat matige ($N=43$) en matig hoge eenzaamheid ($N=45$) het meest vaak voorkomen onder de studenten. Een lage mate ($N=16$) en hoge mate ($N=13$) komen minder vaak voor. In tabel 4 is te zien dat eenzaamheid zelden ($N=37$) als soms ($N=41$) als een probleem wordt ervaren.

Tabel 3

Frequentie in de mate van eenzaamheid

Mate van eenzaamheid	Frequentie
Laag	16
Matige	43
Matig hoge	45
Hoog	13
Totaal	100

Tabel 4

Mate van eenzaamheid ervaren als een probleem

Mate	Frequentie
Nooit	14
Zelden	37
Soms	41
Altijd	25
Totaal	117

4.3.2 Factoren voor het ervaren van eenzaamheid

Om de deelvraag over factoren die meespelen bij eenzaamheid te beantwoorden, is een frequentieanalyse ingezet. In tabel 5 is te zien welke factoren volgens de respondenten het meeste een rol speelde. Het hebben van hechte relaties ($M=3.25$) en verbondenheid ($M=3.20$) ervaren zij als factoren die gemiddeld vaker meespelen bij eenzaamheid. Waarbij het hebben van een functiebeperking ($M=1.61$) het minste een rol in lijkt te spelen. Toch is er bij verbondenheid de minste spreiding ($SD=.85$), vergeleken met hechte relaties ($SD=.90$) en de andere factoren.

In tabel 6 is de frequentieanalyse te vinden over de factoren, er is met kleur aangegeven welke antwoordmogelijkheid per factor het vaakst of het minst vaak voorkomt. Er komt naar voren dat er het vaakst geantwoord is met 'altijd' bij de factoren betreft het hebben van hechte relaties (47.9%) en de kwaliteit (54.7%) hiervan, maar ook bij verbondenheid (43.6%). 'Nooit' is het vaakst gekozen bij de factor over het hebben van een functiebeperking (61.5%). Bij sociale steun van familie en vrienden komen 'zelden' (36.8%) en 'soms' (44.4%) het vaakst voor. Het hebben van sociale steun wordt het meest 'soms' (41.9%) geantwoord, waarbij het aantal vrienden 'zelden' (36.8%) het meest voorkomt.

Tabel 5*Het gemiddelde van factoren die meespelen bij eenzaamheid*

Factor	Gemiddelde	Standaarddeviatie
Het hebben van hechte relaties	3.25	0.90
De kwaliteit van de hechte relaties	3.25	0.99
Verbondenheid ervaren met mensen om je heen	3.20	0.85
Sociale steun van vrienden	2.95	0.89
Het ervaren van depressieve gevoelens	2.79	1.08
Het hebben van een sociaal netwerk met familie en vrienden	2.71	0.96
Moeilijkheden ervaren met sociale interactie	2.44	1.08
Sociale steun van familie	2.26	1.00
Het aantal vrienden dat iemand heeft	2.40	0.98
Het hebben van een functie beperking	1.61	0.89
Totaal	26.86	

Tabel 6*Percentages per antwoord betreft de factoren*

Factor	Nooit	Zelden	Soms	Altijd
Sociale steun van familie	25.6	36.8	23.1	14.5
Sociale steun van vrienden	7.7	18.8	44.4	29.1
Het hebben van een sociaal netwerk met familie en vrienden	13.7	23.1	41.9	21.4
Het aantal vrienden dat iemand heeft	19.7	36.8	27.4	16.2
Verbondenheid ervaren met mensen om je heen	4.3	15.4	36.8	43.6
Het hebben van hechte relaties	7.7	7.7	36.8	47.9
De kwaliteit van de hechte relaties	9.4	11.1	24.8	54.7
Het ervaren van depressieve gevoelens	18.8	13.7	36.8	30.8
Moeilijkheden ervaren met sociale interactie	23.9	29.1	25.6	21.4
Het hebben van een functie beperking	61.5	19.7	14.5	4.3

*De roze vlakken geven de lage percentages weer en de groene vlakken geven de hoge percentages aan.

4.3.3 Het verschil in mate en frequentie van eenzaamheid betreft woonsituatie

Om de deelvraag betreft de mate en frequentie van eenzaamheid tussen studenten die woonachtig zijn op de campus en elders te beantwoorden, is de gemiddelde score van de UCLA vergeleken met de gemiddelde woonsituatie door de toets 'compare means' in te zetten. Van te voren zijn er gemiddelde variabelen aangemaakt van zowel de UCLA als de woonsituatie, waarna deze variabelen met elkaar zijn vergeleken. Studenten die woonachtig zijn op de campus in de student towers ervaren gemiddeld een matig hoge eenzaamheid ($M=53.50, SD=13.99$), zie tabel 7. In tabel 8 is te zien dat er geen significant verschil ($\text{sig.} = 0.20$) is tussen woonachtig zijn op de campus en elders woonachtig zijn.

Tabel 7*Gemiddelde mate van eenzaamheid betreft de woonsituatie*

Woonachtig	Gemiddelde UCLA	Standaarddeviatie
Bij ouders/verzorgende	52.07	15.11
Op kamer (gedeeld gebruik van keuken en/of badkamer)	45.87	11.42
Studio appartement met privé voorzieningen	50	11.07
Koophuis	45	
Student Tower op de TU/e campus (Aurora of Luna)	53.50	13.99
Gehuurd appartement	46.33	11.84
Totaal	48.32	

Tabel 8*Verskil in mate van eenzaamheid onder woonsituatie*

Woonsituatie	Gemiddelde UCLA	Standaarddeviatie
---------------------	------------------------	--------------------------

Woonachtig op de campus	53.50	13.99
Woonachtig elders	47.93	11.89
Significantie	0.20	

4.3.4 Het verschil in mate en frequentie van eenzaamheid tussen de studenten

Om de vraag over de mate en frequentie van eenzaamheid tussen buitenlandse en Nederlandse studenten te beantwoorden, is de gemiddelde score van de UCLA vergeleken met de nationaliteit van de studenten door het gemiddelde op te vragen van beide groepen. In tabel 9 is af te lezen dat zowel Nederlandse studenten (M=47.66) als buitenlandse studenten (M=48.86) gemiddeld een matige eenzaamheid ervaren. Ook het verschil tussen de mate van eenzaamheid is vergeleken met het geslacht door de gemiddeldes op te vragen, zie tabel 9. Hier komt naar voren dat mannen gemiddeld een matig hoge eenzaamheid ervaren (M=50.37) en vrouwen gemiddeld een matig eenzaamheid ervaren (M=46.73). Voor het verschil in eenzaamheid onder studenten wordt er geen significant verschil (sig.=0.59) gevonden, zie tabel 10.

Tabel 9

Gemiddelde mate van eenzaamheid onder studenten

Studenten	Gemiddelde UCLA	Standaarddeviatie
Nederlandse	47.66	12.43
Buitenlandse	48.86	11.81
Geslacht		
Mannen	50.37	12.16
Vrouwen	46.73	11.83

Tabel 10

Verskil in mate van eenzaamheid onder studenten

Studenten	Gemiddelde UCLA	Standaarddeviatie
Nederlandse	47.66	1.70
Buitenlandse	48.86	1.48
Significantie	0.59	

Hoofdstuk 5 Conclusie, discussie en aanbevelingen

In dit hoofdstuk worden de conclusies per deelvraag besproken en zal de onderzoeksvraag worden beantwoord. Hierna volgt een discussie betreft het onderzoek. Tot slot volgen de aanbevelingen voor de opdrachtgever.

5.1 Conclusie

In deze paragraaf worden de deelvragen van het onderzoek beantwoord.

5.1.1 Frequentie en mate van eenzaamheid

Bij de eerste drie deelvragen is er onderzocht hoe vaak eenzaamheid voorkomt en in welke mate en in hoeverre ze eenzaamheid ervaren als een probleem. Uit de resultaten is gebleken dat TU/e studenten in dit onderzoek eenzaamheid ervaren, zowel matige tot matig hoge eenzaamheid. Daarnaast is gebleken dat meer dan de helft van de studenten dit ervaart. Vergeleken met het onderzoek van de Radboud Universiteit (van Huisseling et al., 2018) ervaren meer studenten op de TU/e eenzaamheid. Maar een hoge mate van eenzaamheid komt weinig voor onder de studenten van dit onderzoek. Er kan dus worden geconcludeerd dat er eenzaamheid ervaren wordt onder de studenten van de TU/e in dit onderzoek.

