

Studentenpastoraat Leiden

Jaarverslag 2021

 **Rapunberg** 100



Leiden, april 2022

Team: Rob van Waarde, Claudia Sarti en Dardan Bastiaan

Bestuur SVSL: Tjerk Oosterkamp, Bas Bots, Martijn van Nijnanten, Sarah Roodenburg en Rob van Waarde

Samenvatting

De druk op het welzijn van studenten, onder meer door Covid, heeft centraal gestaan in het werk van het studentenpastoraat. Dat vroeg vaak aanpassing van de bekende activiteiten, zoals rouwgroepen, maaltijden en individuele gesprekken. Daarnaast hebben belangrijke vernieuwende ontwikkelingen vorm gekregen.

Met onze begeleiding is een studententeam van elf studenten opgericht op Rapenburg 100. Zij organiseren met behulp van hun netwerken zelf activiteiten op het gebied welzijn, zingeving en maatschappelijke projecten. Daarin benutten de studenten hun eigen levenservaring om die activiteiten te ontwikkelen. Ze vinden nieuwe vormen van gemeenschap waarin plaats is voor spiritualiteit, duurzaamheid en persoonlijke aandacht.

De trainingen aan besturen van studie- en studentenverenigingen hebben we voortgezet en geïntensiveerd. De intensivering bestaat uit de uitbreiding van het aantal begeleidingsbijeenkomsten per bestuur en meer ondersteuning bij de organisatie van welzijnsactiviteiten.

Er is een Welzijns 10-daagse voor Hogeschoolstudenten georganiseerd samen met het studentendecanaat en de communicatieafdeling van de Hogeschool. Studentenwelzijn werd daarvoor nog niet op deze manier onder de aandacht van Hogeschoolstudenten gebracht.

Studenten met een functiebeperking spreken elkaar maandelijks online over de betekenis van hun beperking bij hun studie. Deze activiteit is samen met de coördinator van het Access and Support Platform (ASP) van de Universiteit Leiden, een pas afgestudeerde student, geïnitieerd. Uit de groep studenten die daaruit groeide, is een eigen ASP-bestuur gevormd.

Rapenburg 100 is al lang de locatie van het studentenpastoraat. Met de eigenaar hebben we duidelijke afspraken gemaakt over de huisvesting voor de komende jaren. Daardoor kunnen we plannen maken waarin de positie van dit pand op de lange termijn is meegenomen.

Bovendien zijn het bestuur van de Stichting Voorzieningen Studentenpastoraat Leiden en de Adviesraad zijn uitgebreid met studenten en academici. De organisatorische basis van het studentenpastoraat is daarmee versterkt.

De werkwijze van het studentenpastoraat is niet veranderd. We begeleiden studenten om zin en oriëntatie in hun leven te vinden, ongeacht hun seculiere of gelovige achtergrond. Dat gebeurt in vele werkvormen en onderwerpen die de studenten vandaag aanspreken. Vaak organiseren studenten die zelf. In de concrete thema's herkennen en waarderen de studenten de levensbeschouwelijke ondergrond van de activiteiten: vertrouwen, omgaan met onvermogen en kwetsbaarheid, inspiratie en inclusief gemeenschap zijn.

1. Inleiding

Het studentenpastoraat heeft als opdracht om geestelijke verzorging en pastoraat te bieden aan studenten van de Universiteit en Hogeschool in Leiden. Ongeacht hun levensbeschouwelijke achtergrond zijn studenten welkom. We vormen gemeenschappen waarin studenten ontvangen en begeleid worden. De gemeenschappelijke grond van studentenpastoraatswerk is een bijdrage te leveren aan de persoonlijke vorming van studenten. Kernwoorden daarbij zijn individuele begeleiding, team- en groepswork, zingeving en geloof. Door de directe verbindingen met studenten vangen de studentenpastores als een van de eersten signalen op over het studentenleven. Ingaand op hun belangen en hun verlangens ontwikkelen we activiteiten. En zo nodig geven we die signalen door aan onze partners.

Afstemmen op de behoeften tijdens de pandemie

Het welzijn van studenten stond al voor de pandemie onder druk van de prestatieverwachtingen en onzekerheid. De covid-maatregelen hebben het voor studenten lastiger gemaakt om leeftijdsgenoten te ontmoeten. In deze levensfase zijn vooral die relaties van belang om een eigen identiteit te ontwikkelen, los van de oudere generatie, en om keuzes te leren maken die passen bij deze samenleving. In onze activiteiten kwamen we de gevolgen daarvan wekelijks tegen. Door de activiteiten af te stemmen op de dilemma's helpen we studenten in hun persoonlijke vorming.



Zo gaven we trainingen aan twintig verschillende besturen en commissies van studie- en studentenverenigingen. Deze trainingen zijn een vorm van groepspastoraat waarin studenten leren om beter te zorgen voor zichzelf en elkaar. Ze leren de verwachtingen te relativiseren en te vertrouwen op wat voor hen van betekenis is. Veel van hen willen iets bijdragen en van betekenis zijn voor anderen. In de trainingen leren ze om hun inspiratiebronnen te benoemen en om een gemeenschap te vormen. Ze oefenen om samen te werken en verantwoordelijkheid te dragen voor hun leden en elkaar. De trainingen hielpen besturen om op hun beurt de zo belangrijke (online) verbinding tussen hun leden konden mogelijk maken. De doelstelling om bij te dragen aan studentenwelzijn loopt kwam daarbij samen met de begeleiding bij ethische en bestuurlijke vragen.

