

# Ondersteuning van studenten met een jeugdzorgachtergrond in het hoger onderwijs: Bevordering van mentale gezondheid

Student: N. M. Appelman (S4371062)

Begeleider en eerste beoordelaar: dr. L. (Leo) Wieldraaijer-Vincent MSc

Tweede beoordelaar: drs. E. (Elsje) de Vries

Rijksuniversiteit Groningen, Faculteit der Gedrags- en Maatschappijwetenschappen

Bachelorwerkstuk Pedagogische Wetenschappen

Juni 2024

Aantal woorden: 7981

## **Abstract**

Students with a background in youth care in higher education face unique challenges that negatively impact their mental health and academic performance. These students often deal with traumatic childhood experiences, financial insecurity, a sense of being different, and a lack of family support, resulting in increased stress and mental health issues. Higher education can play a crucial role in promoting the mental health of these students by implementing support programs. However, not all programs adequately address the mental health problems of these students. Universities must ensure the fulfillment of these students' basic needs, as described in Maslow's Hierarchy of Needs and the Self-determination theory. By providing a safe and stable learning environment, educational institutions can help improve both the mental health and academic success of students with a background in youth care. This systematic literature review investigates how higher education institutions can provide this support and contributes to the formulation of effective policies and practices. The findings emphasize the importance of targeted support programs that include elements such as personal coaches in the following life domains: education, employment and finances, housing, mental health, social relationships and community connections, personal and cultural identity, life skills, and traumatic experiences. Additionally, financial support, long-term housing, and organizing activities with students both with and without similar backgrounds are crucial for promoting the mental health of this group.

Keywords: mental health and wellbeing, foster youth, campus support programs, students, higher education

## Inleiding

In het hoger onderwijs wordt vaak het stereotype van de 'ideale student' gehanteerd, gekenmerkt door mobiliteit, welvaart, weinig zorgen en focus op studie (Tett, 2004). Studenten met een jeugdzorgachtergrond passen echter vaak niet in dit plaatje en worden geconfronteerd met diverse obstakels tijdens hun academische reis (Harrison, 2020). Deze jongeren hebben ervaring met jeugdzorgdiensten of -instellingen, wat een gevolg is van problemen in de opvoeding, gedragsproblemen, mishandeling, verwaarlozing of andere omstandigheden die zorg en interventie van jeugdzorgprofessionals vereisen (Shotton, 2019). Deze ervaringen hebben vaak directe, ingrijpende gevolgen voor de onderwijsloopbaan zoals achterstanden in leerprestaties, onderbrekingen in de schoolcarrière en een verhoogde kans op schooluitval (Berardi & Morton, 2017; O'Neill et al., 2019). Tijdens hun deelname aan het hoger onderwijs ervaren zij zowel academische obstakels als uitdagingen op andere gebieden (Jones & Varga, 2021). Deze uitdagingen zijn divers en omvatten praktische zaken als financiën, huisvesting en persoonlijke hindernissen (Harrison, 2020).

Financiële stress is een veel voorkomende uitdaging, waarbij studenten met een jeugdzorgachtergrond worstelen met het beheren van financiën en het betalen van zaken zoals huur. Dit resulteert niet alleen in verminderde academische prestaties, maar ook in terughoudendheid bij het uitgeven van geld uit angst voor financiële instabiliteit, en zelfs in aarzeling bij jongeren om universitair onderwijs te volgen (Pinkney & Walker, 2020).

Een andere uitdaging voor studenten met een jeugdzorgachtergrond is hun mentale gezondheid. Mentale gezondheid, dat het emotionele, psychologische en sociale welzijn van een individu omvat, is van cruciaal belang voor deze studentengroep. Het omvat het vermogen om stress te beheersen, effectief om te gaan met uitdagingen, productief te kunnen werken en bij te

dragen aan de gemeenschap (Freeman, 2022). Zij ervaren mentale gezondheidsproblemen die kunnen voortkomen uit traumatische ervaringen uit hun jeugd, waaronder mishandeling, verwaarlozing en andere uitdagingen gerelateerd aan hun jeugdzorgachtergrond (King, 2023). Deze ervaringen kunnen op meerdere manieren invloed hebben op ontwikkeling en leren (Morton, 2018). Het beïnvloedt onder andere het vermogen om aandacht te houden en nieuwe informatie op te nemen, toegang te krijgen tot eerder opgedane kennis, en het reguleren van emoties (Perry, 2006). Dit kan leiden tot lagere cijfers, een hoger percentage afwezigheid, afname in leesvaardigheid, schorsing en verwijdering van school en zelfs een hoog aantal schooluitvallers (Souers & Hall, 2016). Mentale gezondheidsproblemen kunnen ook ontstaan door dagelijkse obstakels (Geenen et al., 2014; Hail & Kearney, 2023). Studenten zonder jeugdzorgachtergrond ontvangen vaak steun van familie, terwijl studenten uit de jeugdzorg deze steun missen (Morton, 2018). Dit resulteert in extra uitdagingen bij het uitvoeren van dagelijkse taken, het ontvangen van ouderlijk advies en het vervullen van emotionele behoeften (Morton, 2018). Dit veroorzaakt stress en mentale gezondheidsproblemen, wat kan leiden tot negatieve gevolgen voor de academische prestaties (Miller et al., 2020). Het is belangrijk om aandacht te besteden aan de mentale gezondheid van deze studenten om deze gevolgen te voorkomen (Kerker & Dore, 2006). Daarbij is het belangrijk dat studenten met een jeugdzorgachtergrond ondersteuning en begeleiding krijgen om de mentale uitdagingen en dagelijkse hindernissen aan te pakken (Cummings & Shelton, 2023).

Een theorie die inzicht biedt in de mentale gezondheidsproblemen van studenten met een jeugdzorgachtergrond is de Maslow's Hierarchy of Needs (Maslow, 1943). Volgens Maslow (1943) streven individuen naar het vervullen van hun behoefte in een oplopende volgorde, beginnend bij fysiologische behoeften, gevolgd door veiligheid, liefde/belonging, esteem en

uiteindelijk zelfactualisatie. De theorie stelt dat basisbehoeften eerst moeten worden vervuld voordat hogere niveaus van mentaal welzijn en zelfactualisatie bereikt kunnen worden. Voor studenten met een jeugdzorgachtergrond is de eerste laag (fysiologische behoeften) vaak niet gegarandeerd (Kinarsky, 2017). Deze studenten kampen vaak met onvervulde basisbehoeften, zoals voedsel- en huisvestingsonzekerheid, wat leidt tot slechtere academische prestaties en gezondheid. Onderzoek toont aan dat 62-63% van deze studenten voedselonzekerheid ervaart, 60-68% huisvestingsonzekerheid, en 24% zelfs dakloos is (Day et al., 2011; Goldrick-Rab et al., 2018; Hachadurian et al., 2022; Maroto et al., 2014). Terwijl Broton (2017) ontdekte dat huisvestingsonzekerheid een sterke, statistisch significante relatie heeft met het voltooien van studies, doorzettingsvermogen en het behalen van studiepunten, heeft Bruening et al. (2018) verbanden gevonden tussen onzekerheid over basisbehoeften en een slechtere zelfgerapporteerde fysieke gezondheid, symptomen van depressie en hogere waargenomen stress. Door deze hiërarchie kunnen er ondersteuningsprogramma's ontwikkeld worden die zich richten op het creëren van een omgeving waar studenten met een jeugdzorgachtergrond hun basisbehoeften kunnen vervullen wat bijdraagt aan een betere mentale gezondheid en welzijn.

Naast de theorie van Maslow (1943) kan ook de Self-determination Theory (SDT) van Ryan en Deci (2000) inzicht geven in de motivatie en het welzijn van studenten met een jeugdzorgachtergrond. SDT stelt dat mensen drie basisbehoeften hebben: autonomie, competentie en verbondenheid. Als deze behoeften worden vervuld, verbeteren de intrinsieke motivatie en welzijn. Studenten met een jeugdzorgachtergrond kunnen moeite hebben met deze behoeften door een onstabiele en stressvolle achtergrond (Morton, 2018). Door programma's te ontwikkelen die deze behoeften bevorderen, kunnen motivatie, welzijn en academisch succes van deze studenten verbeteren. Integratie van Maslow's Hierarchy of Needs en SDT creëert een

omvattend begrip van de factoren die bijdragen aan het academisch succes en mentaal welzijn van studenten.

Dit leidt tot ondersteuningsprogramma's die gericht zijn op specifieke behoeften zoals methoden voor toegang tot counselingdiensten, implementatie van peer support-programma's en training voor docenten en medewerkers in het herkennen van en omgaan met mentale gezondheidsproblemen (Kerker & Dore, 2006; Miller et al., 2020; Okpych et al., 2020). Universiteiten leveren al op verschillende manieren een bijdrage aan deze studenten door ondersteuningsprogramma's en maatregelen aan te bieden tijdens hun studietijd (Blakeslee et al., 2022; Lenz-Rashid, 2018; Lietz & Cheung, 2022; Schelbe et al., 2023; Unrau et al., 2017). Er zijn al meerdere onderzoeken uitgevoerd naar ondersteuningsprogramma's voor studenten met een jeugdzorgachtergrond. Blakeslee et al. (2022) onderzochten het Project Futures Self-Determination Coaching Model, dat zelfbepaling en zelfeffectiviteit bij universiteitsstudenten met een jeugdzorgachtergrond verbeterd middels coaching en ondersteunende workshops. Dit programma verbetert de mentale gezondheid en het voorkomt uitschrijving. Lenz-Rashid (2018) onderzocht het Guardian Scholars Program (GPS), dat casemanagement en huisvesting biedt. Hoewel het programma effectief blijkt voor academische prestaties werden er geen gegevens over de verbetering van mentaal welzijn vermeld. Lietz & Cheung (2022) beschreven het 'mental health counseling program' ASuPIRE, dat geestelijke gezondheidszorg biedt voor studenten met een jeugdzorgachtergrond die een traumatische ervaring hebben ondergaan. Het programma biedt hiervoor specifieke en op maat gemaakte interventies en ondersteuning. Schelbe et al. (2023) onderzochten het Unconquered Scholars Program (USP), dat academische en financiële ondersteuning biedt, waarbij zij verwijzen naar mentale gezondheidszorg en huisvestingassistentie. In hun onderzoek richtten zij zich op de

ervaringen van afgestudeerden met een achtergrond in de jeugdzorg. Het onderzoek benadrukt de noodzaak van ondersteuning tijdens en na het afstuderen. Unrau et al. (2017) onderzochten het Seita Scholar Program (SSP) dat academische, financiële en persoonlijke ondersteuning biedt, met nadruk op mentale coaching. Hoewel het programma positieve effecten zoals hogere afstudeerpercentages toonde, benadrukte het tevens de noodzaak voor verdere verbetering en aanvullend onderzoek om de meest effectieve programmaonderdelen te identificeren. Elk onderzoek biedt verschillende perspectieven en uitkomsten betreffende de mentale gezondheid van deze studenten. Keating (2022) interviewde 19 medewerkers van ondersteuningsprogramma's voor pleegjongeren, waarbij de focus lag op benaderingen voor emotionele interventies. De medewerkers benadrukten de noodzaak voor onderwijsinstellingen om zowel financieel als fysiek samen te werken met ondersteuningsprogramma's om de steun aan studenten met een jeugdzorgachtergrond te verbeteren. Het is daarom van belang dat er verder onderzoek wordt gedaan naar ondersteuningsmaatregelen die kunnen bijdragen aan de verbetering van de mentale gezondheid.