Studenten in dit onderzoek geven zelf aan dat eenzaamheid soms een probleem is. Dit zou volgens de studentpsychologen juist altijd een probleem zijn (J. Beenhakker, persoonlijke communicatie, 6 maart 2019). Zij vertelden dat met name buitenlandse studenten vaker zouden aangeven dat ze eenzaamheid als een probleem ervaren. Er moet rekening worden gehouden met de mogelijkheid dat de studenten die geen eenzaamheid ervaren, het onderwerp wel als een probleem kunnen zien waar anderen mee kampen. Zo volgt de conclusie dat studenten van de TU/e in dit onderzoek in het algemeen eenzaamheid soms als een probleem ervaren.

5.1.2 Factoren die meespelen bij eenzaamheid

Uit het onderzoek komt naar voren dat studenten aangeven dat de factor sociale steun van familie zelden een rol speelt bij het ervaren van eenzaamheid, maar dat de sociale steun van vrienden soms een rol speelt. Er is een mogelijkheid dat dit zou kunnen ontstaan als buitenlandse studenten meer vriendschappen opbouwen in het land waar ze studeren. Hierdoor zouden ze meer sociale steun kunnen ontvangen van vrienden die ze hier kennen dan van hun familie die juist verder weg woont (Imai, 2017). Hier kan wel in mee worden genomen dat er wellicht buitenlandse studenten zijn die contact met hun familie en vrienden hebben via social media. Wellicht dat TU/e studenten in dit onderzoek meer waarde hechten aan de steun die ze dichtbij ervaren dan steun van ver weg.

Er wordt door de studenten in dit onderzoek aangegeven dat verbondenheid een belangrijke beschermende factor is in het ervaren van eenzaamheid, wat aansluit op eerdere onderzoeken (Dahlberg, 2007; Herz & Lalander, 2017). Hieruit kan worden geconcludeerd dat zowel de theorie als de praktijk laat zien dat verbondenheid een rol speelt in eenzaamheid.

Hechte relaties en de kwaliteit van deze relaties werden door de studenten in dit onderzoek aangegeven als de twee belangrijkste factoren. Zoals eerder naar voren is gekomen, kan de kwaliteit van hechte relaties zowel een positief als een negatief effect hebben op eenzaamheid (Lodder et al., 2015) door de manier waarop iemand deze hechte relaties interpreteert. Er kan worden geconcludeerd dat studenten van dit onderzoek hechte relaties een belangrijke factor vinden welke meespeelt bij eenzaamheid. Wellicht dat de interpretatie van deze hechte relaties door deze studenten als positief wordt ervaren, hoewel dit ook negatief zou kunnen zijn.

Het hebben van een functiebeperking, zoals ASS is een factor die ook kan meespelen in het ervaren van eenzaamheid (Jobe & Williams White, 2007; van Kooten & Droogendijk, 2013). Een derde van de studenten van dit onderzoek vindt dat dit wel meespeelt, maar het grootste deel vindt dat deze factor nooit meespeelt bij eenzaamheid. Hier ontstaat de vraag of de studenten die vinden dat deze factor wel meespeelt, wellicht zelf een functiebeperking hebben of dat studenten die een functiebeperking hebben dit wellicht niet als meespelende factor zien. Om hier achter te komen zou er een vervolgonderzoek kunnen worden ingezet omdat er voor dit onderzoek nu te weinig informatie is. Dit wordt verder toegelicht bij de aanbevelingen.

5.1.3 Het verschil in mate en frequentie van eenzaamheid onder studenten

Uit de resultaten van de deelvraag betreft 1) het ervaren van eenzaamheid, 2) de mate hiervan en 3) de woonsituatie van de studenten, komt naar voren dat studenten die woonachtig zijn in de student tower vaker eenzaam zijn, dan studenten die zelfstandig wonen. Hoewel uit de resultaten naar voren komt dat studenten die woonachtig zijn in de student towers hoger scoren op het ervaren van eenzaamheid, mag hier geen conclusie uit worden getrokken. Dit komt omdat er te weinig studenten van de student towers de vragenlijst hebben ingevuld. Er is geen significant verschil tussen de studenten die zelfstandig wonen en die thuis wonen in de mate van eenzaamheid, waardoor er hier geen conclusie kan worden getrokken. Dit kan wellicht aangeven dat de woonsituatie geen rol speelt in het ervaren van eenzaamheid. Dit werd echter wel altijd gedacht door de TU/e community (TINT, 2018), omdat er verwacht werd dat de buitenlandse studenten in de woontorens moeite zouden hebben met het opbouwen van een sociaal netwerk vanwege factoren als taalbarrière en cultuurverschillen (Demirbas, 2015).

De laatste deelvragen betreffen het verschil in de mate en de frequentie van eenzaamheid onder de verschillende studentgroepen. De resultaten laten zien dat er weinig verschil tussen Nederlandse en buitenlandse studenten is. Beide groepen ervaren gemiddeld een matige eenzaamheid. Hiermee kan worden geconcludeerd dat er geen significant verschil is tussen Nederlandse en buitenlandse studenten in het ervaren van eenzaamheid. Ook hier werd vanuit de TU/e community gedacht dat buitenlandse studenten meer eenzaamheid zouden ervaren (TINT, 2018), waardoor ook hier de vraag ontstaat hoe het kan dat dit gedacht werd in de TU/e community.

Er lijkt een klein verschil te zijn in geslacht. Mannen zouden meer eenzaamheid ervaren dan vrouwen. Dit komt overeen met eerder onderzoek, waaruit blijkt dat mannen waarschijnlijk een kleinere buffer hebben tegen eenzaamheid (Walen & Lachman, 2000). De resultaten sluiten niet aan op eerder onderzoek (Rautio et al., 2016; Salimi & Bozorgpour, 2012) waarin wordt gesteld dat vrouwen meer eenzaamheid dan mannen ervaren. Er kan worden geconcludeerd dat mannelijk studenten op de TU/e meer eenzaamheid ervaren dan vrouwelijke studenten.

De hoofdvraag luidde: 'Hoe eenzaam voelen studenten van de TU/e zich anno 2019?'. Er kan worden geconcludeerd dat de helft van de TU/e studenten matige tot matig hoge eenzaamheid ervaart. Echter ervaren studenten die eenzaamheid ervaren, dit soms als een probleem. Er is geen verschil in de ervaring van buitenlandse en Nederlandse studenten. Verder wordt er ook geen verschil gevonden in de woonsituatie van de studenten. Toch lijkt er wel een verschil te zijn in het ervaren van eenzaamheid in geslacht, waarbij mannen iets meer eenzaamheid zouden ervaren dan vrouwen.

5.2 Betrouwbaarheid, Validiteit en bruikbaarheid

5.2.1 Betrouwbaarheid

Uit de homogeniteitsanalyse komt een hoge Cronbach's Alpha naar voren. Uit eerdere onderzoeken over de UCLA is dit vaker naar voren gekomen (Jobe & Williams White, 2007; Dan Russel et al., 1980; van Beuningen et al., 2018). Hierdoor wordt de betrouwbaarheid van het onderzoek verhoogd. Ook is het onderzoek herhaalbaar, aangezien de vragenlijst opnieuw kan worden ingezet. Echter zijn er een aantal onderdelen die een negatief effect kunnen hebben op de betrouwbaarheid van dit onderzoek. Onderdelen zoals de factoren die meespelen en het uitvragen van de woonsituatie zouden voor sommige studenten niet duidelijk genoeg verwoord zijn.

5.2.2 Validiteit

Bij de externe validiteit wordt er gekeken naar de generaliseerbaarheid van het onderzoek (Verhoeven, 2014). Er wordt onder andere nagekeken of de steekproef een juiste afspiegeling is van de populatie. De steekproef moet dus representatief zijn. Zoals in hoofdstuk 3 is beschreven, is er voor de populatie een steekproef nodig van 373 studenten. Echter, zoals te zien is in hoofdstuk 4 hebben maar 117 studenten gereageerd. Binnen de steekproef is de verhouding tussen mannen en vrouwen wel representatief (Korzilius, 2000). Dit geldt ook voor de verhouding tussen buitenlandse en Nederlandse studenten.