Door de sociale beperkingen was er een blijvend grote behoefte om met elkaar te verkennen: wat overkomt ons en hoe moeten we daarmee omgaan? De in 2020 ontwikkelde online inspiratieworkshops hebben we voortgezet. Daarin leren studenten om beter om te gaan met onzekerheid en ontregeling. De reeks is uitgegroeid tot een vaste serie van drie workshops die in de steden Leiden, Delft en Rotterdam door verschillende collega's wordt aangeboden.

Studentengroepen op Rap100

Op Rapenburg100 hebben verschillende studentengroepen hun thuis gevonden. Hoewel zij maar een deel van het jaar fysiek in het gebouw konden samenkomen zijn ze wel structureel verbonden met 'Rap100'. We scheppen de omstandigheden waarin de community, te beginnen bij de onderlinge verbinding, tussen de groepen kan groeien. Dat proces is in 2020 voorbereid en gaat in 2021 goed van start.

Het dispuut Floris van NSL heeft, in de maanden waarin dat mogelijk was, maaltijden met bezinning gehouden. SAVIE heeft de vrijwilligersprojecten in voormalig Joegoslavië helaas niet kunnen laten doorgaan. Maar wel hebben ze de historische achtergrond en de gevolgen voor de Bosnische en Servische jongeren van nu beschreven op hun nieuwe website. Zo wordt de betekenis van het werk duidelijker voor toekomstige deelnemers. Green Kitchen kon maar een deel van het jaar de keuken gebruiken om onverkochte groenten van de markt te bereiden, maar de kern van de groep internationale studenten bleef elkaar wel online ontmoeten. De meditatiegroep organiseerde oorspronkelijk twee bijeenkomsten per week in de meditatieruimte, maar door de pandemie werd dit aantal bijeenkomsten teruggebracht naar één per week die online wordt gegeven. De geloofsoriëntatiegroep kwam ongeveer maandelijks bij elkaar, maar tijdens de eerste drie maanden van de lockdown tweewekelijks.



De meditatiegroep heeft deelnemers meer ruimte gegeven voor eigen inbreng en is daarnaast meer dingen gaan organiseren naast de meditaties. Zo zijn deelnemers van de meditatiegroep zelf groepen en activiteiten gaan organiseren via het in 2021 opgezette studententeam. Ook organiseren vier studenten maandelijks de bijeenkomst 'proud vulnerabilities', waarbij studenten via onder andere kunst en dialoog hun ervaringen met kwetsbaarheid delen. Daarnaast organiseerde een andere

student wekelijks een activiteit 'spring in het meer' en organiseerden diverse studenten foto-exposities over bijvoorbeeld beweging en intimiteit.

Veel internationale studenten zijn betrokken bij deze activiteiten, hoewel dat er ten gevolge van de pandemie in het afgelopen jaar iets minder contacten zijn geweest. Naast onderling contact, uitwisseling en ontmoeting is een andere pijler onder het internationaal studentenpastoraat om Nederlandse en internationale studenten (verder) met elkaar in contact te brengen. Terugkerende thema's van dit pastoraat zijn: heimwee, toekomst in Europa, relaties met 'thuis' en relaties in Leiden, eenzaamheid, armoede, huisvesting, levensbeschouwing en religie, rouw, culturele context, identiteit en persoonlijke ontwikkeling.

Samenwerking met studenten en -verenigingen (Universiteit en Hogeschool)

Tweeëntwintig besturen van studie- en studentenverenigingen ontvingen een eendaagse training in een team zijn, zoals hierboven als beschreven. Het gaat om een combinatie van grote en kleine verenigingen, zowel studentengezelligheidsverenigingen als studievereniging, van Universiteit en van de Hogeschool. In samenwerking met een christelijke studentenvereniging werd een hybride-online bijeenkomst gehouden, over de onderwerpen theoretisch leren en ervaren leren, kennis en geloofstraditie.

Uit de trainingen zijn sterke verbindingen ontstaan. Oud-bestuurders van PKVV (Plaatselijke Kamer van Verenigingen), DAC (DinsdagAvondClub) en NSL (Navigators Studentenvereniging Leiden) zijn toegetreden tot de Adviesraad Studentenpastoraat en het bestuur van Stichting Voorzieningen Studentenpastoraat Leiden. Zij dragen het werk en zorgen ervoor dat de activiteiten precies de recente ontwikkelingen onder studenten volgen.



In maart werd met het Access and Support Platform van de Universiteit een pilot georganiseerd. Dit platform behartigt speciaal de belangen van studenten met een functiebeperking. Tijdens de pilot deelden deze studenten hun ervaringen. Het studentenpastoraat faciliteert de als gespreksbegeleider en sparring partner het initiatief van enkele (oud-)studenten. De gesprekken gaven de studenten onderlinge inspiratie en bevestiging. Zij kozen ervoor om de gesprekken maandelijks voort te zetten. Een zestal studenten bleek daarna bereid om binnen ASP een bestuur te vormen. Zij ontwikkelen verschillende activiteiten om de positie en de behoeften van studenten met een functiebeperking onder de aandacht te brengen en concrete verbeteringen na te streven.

Verder werd samengewerkt met de stichting InclUision. Dit studenteninitiatief stelt asielzoekers die nog in afwachting zijn van de uitkomst hun aanvraag in staat om colleges te volgen aan de Universiteit. Daarvoor brengt de stichting hen in contact met student-buddies, die hen wegwijs maken. Het studentenpastoraat ondersteunt InclUision door middel van training en lidmaatschap van de Raad van Advies. Ook werden asielzoekers tijdens een Honours College geïnterviewd door studenten om de werking van stigmatisering te onderzoeken.