In dit literatuurreview wordt de focus gelegd op het identificeren van een beleid voor ondersteuning en begeleiding vanuit het hoger onderwijs met als doel het bevorderen van de mentale gezondheid en het creëren van een veilige onderwijsomgeving waarin studenten met een jeugdzorgachtergrond zich optimaal kunnen ontwikkelen. Daarnaast wordt er gefocust op het identificeren van de uitdagingen en problemen die deze studenten ervaren met betrekking tot hun mentale gezondheid. Dit sluit aan bij de Sustainable Development Goals van de Verenigde Naties, met name Doel 3: goede gezondheid en welzijn en Doel 4: kwaliteitsonderwijs, door te streven naar inclusief en gelijkwaardig onderwijs en het bevorderen van leer- en welzijnsmogelijkheden voor alle studenten, inclusief die met een jeugdzorgachtergrond

(Ministerie van Algemene Zaken, 2024). Het doel van dit onderzoek is om te onderzoeken hoe het hoger onderwijs kan bijdragen aan de mentale gezondheid van studenten met een jeugdzorgachtergrond. Door analyse van bestaande literatuur beoogt dit onderzoek een beter begrip te krijgen van de manieren waarop hogere onderwijsinstellingen kunnen bijdragen aan het creëren van een ondersteunende omgeving die de mentale gezondheid van deze studenten bevordert. Het richt zich op het identificeren van beleidsmaatregelen en praktijken binnen het hoger onderwijs die de mentale gezondheid van deze studenten ondersteunen. Door deze beleidsmaatregelen en praktijken te onderzoeken en te evalueren, streven we ernaar om concrete aanbevelingen te doen voor het verbeteren van de bijdrage vanuit het hoger onderwijs voor deze studenten met een jeugdzorgachtergrond, met als uiteindelijk doel het bevorderen van hun mentale welzijn.

Voor dit onderzoek luidt de volgende onderzoeksvraag:

*Op welke manieren kunnen ondersteuning en beleidsmaatregelen vanuit het hoger onderwijs bijdragen aan de verbetering van de mentale gezondheid van studenten met een jeugdzorgachtergrond?*

Met twee subvragen:

- 1. Welke uitdagingen en problemen ervaren studenten met een jeugdzorgachtergrond met betrekking tot hun mentale gezondheid gedurende hun tijd aan het hoger onderwijs?*
- 2. Welke aspecten van ondersteuningsprogramma's aangeboden door het hoger onderwijs dragen bij aan het bevorderen van de mentale gezondheid van studenten met een jeugdzorgachtergrond, zoals beschreven in de wetenschappelijke literatuur?*



## **Methode**

### **Onderzoeksdesign**

Middels dit systematische literatuurreview wordt kennis opgedaan over studenten met een jeugdzorgachtergrond die een studie volgen aan het hoger onderwijs. Hierbij wordt als doel gesteld inzicht te krijgen in de manier waarop het hoger onderwijs kan bijdragen aan het bevorderen van de mentale gezondheid van deze studenten. De methodologische aanpak omvat een gestructureerde analyse van relevant wetenschappelijk onderzoek, met gebruik van een systematische review voor betrouwbaarheid en validiteit, in lijn met de PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses) richtlijnen (Moher, 2009). Door dit literatuurreview wordt bias geminimaliseerd, waardoor een compleet overzicht van beschikbare literatuur ontstaat. Dit proces van samenvatten en integreren leidt tot overkoepelende begrippen en nieuwe inzichten, wat een bijdrage levert aan het bevorderen van de mentale gezondheid van deze studenten.

### **PICOC en inclusiecriteria**

Voor dit onderzoek zijn de PICOC en inclusiecriteria vastgesteld om de methodologie te structureren en geschikte literatuur te identificeren. Zie Tabel 1 voor het PICOC-framework.

**Tabel 1**

*PICOC*

---

Population	Jongeren met een jeugdzorgachtergrond die studeren aan het hoger onderwijs of hun diploma hebben gehaald in het hoger onderwijs
Intervention	Bijdrage vanuit het hoger onderwijs om de mentale gezondheid van jongeren met een jeugdzorgachtergrond bevorderen
Comparison	Hoger onderwijs zonder een bijdrage aan de mentale gezondheidsproblemen
Outcome	Een verbetering van de mentale gezondheid van de jongeren met een jeugdzorgachtergrond
Context	De universitaire omgeving, de sociale en economische achtergrond van de studenten, en externe factoren die van invloed kunnen zijn op hun mentale gezondheid.

---

De literatuur voor dit onderzoek diende te voldoen aan specifieke inclusiecriteria. Studies moesten zich richten op jongeren met een jeugdzorgachtergrond, ingeschreven bij of recent afgestudeerd aan een instelling voor hoger onderwijs. De studies dienden obstakels met betrekking tot mentale gezondheid te behandelen of interventies bedoeld ter ondersteuning ervan. Studies over specifieke interventies zoals counseling, mentorprogramma's, of peer-ondersteuning werden geselecteerd om een breed scala aan ondersteuningsprogramma's te evalueren. De publicatiedata varieerde van 2004 tot 2024 en waren gepubliceerd in Nederlands of Engels. Alle studies waren peer-reviewed om wetenschappelijke kwaliteit en betrouwbaarheid te waarborgen. Afwijkingen van de inclusiecriteria werden zorgvuldig beoordeeld op relevantie voor het begrip van het onderwerp en de beantwoording van de onderzoeksvraag. Aanvullende informatie kon worden opgenomen, mits deze een waardevolle bijdrage leverde aan het algehele begrip van het onderwerp.

Bij de analyse van de literatuur zullen de begrippen ‘mentale gezondheid’, ‘jeugdzorgachtergrond’ en ‘hoger onderwijs’ systematisch worden geëvalueerd om hun onderlinge verbanden en impact op de uitkomsten te begrijpen. Mentale gezondheid wordt gedefinieerd als “de manier waarop individuen zich verhouden tot zichzelf en anderen en hoe zij omgaan met de uitdagingen van het dagelijks leven, evenals hoe deze ervaringen worden waargenomen binnen de samenleving” (Van Bon-Martens et al., 2022). Jongeren met een jeugdzorgachtergrond worden gedefinieerd als "individuen die een deel van hun leven hebben doorgebracht onder de zorg van de overheid, waaronder verblijf bij pleegouders, in instellingen, of onder toezicht van vrienden of familie, zowel formeel als informeel” (UCAS, 2024). De keuze voor de begrippen ‘mentale gezondheid’ en ‘jongeren met een jeugdzorgachtergrond’ is gebaseerd op een RIVM-rapport (2019). Dit rapport toont aan dat jongeren uit eenoudergezinnen, gezinnen met lage welvaart, kinderen van ouders met psychische of verslavingsproblemen, en kinderen die stressvolle levensgebeurtenissen hebben meegemaakt, een grotere kans hebben op mentale gezondheidsproblemen. Het begrip hoger onderwijs omvat zowel het hoger beroepsonderwijs als de universiteit (Centraal Bureau voor de Statistiek).

### **Zoekstrategie**

Er is gebruikgemaakt van meerdere online databanken: ERIC, PsysINFO en SocIndex. Artikelen zijn gevonden door een zoekslag te gebruiken met woorden gerelateerd aan de volgende termen: *mentale gezondheid*: "mental health problems" OR "mental illness" OR, "mental disorder" OR "psychiatric illness" AND *hoger onderwijs*: "higher education" OR college OR university AND *jeugdzorgachtergrond*: "foster care" OR "care leavers" OR "care experience".

Na deze zoekslag is er een tweede zoekslag uitgevoerd waarbij de volgende termen zijn toegevoegd om meer informatie te verkrijgen over ondersteuningsprogramma's:

*ondersteuning*: AND mental health program OR mental health services.

De zoekstrategie is tweeledig toegepast: de eerste zoekstrategie richtte zich op termen met betrekking tot mentale gezondheid om een breder spectrum van literatuur te omvatten, inclusief artikelen over mentale gezondheidsproblemen en stoornissen. De tweede component voegde ondersteuningsgerelateerde termen toe om artikelen te vinden die specifiek ingaan op interventies en diensten ter ondersteuning van de mentale gezondheid bij jongeren met een jeugdzorgachtergrond.

De zoekstrategieën omvatten in eerste instantie het onderzoeken van titels, gevolgd door het lezen van de samenvattingen en trefwoorden van de publicaties. Na evaluatie van de titels en abstracts werd elk artikel volledig gelezen om de relevantie voor het onderzoek te beoordelen. Bovendien is gebruikgemaakt van de sneeuwbalmethode: een benadering waarbij vanuit de referenties van relevante artikelen verder wordt gezocht naar aanvullende literatuur. Dit wordt gedaan om de breedte en diepte van het literatuurreview te vergroten, om een completer beeld te krijgen van het bestaande onderzoek. Het literatuurreview werd systematisch uitgevoerd om vooroordelen te minimaliseren en een uitgebreid overzicht van beschikbare literatuur te verkrijgen.