5.2.3 Representatie van de TU/e populatie

De steekproef is dus niet geheel representatief voor de gehele populatie van de TU/e studenten, dit komt door het betrouwbaarheidsniveau van de grootte van de steekproef. Wat ook mee speelt is dat de doelgroep vooral benaderd is door de social media kanalen van TINT, waardoor deze studenten dus al bekend waren met TINT zelf. Het kan zijn dat ze hierdoor meer ervaringen hebben met het thema eenzaamheid, hoewel de evenementen die TINT organiseert ook als een buffer zouden werken tegen eenzaamheid. Verder is door de samenwerkingspartners naar voren gekomen dat studenten regelmatig gevraagd worden om vragenlijsten in te vullen. Het kan zo zijn dat studenten te veel worden gevraagd voor het invullen van vragenlijsten, waardoor de motivatie om deel te nemen afneemt en dus de respons wellicht lager ligt. Dit werd ook door de samenwerkingspartners aangegeven die de vragenlijst niet wilden delen.

5.2.4 Begripsvaliditeit

In dit onderzoek speelt begripsvaliditeit ook een rol. Dit komt doordat het thema eenzaamheid een subjectief onderwerp is. Als een item niet goed geformuleerd is, zorgt dit ervoor dat de begripsvaliditeit wordt verminderd (Verhoeven, 2014). Dit is waarschijnlijk ook gebeurd bij het item dat betrekking had op de woonsituatie van studenten. Dit omdat het onderscheid tussen de antwoordmogelijkheden niet duidelijk was in de vraag zelf. De antwoordmogelijkheid 'op kamers' is het vaakst gekozen, terwijl de andere antwoordmogelijkheden betreffende zelfstandig wonen erg weinig is gekozen. Door de lage respons op de antwoordmogelijkheid 'student towers' kunnen er geen conclusies worden getrokken als het gaat om studenten die woonachtig zijn op de woontorens.

Aangezien er in dit onderzoek een verminderde betrouwbaarheid en validiteit is, moeten de resultaten voorzichtig worden geïnterpreteert. Gezien een klein deel van de TU/e studenten heeft deelgenomen aan het onderzoek, gelden de conclusies niet voor de gehele TU/e community. Toch is het onderzoek bruikbaar, namelijk om aanbevelingen te doen naar TINT en de vragenlijst gebruikt kan worden voor vervolgonderzoek. In de volgende paragraaf zullen deze aanbevelingen worden toegelicht.

5.3 Aanbevelingen

Uit dit onderzoek komen een aantal aanbevelingen naar voren. De studenten in dit onderzoek geven aan zich eenzaam te voelen. TINT kan bijdragen aan het verminderen van eenzaamheid op de campus door evenementen en workshops te organiseren in het thema eenzaamheid. Ze zouden bijvoorbeeld de factoren die meespelen als aparte thema's kunnen gebruiken voor een evenement. Bijvoorbeeld een evenement waarbij verbondenheid centraal staat. Wel is het voor TINT van belang om hier ook Nederlandse studenten bij te betrekken. Momenteel ligt de focus betreft het thema eenzaamheid sterk op de buitenlandse studenten. Meerdere samenwerkingspartners zoals de studentpsychologen en TINT verwachten dat buitenlandse studenten meer eenzaam zijn dan Nederlandse studenten, waardoor de Nederlandse studenten als het ware worden vergeten bij de evenementen. Dit onderzoek laat zien dat er geen verschil is in de mate van eenzaamheid tussen Nederlandse en buitenlandse studenten. Daarom wordt er aanbevolen om Nederlandse studenten meer te betrekken bij dit thema. Juist door meer verbondenheid te creëren onder Nederlandse en buitenlandse studenten, kan ervoor gezorgd worden dat studenten zich onderling meer verbonden voelen. Dit kan bijvoorbeeld door evenementen te organiseren waarbij thema's zoals verbondenheid en eenzaamheid centraal staan.

5.3.1. Aanbevelingen betreft het TINT netwerk

Tijdens dit onderzoek is er door gebruik te maken van het TINT netwerk, naar voren gekomen dat er meerdere onderzoeken worden gedaan naar het thema eenzaamheid. Deze onderzoeken worden door zowel TU/e medewerkers als door TP-afstudeerders uitgevoerd. Echter wist niet iedere onderzoeker van elkaar waar ze mee bezig zijn. Een aanbeveling hiervoor zou het oprichten van een platform omtrent eenzaamheid zijn. Tijdens dit onderzoek is er al een platform ontstaan vanuit Impact 040 genaamd Eindhoven In Contact. Zij ontwikkelen een netwerk waarbij verschillende samenwerkingspartners werken aan het thema eenzaamheid. TINT wordt aanbevolen om zich hierbij aan te sluiten. TINT kan namelijk studenten betrekken in het netwerk. Momenteel bestaat het netwerk uit samenwerkingspartners vanuit verschillende organisaties waaronder de TU/e zelf. Zij zijn vooral bezig met het opzetten van projecten in het thema eenzaamheid. TINT zou juist de

brug kunnen zijn tussen dit platform en de studenten. Door evenementen te organiseren waarbij zowel studenten als de samenwerkingspartners van Impact 040 elkaar kunnen ontmoeten en kunnen leren van elkaar.

5.3.2 Aanbeveling voor vervolgonderzoek

Om duidelijk te krijgen in hoeverre eenzaamheid zich uit in de gehele TU/e community, is een vervolgonderzoek nodig. Een TP'er of een TP-afstudeerder zou zo'n onderzoek kunnen starten. Voor een vervolgonderzoek kan de focus gelegd worden op de woonsituatie en of deze invloed heeft op eenzaamheid. Er wordt namelijk nog steeds door de TU/e community gedacht dat studenten in de woontorens meer eenzaam zijn dan de studenten die daar niet wonen. De vraag ontstaat hoe het kan dat dit nog steeds gedacht wordt in de TU/e community. Om dit vervolgonderzoek in te zetten, ontstaat wel de vraag of het gebruik maken van een vragenlijst zorgt voor genoeg respons. Echter kunnen samenwerkingspartners als Impact 040 en Studium Generale helpen met het bereiken van respondenten, aangezien hun netwerk groter is en gericht is op het thema eenzaamheid. Bij vervolgonderzoek kan er voor worden gekozen om de woonsituatie adaptief uit te vragen door eerst te vragen of een student op kamers woont en daarna waar. Daarbij, is het interessant om te onderzoeken of er een verschil van eenzaamheid is op de campus en buiten de campus, aangezien er in dit onderzoek geen significant verschil naar voren is gekomen. Door meer informatie te krijgen van de studenten op de woontorens, kunnen de aannames van de TU/e bevestigd of verworpen worden.

Een andere aanbeveling voor vervolgonderzoek is verder onderzoeken wat voor invloed een functiebeperking heeft op eenzaamheid. Een deel van de studenten ziet dit namelijk wel als een factor die meespeelt bij eenzaamheid. Mogelijk speelt ASS hier een rol, maar ook andere functiebeperkingen kunnen het lastig maken voor studenten om deel te nemen aan de TU/e community. Zoals in de aanleiding staat beschreven komt ASS veel voor in Eindhoven, vooral vanwege de technische sector. Aangezien de TU/e een technische universiteit is, kan ASS een rol spelen onder studenten. Echter is wel de vraag hoe bespreekbaar dit onderwerp is op de TU/e, aangezien er van weinig studenten bekend is of ze ASS hebben. Een TP-er zou dit onderwerp kunnen onderzoeken, zodat dit samen met eenzaamheid bespreekbaar gemaakt kan worden op de TU/e. Verder zou het voor een TP-er waardevol kunnen zijn om te onderzoeken waar studenten op TU/e met een functiebeperking tegen aan lopen tijdens hun studie. Hierin zou bijvoorbeeld TU/e of TINT ondersteuning kunnen bieden voor een vervolgonderzoek. Aangezien TU/e ook aangesloten is bij de Verenigde Naties met de Sustainable Development Goals (SDG), waar kwaliteit van onderwijs en inclusiviteit in onderwijs onderdelen van zijn. Voor de aanbevelingen betreft vervolgonderzoek is in bijlage 8 een plan van aanpak te vinden waarin dit uitgebreid wordt toegelicht.