Studenten leveren overigens ook structureel input in het beleid van het studentenpastoraat. Een lid van de vereniging NSL is bestuurslid van de Stichting VSL geworden. En oud-bestuursleden van studentenvereniging Dinsdagavondclub en PKVV hebben als leden van de Adviesraad Studentepastoraat meegeholpen om het werk te ontwikkelen en het netwerk uit te breiden.

Individuele gesprekken, groepen 'Living with a loss' en studiereis Auschwitz

Naast al deze groepsactiviteiten hebben we uiteraard veel individuele persoonlijke gesprekken gevoerd met Nederlandse studenten van Hogeschool en Universiteit Leiden, internationale studenten en PhD's. De thema's variëren sterk: van omgaan met depressie, stress, tot spanning tussen wetenschap en geloof; van verslaving, omgang begeleiders promotietraject, huiselijk geweld, rouw, euthanasie tot verbinding met of het loslaten van thuis. Voor deze gesprekken werkt Claudia nauw samen met de studentendecanen van de Hogeschool. De gesprekken met universiteitsstudenten vloeien vaak voort uit de opgebouwde contacten vanuit activiteiten en/of doorverwijzingen vanuit studentpsychologen of -decanen.



Vier keer gedurende het jaar werd een serie van vijf bijeenkomsten van 'Living with a loss' georganiseerd. Telkens nam een klein groepje van ongeveer vijf studenten deel aan de gesprekken en zij spraken met elkaar over hun ervaring om een dierbaar persoon te verliezen.

Tot slot is samen met collega's in Delft een studiereis naar Auschwitz georganiseerd. Daarvoor reisde in januari een groep van vijftientig studenten naar Polen en woonde de Holocaust Memorial Day Lectures bij. De reis en de begeleiding zijn gericht op gedenken en vragen over humaniteit en verantwoordelijkheid.

Wat studenten zeggen over de activiteiten – ‘We zijn in contact gebleven’

De krachtigste feedback is wanneer studenten na een eerdere deelname terugkeren. De inspiratiewerkshops begonnen oorspronkelijk als één enkele bijeenkomst, maar zijn gegroeid tot een serie van drie, en sommige groepen zetten de meetings daarna zelf voort. Een van die deelnemers mailde enkele maanden na afloop van de workshopreeks het volgende:

Rachelle – we zijn in contact gebleven. Dank je dat jullie altijd zo vriendelijk en oprecht geïnteresseerd zijn naar ons toe, dit waardeer ik enorm en ik denk de anderen ook. Toen ik me opgaf voor de motivatie en inspiratie workshop kwam ik net over het diepste punt van een dal voor mij en deze bijeenkomsten waren heel fijn toen. Ik voel me nu heel veel beter en ik ben nu na maanden wachtlijst ook eindelijk aan de beurt voor behandeling bij een psycholoog, dus dat is positief. Naar aanleiding van de workshops ben ik ook in contact gebleven met andere studenten, we spreken soms ook af (wel 1-op-1). Ik hoop dat je weet dat jouw werk en inzet enorm gewaardeerd worden :)



Samenwerking en reflectie met Leidse collega's en interstedelijk: Leiden, Delft en Rotterdam

Om af te stemmen op wat studenten nodig hebben op het gebied van pastoraat is samenwerking essentieel. In ons team hebben we gereflecteerd op de verschillende waarnemingen die ieder van ons deed: wat vertellen studenten over dat waar het in hun leven over gaat? En hoe kunnen we daarop een passende begeleiding bieden? In het team werken Rob van Waarde (PKN studentenpastor, 0,6 fte), Claudia Sarti (algemeen christelijk studentenpastor, 0,4 fte) en Dardan Bastiaan (community-werker en meditatiedocent, 0,4 fte) samen.

De taken van Claudia werden vanwege haar zwangerschap waargenomen door enkele collega's uit Delft. Vanwege de toenadering tussen de universiteiten in Leiden, Delft en Rotterdam hebben we in de afgelopen jaren de samenwerking met de studentenpastoraten in die steden al uitgebreid. Praktisch bleek dat ook dit jaar weer een groot voordeel. Naast de waarneming van Claudia's taken hebben we een reeks van activiteiten samen aangeboden en werden daarmee meer studenten bereikt. Dat er studenten uit de andere steden met een andere universitaire cultuur aan een activiteit deelnamen, verbreedde vaak de blik van de deelnemers. Bovendien konden we zo gezamenlijk een telefoonlijn bemensen die vanaf april zeven dagen per week vier uur per dag beschikbaar was voor studenten in de drie steden.

In vervolg op de eerder gepubliceerde bundel Zin zoeken en zijn, met reflecties op de studentenpastoraat en een nawoord van hoogleraar publieke theologie Erik Borgman, werd in oktober conferentie georganiseerd. Auteur Arnon Grunberg schreef speciaal voor het studentenpastoraat een verhaal over de begeleiding van studenten. Hij sprak daarover in de groep van collega's van het Landelijk Beraad Studentenpastores, en hielp ons reflecteren op de professionaliteit van studentenpastoraat.

Organisatieontwikkeling in verbinding met partners

De stichting Voorzieningen Studentenpastoraat Leiden verzorgt de financiële ondersteuning van het werk. De stichting representeert samen met het team het studentenpastoraat. Het bestuur van de SVSL bestaat uit Tjerk Oosterkamp, Bas Bots, Martijn van Nijnanten, Sarah Roodenburg en namens het team Rob van Waarde.