### **Dataselectie**

Na het invoeren van de zoekstring met betrekking tot mentale gezondheid werden er 2976 bronnen gevonden, waarvan 569 voldeden aan de selectiecriteria. Gezien de omvang van deze resultaten werd de zoekstring verfijnd van "mental health" naar de termen "mental health problems", "mental illness", "mental disorder" en "psychiatric illness". Dit resulteerde in een

zoekslag van 800 artikelen. Uiteindelijk bleven er 222 artikelen over die voldeden aan de inclusiecriteria, waarvan 175 van SocINDEX en zeven van ERIC. Voor de zoekstring met betrekking tot ondersteuning werden 1022 bronnen gevonden, waarvan 179 voldeden aan de selectiecriteria. Van deze artikelen kwamen er 178 van SocINDEX en één van ERIC.

De verdere selectieprocedure werd uitgevoerd met behulp van Rayyan. Dit helpt bij het gestructureerd selecteren van relevante artikelen. Door de artikelen zorgvuldig te evalueren en de voorgeschreven stappen te volgen, wordt de validiteit van het onderzoek optimaal gewaarborgd. Er zijn labels vastgesteld voor het excluseren van een artikel. Deze zijn in Tabel 2 toegelicht. De titels werden gescreend en uitgesloten als ze niet relevant waren. Vervolgens werden abstracts grondig gelezen en beoordeeld op relevantie. Tot slot ondergingen de geselecteerde artikelen een kwaliteitsbeoordeling.

## **Tabel 2**

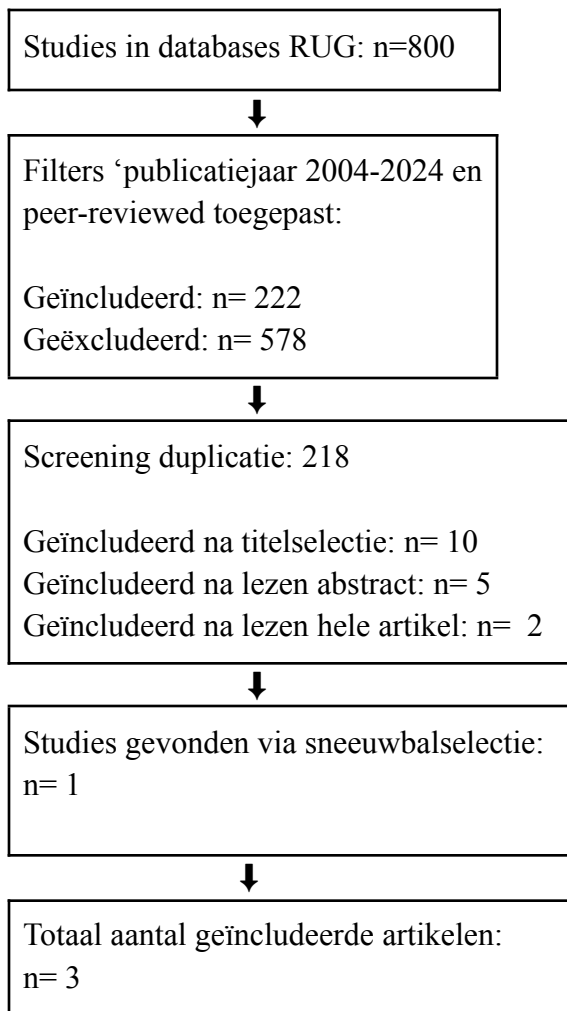
### *Labels excluseren*

<b>Labels bij excluseren</b>	<b>Kenmerken</b>
Verkeerd onderwerp	Geen focus op mentale gezondheidsproblemen of andere obstakels
Verkeerde populatie	Geen achtergrond in de jeugdzorg en volgt geen studie aan hoger onderwijs
Verkeerde context	Niet-relevante geografische locatie of culturele context, of setting die niet van toepassing is op het onderzoek
Tekst niet beschikbaar	Artikel is niet beschikbaar
Verkeerde methode	Methode niet volledig omschreven

De eerste zoekslag gericht op mentale gezondheid leverde na het verwijderen van de duplicaten 218 artikelen. Na het screenen van de titels bleven er tien artikelen over. Na de screening van abstracts nog vijf, die werden geëxcludeerd vanwege een verkeerd onderwerp of context. Uiteindelijk werden na grondige beoordeling twee artikelen geselecteerd voor het onderzoek. De overige artikelen werden geëxcludeerd vanwege een niet volledig beschikbare tekst en verkeerde populatie. De tweede zoekslag gericht op ondersteuning leverde na het verwijderen van de duplicaten 218 artikelen. Na het screenen van de titels bleven er 12 artikelen over en na de screening van de samenvattingen nog vijf. Er werden zeven artikelen geëxcludeerd vanwege verkeerde context, onderwerp en populatie. Na het lezen van de overige artikelen bleek een artikel niet volledig en twee niet beschikbaar. Uiteindelijk werden er twee artikelen geselecteerd. In totaal zijn twee artikelen via ERIC en SocINDEX meegenomen. Door middel van de sneeuwbal methode en de citatiemethode zijn nog zes artikelen toegevoegd. In totaal zijn er acht artikelen meegenomen. Het proces van dataselectie is schematisch weergegeven in Figuur 1 en 2.

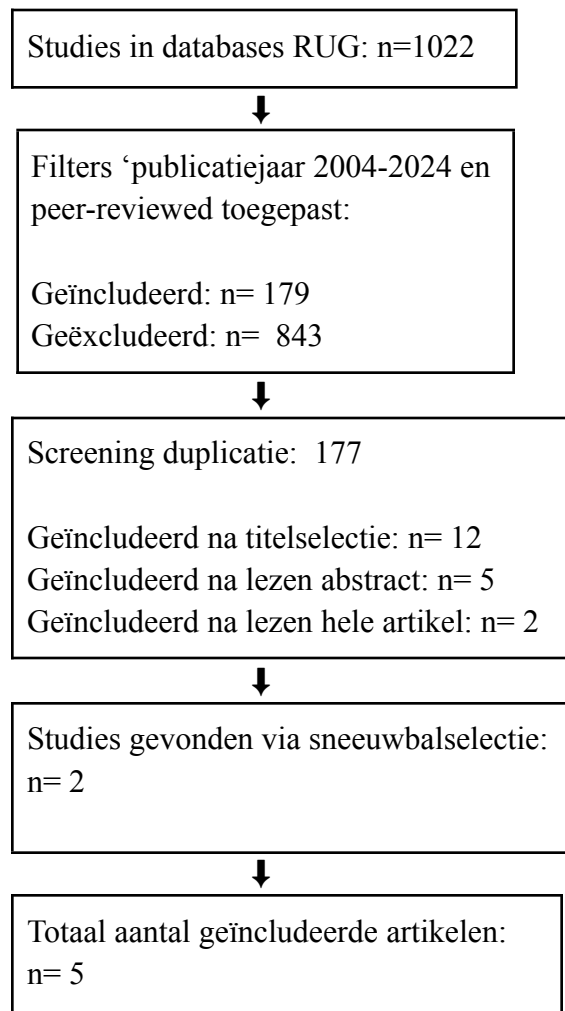
**Figuur 1**

*PRISMA flow diagram: mentale gezondheid*



**Figuur 2**

*PRISMA flow diagram: ondersteuning*



## **Kwaliteitsbeoordeling**

De geselecteerde bronnen zijn beoordeeld met de RTI Item Bank om betrouwbaarheid, validiteit en bruikbaarheid van kwalitatief en kwantitatief onderzoek te evalueren (Viswanathan et al., 2013). Door het ontbreken van een tweede beoordelaar zijn de beoordelingsaspecten duidelijk omschreven om subjectiviteit te minimaliseren. Elke studie werd kritisch beoordeeld op onderzoeksontwerp en geschiktheid voor het beantwoorden van de onderzoeksvraag. De gebruikte instrumenten en methodes van de dataverzameling werden geëvalueerd op betrouwbaarheid en validiteit om de nauwkeurigheid van de metingen te waarborgen. Daarnaast werd gecontroleerd of de beschreven programma's volgens de richtlijnen werden uitgevoerd en of de juiste statistische methoden werden gebruikt. Resultaten en conclusies werden beoordeeld op consistentie, relevantie en toepasbaarheid op de geselecteerde populatie. Alleen studies die hoog scoorden op de kwaliteitscriteria van de RTI Item Bank werden opgenomen, wat de nauwkeurigheid, betrouwbaarheid en validiteit van de gegevens in de literatuurstudie waarborgt. Van de acht artikelen scoorden er zeven hoog, terwijl één artikel gemiddeld scoorde vanwege een minder gedetailleerde beschrijving van de methode. De beschrijvingen van de geïncludeerde artikelen zijn te zien in Tabel 3. Deze uitgebreide beoordeling identificeert de kwaliteit en mogelijke bronnen van bias in de studies, wat de validiteit en geloofwaardigheid van het systematische literatuurreview versterkt.