Bronnenlijst

- Baarda, B., van Dijkum, C., & de Goede, M. (2014). *Basisboek Statistiek met SPSS* (5th ed.). Groningen/Houten: Noordhoff Uitgevers.
- Dahlberg, K. (2007). The enigmatic phenomenon of loneliness. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-Being*, 2(4), 195–207. <https://doi.org/10.1080/17482620701626117>
- de Jong-Gierveld, J., & van Tilburg, T. (1999). *Manual of the Loneliness Scale*. Vrije Universiteit Amsterdam. Retrieved from http://home.fsw.vu.nl/tg.van.tilburg/manual_loneliness_scale_1999.html
- Demirbas, T. (2015). *De rol van sociale angst en sociale steun bij heimwee*. Universiteit Utrecht.
- Diehl, K., Jansen, C., Ishchanova, K., & Hilger-Kolb, J. (2018). Loneliness at Universities: Determinants of Emotional and Social Loneliness among Students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(9), 1865. <https://doi.org/10.3390/ijerph15091865>
- DiTommaso, E., Brannen, C., & Best, L. A. (2004). Measurement and validity characteristics of the short version of the social and emotional loneliness scale for adults. *Educational and Psychological Measurement*, 64(1), 99–119. <https://doi.org/10.1177/0013164403258450>
- Fokkema, T., & van Tilburg, T. (2006). *Aanpak van eenzaamheid: helpt het?* Den Haag.
- Ge, H., Wang, Z., & Yin, D. (2013). Facing the challenge of adapting to a life “alone” and nursing shortage among the empty nest elderly in southwest China. *Life Science Journal*, 62(6), 1–5. <https://doi.org/10.7498/aps.62.064705>
- Herz, M., & Lalander, P. (2017). Being alone or becoming lonely? The complexity of portraying ‘unaccompanied children’ as being alone in Sweden. *Journal of Youth Studies*, 20(8), 1062–1076. <https://doi.org/10.1080/13676261.2017.1306037>
- Imai, T. (2017). How You See Us Hurts Me! Influences of Metastereotypes That International Students Hold on Their Self-disclosure, Loneliness and Depression. *Journal of Intercultural Communication Research*, 46(4), 385–399. <https://doi.org/10.1080/17475759.2017.1361463>
- Janssen, M. (2018). *Eenzaamheid in Zuid-oost Brabant*.
- Jobe, L. E., & Williams White, S. (2007). Loneliness, social relationships, and a broader autism phenotype in college students. *Personality and Individual Differences*, 42(8), 1479–1489. <https://doi.org/10.1016/J.PAID.2006.10.021>
- Korzilius, H. (2000). *De kern van survey-onderzoek* (1st ed.). Assen: van Gorcum. Retrieved from [https://books.google.nl/books?hl=nl&lr=&id=w5T0SsUr2TOC&oi=fnd&pg=PR8&dq=Korzilius,+H.+\(2000\).+De+kern+van+survey-onderzoek&ots=0HEvql_HTC&sig=o-Klft1NfDOeRNUXFopwXqDaOY#v=onepage&q=representatief&f=false](https://books.google.nl/books?hl=nl&lr=&id=w5T0SsUr2TOC&oi=fnd&pg=PR8&dq=Korzilius,+H.+(2000).+De+kern+van+survey-onderzoek&ots=0HEvql_HTC&sig=o-Klft1NfDOeRNUXFopwXqDaOY#v=onepage&q=representatief&f=false)
- Kusalsan Avci, D. (2018). Evaluation of the relationship between loneliness and medication adherence in patients with diabetes mellitus: A cross-sectional study. *Journal of International Medical Research*, 46(8), 3149–3161. <https://doi.org/10.1177/0300060518773223>
- Lasgaard, M., Goossens, L., & Elklit, A. (2011). Loneliness, depressive symptomatology, and suicide ideation in adolescence: Cross-sectional and longitudinal analyses. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 39(1), 137–150. <https://doi.org/10.1007/s10802-010-9442-x>
- Lodder, G. M. A., Scholte, R. H. J., Goossens, L., & Verhagen, M. (2015). Loneliness in Early Adolescence: Friendship Quantity, Friendship Quality, and Dyadic Processes. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 46(5), 709–720. <https://doi.org/10.1080/15374416.2015.1070352>
- Meuleman, A.-M., Garrett, R., Wrench, A., & King, S. (2015). ‘Some people might say I’m thriving but ...’: non-traditional students’ experiences of university. *International Journal of Inclusive Education*, 19(5), 503–517. <https://doi.org/10.1080/13603116.2014.945973>
- Peltzer, K., & Pengpid, S. (2017). Loneliness: Its correlates and associations with health risk behaviours among

- university students in 25 countries. *Journal of Psychology in Africa*, 27(3), 247–255.
<https://doi.org/10.1080/14330237.2017.1321851>
- Pierik, B. (n.d.). feiten-en-cijfers aantal studenten TU/e. Retrieved April 24, 2019, from
https://vsnu.nl/nl_NL/feiten-en-cijfers.html
- Rautio, A., Sunnari, V., Taanila, A., Rönkä, A. R., & Koiranen, M. (2016). Associations between school liking, loneliness and social relations among adolescents: Northern Finland Birth Cohort 1986 study. *International Journal of Adolescence and Youth*, 22(1), 93–106.
<https://doi.org/10.1080/02673843.2015.1136659>
- Roelfsema, M. T., Hoekstra, R. A., Allison, C., Wheelwright, S., Brayne, C., Matthews, F. E., & Baron-Cohen, S. (2012). Are autism spectrum conditions more prevalent in an information-technology region? A school-based study of three regions in the Netherlands. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 42(5), 734–739. <https://doi.org/10.1007/s10803-011-1302-1>
- Russel, Dan, Peplau, L. A., & Cutrona, C. E. (1980). The revised UCLA Loneliness Scale: concurrent and discriminant validity evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39(3), 472–480.
- Russel, Daniel. (2016). The Measurement of Loneliness. In *Loneliness in Later Life* (pp. 81–105).
https://doi.org/10.1057/9780230510203_3
- Russell, D. W. (1996). UCLA Loneliness Scale (Version 3) Reliability, Validity, and Factor Structure.pdf.
- Russell, D. W., Cutrona, C. E., McRae, C., & Gomez, M. (2012). Is Loneliness the Same as Being Alone? *The Journal of Psychology*, 146(1–2), 7–22. <https://doi.org/10.1080/00223980.2011.589414>
- Salimi, A., & Bozorgpour, F. (2012). Percieved Social Support and Social-Emotional Loneliness. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 69, 2009–2013. <https://doi.org/10.1016/J.SBSPRO.2012.12.158>
- Savelkoul, M., & van Tilburg, T. (2010). Eenzaamheid samengevat. *Nationaal Kompas Volksgezondheid*, 26.
- Schoenmakers, E., Fokkema, T., & Tilburg, T. V. A. N. (2009). Eenzaamheid is moeilijk op te lossen en treft niet alleen ouderen. *Demos*, 30(8), 5–7.
- Severiens, S., & Wolff, R. (2008). A comparison of ethnic minority and majority students: Social and academic integration, and quality of learning. *Studies in Higher Education*, 33(3), 253–266.
<https://doi.org/10.1080/03075070802049194>
- Shagivaleeva, G. (2014). Loneliness as a Social Psychological Phenomenon. *World Applied Sciences Journal*, 30(2), 226–231. <https://doi.org/10.5840/philtoday19648319>
- Survey Monkey. (2019). Retrieved April 26, 2019, from <https://nl.surveymonkey.com/mp/sample-size-calculator/>
- TINT. (2018). *Isolement binnen de gemeenschap: iets aan te doen?* Eindhoven.
- TU / e – Beleidsnotitie Studeren met een Functiebeperking (2006). Eindhoven.
- van Beuningen, J., Coumans, M., & Moonen, L. (2018). Het meten van eenzaamheid, (September), 1–24.
- van den Brink, C. (2019). Eenzaamheid Cijfers & Context. Retrieved from
<https://www.volksgezondheinzorg.info/onderwerp/eenzaamheid/cijfers-context/samenvatting#methode--node-regionale-verschillen-schattingen-wijk>
- van Huisseling, A., Keiman, D., van Liere, N., Mourisse, L., Ohlenforst, T., Pleijers, D., & Vennes, A. (2018). *Welzijn onder studenten: Radboud Cares*. Radboud University. Retrieved from
<https://theses.ubn.ru.nl/handle/123456789/5710>
- van Kooten, M., & Droogendijk, T. (2013). Eenzaamheid & autisme, 82.
- van Tilburg, T., & de Jong-Gierveld, J. (2007). *Zicht op eenzaamheid*. Assen: Koninklijke van Gorcum.
- Verhoeven, N. (2014). *Wat is onderzoek?* (5th ed.). Den Haag: Boom Lemma Uitgevers.