Het studentenpastoraat ontvangt ondersteuning van de Adviesraad Studentenpastoraat op het gebied van zowel ontwikkeling van activiteiten, netwerk als beleid. Binnen de Adviesraad zijn partners vertegenwoordigd vanuit de Universiteit Leiden, Hogeschool Leiden, Protestantse Gemeente Leiden, Bisdom Rotterdam en fonds HSAW. Uiteraard, en zoals hierboven beschreven, zijn ook studenten die het werk en het studentenleven kennen lid van de raad. Rob ging drie keer voor in Hooglandse Vieringen, en verder in de Regenbooggemeente in de Merenwijk, de Verbinding en in de Groene Kerk in Oegstgeest. Daarin nemen ervaringen van studenten steeds een belangrijke rol in.

2. Verslag per activiteit

Veel van de in 2021 georganiseerde activiteiten zullen in 2022 worden voortgezet. Vaak is er daarbij wel sprake van vernieuwing of doorontwikkeling. Hieronder staat een overzicht van deze activiteiten met daarbij aangegeven welke ontwikkelingen er plaats vinden. De aantallen bereikte studenten betreffen een prognose op grond van de eerste helft van het jaar.

Studentenbesturen trainen in teamvorming, onderlinge zorg en inspiratie

Rol: trainer / pastor

Opbrengst: Tweeëntwintig besturen hebben een intensieve training van twee dagdelen ontvangen en hebben geleerd om vanuit hun individuele drijfveren een gemeenschappelijke visie te vormen en bestuurlijke verantwoordelijkheid te nemen. Thema's: oog voor elkaars welzijn, diversiteit benutten, persoonlijk leiderschap. Het aantal trainingen aan de Hogeschool is gegroeid naar drie bestuurstrainingen.

Deze lichte groei ten opzichte van vorig jaar is deels al mogelijk gemaakt door het beschikbaar komen van extra middelen (NPO en uitbreiding van de ondersteuning door de Hogeschool).

Inspiratieworkshops

Rol: trainer / pastor

Opbrengst: In de inspiratieworkshops hebben 75 studenten geleerd om beter om te gaan met onzekerheid en onregeling ten gevolge van de pandemie. De studenten oefenden om de situatie niet alleen te zien als dat wat hun mogelijkheden en levenslust afneemt, maar te bedenken: wat vraagt deze situatie nu van mij?

De reeks werd ook samen met een studieadviseur bij de opleiding Chemistry, Hilde Zwaan, gegeven. De deelnemers ontvingen daarvoor credits voor persoonlijke ontwikkeling in het kader van hun opleiding.

Begeleiding van studenten met een functiebeperking

Rol: gespreksbegeleider

Opbrengst: Een groep studenten van Access and Support Platform (Universiteit) voor studenten met een functiebeperking heeft ervaringen gedeeld en de betekenis daarvan onderzocht voor wie zij zijn.

De ASP-coördinator, Lucia Langerak, en de studentenpastor hebben in maart een pilot van drie bijeenkomsten gestart. De deelnemers besloten daarna dat zij deze maandelijks wilden voortzetten. Ze werven zelf nieuwe studenten en werken aan representatie en verspreiding van hun expertise bij het studeren met een functiebeperking. De groep is uitgegroeid tot een zelfstandig bestuur. De studentenpastor en (scheidend) ASP-coördinator blijven de gesprekkenreeks begeleiden, op verzoek van het ASP-bestuur.

Individuele begeleiding

Rol: pastor

Opbrengst: Op aanvraag hebben studenten in individuele pastorale begeleiding meer inzicht gekregen in hoe zij willen leven en eigen keuzes kunnen maken in hun situatie.

Ter illustratie: Er zijn geregeld studenten in complexe leefomstandigheden ondersteund, waarbij de pandemie hun bestaande kwetsbaarheden verergerde en het studeren in de weg stond. Een voorbeeld

is een getrouwd paar van in de twintig jaar oud, bij wie de problemen uit hun jeugd opnieuw de kop opstaken. Door gesprekken konden ze hun psychische en relatieproblemen hanteren zodat niet een van beide op straat komt te staan.

Begeleiding van een groep studenten in levensbeschouwelijke vorming

Rol: pastor

Opbrengst: Een groepje studenten heeft geleerd om onderwerpen die hen in hun dagelijkse leven bezig houden (bv. onzekerheid na afstuderen of door covid-19, discriminatie) met elkaar te bespreken als levensbeschouwelijke onderwerpen.

Begeleiding van SAVIE-bestuur

Rol: adviseur / trainer

Opbrengst: Het bestuur van SAVIE is begeleid bij de organisatie van het vrijwilligerswerk en beseft dat de context van de kinderen (historische context en de leefomstandigheden van de mensen in vml Joegoslavië) van belang is voor de vrijwilligers-studenten en hun persoonlijke vorming.

Niettemin is door de lange duur van de pandemie het voortbestaan van de stichting in gevaar gekomen. Het bestuur beraadt zich daarop.

Niet doorgestaan: Begeleiding van een dispuut of vereniging en facilitatie van dialoog

Rol: pastor / facilitator

Opbrengst: Met studenten is een gezamenlijke activiteit georganiseerd op het gebied van persoonlijke (levensbeschouwelijke) vorming door dialoog met mensen in een andere sociale positie

In 2020 werd met het studieverenigingsbestuur van de minor Kindermishandeling een dialoog gefaciliteerd met een dader én slachtoffer van kindermishandeling. In 2021 is deze dialoog vanwege de pandemie niet doorgestaan. Naar verwachting wordt in samenwerking met NSL in het bijzonder met het dispuut Floris een dialoog met gedetineerden georganiseerd.

Lezing

Rol: spreker / geïnterviewde

Opbrengst: Studenten van de studentenvereniging NSL hebben een levensbeschouwelijk perspectief gehoord op actuele thema's – stress, onzekerheid, relaties – en zijn daarover in gesprek gegaan.