**Tabel 3***Beschrijving van de geïncludeerde artikelen*

<b>Artikel</b>	<b>Onderzoeksdoel(en)</b>	<b>Type onderzoek</b>	<b>Steekproef</b>	<b>Land</b>
Miller et al. (2020)	Begrijpen hoe jongvolwassenen met een pleegzorgachtergrond en mentale gezondheidsproblemen hun identiteit als college student ontwikkelen en hoe deze factoren hun academische ervaringen beïnvloeden.	Kwalitatief onderzoek door middel van semi-gestructureerde interviews	18 studenten tussen 18-26 jaar, gemiddelde leeftijd was 21,63.	Verenigde Staten, Portland State University
O'Neill et al. (2019)	Inzichten van huidige en recente studenten met zorgervaring te verzamelen en te analyseren, met betrekking tot hun omstandigheden, betrokkenheid bij hun studie, hun sociale en emotionele welzijn en de ondersteuning die ze ontvangen.	Kwalitatief als kwantitatief onderzoek door middel van een online vragenlijst, en een focusgroep om dieper in te gaan op de bevindingen van de vragenlijst.	276 hogeschool studenten en 137 universiteitsstudenten. Tussen de 18 en 25 jaar. 81% van de universiteitsstudenten en 68% van de hogeschoolstudenten waren vrouwen.	Schotland
Lietz & Cheung (2022)	Het beschrijven van het ASuPIRE-programma, dat geestelijke gezondheidszorg biedt aan studenten met een achtergrond in pleegzorg. Het artikel heeft als doel om andere universiteiten te helpen dit model over te nemen en benadrukt de noodzaak van verder onderzoek naar de effectiviteit.	Case study	-	Verenigde Staten, Arizona State University.
Root et al. (2018)	Het onderzoeken van de percepties van universiteitsstudenten met een achtergrond in pleegzorg in relatie tot hun mentale gezondheidsuitdagingen en	Kwalitatief onderzoek: individuele interviews en focusgroepgesprekken.	15 universiteitsstudenten met jeugdzorgachtergrond. Tussen 18-26 jaar. De meerderheid van de deelnemers was vrouw (80%)	Verenigde Staten, Western Michigan University

	hun gebruik van mentale gezondheidsdiensten.		en identificeerde zich met een minderheidsras (74%), waaronder zwart, Hispanic en multiraciaal.	
Schelbe et al. (2023).	Het onderzoeken van de ervaringen van afgestudeerden met een jeugdzorgachtergrond die het Unconquered Scholars Program. Het doel is inzicht te krijgen in hun welzijn en uitdagingen, zodat interventies kunnen worden ontwikkeld om hun succes tijdens en na het afstuderen te verbeteren	Kwalitatief als kwantitatieve onderzoek: enquetes	56 afgestudeerden met een jeugdzorgachtergrond.	Verenigde Staten, Florida State University
Blakeslee et al. (2022)	Het evalueren van de effectiviteit van het "Project Futures Self-Determination Coaching Model" voor studenten met een achtergrond in pleegzorg en mentale gezondheidsproblemen.	Kwantitatief onderzoek door middel van een randomized control trial met twee groepen	65 jongvolwassenen met een jeugdzorgachtergrond die hun eerste of tweede jaar volgde van hun studie. Tussen de 18 en 26 jaar. 35 studenten werden gerandomiseerd in een controlegroep.	Verenigde Staten, Portland State University
Unrau et al. (2017)	Het evalueren van de kerncomponenten van de Seita Scholars-program vanuit het perceptief van de studenten	Kwalitatief als kwantitatief onderzoek door middel van een cross-sectioneel surveyonderzoek.	95 studenten die uit de pleegzorg kwamen en in het voorjaar van 2016 ingeschreven waren aan een universiteit.	Verenigde Staten, Midwest

---

Lenz-Rashid (2018)	Het evalueren van de uitkomsten van het GSP. Het doel is om inzicht te krijgen in de effectiviteit van campusondersteuningsprogramma's en de mogelijke voordelen die zij bieden aan pleegzorgjongeren in het hoger onderwijs.	Kwantitatief onderzoek. Zowel cross-sectionele als longitudinale onderzoek.	194 studenten die tussen 2005 en 2017 diensten hebben ontvangen van het Guardian Scholars Program (GSP), tussen de 17 en 30 jaar.	Verenigde Staten, San Francisco State University.
--------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------

---

## **Resultaten**

Om de impact van universitaire ervaringen op de mentale gezondheid van jongeren met een jeugdzorgachtergrond te onderzoeken zijn vijf studies geanalyseerd die zich richten op deze specifieke groep. Vervolgens zijn er vijf programma's bestudeerd die aangeboden worden voor deze studenten, met speciale aandacht voor de effecten op hun mentale gezondheid.

### **Mentale gezondheid**

De mentale gezondheid van studenten met een jeugdzorgachtergrond zijn onderzocht in vijf studies: Miller et al. (2020), O'Neill et al. (2019), Lietz & Cheung (2022), Root et al. (2018) en Schelbe et al. (2023). De volgende paragrafen bieden een overzicht van de uitdagingen en problemen die van invloed zijn op de mentale gezondheid.

### ***Stressoren***

De consistentie tussen de bevindingen van Root et al. (2018), Miller et al. (2020) en Lietz & Cheung (2022) illustreren een duidelijk patroon van verhoogde stress die invloed heeft op zowel persoonlijke als academische prestaties. Root et al. (2018) de ervaringen van studenten uit de pleegzorg met betrekking tot hun mentale gezondheid en de zorg die ze ontvingen. Het onderzoek toont aan dat stress het mentale welzijn beïnvloedt en studenten uit de pleegzorg meer stress ervaren dan hun leeftijdsgenoten. Dit is te wijten aan extra zorg en verantwoordelijkheden zoals het regelen van basisbehoeften en het vinden van emotionele steun, die normaal door families worden verzorgd. Studenten die in een pleegzorgsituatie binnen de familie hebben gewoond, melden vaak dezelfde stressniveaus als medestudenten. Veel studenten uit de pleegzorg voelen zich echter overweldigd door een gebrek aan controle door extra uitdagingen waarmee zij te maken hebben. Dit beïnvloedt het vermogen om stress te beheersen, waardoor ze

vaak ongezonde strategieën gebruiken zoals: uitstelgedrag, vermijding, fysieke agressie, middelengebruik en zelfmedicatie.

Miller et al. (2020) en Lietz & Cheung (2022) bevestigen dat deze stressoren een significant effect hebben op de mentale gezondheid. Ze wijzen op een combinatie van mentale gezondheidsproblemen, academische druk en sociale stress, versterkt door persoonlijke factoren zoals gebrek aan familieondersteuning, financiële instabiliteit en de nasleep van traumatische ervaringen uit de pleegzorgperiode. Deze stressfactoren leiden tot intense druk en overbelasting, soms tot het brekpunt. Het combineren van schoolwerk samen met persoonlijke en emotionele uitdagingen wordt beschreven als bijzonder zwaar. Dit leidt tot verminderde mentale gezondheid en academische prestaties. Deze onderzoeken tonen aan hoe verschillende factoren de stressniveaus van studenten verhogen, wat hun welzijn en academische prestaties beïnvloedt.

### ***Financiële uitdagingen***

Nadat we de stressoren hebben besproken die een significante impact hebben op de mentale gezondheid van deze studenten, richten we ons nu op de financiële uitdagingen die deze stress verder verergeren. Jongeren met een jeugdzorgachtergrond ervaren vaker financiële uitdagingen tijdens hun tijd aan het hoger onderwijs (O'Neill et al., 2019; Schelbe et al., 2023).

Volgens O'Neill et al. (2019) verergeren financiële problemen mentale gezondheidsproblemen, waaronder gevoelens van angst en isolement. De problemen worden acuut tijdens vakantieperiodes, wanneer de reguliere financiële steun en huisvesting wegvallen. Zonder ouderlijke steun hebben deze studenten extra moeite met het beheren van hun financiën, wat leidt tot verhoogde gevoelens van onveiligheid en sociaal isolement. Schelbe et al. (2023) bevestigen dat deze studenten vaak onvoldoende inkomsten hebben en beperkte vaardigheden in geldbeheer, wat moeilijkheden veroorzaakt bij het latere aflossen van de studieschuld en het

doen van belastingaangifte. Ondanks deze uitdagingen meldde O'Neill et al. (2019) dat 59% van de studenten aangaf in staat te zijn hun financiën te beheren. Ze deden dit wel door gebruik te maken van extra vaardigheden en mechanismen, zoals strikte budgettering, sparen en werken naast hun studie. Hoewel dit soort financieel beheer van toepassing is voor de meeste studenten, benadrukten de studenten met een jeugdzorgachtergrond dat ze geen andere vangnetten hebben wanneer ze financiële hulp nodig hebben. Zij gaven aan dat ze zelfvoorzienend moeten zijn vanwege het gebrek aan financiële steun van familie. Deze situatie veroorzaakte of verergerde gevoelens van angst en isolatie bij deze studenten.

Bovendien ervaren deze studenten het aanvragen van studiefinanciering als stressvol en traumatisch. O'Neill et al. (2019) beschrijven het aanvraagproces als bureaucratisch en ingewikkeld in plaats van relationeel en ondersteunend. Dit kan reeds bestaande gevoelens van angst en isolatie versterken.

Deze bevindingen beantwoorden de eerste onderzoeksvraag over de uitdagingen van studenten met een jeugdzorgachtergrond.

### ***Trauma***

Lietz & Cheung (2022) geeft aan dat de overgang naar het hoger onderwijs traumatische herinneringen kan oproepen. Zo kan de verhuizing naar een campusdorm herinneringen naar boven brengen aan de eerdere instabiele huisvesting. Eenzaamheid tijdens vakanties, wanneer andere studenten naar huis gaan, kan gevoelens van verlatenheid en verlies oproepen. Zo vertelt een student in het artikel van O'Neill et al. (2019):

*“It has been a very isolating experience, particularly since I have no one to go home to during the holidays. I’ve been grappling my mental health and my finances which has been impacting my studies, causing me to repeat a year.”*

Aspecten van het studentenleven kunnen ook specifieke prikkels zijn voor het herbeleven van traumatische gebeurtenissen (Lietz & Cheung, 2022). Zo kan bijvoorbeeld alcoholgebruik door medestudenten op de campus herinneringen oproepen aan verslavingsproblemen van ouders of verzorgers. O'Neill et al. (2019) bevestigen dat studenten met een jeugdzorgachtergrond vaak worstelen met gevoelens van verlies en trauma als gevolg van de kindertijd en eerdere mishandelingen. De overgang naar de universiteit kan deze ervaringen opnieuw activeren, wat leidt tot een sterke behoefte aan counseling en andere vormen van geestelijke gezondheidszorg. Sommige studenten rapporteren dat ze zich door het gebrek aan stabiliteit in hun studieomgeving vaak angstig voelen. Dit kan hun vermogen om zich aan te passen aan het leven als student beïnvloeden.

Root et al. (2018) bespreekt dat trauma ook invloed kan hebben op het bewustzijn en de aandacht bij studenten met een jeugdzorgachtergrond. Sommige studenten merken dat hun aandacht is verbeterd doordat ze hun ervaringen uit het verleden gebruiken om betere keuzes te maken in het heden. Dit stelt hen in staat om alert te blijven, ondanks traumatische herinneringen. Anderen hebben soms moeite met het opnieuw beleven van traumatische ervaringen, wat een negatief effect heeft op multitasking-vaardigheden, concentratie en mentale aanwezigheid. Zij ervaren vaak emotionele prikkels die het moeilijk maken om zich te concentreren, wat invloed heeft op de academische prestaties.