- Versteegde, L., Singer, I., Zoutenbier, I., & Sluijmers, J. (2014). Prevalentie en incidentie van autismespectrumstoornissen. *Rapport Voor NVLF van Lectoraat Logopedie Hogeschool*, (2016).
- Walen, H. R., & Lachman, M. E. (2000). Social Support and Strain from Partner, Family, and Friends: Costs and Benefits for Men and Women in Adulthood. *Journal of Social and Personal Relationships*, 17(1), 5–30. <https://doi.org/10.1177/0265407500171001>
- Wei, M., Russell, D. W., & Zakalik, R. A. (2005). Adult attachment, social self-efficacy, self-disclosure, loneliness, and subsequent depression for freshman college students: A longitudinal study. *Journal of Counseling Psychology*, 52(4), 602–614. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.52.4.602>
- Wheelwright, S., & Baron-Cohen, S. (2001). The link between autism and skills such as engineering, maths, physics and computing: A reply to Jarrold and Routh. *Autism*, 5(2), 223–227. <https://doi.org/10.1177/1362361301005002010>
- Wilcox, P., Winn, S., & Fyvie-Gauld, M. (2005). “It was nothing to do with the university, it was just the people”: The role of social support in the first-year experience of higher education. *Studies in Higher Education*, 30(6), 707–722. <https://doi.org/10.1080/03075070500340036>
- Zhai, L. (2002). Studying International Students: Adjustment Issues and Social.
- Zysberg, L. (2012). Loneliness and Emotional Intelligence. *The Journal of Psychology*, 146(1–2), 37–46. <https://doi.org/10.1080/00223980.2011.574746>

Bijlagen

Bijlage 1 Vragenlijstmatrix

Tabel 11

Vragenlijstmatrix

Vragenlijst	Bron	Aantal items	Betrouwbaarheid	Validiteit	Engelstalig
UCLA Loneliness scale (version 3)	(Russell, 1996)	20	Ja	Ja	Ja
SELSA The social and emotional loneliness scale for adults (short version)	(DiTommaso, Brannen, & Best, 2004)	15	Ja	Ja	Ja
The loneliness scale	(de Jong-Gierveld & van Tilburg, 1999)	11	Ja	Ja	Ja

Bijlage 2 Plan Social media posts

Plan van aanpak social media

- De posts worden zowel in het Engels als in het Nederlands gedeeld. Dit gaat via de instellingen van Facebook zelf.
- Voor de bijhorende foto's gebruik maken van Pexels of Unsplashd.
- Zes verschillende foto's zoeken voor zodat er verschillende posts zijn.
- Voor de stories hoeft dit maar één foto te zijn, zolang maar op de laatste afbeelding wordt verwezen naar de link van het onderzoek.
- Twee soorten teksten vermelden bij de posts. Zowel een lange versie als een korte versie met link naar de vragenlijst.
- Bij Instagram in de tekst vermelden dat de link in de Bio staat, aangezien de link niet werkt in de post zelf.
- Elke 5 dagen een nieuwe post online zetten:
 - Instagram post elke tien dagen.
 - Facebook post elke vijf dagen.
 - LinkedIn om de twee weken delen.
 - Instagram- en Facebookstories elke vijf dagen.
- Als er genoeg respondenten zijn kan er gestopt worden met het delen van de stories en kunnen de posts om de zeven dagen worden gedeeld.
- Bij de laatste post aangeven dat het de laatste week is dat studenten de vragenlijst kunnen invullen.

Lange tekst post:

To all TU/e students: Have you ever experience loneliness?

Everybody has felt lonely one time or another. In a sense loneliness is 'normal' but it can also become a serious problem. TINT is doing a study on loneliness. Therefore we need help from you and your fellow TU/e students. We want to map all the small and the bigger loneliness issues that TU/e students may or may not experience. <https://forms.gle/CzceSYaqYp251CjLA>.

We would like to ask you to like and share this post, so we can reach as many TU/e students as possible.

Korte tekst post:

TINT is doing a study on loneliness among TU/e students. We want to map all the loneliness issues that TU/e students may or may not experience. Would you help us by filling in this survey? <https://forms.gle/CzceSYaqYp251CjLA>.

Please like and share this post, so we can reach as many TU/e students as possible.

Bijlage 3 Mail samenwerkingspartners

Dear Sir/Madam,

I am writing to you on behalf of TINT. We at TINT are doing a research about loneliness among TU/e students. TINT is known for their coaching services and events they organize about various topics, like The under pressure event, the Mindfulness break and many more. But we also want to know how student at TU/e experience loneliness at campus. So we made an online survey for the TU/e students where they can express their experiences with loneliness. This online survey can be found on our social media pages. By clicking on the following link you can see one of our post about the loneliness research:

https://www.instagram.com/p/BxaDPdfnIN8/?utm_source=ig_web_button_share_sheet

I would appreciate if you could share our survey among your social media pages or through your contacts. It would really help us to get more students to respond to our survey. Feel free to make your own post about this survey. In this mail I'll send images we use in the post. Below this mail you can find the text and the link of the survey we use in the posts as well.

Please let me know if you want to help us out.

Thanks in advanced for helping with our research!

Kind regards,

Michelle van Rensch

Long text post:

To all TU/e students: Have you ever experience loneliness?

Everybody has felt lonely one time or another. In a sense loneliness is 'normal' but it can also become a serious problem. TINT is doing a study on loneliness. Therefore we need help from you and your fellow TU/e students. We want to map all the small and the bigger loneliness issues that TU/e students may or may not experience. By completing the survey, you have a chance to win a book about loneliness

<https://forms.gle/CzceSYaqYp251CjLA>.

We would like to ask you to like and share this post, so we can reach as many TU/e students as possible.

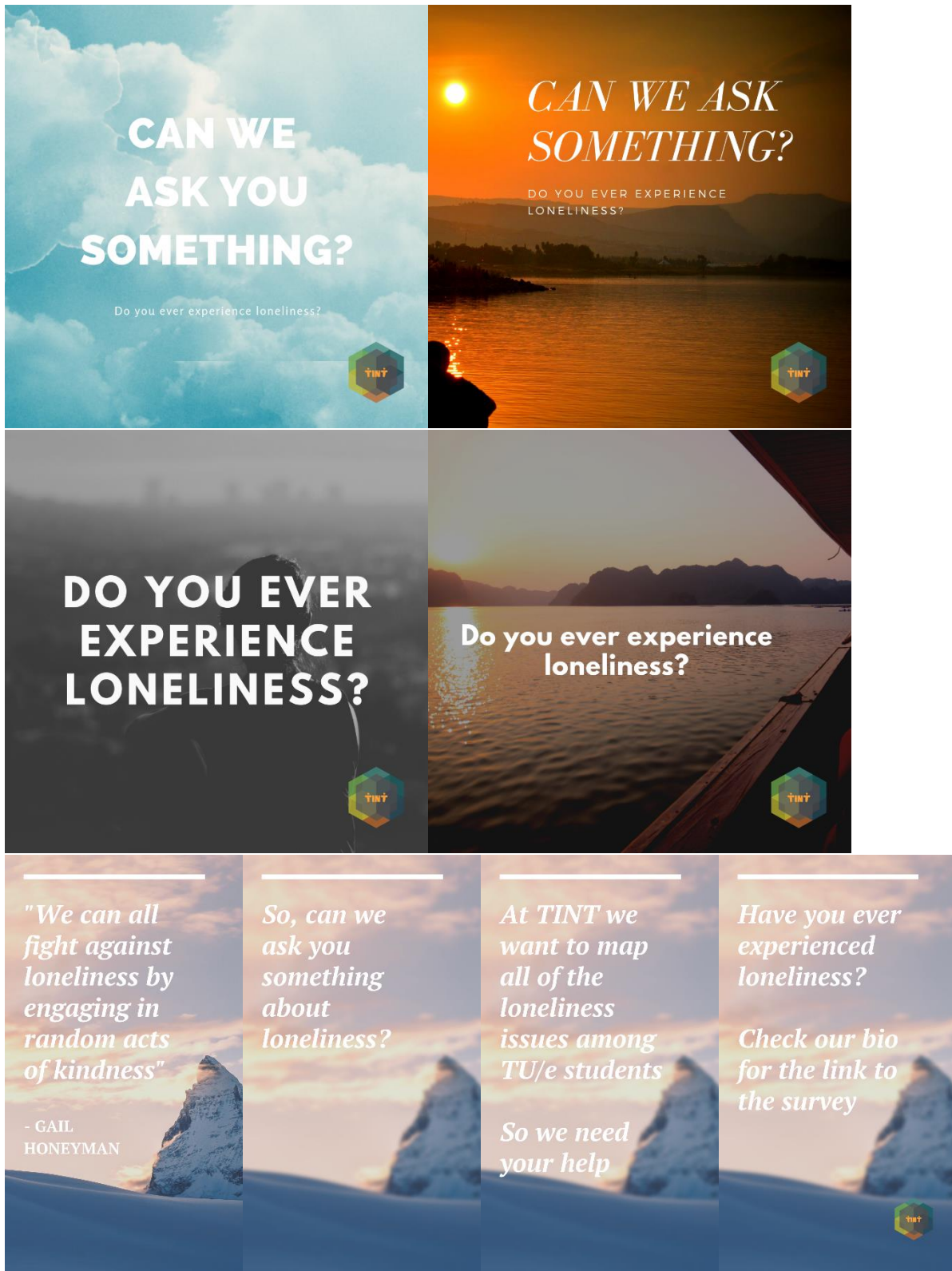
Short text post:

TINT is doing a study on loneliness among TU/e students. We want to map all the loneliness issues that TU/e students may or may not experience. Would you help us by filling in this survey? You have a chance to win an book about loneliness by completing the survey.

<https://forms.gle/CzceSYaqYp251CjLA>.

Please like and share this post, so we can reach as many TU/e students as possible

Bijlage 4 Social media posts



CAN WE ASK YOU SOMETHING?

Social support, especially from family and friends from home, can help against loneliness. Even when they are not nearby, knowing they support you can make a difference.

We want to learn more regarding loneliness among TU/e students. So TINT is doing a study on loneliness. Therefore we need help from you and your fellow TU/e students. We want to map all the small and the bigger loneliness issues that TU/e students may or may not experience. By completing the survey, you have the chance to win a book about loneliness.

To find the survey fill in the link below, scan the QR code or go to our social media!

<https://bit.ly/2WdizWI>



@tint.tue



@tint_eindhoven



Bijlage 6 Herinneringsmail samenwerkingspartners

Dear Sir/Madam,

Two weeks ago I have mailed you on behalf of TINT about our loneliness research. Till today I haven't got a response from you. I really hope you want to share our research trough your network. Please let me know if you are able to help me out. If you have any questions, you can always send me a mail.

I hope to hear from you!

Kind regards,

Michelle van Rensch

Ps: This is the link of the survey : <https://forms.gle/CzceSYaqYp251CjLA>. Also this is the link of the social media posts we use: https://www.instagram.com/p/BxaDPdfnIN8/?utm_source=ig_web_button_share_sheet.

Bijlage 7 Vragenlijst

Dear TU/e student,

Thank you for participating in this study from TINT about loneliness! We need you, and many other students, to map loneliness amongst TU/e students. Everybody as felt lonely one time or another. In a sense loneliness is 'normal' but it can also become a serious problem. We want to map all the small and the bigger loneliness issues that TU/e students may or may not experience. The survey will take approximately 10 minutes of your time. Your answers will be processed anonymously. If you have any questions or comments about the research, please feel free to contact me at michellevanrensch@hotmail.com.

Thank you again for participating in this study.

Sincerely,

Michelle van Rensch

In this section you will be asked about your experiences with loneliness. Every statement can be answered with: 1) Always, 2) Sometimes, 3) Rarely and 4) Never.

Questions about experiences related to loneliness				
	Always	Sometimes	Rarely	Never
How often do you feel you are 'in tune' with the people around you?	1	2	3	4
How often do you feel you lack companionship?	1	2	3	4
How often do you feel there is no one you can turn to?	1	2	3	4
How often do you feel alone?	1	2	3	4
How often do you feel part of a group of friends?	1	2	3	4
How often do you feel you have a lot in common with the people around you?	1	2	3	4
How often do you feel you are no longer close to anyone?	1	2	3	4
How often do you feel your interests and ideas are not shared by those around you?	1	2	3	4
How often do you feel outgoing and friendly?	1	2	3	4
How often do you feel close to people?	1	2	3	4
How often do you feel left out?	1	2	3	4
How often do you feel your relationships with others are not meaningful?	1	2	3	4
How often do you feel no one really know you well?	1	2	3	4
How often do you feel isolated from others?	1	2	3	4
How often do you feel you can find companionship when you want it?	1	2	3	4
How often do you feel there are people who really understand you?	1	2	3	4
How often do you feel shy?	1	2	3	4
How often do you feel people are around you but not with you?	1	2	3	4
How often do you feel there are people you can talk to?	1	2	3	4
How often do you feel there are people you can turn to?	1	2	3	4

The following questions concern factors that in your opinion influence your feelings of loneliness.

Factors that in your opinion influence your feelings of loneliness				
	Always	Sometimes	Rarely	Never
Receiving social support from family	1	2	3	4
Receiving social support from friends	1	2	3	4

Having a social network consisting of family and friends	1	2	3	4
The number of friends you have	1	2	3	4
Feeling connected with other people around you	1	2	3	4
Having close relationships	1	2	3	4
The quality of close relationships	1	2	3	4
Having feelings of depression	1	2	3	4
Experiencing difficulty with social interaction	1	2	3	4
Having a functional limitation	1	2	3	4

This section will contain questions about your personal information.

Questions about the student				
What is your gender?	Male	Female	Other	
What is your age in years?				
What is your nationality?				
In which country did you grow up?				
Which languages do you speak?	Dutch	English	German	French
	Spanish	Portuguese	Mandarin	Arabic
	Other...			
Which Faculty do you study at?	Biomedical Engineering	Built Environment	Electrical Engineering	Industrial Design
	Industrial Engineering & Innovation Sciences	Chemical engineering and Chemistry	Applied physics	Mechanical Engineering
	Mathematics and Computer sciences			
What is your current housing situation?	At my parents/car egivers	Room (with shared use of bathroom and/or kitchen)	Studio apartment with private amenities (bathroom and kitchen)	Rental home (several rooms)
	Purchased property	On TU/e campus	Other	
Are you a member of any association?	a sports association	a study association	a student's association	a cultural association
	spiritual and philosophical student association	Other...		
Are you familiar with the student coaching facilities on campus?	Yes	No		
If so, what services are you familiar with?	Teacher coach	Student mentor	TINT Life coaching	Student psychologist
	Academic advisor	Other..		

Thank you for completing the survey regarding my research. Feel free to contact me if you have any questions at michellevanrensch@hotmail.com. Do you have deep thoughts after this survey? We want to hear them all. Sometimes it can be a relief to

talk with someone about what's on your mind. If there is anything you're struggling with, you're welcome at TINT for a private conversation. Talking with a life coach at TINT can help you to structure your thoughts and to find your path again. Feel free to contact us at <https://www.tint-eindhoven.nl/life-coaching/>.

Bijlage 8 Plan van aanpak vervolgonderzoek

In hoofdstuk 5 is er als aanbeveling gegeven om vervolgonderzoek in te zetten om meer inzicht te krijgen in hoeverre eenzaamheid zich uit in de gehele TU/e community.

Om een groter respons te krijgen wordt er geadviseerd om te kijken naar samenwerkingspartners zoals Impact 040 en Studium General zoals beschreven is in hoofdstuk 5. Verder kan er ook geregeld worden om eventueel het onderzoek nog breder te trekken. Er kan bijvoorbeeld aan gedacht worden om een vragenlijst te verspreiden via de studenten mailadressen. Via social media zou dit ook kunnen, echter komt uit dit onderzoek naar voren dat het weinig respons oplevert. Het onderzoek kan bekend worden gemaakt door te flyeren op de campus, maar ook via de Cursor een artikel over te plaatsen. Er is vooral belang bij het bereiken van de studenten van de woontorens. Door deze studenten te benaderen kan er worden onderzocht of de woonsituatie invloed heeft op eenzaamheid. Dit kan worden uitgevraagd door de vragen over de woonsituatie adaptief te stellen. Bijvoorbeeld eerst vragen of de studenten op kamers wonen of niet, daarna waar ze dan op kamers wonen. Hierdoor wordt het onderscheid tussen de vragen verduidelijkt. Ook kan hiervoor de UCLA 3 worden ingezet met aanvullende vragen betreft woonsituatie. Ook kan er voor worden gekozen om vragen in te zetten die specifiek gaan over hoe studenten het ervaren om op kamers te wonen. Vragen zoals: 'ik voel me alleen als ik op kamers ben' of 'Ik heb weinig contact met mijn huisgenoten', zouden hierin mee kunnen helpen om een beter beeld te krijgen over de eenzaamheid van studenten en hun woonsituatie. Er kan ook gekozen worden om een kwalitatieve onderzoek in te zetten, waarbij men in gesprek gaat met de studenten die woonachtig zijn op de campus. Ook hier kan het lastig zijn om studenten voor te benaderen. Maar door de netwerken van de student-assistenten die werkzaam zijn bij TINT, zijn deze studenten wel te vinden.