De Welzijns 10-daagse op de Hogeschool Leiden

Rol: organisatie / pastor

Voorjaar 2021 werd de Welzijns 10-daagse op de Hogeschool Leiden geïnitieerd door Rapenburg100 en samen met het Studentendecanaat en Marketing&Communicatie van de Hogeschool georganiseerd. De Welzijn 10-dagste stond in het teken van fysiek, spiritueel, mentaal, sociaal en emotioneel welzijn en alles wat bijdraagt aan een goede gezondheid. De hogeschoolstudenten konden van 30 maart t/m 8 april deelnemen aan een dertigtal activiteiten die door verschillende partijen binnen en buiten de Hogeschool werden georganiseerd. De aanleiding daarvoor noemde Claudia Sarti in een veelgelezen (2000 views) interview op de Hogeschool-website: "Het leven past door alle coronamaatregelen op dit moment niet meer bij de levensfase van de student. Studenten zouden met veel plezier moeten kunnen studeren en veel sociaal contact moeten kunnen hebben, maar dat hebben ze nu minder of niet. Dat is een groot gemis. We willen daarom activiteiten organiseren die aandacht geven aan welzijn en waar iedereen samen kan komen en leuke dingen kan doen. Even weg

van de sleur en hectiek. Even weg van de studiedruk en het plannen, en de zorgen die daarmee gepaard gaan.” De Welzijnsdagen worden ook in 2022 voortgezet.

Verliesverwerking Student Support Line (Nederlands en Engels)

Rol: pastor / lifecoach

Elke dag van 16:00 tot 18:00 uur en van 20:00 tot 22:00 uur kunnen de studenten van de Universiteit en Hogeschool Leiden een life coach spreken. Zijn zij op zoek naar een betekenisvol gesprek? Hebben zij andere vragen of zitten zij even in de knel? Dan kunnen zij altijd ons pastoraat bereiken en zo nodig een afspraak maken voor een vervolgesprek. Dankzij onze regionale samenwerking met de studentenpastoraten in Delft en Rotterdam bellen de studenten onder het nummer van SSL met een ervaren coach/counselor met wie ze over levensvragen en twijfels kunt sparren.



Ochtendmeditatie – Een heerlijk begin van je dag!

Rol: pastor / begeleider

Elke dinsdag werd online om 09:00 uur een ochtendmeditatie verzorgd. Vele studenten vonden het prettig om de dag met meditatie te beginnen. Zij namen een moment stilte, rust en ontspanning voor zichzelf en genoten de rest van de dag van de positieve effecten die meditatie met zich meebrengt. Aan het eind van deze begeleide meditatie was er ook ruimte om een positieve intentie voor die dag of de komende dagen te stellen.

Verliesverwerking

Rol: pastor

Opbrengst: door lotgenotencontact, zelfinzicht en zicht op de levensvragen die verlies oproept, zijn de studenten beter in staat om met hun verlies te leven.

Vernieuwing in 2022: In een pilot verkennen we de toegevoegde waarde van samenwerking met een studentenpsycholoog (met ervaring in verliesverwerking) en bepalen hoe we elkaar kunnen aanvullen om studenten het best van dienst te zijn.

Zelforganisaties van studenten

In 2021 organiseerden acht studentengroepen hun activiteiten op Rapenburg 100 en ontvingen daarbij begeleiding:

- het Studententeam Rapenburg100
- de meditatiegroep (2 keer per week, 5 tot 10 studenten)
- het dispuut Floris van studentenvereniging NSL (tweewekelijks, 18 studenten)
- SAVIE, een studentenstichting gericht op 2 weken vrijwilligerswerk in vml Joegoslavië (gemiddeld tweewekelijks, 5 bestuursleden, 40 vrijwilligers)
- Green Kitchen, duurzame eetgroep gemengd NL-internationale studenten (tweewekelijks, 20studenten)
- 'Proud vulnerabilities' – Omgaan met kwetsbaarheid, 4 organisatoren, (maandelijkse bijeenkomsten, 15 studenten)
- Spring in het meer, (wekelijkse bijeenkomsten, 3 studenten)
- Cirkel Spiritualiteit en Muziek, (wekelijks, 6 studenten)
- Foto-expositie over intimiteit en beweging, (2x per jaar, 40 studenten)

Daarnaast faciliteerden we de activiteiten van diverse groepen met het gebruik van de ruimte of online ontmoeting.

- Dispuut Floris van de Navigators Studentenvereniging Leiden houdt tweewekelijks maaltijden en gesprekken.
- De veganistische studentenvereniging en ESN Leiden organiseerden samen 'Internachos': verschillende ontmoetingsmaaltijden tussen internationale en Nederlandse studenten. Met deze twee groepen zijn ook samen activiteiten georganiseerd in samenwerking met leden van het studententeam.
- Online internationale lunch break tijdens Corona

Samenwerking rond Wellbeing, Diversity & Inclusion, Pop-corners en Meeting Point, studentpsychologen & -decaan

Op geregelde tijdstippen is samenwerking gezocht met verschillende medewerkers van Hogeschool en Universiteit. Ook is advies gegeven op het gebied van welzijn en community-opbouw.