### ***Gevoel van anders zijn***

Naast traumatische herinneringen ervaren studenten met een jeugdzorgachtergrond vaak een gevoel van anders zijn. Miller et al. (2019), Lietz en Cheung (2022) en O'Neill et al. (2019) geven aan dat deze studenten zich vaak anders voelen en dat er niet voldoende rekening wordt gehouden met hun behoeften. Miller et al. (2019) vermelden dat zij het gevoel hebben dat ze niet

passen binnen de universitaire gemeenschap, vooral vanwege hun ervaringen. Dit gevoel wordt versterkt door hun afwijkende achtergronden in tegenstelling tot medestudenten. Ook is er een interne strijd met hun identiteit als 'pleegkind' versus hun identiteit als student. Ze willen gezien worden als individuen met eigen verdiensten en kwaliteiten en niet als het 'pleegkind'.

Andere studenten met een jeugdzorgachtergrond merken dat er een gebrek aan kennis en begrip is over de ervaringen van pleegkinderen onder docenten en medestudenten. Dit bemoeilijkt academische interacties, waardoor studenten zich onbegrepen of genegeerd voelen door faculteitsleden en medestudenten. Ze ervaren vaak dat ze niet voor vol worden aangezien dan leeftijdsgenoten en dat anderen medelijden met hen hebben vanwege hun achtergrond. Dit kan leiden tot verdere vervreemding. Hierdoor vinden zij het moeilijk om hun persoonlijke verhaal en identiteit te delen, vooral in een omgeving waar ze zich al geïsoleerd voelen. Deze terughoudendheid wordt vaak gevoed door angst voor hoe anderen zullen reageren of hoe ze worden beoordeeld. Lietz en Cheung (2022) benadrukken dat deze ervaringen bijdragen aan sociale isolatie. Dit kan leiden tot gevoelens van eenzaamheid en het er niet bij horen, wat hun welzijn en academische prestaties beïnvloedt.

O'Neill et al. (2019) beschrijven dat universiteiten onvoldoende rekening houden met de specifieke behoeften van deze studenten. Het onbegrip van medestudenten en faculteitsleden en gevoelens van isolatie ondermijnen hun mentale welzijn. Studenten benadrukken het belang van betrouwbare relaties met personeelsleden die hen actief helpen bij de overgang en aanpassingen aan het universiteitsleven. Een student vertelt hoe een proactieve benadering van zijn nieuwe universiteit zijn gevoel van isolatie vermindert, in tegenstelling tot zijn vorige ervaringen waar gebrek aan ondersteuning slecht was voor zijn welzijn. Deze benadering gaf hem een goed gevoel van hoop en inclusie. Een tweede student benadrukt de positieve impact van een



betrouwbare relatie met een medewerker van de universiteit, waardoor hij zich ondersteund en begrepen voelde. Tenslotte bevestigt een derde student het belang van de ondersteuning om isolatie te voorkomen. Op een eerdere universiteit ervoer hij een gebrek aan steun, maar de actieve inzet van de nieuwe universiteit, te weten ondersteunende diensten en het leggen van vroegtijdig contact gaven hem een gevoel van inclusie. Deze bevindingen richten zich op de eerste onderzoeksvraag over de uitdagingen en problemen die studenten met een jeugdzorgachtergrond ervaren met betrekking tot hun mentale gezondheid. Ze benadrukken de noodzaak van meer begrip, ondersteuning en inclusieve benaderingen binnen universiteiten om deze studenten te helpen zich gewaardeerd en geïntegreerd te voelen in de academische gemeenschap.

### ***Omgaan met emoties***

Root et al. (2018) geven aan dat studenten met een achtergrond in jeugdzorg het vaak moeilijk vinden om met complexe emoties zoals woede, angst, verdriet en eenzaamheid om te gaan. Hun copingstrategieën, waaronder sociale isolatie, vermijding, onderdrukking van gevoelens, middelenmisbruik en zelfbeschadiging, zijn vaak ineffectief of schadelijk. Deze moeilijkheden in het ontwikkelen van copingmechanismen, verergerd door hun traumatische ervaringen in de pleegzorg, verhogen het risico op psychische stoornissen, waaronder angst en depressie. Lietz & Cheung (2020) bevestigen dit beeld door te rapporteren dat deze studenten significant hogere niveaus van psychische stoornissen vertonen. Ze ervaren vaker symptomen van depressie, angststoornissen, posttraumatische stressstoornis (PTSS) en zelfmoordneigingen. Deze verhoogde incidentie van psychische problemen is vaak geworteld in hun eerdere ervaringen met instabiliteit, stressoren en trauma.

## ***Steun zoeken***

Miller et al. (2020) belichten dat studenten met een jeugdzorgachtergrond vaak een sterke neiging hebben tot zelfredzaamheid, ontstaan doordat zij op jonge leeftijd al onafhankelijk waren. Deze zelfredzaamheid kan echter botsen met de voordelen van het zoeken naar ondersteuning op de campus. Veel studenten ervaren het conflict tussen zelfstandig oplossen en de noodzaak om hulp te zoeken, vooral bij mentale gezondheidsproblemen, als een belangrijke hindernis. Niet alleen is zelfredzaamheid een hindernis voor de toegang tot ondersteuningsprogramma's en het vragen om hulp. Ook leeftijd speelt een belangrijke rol.

O'Neill et al. (2019) benadrukken het belang van consistente en niet-leeftijdsgebonden toegang tot diensten, vooral voor studenten ouder dan 26 jaar. Deze studenten vallen vaak buiten de formele ondersteuningsstructuren, ondanks de complexiteit van hun situatie door hun periode in zorg. Ze pleiten voor consistente toegang tot praktische, financiële en emotionele ondersteuning zonder discriminatie op basis van leeftijd, type zorgervaring of onderwijsinstelling.

## **Ondersteuningsprogramma's**

Er bestaat een aanzienlijk aantal studies die de ondersteuning van universiteiten voor studenten met een achtergrond in de jeugdzorg onderzoekt. Sommige richten zich specifiek op de mentale gezondheid, terwijl andere ondersteuningsprogramma's van positieve of negatieve invloed kunnen zijn op de mentale gezondheid. De volgende paragrafen bieden een overzicht van deze ondersteuningsprogramma's, waarin de vijf volgende programma's worden vergeleken: Project Futures (Blakeslee et al., 2022); Guardian Scholars Program (GPS) (Lenz-Rashid, 2018); Unconquered Scholars Program (USP) (Schelbe et al., 2023); Seita Scholars Program (SSP) (Unrau et al., 2017) ; ASuPIRE-programma (Lietz & Cheung, 2022).

### ***Persoonlijke begeleiding en coaching***

Bijna elk programma biedt persoonlijke begeleiding aan studenten met een jeugdzorgachtergrond. Het Project Futures, GPS, SSP bieden ondersteuning op zowel persoonlijk als academisch vlak.

Het Project Futures biedt near-peer coaching, waarbij ouderejaars studenten met ervaring in pleegzorg of mentale gezondheidsuitdagingen deze studenten begeleiden. Samen stellen ze kortetermijndoelen op, zoals geestelijke gezondheid en huisvesting. De studenten ontvangen tweemaandelijks coachingsessies. Ook biedt het programma de interventie Youth Efficacy/Empowerment-Mental Health (YES-MH), die zich richt op het verbeteren van de zelfeffectiviteit van jongeren. Daarnaast worden er workshops georganiseerd die didactische en ervaringsgerichte activiteiten omvatten, gericht op het aanleren van strategieën voor onder andere het beheren van hun mentale gezondheid. De workshops werden over het algemeen positief ervaren vanwege de mogelijkheden voor ondersteuning en netwerken. Echter, de opkomst was laag omdat deelnemers andere prioriteiten hadden en de inhoud niet altijd relevant vonden. Hoewel het programma positieve effecten toonde op zelfbepaling, carrièregerelateerde zelfeffectiviteit en mentale gezondheidseffectiviteit na de interventie, werden sommige effecten niet volgehouden op lange termijn. Ook bleek dat het inzetten van ouderejaarsstudenten soms lastig was vanwege de geringe leeftijdsverschillen en beperkte ervaring. Bij het GPS worden studenten ondersteund door een persoonlijke casemanager die hen gedurende het jaar twee tot drie keer per maand begeleidt. Ook hier stelt de casemanager samen met de student onderwijs-, carrière- en persoonlijke doelen op. De ondersteuning van de casemanager is de eerste vier keer verplicht.

In tegenstelling tot het Project Futures, biedt GPS ook toegang tot therapeuten die gespecialiseerd zijn in het werken met pleegkinderen en hun uitdagingen. Echter, er bleken slechts twee parttime therapeuten beschikbaar voor het programma. Dit kan leiden tot beperkingen in de beschikbaarheid en toegankelijkheid van therapeutische ondersteuning voor alle studenten die deze nodig hebben.

Terwijl het Project Futures en het GPS periodieke coachingsessies bieden, onderscheidt het SSP zich door 24/7 coaching. Elke student krijgt een persoonlijke campuscoach toegewezen, opgeleid in een speciaal ontwikkeld coachingmodel. De persoonlijke en academische ondersteuning omvat begeleiding op zeven levensdomeinen: onderwijs, werk en financiën, huisvesting, mentale gezondheid, sociale relaties en gemeenschapverbindingen, persoonlijke en culturele identiteit en levensvaardigheden. In dit onderzoek werd de campuscoach twee keer zo vaak genoemd als de belangrijkste bron van hulp vergeleken met financiële steun, met name het feit dat er 24/7 toegang was tot de coach. Hoewel het onderzoek aangeeft dat deze steun zeer belangrijk is, wordt er verzocht om verder onderzoek te doen naar welke aspecten van deze ondersteuning het meest effectief zijn, zodat hier beter gefocust op kan worden (Lenz-Rashid, 2018).