Ook is er een aanbeveling na het op starten van een onderzoek naar functiebeperking en eenzaamheid. Als eerst is van belang om in kaart te brengen hoeveel studenten daadwerkelijk een functiebeperking hebben op de TU/e en in hoeverre het bespreekbaar is dat zij een functiebeperking hebben. Dit onderwerp zou op zich zelf ook al een apart onderzoek kunnen zijn waarop er alleen gericht wordt naar het studeren met een functiebeperking. Hier zou een onderzoeksvraag zoals: 'Hoeveel studenten met een functiebeperking studeren op de TU/e?' naar voren komen. Dit zou voor een tp'er een mooi afstudeeronderzoek zijn om dit in kaart te brengen. Dit zou een tp'er ook kunnen koppelen aan eenzaamheid. Dus hoe ervaren studenten met een functiebeperking eenzaamheid op de TU/e. Belangrijk hier bij voor de tp'er is om te netwerken met zowel studentpsychologen en decanen. Zij zijn namelijk het aanspreekpunt als het gaat om studie en beperkingen hierin. Dat onderzoek zou kunnen uitrollen tot een kwalitatieve onderzoek, waarbij het delen van de studenten hun ervaringen centraal staan. Dit is voor verschillende functiebeperkingen van belang, aangezien dit een weinig besproken onderwerp is op de TU/e. Door interviews hiervoor in te zetten kan er goed worden uitgevraagd naar de ervaringen van een student en hoe zij hierin ook steun van de TU/e ervaren. Hoewel een vragenlijst inzetten sneller en goedkoper is dan interviews, kunnen interviews wel meer diepgang geven over de ervaringen van studenten. Natuurlijk is het lastig om alle studenten hierover te spreken. Hier is aan te raden op een keuze te maken in het aantal studenten een onderzoeker spreekt en welke onderwerpen aan bod komen. Hier wordt aangeraden om studenten met ASS als eerste te betrekken met de interviews. Juist omdat deze groep het minst bespreekbaar is op de TU/e. Vooral bij ASS is dit van belang omdat ASS per persoon verschilt hoe dit uit, dus ook hoe zij omgaan met eenzaamheid is verschillend per persoon.

Bijlage 9 Eigenwerkverklaring

Ondergetekende(n): (Naam student/en)

Michelle van Rensch 421678

verklaart/verklaren ondubbelzinnig dat:

- 1) dit werkstuk eigen werk is en derhalve geen inbreuk maakt op het auteursrecht van een ander.
- 2) alle gebruikte bronnen (waaronder internetpagina's) zijn voorzien van bronvermelding.
- 3) dit verslag digitaal is ingeleverd via Blackboard (SafeAssign).

Plaats: Eindhoven

Datum: 31-01-2020

Handtekening(en):



N.B. Schending van bovengenoemde 'Eigen werk verklaring ' wordt als fraude aangemerkt als bedoeld in **Art. 19 OER**.

Bijlage 10 Stellingen

Naam: Michelle van Rensch

Studentnummer: 421678

Onderwerp scriptie: 'Een onderzoek naar het in kaart brengen van het eenzaamheidprobleem onder de studenten van de technische Universiteit Eindhoven'.

Stelling 1: Buitenlandse studenten zullen altijd vaker eenzaamheid ervaren dan Nederlandse studenten.

Stelling 2: Door een vragenlijst via social media te verspreiden bereik je alleen de studenten die al bekend zijn met eenzaamheid.

Stelling 3: Er speelt meer eenzaamheid op de TU/e community dan wat uit dit onderzoek naar voren komt.

Stelling 4: De TU/e community neemt aan dat buitenlandse studenten die woonachtig zijn op de woontorens vaker eenzaam zijn dan andere studenten.

Stelling 5: Het ervaren van eenzaamheid waarbij een functiebeperking in meespeelt, wordt op de TU/e community weinig besproken.

Bijlage 11 TU/e Notitiebeleid: Studeren met een functiebeperking

Bijlage 1 : Inventarisatie functiebeperkingen (bron, Hinderniks)

Studenten met een handicap bekend bij studieadviseurs Resultaat rondgang studieadviseurs 2003											
	Bouw	bedr	BMT	Elek	Inf	Nat	Schei	Tema	Wisk	Werk	
Slechthorend		1								1	2
RSI	5/6		3	2	1	2		2		2	17/ 18
Autisme				1			1		1		3
Rostoel gebruik									1		1
Stotteren	1									1	2
Nierdialyse										1	1
Slechtziend	1				1				1		3
Psychische problemen							1				1
Depressiviteit		1	1								2
Astma		1	1								2
Whiplash		1		1							2
Plotselinge ziekenhuis- opname's		1				2					3
Epilepsie		1									1
Faalangst		1					1				2
Spiersdystrofie						1					1
Spierziekte GBS						1					1
Overspannen						1					1
Mobiliteit Beperking						1					1
Spastisch				1							1
Spierziekte dermatomyositis				1							1
Transplantatie			1								1
Acute hernia			1								1
Pleinvrees							1				1
Smetvrees							1				1
ME/ CVS							1			1	2
Totaal bovenstaand											55/ 6
Dyslexie per Jaargang (!)	10/12	10	3	15/2 0	1	1/2	1	5	1	10/1 5	
Totaal dyslexie											285/ 350
	Bouw	bedr	BMT	Elek	Inf	Nat	Schei	Tema	Wisk	Werk	
Totaal											340/ 406

Bron: Hinderniks 2003

Bijlage 12 Aanvullende tabellen

Na de eerste resultaten bekend waren kwam vanuit TINT de wens om de data nogmaals te analyseren. Ditmaal door resultaten van verschillende vragen aan elkaar te verbinden. De vraag waarnaar TINT antwoord op zocht was hoe de groep studenten eruit ziet die een hoge tot ernstige hoge mate van eenzaamheid ervaart. Hier zijn factoren zoals woonsituatie, leeftijd, geslacht, faculteit etc. in meegenomen. Er zal een nieuwe conclusie voortvloeien uit deze resultaten.

Tabel 12

Woonsituatie vergeleken met score van UCLA

Housing situation	Hoge UCLA	Ernstige hoge mate UCLA	Frequentie woonsituatie
At my parents/ care givers	4	4	14
Room (shared use of bathroom and/or kitchen)	20	3	55
Studio apartment with private amenities (bathroom and kitchen)	11	4	33
Purchased property	0	1	1
Student tower on TU/e campus (Aurora or Luna)	4	2	8
Rental apartment	3	0	6
Totaal	45	13	117

Bij ongeveer de helft (N=20) van de studenten die op kamers wonen (N=55) wordt een hoge mate van eenzaamheid ervaren, waarvan een klein deel (N=3) een ernstige hoge mate ervaart. De studenten die wonen in een studioappartement (N=33) is een derde die een hoge mate van eenzaamheid ervaart. Van de studenten die wonen op de student towers (N=8) ervaart de helft hoge mate van eenzaamheid (N=4) en een kwart (N=2) die een ernstige hoge mate van eenzaamheid ervaart.

Tabel 13

Het aantal studenten met een hoge tot ernstig hoge mate score op de UCLA

Nationaliteit	Hoge score UCLA	Ernstig hoge mate score UCLA	Frequentie studenten
Nederlands	20	5	53
International	25	8	64
Totaal	45	13	117
Geslacht			
Mannen	20	8	51
Vrouwen	8	5	66
Totaal	45	13	117

Ongeveer de helft van zowel Nederlandse (N=20) als international (N=25) studenten ervaart een hoge mate van eenzaamheid. Voor de mannen geldt ook dat de helft (N=20) een hoge mate van eenzaamheid ervaart en dat er een groot deel ook een ernstig hoge mate van eenzaamheid ervaren. Vrouwen lijken over het algemeen een minder hoge mate van eenzaamheid te ervaren.