- Met het studentendecanaat en een communicatiemedewerker van de Hogeschool is een Wellbeing tiendaagse georganiseerd.
- Tijdens de Student Wellbeing Weeks (4 weken lang, februari 2021) bij de Universiteit Leiden verzorgde Rapenburg100 diverse activiteiten (o.a. inspiratie workshops, eenzaamheid workshops, meditatie, silent retreat) waaraan ruim 70 studenten deelnamen.
- In het kader van welzijn van Antilliaanse studenten wordt een studentenvereniging opgericht. Op verzoek van het studentendecanaat van de Hogeschool en van Meeting Point van de Universiteit is een start gemaakt met de begeleiding van het verenigingsbestuur.
- Met Diversity Office van de Universiteit is de begeleiding van studenten met een functiebeperking besproken, waarna het Studentenpastoraat dit heeft uitgevoerd (zoals hiervoor beschreven). Met Wellbeing Office van de Universiteit is samengewerkt tijdens de Wellbeing weeks.
- Er is een workshop gegeven tijdens de EUniwel-conferentie over ervaringsdeskundigheid met eenzaamheid.
- Samen met een studieadviseur bij de opleiding Chemistry, Hilde Zwaan, werd de reeks inspiratieworkshop gegeven aan master studenten.
- Er is een verkenning gestart hoe de samenwerking met een studentpsycholoog van de Universiteit het aanbod van het Studentenpastoraat bij verliesverwerking kan versterken. Dit

leidt tot een pilot met een gezamenlijke reeks in 2022, waarna wordt besloten welke vorm van samenwerking het best is voor studenten.

- De expertise over bestuurlijk handelen na grensoverschrijdend gedrag in een studentenorganisatie is onder de aandacht gebracht bij de Universiteit. Over een trainingsaanbod door de Universiteit ter voorkoming van grensoverschrijdend gedrag is overlegd met Jasper Bitter (Universiteit).
- Op het gebied van studentenwelzijn is het aanbod afgestemd met verschillende medewerkers van de Universiteit.

3. Bijlage 1 Overzicht bereikte studenten

Tabel 1 Overzicht van het bereik van de activiteiten

Begeleide activiteiten	Contacten	Unieke studenten	Toelichting
Bestuurstrainingen	150	120	2 dagdelen,
Inspiratieworkshops	55	30	
Begeleiding van studenten met een functiebeperking (ASP – Access and Support Platform)	35	12	7 bijeenkomsten
Individuele begeleiding	80	23	
Begeleiding groep studenten in levensbeschouwelijke vorming	40	4	10 bijeenkomsten
Lezing	100	100	
Begeleiding van SAVIE-bestuur	20	7	
Dialogofacilitatie met gevangenen	-	-	Door pandemie niet doorgegaan
Verliesverwerking (NE)	80	16	3 cursussen van 5 dagdelen
Bezinnings/Verdiepingsweekend	10	10	2 weekends (vr-zo)
Activiteit voor internationals	34	29	
(diverse activiteiten, waaronder een gemengde NL-internationals maaltijd, online international lunchbreak tijdens Corona)			
Telefoonlijn (7/7, hele jaar twee keer daags)	10	10	
Studentbetrokkenheid in SVSL-bestuur en adviesraad	48	6	
Dinsdagochtendmeditatie (t/m juni, vrije inloop)	130	41	
Zelforganisaties van studenten op Rapenburg 100 **)	Contacten	Unieke studenten	Toelichting
Meditatiegroep	460	40	Door studenten, 2 keer per week, *) waarvan een kwart Hogeschoolstudenten
Floris, dispuut van studentenvereniging NSL	420	23	Tweewekelijks, waarvan 5 Hogeschoolstudenten

SAVIE, een studentenstichting gericht op 2 weken vrijwilligerswerk in vml Joegoslavië	130	5 Bestuursleden, een half jaar wekelijks
(continuering onzeker ivm pandemie)	200	40 Vrijwilligers, 6 bijeenkomsten, *) waarvan 15 Hogeschoolstudenten
Green Kitchen, duurzame eetgroep gemengd NL-internationale studenten	170	25 Tweewekelijkse maaltijden van 10 deelnemers, vanwege de pandemie tijdelijk opgeschort geweest
Spring in het meer	170	10 Wekelijks
Yoga	26	12 Drie evenementen
Omgaan met kwetsbaarheid	40	20 Drie evenementen
Cirkel Spiritualiteit en Muziek	150	15 Wekelijks vanaf september
Foto-expositie: beweging en intimiteit	70	40 Twee evenementen

Activiteiten door Claudia Sarti, studentenpastor op Hogeschool	
De Welzijns 10-daagse (dinsdag 30 maart t/m donderdag 8 april) staat in het teken van fysiek, spiritueel, mentaal, sociaal en emotioneel welzijn en alles wat bijdraagt aan een goede gezondheid.	<ul style="list-style-type: none"> - 177 inschrijvingen - 30-tal activiteiten - ruim 2000 views (programma) - Helga Morais Instagram interview - Gemiddeld hebben 1.000 volgers de stories over de 10-daagse bekeken - Ruim 200 views interview Claudia - 6 tal activiteiten Rapenburg 100
Individuele coaching, begeleiding	<ul style="list-style-type: none"> - 26 studenten - 115 uur (gemiddeld 3-4 uur per weeklocatie HS, Rap100 en online tijdens corona)
Verliesverwerking	<ul style="list-style-type: none"> - 3 groepen van 5 + 1 bijeenkomst (3 keer aangeboden een keer online en twee keer fysiek) - (5 studenten)
Bijstaan overlijden student, groepsgesprekken, herinneringsbijeenkomst (fysiek), begeleiding tijdens de uitvaartcentrum (fysiek)	<ul style="list-style-type: none"> - 24 studenten (diverse studenten 3 keer gesproken tijdens verschillende bijeenkomsten) - 4 bijeenkomsten (waarvan 2 fysiek)
Workshop Motivatie en Inspiratie	<ul style="list-style-type: none"> - 2 studenten (binnen de Welzijnsweek)
Eenzaamheids workshop	<ul style="list-style-type: none"> - 5 studenten (binnen de Welzijnsweek)
Gesprekken met de studentenbesturen (via Jonas Westhoek)	<ul style="list-style-type: none"> - 20 tal studenten besturen, ook enkele besturen betrokken bij Welzijns 10-daagse
Bestuurstrainingen	<ul style="list-style-type: none"> - 15 studenten, drie eendaagse besturentrainingen
Meditatie	<ul style="list-style-type: none"> - 8 studenten (binnen en buiten Welzijnsweken) - 2 studenten (gesprekken over bezinning)