Waar de bovenstaande ondersteuning vooral ingaan op academische en niet-academische ondersteuning ligt de focus van het ASuPire-programma vooral op de persoonlijke ondersteuning, en in het bijzonder op het mentale welzijn en trauma. Het ASuPire-programma biedt geen persoonlijke ondersteuning door middel van coaches maar biedt individuele counseling aan. Deze counseling is gericht op het identificeren en herstructureren van negatieve automatische gedachten en het verbeteren van emotionele regulatie. Technieken zoals gedachtenverslagen, cognitieve herstructurering en mindfulness worden gebruikt om

studenten om te leren gaan met stress en het beheersen van hun emotionele reacties. Daarnaast wordt er ook motiverende gespreksvoering aangeboden om studenten te helpen hun doelen te identificeren en eventuele weerstand tegen veranderingen te overwinnen, zodat ze hun doelen kunnen bereiken. Ook worden er cursussen gegeven om gewoonten te ontwikkelen voor het persoonlijk welzijn, vaardigheden voor het vormgeven en herdefiniëren van persoonlijke verhalen te verbeteren en gezonde relaties op te bouwen. Tot slot ontvangen de studenten wekelijkse tekstberichten met tips en ondersteuning. Hoewel het programma vroege aanwijzingen voor positieve effecten op geestelijke gezondheidszorg en algemeen welzijn biedt, is er meer onderzoek nodig om de effectiviteit van het programma op verschillende locaties en contexten te valideren.

Afgestudeerde studenten die het USP ontvingen, kregen nauwelijks persoonlijk mentorschap in vergelijking met andere programma's. Zij hadden meer hulp gewild bij het beheren van stress, depressie en het ontwikkelen van een gezondere levensstijl. Zij hadden behoefte aan mentoren die hen konden adviseren en begeleiden in het volwassen leven, waaronder stressmanagement en persoonlijke relaties. Ook gaven ze aan meer hulp nodig te hebben bij levensvaardigheden en het nemen van toekomstige beslissingen.

### ***Financiële ondersteuning***

Niet alleen bieden de programma's persoonlijke ondersteuning. Ook wordt financiële ondersteuning op verschillende manieren aangeboden. Het Project Futures informeert en begeleidt studenten naar bestaande financiële hulpbronnen via workshops en advies van medestudenten zonder zelf directe financiële steun te bieden. Studenten worden doorverwezen naar adviseurs en hulpkantoren die hen kunnen helpen bij het verkrijgen van financiële steun. In tegenstelling tot Project Futures, biedt GPS directe financiële ondersteuning, waaronder beurzen,

huisvesting op campus gedurende het hele jaar, schoolbenodigdheden en bijdragen voor levensonderhoud. Hoewel zij een brede basis van financiële ondersteuning ontvangen, wordt er geen financiële begeleiding en advies gegeven. Het USP biedt ondersteuning in de vorm van studiebeurzen en vrijstelling van collegegeld, maar dit dekt vaak niet de kosten van levensonderhoud, in tegenstelling tot het GPS. Hierdoor blijven studenten afhankelijk van studieleningen en inkomsten uit werk. Ook geven zij aan behoefte te hebben aan meer financiële kennis, zoals omgaan met krediet, woningbezit, budgettering en leningen. Sommige hadden moeite om elke maand geld over te houden en wilden meer kunnen sparen. Na het afstuderen ondervonden sommigen nog steeds financiële problemen en hadden onvoldoende spaargeld, waardoor enkelen zelfs moesten terugkeren naar hun familie, wat mentale uitdagingen met zich meebracht.

In tegenstelling tot het USP, biedt het SSP wel financiële adviezen en begeleiding. Eerstejaarsstudenten krijgen hier verplichte budgetteringssessies om zich te voorbereiden op hun afstuderen en de overgang naar hun carrière. Ook krijgen ze hulp bij financiële middelen. Zo helpen coaches hun om financiële hulpbronnen te identificeren en aan te vragen, zoals Pell Grants, Educational Training Vouchers (ETV), andere staatsfondsen, werkstudieprogramma's en andere beurzen. Daarnaast ontvangen studenten een studiebeurs die hun collegegeld dekt en gerichte financiële prikkels zoals beurzen voor studeren in het buitenland, betaalde stages, en fondsen voor professionele kleding. Het programma dekt de extra kosten voor huisvesting buiten de periode van het academisch jaar.. Veel studenten gaven aan dat zij zonder deze ondersteuning niet konden studeren.

Het ASuPire-programma biedt geen financiële ondersteuning omdat het enkel gericht is op de mentale gezondheidszorg.

## ***Huisvesting***

Naast financiële ondersteuning bieden de programma's ook op verschillende manieren huisvesting aan. Het Project Futures en het USP bieden geen directe huisvesting aan, maar ondersteunen deelnemers op verschillende manieren die indirect bijdragen aan hun huisvesting. Het Project Futures doet dit door middel van coaching en het helpen van studenten met het zoeken van huisvesting en het navigeren door verschillende mogelijkheden om dit te doen. Het USP doet iets vergelijkbaars. Hoewel ze geen directe huisvesting bieden, helpen ze studenten bij het vinden en behouden van stabiele huisvesting. Dit kan bijvoorbeeld ondersteuning omvatten bij het zoeken naar geschikte woonruimte en begeleiding bij kwesties over huisvesting. Het GPS en het SSP bieden daarentegen wel directe huisvesting aan. Deze programma's zorgen ervoor dat de huisvesting van studenten gedurende hun studiekeerperiode wordt gefinancierd en geregeld. Ze zorgen ook voor huisvesting tijdens vakantieperiodes. Het SSP dekt daarnaast extra kosten tijdens deze periodes, zoals één maaltijd per dag.

## ***Gemeenschapsvorming***

Ook wordt in de programma's de focus gelegd op gemeenschapsvorming. Zo biedt Project Futures workshops aan die de sociale omgeving van de studenten met een jeugdzorgachtergrond vergroot. Een belangrijk onderdeel van deze workshops is het bezoeken van studentenorganisaties, wat hen helpt hun netwerk uit te breiden en betrokken te raken bij de studentengemeenschap. Elke workshop bevat ook tijd voor informeel netwerken, wat deze studenten de gelegenheid biedt om in een ontspannen omgeving contacten te leggen met studenten met een vergelijkbare achtergrond. Elke workshop eindigt met een groepsactiviteit, wat bijdraagt aan een gevoel van gemeenschap en samenwerking buiten de academische omgeving.

Programma's zoals Project Futures organiseren het hele jaar verschillende sociale activiteiten, zoals etentjes en bowlen, om een sterk gevoel van gemeenschap en sociale steun te ontwikkelen. Daarnaast worden er groepsbijeenkomsten georganiseerd die gericht zijn op carrièreplanning, ondersteuning en creatieve activiteiten. Het SSP biedt ook verplichte groepsactiviteiten aan, zoals zomerseminars en eerstejaars seminars die een week duren. Deze seminars zijn speciaal ontworpen voor studenten met een jeugdzorgachtergrond en helpen bij het opbouwen van een ondersteunend netwerk van leeftijdsgenoten met vergelijkbare ervaringen. Onderzoek naar dit programma wijst echter uit dat studenten deze activiteiten slechts matig beoordelen. Het programma biedt ook optionele identiteitsgroepen, waarin studenten contact kunnen leggen met anderen met een vergelijkbare achtergrond en uitdagingen. Dit wordt door de studenten positiever beoordeeld. Het USP organiseert tweewekelijkse bijeenkomsten en activiteiten. Studenten die aan dit programma deelnamen, gaven aan dat zij na hun afstuderen nog steeds profiteerden van de gemeenschapsvorming. Ze hadden fijne relaties opgebouwd die bijdroegen aan hun persoonlijke ontwikkeling. Echter, het verlies van deze relaties na omgaan na hun studietijd werd als bijzonder moeilijk ervaren en had invloed op hun mentale gezondheid.

Het ASuPire-programma richt zich in tegenstelling tot de andere programma's vooral op individuele counseling. Hoewel in de aangeboden cursussen wordt gesproken over het ontwikkelen van gezonde relaties en sociale vaardigheden, wordt directe gemeenschapsvorming in dit programma niet benoemd.



## Discussie

Deze literatuurstudie is uitgevoerd om antwoord te krijgen op de onderzoeksvraag: *Op welke manieren kunnen ondersteuning en beleidsmaatregelen vanuit het hoger onderwijs bijdragen aan de verbetering van de mentale gezondheid van studenten met een jeugdzorgachtergrond?* Het doel van dit onderzoek was om inzicht te krijgen in de uitdagingen en problemen met betrekking tot de mentale gezondheid van studenten met een jeugdzorgachtergrond. Daarnaast wordt er gekeken welke aspecten van ondersteuningprogramma's bijdragen aan het bevorderen van de mentale gezondheid van studenten met een jeugdzorgachtergrond.

Uit het onderzoek zijn verschillende uitdagingen en problemen naar voren gekomen die effect hebben op de mentale gezondheid van studenten met een jeugdzorgachtergrond. Deze studenten ervaren veel stressoren, zoals beperkte steun, trauma's, financiële instabiliteit, problemen met het regelen van basisbehoeften, sociale stress en het studeren. Deze stressoren veroorzaken druk en hebben negatief effect op de mentale gezondheid. Veel studenten hebben last van trauma's, wat ook een slechte invloed heeft op de mentale gezondheid. Deze trauma's kunnen worden herbeleefd door uitdagingen gedurende de studententijd. Dit leidt tot verhoogde stressniveaus, moeite met concentratie, slechte leerprestaties en een verhoogde kans op angst en depressie. Studenten met een jeugdzorgachtergrond ervaren vaak financiële onzekerheid, wat bijdraagt aan stress, angst en twijfel over het voortzetten van hun studie. Ze worstelen met het onderhouden en betalen van studie en basisbehoeften, evenals het beheren van hun financiën zonder ouderlijke steun. Tijdens de periodes waarin de reguliere financiële ondersteuning wegvalt ervaren ze extra stress. Emotioneel hebben deze studenten moeite met het reguleren van hun emoties. Ze hebben dan met name moeite met het ontwikkelen van gezonde

copingstrategieën wat het risico op psychische stoornissen verhoogt. Bovendien voelen ze zich vaak anders dan leeftijdsgenoten. Ze ervaren gebrek aan begrip vanuit de universiteit en voelen sociale isolatie, wat leidt tot gevoelens van eenzaamheid en vervreemding. Studenten met een jeugdzorgachtergrond zoeken niet vaak steun voor deze problemen: ze hebben aangeleerde zelfredzaamheid, wat hen belemmert in het effectief gebruikmaken van ondersteuning. Daarnaast vallen ze vanwege hun leeftijd vaak buiten de formele ondersteuningsstructuren.