Tabel 14

Aantal studenten per faculteit op basis van geslacht en UCLA scores

Faculty	Male	Female	Totaal	Hoge score UCLA	Ernstig hoge mate score UCLA	Totaal
Biomedical Engineering	2	7	9	3	0	3
Built Environment	2	7	9	5	0	5
Electrical Engineering	10	4	14	5	4	9
Industrial Design	2	10	12	3	0	3
Industrial Engineering & Innovation Sciences	8	15	23	9	3	12
Chemical Engineering and Chemistry	3	8	11	4	2	6
Applied Sciences	5	1	6	4	0	4
Mechanical Engineering	4	3	7	3	0	3

Mathematics and Computer Science	15	11	26	10	3	13
Totaal	51	66	117	43	12	58

De meeste mannen (N=15) studeren aan de Mathematics and Computer Science en de meeste vrouwen (N=15) aan de Industrial Engineering & Innovation Faculteit. Mathematics and Computer Science (N=26) is het meest representatief in deze data, waarvan ongeveer de helft (N=13) een hoge (N=10) tot ernstige hoge mate (N=3) van eenzaamheid ervaart. Applied Sciences (N=6) is het minst aanwezig in deze data, maar van de studenten die gereageerd hebben ervaart een groot deel een hoge mate (N=4) van eenzaamheid. Bij Biomedical Engineering komt geen ernstig hoge mate van eenzaamheid voor, hoewel een derde van de studenten (N=9) een hoge mate (N=3) van eenzaamheid ervaart.

Opvallend is dat bij de volgende faculteiten geen ernstige hoge mate op UCLA voorkomt: Biomedical Engineering, Built Environment, Industrial Design, Applied Sciences en Mechanical Engineering. Een groot deel van de faculteiten Mathematics and Computer Science en Industrial Engineering & Innovation Sciences heeft een hoge score op de UCLA, waar ook een derde van beide groepen een ernstige hoge mate ervaart.

Tabel 15

Leeftijd vergeleken met de gemiddelde UCLA score

Gemiddelde leeftijd	Gemiddelde UCLA score	Aantal studenten met hoge scores	Aantal studenten in totaal
18	52	1	2
19	48,5	7	12
20	49,1	14	28
21	39,9	3	15
22	44	2	6
23	47,6	8	17
24	49,25	3	8
25	48,9	6	11
26	56,4	5	5
27	54,6	3	5
28	57	3	4
29	52	1	1
30	51,5	1	2
34	50	1	1
Totaal	48,3	58	117

Voor de leeftijd van 28 komt de gemiddelde de hoogste UCLA score (M=57) naar voren. Opvallend is dat de meeste studenten 20 jaar (N=28) zijn, waar bij de helft (N=14) een hoge score op de UCLA heeft. Bij 21 jaar is de gemiddelde score (M=39,9) het laagst vergeleken met leeftijdsgenoten.

Tabel 16

UCLA scores vergeleken met de gemiddelde leeftijd

UCLA score	Gemiddelde leeftijd	Aantal studenten
Hoge mate	23 (23,4)	45
Ernstig hoge mate	23 (22,9)	13
Totaal		58

De meeste studenten (N=45) ervaren een hoge mate van eenzaamheid, maar hebben gemiddeld dezelfde leeftijd (M=23) als de studenten waar een ernstig hoge mate eenzaamheid speelt.

Tabel 17

Gemiddelde UCLA scores vergeleken met de Associations

Association	Hoge score UCLA	Ernstig hoge mate score UCLA	Aantal studenten	Totaal aantal studenten (alle scores)
Sports Association	12	3	15	47 (40,2%)
Study Association	14	3	17	39 (33,3%)
Student Association	4	1	5	15 (12,8%)
Cultural Association	11	3	14	24 (20,5%)

Spiritual Association	2	0	2	5 (4,3%)
Other Association	0	1	1	5 (4,3%)
Totaal	43	12	55	135

Bij de Study association komt het vaakst een hoge mate (N=14) en een ernstig hoge mate (N=3) voor, hoewel een klein deel (N=15) van respondenten hier lid van is. Ook bij de Sports Association (N=3) en bij de Cultural Association (N=3) komt een ernstig hoge mate voor, echter is een klein deel (N=15 en N=17) van die leden met een hoge mate van eenzaamheid. Deze drie associations hebben de meeste studenten met zowel een hoge mate als een ernstig hoge mate. Opvallend is dat een student kiest voor die optie 'Other Association' en daarin ook een ernstig hoge mate heeft.

Tabel 18

Bekendheid van coachingsservices op de TU/e campus

Coaching services	Wel bekend	UCLA score	Onbekend	Gemiddelde score UCLA
Teacher Coach	33 (28,2%)	45	84 (71,8%)	49
Student Mentor	48 (41%)	49	69 (59%)	48
TINT	19 (16,2%)	45	98 (83,8%)	49
Student Psychologist	53 (45,3%)	49	64 (54,7%)	47
Academic Advisor	50 (42,7%)	49	67 (57,3%)	48

TINT is het minst bekend (N=19) onder studenten die ook een gemiddeld matige (M=49) mate van eenzaamheid ervaren wordt. De meest studenten (N=48) zijn bekend met de Student Mentor waarbij ze een gemiddeld matige mate (M=49) van eenzaamheid ervaren. Opvallend is dat bij alle coachingsservices die bekend zijn bij de studenten er een gemiddeld matige UCLA score ervaren wordt. Bij de Teacher coach (M=49) en bij TINT (M=49) stijgt de gemiddelde UCLA score bij de groep die deze services niet kennen.

Conclusie aanvullende tabellen

In de conclusie van deze resultaten is wel van belang te benoemen dat deze resultaten niet representatief zijn voor de gehele groep studenten van de TU/e. Dit vanwege een te kleine steekproef waarbij alleen hoge scores zijn meegenomen. Hiervoor is gekozen om een beeld te krijgen van de betreffende studenten die een hoge mate van eenzaamheid ervaren.

Betreft de woonsituatie kan er geconcludeerd worden dat studenten die zelfstandig wonen sneller eenzaamheid ervaren. Vooral studenten die woonachtig zijn in studioappartement of in de student towers zullen sneller een hoge mate of zelfs een ernstige hoge mate van eenzaamheid ervaren. Mannelijke studenten ervaren gemiddeld vaker een hoge mate van eenzaamheid dan vrouwen. Voor zowel Nederlandse als internationale studenten geldt dat de helft van alle studenten een hoge mate van eenzaamheid ervaart. Betreft de faculteiten is er bij Mathematics and Computer Science en bij Industrial Engineering & Innovation sprake van een hoge tot ernstige hoge mate van eenzaamheid onder de helft van de studenten. Voor de faculteit Mathematics and Computer Science kan dit samenhangen met dat de meeste mannelijk studenten hier studeren. Dit sluit aan bij eerder onderzoek waarbij naar voren kwam dat mannen een kleinere buffer hebben tegen eenzaamheid dan vrouwen (Walen & Lachman, 2000). Echter bij de faculteit Industrial Engineering & Innovation Sciences studeren meer vrouwen en wordt er een hogere mate van eenzaamheid ervaren. Dit zou overeen komen met een ander onderzoek waarbij gesteld wordt dat vrouwen meer eenzaamheid zouden ervaren dan mannen (Rautio, Sunnari, Taanila, Rönkä, & Koironen, 2016; Salimi & Bozorgpour, 2012). Studenten die een leeftijd van 28 hebben komt een hoger mate van eenzaamheid voor, wat opvallend is gezien dat uit resultaten naar voren komt dat het grote deel van de respondenten 20 jaar oud zijn. Wellicht dat de 28 jarigen met ander factoren te maken hebben die gevoelens van eenzaamheid versterken die 20 jarigen misschien nog niet ervaren. Uit de resultaten komt naar voren dat bij de Study associations, Sports associations en bij de Cultural associations zowel een hoge tot ernstige hoge mate van eenzaamheid voorkomt. Dit is zeer opvallend aangezien er verwacht wordt dat studenten hier verbondenheid zouden ervaren, wat zou helpen tegen eenzaamheid. De resultaten laten zien dat er een samenhang is tussen een mate van eenzaamheid en de

bekendheid van coachingsservices. Namelijk studenten die bekend zijn met de Teacher coach en TINT ervaren gemiddeld een mindere mate van eenzaamheid dan studenten die niet bekend zijn met deze services.