Caraïbische studenten	<ul style="list-style-type: none">- Groep geleid door Sheratée Marlin (2 studenten gesproken)- Begeleiding Caraïbische Studenten Vereniging (5 studenten al genomed in de bestuurstrainingen) vervolg in 2022
-----------------------	--

4. Bijlage 2 Inbedding in netwerken

Het afgelopen jaar is er samenwerking geweest met een reeks aan personen, verenigingen en afdelingen.

Onderwijsinstellingen

- Studentendecanaat HL
- Wellbeing Weeks, HL
- Access and Support Platform, UL, studenten met een functiebeperking
- Diversity and Inclusion Office, UL
- Wellbeing Office, UL
- Studieadviseurs o.m. scheikunde, antropologie, UL
- Studentpsychologen, UL
- Honours programma FSW, UL

Studie- en studentenverenigingen

PKVV (Plaatselijke Kamer van Verenigingen)

DAC (studentengezelligheidsver.)

NSL (christelijke studentenvereniging)

Augustinus (studentengezelligheidsver.)

Prometheus (studentengezelligheidsver.)

Blauwe Schuit (zeilvereniging)

Stukafest (

AEGEE

CDL (studievereniging Molecular Science & Technology)

CoDe (studievereniging criminologie)

LBC (studievereniging biologie)

Emile (studievereniging pedagogiek)

HSVl (studievereniging geschiedenis)

SPIL (studievereniging politicologie)

BIL (studievereniging bestuurskunde)

Epione (studievereniging verpleegkunde)

SSW (studievereniging social work)

LCC (studentenvereniging Caribische studenten)

Labyrint (studievereniging psychologie)

Inclusion (studentenstichting tbv verbinding studenten en asielzoekers)

SAVIE (studentenstichting tbv vrijwilligerswerk in vml Joegoslavië)

Meditatiegroep Rapenburg 100

ESN (vereniging Europese jongeren)

Green Kitchen (duurzame maaltijdgroep)

Floris (dispuut NSL)

Rap100-Studentengroep

5. Bijlage 3 Werkwijze – Inspiratiewerkshops

Uithouden en proberen te leren – Over de pandemie en studentenpastoraat

In het studentenpastoraat bedenken we steeds activiteiten die ingaan op de vragen en dilemma's die spelen voor studenten. Ongeacht hun levensbeschouwelijke achtergrond zijn ze welkom. De kern is om bij te dragen aan hun persoonlijke vorming, waar het gaat om hun welzijn, zingeving en geloof. De corona-maatregelen hadden zoals op iedereen een grote invloed. Voor beginnende studenten is het vooral een probleem, omdat ze nog geen vaste kring om zich heen hebben. In hun levensfase horen ze zich juist los te maken van thuis en samen met leeftijdsgenoten uit te zoeken wie ze zijn en waar ze in vertrouwen. Door veel anderen te ontmoeten, die allemaal weer op een iets andere manier in het leven staan, ontdekken ze bij wie ze horen. Die ontwikkeling is nu moeilijker.

Door de pandemie overheerste aanvankelijk de onzekerheid over de crisis en de ontregeling: wat overkomt ons nu?! Velen waren onzeker. Colleges vielen uit, stages gingen niet door. 'Valt er wel werk te vinden als ik mijn diploma heb? Waar doe ik het voor?' vroegen velen zich af. Gaandeweg veranderde dat en ontstond eenzaamheid. Het hele leven speelt zich af aan die ene tafel in een studentenkamer: eten, studeren, online afspreken, een serie bekijken. Fysiek contact, mensen om ons heen, spontane gesprekjes in de gang zijn geen luxe, maar noodzaak. We leven ervan. Sommige studenten bedachten samen met anderen ook veel moois om het uit te houden, zoals buddy-projecten. Maar voor velen raakte de wilskracht gaandeweg op: 'Ik kan mezelf er niet meer toe zetten om iets te doen.'

Als reactie hebben we een serie workshops ontwikkeld: hoe kun je omgaan met onzekerheid en ontregeling? Als werkmethode gebruikten we een vorm van ervarend leren. De ervaringen van de studenten zijn de basis voor het leren. Door vragen te stellen en verhalen en inzichten te vertellen ontstond ruimte om te vertellen wat er in hen omging.

Een goed voorbeeld daarvan zijn de hoge verwachtingen en de teleurstelling als die – door de pandemie – niet uitkomen. We verwachten normaalgesproken veel van ons leven, maar daar is op dit moment geen ruimte voor. De vraag is omgekeerd: voor welke vraag stelt het leven jou op dit moment? Wat heb je misschien te leren, of te doen? Naast andere teksten bood daarvoor de zoektocht van Willemijn Dicke – in het boek *De sjamaan en ik – een spiegel*. Wanneer ze op de bodem van haar zoektocht zit, helpt een tekst van de Middeleeuwse mysticus Eckhart haar: we denken vaak 'als ik eenmaal dit of dat heb bereikt, dan zal mijn leven goed zijn. Maar het is arrogant om dat te denken: God houdt niet een beter leven voor ons achter. 'Dit leven is – op dit moment – het beste leven dat er voor mij is.' Natuurlijk kan ze heel goed bedenken wat er niet goed is, of onrechtvaardig of pijnlijk. Maar ze kiest ervoor om zich over te geven: wat als deze situatie op dit moment inderdaad het best voor mij is? Dat helpt haar om zich voluit in te zetten om ervan te maken wat ze kan.