Maslow's Hierarchy of Needs (1943) stelt dat individuen streven naar het vervullen van fysiologische basisbehoeften voordat zij hogere niveaus van mentaal welzijn en zelfactualisatie kunnen bereiken. De resultaten lijken dit te bevestigen. Uit de resultaten van huidig onderzoek is gebleken dat studenten een aantal stressfactoren ervaren die direct verband houden met de basisbehoeften. Financiële instabiliteit en huisvesting belemmeren hun vermogen om basisbehoeften te voorzien. Hoewel de theorie van Maslow (1943) inzicht biedt in de basisbehoeften die studenten met een jeugdzorgachtergrond nastreven, kan het model te simplistisch zijn om de complexe interacties tussen verschillende behoeften en academische prestaties volledig te verklaren. Daarom werd er in dit onderzoek ook gekeken naar Self-determination Theory (SDT). SDT richt zich op de dynamische interactie tussen de drie basisbehoeften, autonomie, competentie en verbondenheid en hoe deze gezamenlijk bijdragen aan het welzijn van deze studenten.

De bevindingen van vijf verschillende ondersteuningsprogramma's tonen aan dat persoonlijke begeleiding essentieel is voor de mentale gezondheid van jongeren. Elk programma biedt deze begeleiding op unieke wijze aan. Zo biedt het SSP 24/7 coaching op zeven levensdomeinen, zowel praktisch als emotioneel, wat essentieel is om de stress die gepaard gaat met het academische en persoonlijke leven te verminderen. Het Project Futures voorziet in

maandelijkse peer-coaching, wat positieve effecten heeft op de mentale gezondheid direct na de interventie, hoewel deze effecten op de lange termijn niet altijd blijven. Het GPS biedt ook maandelijkse verplichte coaching en therapeuten aan. Verplichte coaching zorgt ervoor dat studenten, die vaak zelfredzaam zijn en daarom niet snel hulp zoeken, toch de benodigde ondersteuning krijgen. De sessies met therapeuten zijn daarentegen niet verplicht en dus wellicht minder toegankelijk voor de studenten. Het ASuPIRE-programma, dat zich richt op mentale ondersteuning, waaronder trauma en geestelijke gezondheid, wordt als zeer positief ervaren door de studenten, ondanks dat het programma niet focust op andere aspecten zoals huisvesting of financiële ondersteuning. Studenten die deelnamen aan het USP, dat geen persoonlijke begeleiding aanbood, gaven achteraf aan een grotere behoefte te hebben aan dergelijke ondersteuning. Deze bevindingen onderstreep het belang van toegankelijke en verplichte persoonlijke begeleiding voor het welzijn van jongeren.

Financiële ondersteuning wordt op verschillende manieren aangeboden door het hoger onderwijs. Het USP biedt deze ondersteuning in de vorm van beurzen en collegegeldvrijstellingen. Het GPS biedt dit ook, maar dekt ook de kosten van huisvesting, schoolbenodigheden en levensonderhoud. Het Project Futures biedt indirect ondersteuning door financiële adviezen te geven, workshops en doorverwijzingen naar financiële kantoren. Daarnaast biedt het SSP zowel adviezen en begeleiding als directe financiële steun. Het ASuPIRE-programma biedt in geen enkele vorm financiële steun. Uit de bevindingen blijkt dat de studenten die geen financiële adviezen kregen veel stress ervaren rondom budgettering, wat aansluit bij de SDT van Ryan en Deci (2000). Door workshops en adviezen over financiën krijgen studenten de vaardigheden en kennis die nodig zijn om hun financiën onafhankelijk te beheren. Dit vergroot hun gevoel van autonomie en competentie, wat positief bijdraagt aan hun

mentaal welzijn (Ryan & Deci, 2000). Daarnaast bleek dat alleen vrijstelling van collegegeld en beurzen het volledige levensonderhoud niet dekken met stress tot gevolg. Dit wijst op de theorie van Maslow (1943), waarbij eerst fysiologische behoeften moeten worden gedekt, voordat zij andere basisbehoeften kunnen vervullen.

De programma's bieden ook huisvesting aan. GSP en SSP bieden directe huisvesting aan. Dit blijft ook aangeboden tijdens de periodes buiten het academisch jaar. Project Futures en USP bieden geen directe huisvesting aan, maar helpen de studenten wel met de zoektocht naar huisvesting. Bevindingen tonen aan dat studenten die geen huisvesting ontvangen dit ervaren als een gevoel van eenzaamheid (Blakeslee et al., 2022; O'Neill et al., 2019).

Programma's zetten zich ook in op gemeenschapsvorming door activiteiten en bijeenkomsten te organiseren voor studenten met een jeugdzorgachtergrond. Het Project Futures organiseert workshops en evenementen om de sociale omgeving van deze studenten te verbreden. Ook worden bijeenkomsten gehouden waar studenten hun ervaringen kunnen delen, problemen bespreken en oplossingen zoeken. Het SSP biedt identiteitsgroepen aan, waar studenten met vergelijkbare achtergronden kunnen samenkomen. Deze worden in tegenstelling tot de seminars die zij aanbieden als positief ervaren. Bevindingen van Miller et al. (2020) en Lietz & Cheung (2022) tonen aan dat studenten met een jeugdzorgachtergrond zich vaak anders en minder waardevol voelen dan hun leeftijdsgenoten. De onderzochte programma's organiseren sociale evenementen uitsluitend voor studenten met een jeugdzorgachtergrond, wat het gevoel van anders zijn kan benadrukken.

Deze studie draagt bij aan de wetenschappelijke literatuur door het belang te benadrukken van ondersteuningsmodellen en beleidsmaatregelen die de mentale gezondheid bevorderen. Deze universiteitsprogramma's moeten persoonlijke coaches bieden met ervaring en begrip voor hun

achtergrond. Deze coaches dienen, net zoals bij het SSP, de begeleiding te richten op de zeven levensdomeinen. In aanvulling op deze levensdomeinen zou de begeleiding zich ook moeten richten op de trauma's van studenten met een jeugdzorgachtergrond, aangezien dit sterk van invloed is op de mentale gezondheid. Daarnaast is het essentieel om financiële ondersteuning te bieden, zowel direct door het betalen van huisvesting, studiekosten en basisbehoeften, als indirect door budgetteringsadvies. Het bevorderen van sociale inclusie door gemengde activiteiten voor alle studenten kan sociale isolatie verminderen. Tegelijkertijd zijn de identiteitsgroepen nog steeds van belang voor het delen van verhalen en uitdagingen met studenten met vergelijkbare achtergronden. Het hoger onderwijs kan deze bevindingen gebruiken om hun ondersteuningsprogramma's te herzien en aan te passen om zo de mentale gezondheid van studenten met een jeugdzorgachtergrond te bevorderen.

Een beperking van deze studie is dat de opgenomen onderzoeken niet allemaal rechtstreeks uit de analyse voortkomen: zes studies zijn ontdekt via het sneeuwbaaleffect vanuit de artikelen die al in de analyse waren opgenomen. Het gebruik van het sneeuwbaaleffect kan leiden tot een selectiebias, waardoor bepaalde relevante studies mogelijk niet zijn geïnccludeerd. Dit kan invloed hebben op de volledigheid van de conclusies. Om selectiebias te verminderen zijn meerdere databanken gebruikt en inclusiecriteria gebruikt. Bij de selectie van ondersteuningsprogramma's is zorgvuldig gekeken naar aspecten die indirect bijdragen aan de mentale gezondheid van studenten. Een tweede beperking van het onderzoek is dat niet alle onderzochte ondersteuningsprogramma's specifiek gericht waren op mentale gezondheidsproblemen. De intentie van het onderzoek was om alleen ondersteuningsprogramma's te analyseren gericht op de mentale gezondheid van de studenten, dit was echter niet mogelijk vanwege de beperkte literatuur en onderzoeken. Hoewel dergelijke

programma's indirect bijdragen aan de mentale gezondheid, kan het ontbreken van een directe focus op mentale gezondheidsuitkomsten de effectiviteit van de interventies bepalen. Een verdere beperking rondom de studie is dat zeven van de acht studies onderzocht waren in de Verenigde Staten, waar het onderwijs een andere context heeft dan Nederland. Door deze verschillen zijn de bevindingen minder generaliseerbaar binnen Nederland. Veel gebruikte studies richten zich op studenten tussen de 18 en 26 jaar. Uit het onderzoek van O'Neill et al. (2019) blijkt echter dat veel studenten met een jeugdzorgachtergrond later beginnen met studeren en daarom mogelijk nog steeds ondersteuning nodig hebben. De steekproef kan hierdoor mogelijk niet overeenkomen met de beoogde populatie, wat de toepasbaarheid van de bevindingen vermindert. Tenslotte vormt de heterogeniteit van dit onderzoek een beperking. Jongeren met een jeugdzorgachtergrond vormen een veelzijdige groep, waarbij de achtergrond, ervaringen en problemen per kind verschillen (Shotton, 2019). Door deze variëteit, is het effect van elk ondersteuningsprogramma per student verschillend. Het is vrijwel onmogelijk om een vaste interventie te ontwikkelen die effectief is voor alle studenten met een jeugdzorgachtergrond. Deze beperkingen kunnen ertoe leiden dat de resultaten en conclusies van deze studie minder breed toepasbaar is dan gewenst.

Toekomstig onderzoek zou gericht moeten worden op programma's die zijn uitgevoerd in Nederland. Dit kan bijdragen aan een beter begrip van de mentale gezondheidsproblemen en ondersteuningsbehoeften van de studenten met een jeugdzorgachtergrond in Nederland. Het gebrek aan studies over deze studenten en hun mentale gezondheidsproblemen benadrukt de noodzaak voor meer onderzoek in deze context. Daarnaast is het van belang dat toekomstig onderzoek zich richt op de specifieke behoeften en uitdagingen van oudere studenten met een jeugdzorgachtergrond. Verder zijn longitudinale studies cruciaal om de langdurige effecten van

ondersteuningsprogramma's op hun mentale gezondheid en academische prestaties te evalueren. Dit zou een duidelijker beeld geven van de effectiviteit van deze programma's. De ontwikkeling van aangepaste interventies is van zeer belang. Toekomstig onderzoek moet zich richten op de ontwikkeling en evaluatie van interventies die zijn afgestemd op de diverse achtergronden, ervaringen en behoeften van deze studenten. Dit zou helpen om effectievere ondersteuning te bieden aan deze heterogene groep.

## Referentielijst

- Berardi, A. A., & Morton, B. (2017). Maximizing Academic success for foster care Students: A Trauma-Informed Approach. *Journal of At-Risk Issues*, 20(1), 10–16.  
<http://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1148240.pdf>
- Blakeslee, J. E., Miller, R., & Uretsky, M. C. (2022). Efficacy of the Project Futures self-determination coaching model for college students with foster care backgrounds and mental health challenges. *Children And Youth Services Review*, 138, 106507.  
<https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2022.106507>
- Broton, K. (2017). *The evolution of poverty in higher education: Material hardship, academic success, and policy perspectives* (Doctoral dissertation). University of Wisconsin-Madison.
- Bruening, M., Van Woerden, I., Todd, M., & Laska, M. N. (2018). Hungry to learn: the prevalence and effects of food insecurity on health behaviors and outcomes over time among a diverse sample of university freshmen. *The international Journal Of Behavioural Nutrition And Physical Activity*, 15(1).  
<https://doi.org/10.1186/s12966-018-0647-7>
- Centraal Bureau voor de Statistiek (z.d.). *Wetenschappelijk onderwijs*. Centraal Bureau Voor de Statistiek.  
<https://www.cbs.nl/nl-nl/onze-diensten/methoden/begrippen/wetenschappelijk-onderwijs>
- Cummings, A., & Shelton, K. (2023). The prevalence of mental health disorders amongst care-experienced young people in the UK: A systematic review. *Children and Youth Services Review*, 107367.



Day, A., Dworsky, A., Fogarty, K., & Damashek, A. (2011). An examination of post-secondary retention and graduation among foster care youth enrolled in a four-year university.

*Children And Youth Services Review*, 33(11), 2335–2341.

<https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2011.08.004>

Freeman, M. (2022). The World Mental Health Report: transforming mental health for all. *World Psychiatry*, 21(3), 391–392. <https://doi.org/10.1002/wps.21018>

Geenen, S., Powers, L. E., Phillips, L. A., Nelson, M., McKenna, J., Wings-Yanez, N., Blanchette, L., Croskey, A., Dalton, L. D., Salazar, A. M., & Swank, P. R. (2014). Better Futures: a Randomized Field Test of a Model for Supporting Young People in Foster Care with Mental Health Challenges to Participate in Higher Education. *Journal Of Behavioral Health Services & Research*, 42(2), 150171.

<https://doi.org/10.1007/s11414-014-9451-6>

Goldrick-Rab, S., Richardson, J., Schneider, J., Hernandez, A., & Cady, C. (2018). Still hungry and homeless in college. *Wisconsin HOPE LA*

<https://hope4college.com/wp-content/uploads/2018/09/Wisconsin-HOPE-Lab-Still-Hungry-and-Homeless.pdf>

Hachadurian, C., Perry, A., & Calhoun, S. (2022). Preparing for the Post-University Transition: Supporting Homeless, Emancipated, Orphaned, and Other Independent Students. *The College Student Affairs Journal*, 40(3), 40–53. <https://doi.org/10.1353/csaj.2022.0024>

Hail, T. M., & Kearney, K. S. (2023). Completing College after Foster Care: A Retrospective Lens. *International Journal On Social And Education Sciences*, 5(3), 571–604.

<https://doi.org/10.46328/ijonses.558>

- Harrison, N. (2020). Patterns of participation in higher education for care-experienced students in England: why has there not been more progress?. *Studies in Higher Education*, 45(9), 1986-2000.
- Jones, S. E., & Varga, M. D. (2021). Students Who Experienced Foster Care are on Campus: Are Colleges Ready? *Georgia Journal Of College Student Affairs*, 37(2).  
<https://doi.org/10.20429/gcpa.2021.370202>
- Keating, D. (2022). A qualitative descriptive of best practices utilized by Foster Youth Support program staff at community colleges in California. *Advances in Applied Sociology*, 12(08), 353–368. <https://doi.org/10.4236/aasoci.2022.128028>
- Kerker, B. D., & Dore, M. M. (2006). Mental health needs and treatment of foster youth: Barriers and opportunities. *American Journal Of Orthopsychiatry*, 76(1), 138–14.  
<https://doi.org/10.1037/0002-9432.76.1.138>
- Kinarsky, A. R. (2017). Fostering success: Understanding the experience of foster youth undergraduates. *Children And Youth Services Review*, 81, 220–228.  
<https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2017.08.016>
- King, K. (2023). Creating Relational Density to Buffer the Effects of Childhood Maltreatment in Preadolescent Foster Youth. *Clinical Social Work Journal*.  
<https://doi.org/10.1007/s10615-023-00876-0>
- Lenz-Rashid, S. (2018). An urban university campus support program for students from foster care: Services and outcomes. *Children And Youth Services Review*, 94, 180–185.  
<https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2018.09.033>

- Lietz, C. A., & Cheung, J. R. (2022). Meeting the Mental Health Needs of College Students with a Background in Foster Care. *Child And Adolescent Social Work Journal*, 40(2), 193–206. <https://doi.org/10.1007/s10560-022-00905-w>
- Maslow, A.H. (1943). A theory of human motivation. *Psychological Review*, 50(4), 370-396.
- Maroto, M. E., Snelling, A., & Linck, H. (2014). Food Insecurity Among Community College Students: Prevalence and Association With Grade Point Average. *Community College Journal Of Research And Practice*, 39(6), 515–526. <https://doi.org/10.1080/10668926.2013.850758>
- Miller, R., Blakeslee, J. E., & Ison, C. (2020). Exploring college student identity among young people with foster care histories and mental health challenges. *Children And Youth Services Review*, 114, 104992. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.104992>
- Ministerie van Algemene Zaken. (2024). *Sustainable Development Goals (SDG's): 17 doelen voor een duurzamere wereld*. Ontwikkelingssamenwerking | Rijksoverheid.nl. <https://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/ontwikkelingssamenwerking/internationale-afspraken-ontwikkelingssamenwerking>
- Moher, D. (2009). Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses: The PRISMA Statement. *Annals Of Internal Medicine*, 151(4), 264. <https://doi.org/10.7326/0003-4819-151-4-200908180-00135>
- Morton, B. M. (2018). The grip of trauma: How trauma disrupts the academic aspirations of foster youth. *Child Abuse & Neglect*, 75, 73–81. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2017.04.021>

- Okpych, N. J., Park, S., Sayed, S. M. E., & Courtney, M. E. (2020). The roles of Campus-Support Programs (CSPs) and Education and Training Vouchers (ETVs) on college persistence for youth with foster care histories. *Children And Youth Services Review, 111*, 104891. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.104891>
- O'Neill, L., Harrison, N., Fowler, N., & Connelly, G. (2019). 'Being a Student with Care Experience is Very Daunting' : Findings from a Survey of Care Experienced Students in Scottish Colleges and Universities. *Glasgow: CELCIS*.  
<https://pureportal.strath.ac.uk/en/publications/being-a-student-with-care-experience-is-very-daunting-findings-fr>
- Perry, B. D. (2006). Fear and learning: Trauma-related factors in the adult education process. *New Directions For Adult And Continuing Education, 2006*(110), 21–27.  
<https://doi.org/10.1002/ace.215>
- Pinkney, S., & Walker, G. (2020). 'It was me, but it was them that helped me': Exploring the issues for care experienced young people within higher education. *Children And Youth Services Review, 108*, 104576. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2019.104576>
- RIVM, Trimbos instituut en Amsterdam UMC. (2019). Mentale gezondheid van jongeren: enkele cijfers en ervaringen. In *RIVM, Trimbos Instituut en Amsterdam UMC*.  
[https://www.rivm.nl/sites/default/files/2022-03/011281\\_120429\\_RIVM%20Brochure%20Mentale%20Gezondheid\\_V7B\\_TG\\_V2.pdf](https://www.rivm.nl/sites/default/files/2022-03/011281_120429_RIVM%20Brochure%20Mentale%20Gezondheid_V7B_TG_V2.pdf)
- Root, K. M., Unrau, Y. A., & Kyles, N. S. (2018). Perceptions of mental health needs and supports among college students who aged out of foster care. *Relational Child and Youth Care Practice, 31*, 74-90.

- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, *55*(1), 68–78. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68>
- Schelbe, L., Geiger, J. M., Schoborg, C., & Jackson, L. A. (2023). How do Students Involved with a Campus Support Program for Students with a History of Foster Care, Relative Care, or Homelessness Fare After Graduation? *Child & Youth Care Forum*, *53*(1), 25–49. <https://doi.org/10.1007/s10566-023-09746-9>
- Shotton, L. H. (2019). *Graduating from care: A narrative study of care leavers' journeys into and through university* (Doctoral dissertation). Durham University. <http://etheses.dur.ac.uk/13003/>
- Souers, K., & Hall, P. (2016). *Fostering resilient learners: strategies for creating a trauma-sensitive classroom*. Alexandria: Association of Supervision and Curriculum Development.
- Tett, L. (2004). Mature working-class students in an 'elite' university: Discourses of risk, choice and exclusion. *Studies in the Education of Adults*, *36*(2), 252–264. <https://doi.org/10.1080/02660830.2004.11661500>
- UCAS. (2024). *UCAS Undergraduate: Care experienced students*. <https://www.ucas.com/undergraduate/applying-university/individual-needs/care-experienced-students>
- Unrau, Y. A., Dawson, A., Hamilton, R. D., & Bennett, J. L. (2017). Perceived value of a campus-based college support program by students who aged out of foster care. *Children And Youth Services Review*, *78*, 64–73. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2017.05.011>

Van Bon-Martens, M., Kleinjan, M., Hipple Walters, B., Shields-Zeeman, L. & Brink, C. van den. (2022). Delphistudie ‘Definitie Mentale Gezondheid’. Resultaten van een consensusprocedure met verschillende perspectieven. *Utrecht: Trimbos-instituut*.

Viswanathan, M., Berkman, N. D., Dryden, D. M., & Hartling, L. (2013). Taxonomy on Study Design. In *Assessing Risk of Bias and Confounding in Observational Studies of Interventions or Exposures: Further Development of the RTI Item Bank* [Internet]. Agency for Healthcare Research and Quality (US).