Die methode bracht verschillende zaken op. Dat de studenten elkaar – online – konden vertellen over wat in hen omging, gaf hen opluchting. Ook gingen ze de situatie anders benaderen: het is gemakkelijk om in bed te blijven en niets te doen, maar het leven vraagt om actieve oefening, om te accepteren dat dit mijn leven op dit moment is. Doordat ze de eigen situatie meer accepteerden, kregen sommigen meer aandacht voor anderen, en begrepen nu dat hun docent ook gefrustreerd was. Ze werden dankbaarder voor wat ze al hebben ontvangen, zoals gezondheid, de sociale contacten, de zorg van hun ouders. Ze maken meer van de kleine gesprekjes tussendoor. Door te onderzoeken 'wat vraagt deze situatie nu van mij?' werden ze vindingrijker. En tenslotte ontstonden er gemeenschapjes tussen

studenten die elkaar daarvoor niet kenden. Op dit moment start er elke maand een groepje studenten die in totaal drie keer bij elkaar komen. Een van hen schreef achteraf hoe dat was:

'Opluchting, de mogelijkheid om gewoon even je hart te luchten. Bij mensen die je niet kent, maar waar het toch zo vertrouwd kan zijn dat er een last van je schouders valt. Zelfs online! Daarnaast is het fijn om over toekomst te praten, hoe gaat het er allemaal uitzien en wat neem ik mee uit dit gesprek? Je kan vrijuit praten, en je wordt gepusht om zelf je eigen proces in gang te zetten (wat heel goed is voor je groei). Het heft in eigen handen nemen, maar met een zetje van Rapenburg100. Ik heb het altijd erg fijn ervaren!'

Rob van Waarde

‘Leren’ als weg uit de demotivatie tijdens covid-19

ontwikkeling van de ‘Inspiratieworkshop’

Rapenburg 100 – Studentenpastoraat Leiden

Dr Rob van Waarde

Algemene werkwijze

- ◆ Open werkvormen, ongeacht seculiere / religieuze opvoeding
- ◆ Breuken in het leven, drijfveren, motivaties
- ◆ ‘De ander’, verschillen en diversiteit

- ◆ Thema’s voor studenten
 - ◆ Gemeenschap en samenwerken
 - ◆ Geestelijke gezondheid; zowel covid-19 als prestatiecultuur
 - ◆ Ontmoeting met andere groepen in de samenleving
 - ◆ Veiligheid, discriminatie
 - ◆ ...

Inspiratie workshop – Leren en motivatie

- ◆ Ontwikkeld nav de lockdown in mei
- ◆ Behoeftte aan persoonlijke ontmoeting
- ◆ Wat gaat er in hen (en onszelf) om? Wat doet de situatie met ons?
- ◆ Theorie biedt een kader om te zoeken:
 - ◆ Verlies, omgaan met ontregeling, dankbaarheid

Introduction

- **Topic:** Dealing with the disruption
- **Aims:**
 - **Exchange** how we experience the current pandemic
 - **Explore** crisis as opportunity for learning and change (theory)
 - **Explore** what this asks from us
- **Interactive**
- 90 min



Vergelijking met verliessituaties

- ◆ Helpt het je om je situatie als 'verlies' te zien?

**'That
Discomfort
You're
Feeling Is
Grief'**

Grief is response to loss

- Daily rhythm
- Personal horizon or goals
- Social interaction
- Financial outlook
- **National, global Change**
 - Social rules (airport)
 - The loss of normalcy; economic toll; the loss of connection
 - Collective grief, similar to MH-17, 9/11
- **Basic Trust**

‘Voor welke vraag stelt het leven jou op dit moment?’

How to accept?

- ‘These life conditions are - at the moment - the best conditions for us’ (*Meister Eckhart*)
- What if we take this approach as an experiment?
- Do we assume a different attitude to the situation?
not: how should my life change?
But: what do I need to learn?



‘Wat heb je ontvangen?’

Gifts and being grateful

- We receive many gifts throughout our lives
 - Care, friendship, advice, insights
- Yet, often they sometimes together with disruptions
 - E.g. divorce, illness, moving to another city or school



Individuele opbrengst: Studenten gaan de situatie anders benaderen

- ◇ Het is gemakkelijk om in bed te blijven en niets te doen; In het hier en nu leven vraagt om actieve oefening, te accepteren dat dit mijn leven op dit moment is;
- ◇ De situatie uithouden, terwijl het hele leven zich aan deze ene tafel afspeelt.
- ◇ Doordat ik ben stilgezet, ben ik me gaan afvragen: 'Waarom doe ik deze opleiding?' Wat wil ik ermee?
- ◇ Doordat ik mijn eigen situatie meer accepteer, ga ik zien dat mijn docent ook gefrustreerd is (subjectwisseling)

Individuele opbrengst: Studenten ontdekken hun resources: wat heb ik ontvangen?

- ◇ Dankbaar voor wat ik als vanzelfsprekend zie: gezondheid, na hersenbeschadiging
- ◇ Voor de sociale contacten, ik maak meer van de gesprekjes tussendoor
- ◇ De kleine dingen zijn belangrijker dan de grote dingen die we op sociale media zo vaak delen

Opbrengst als groep: Persoonlijke verhalen delen & elkaar zien

- ◇ Slechte band met ouders, zus is lieveling; maar ik wil ouders ook niet besmetten
- ◇ Ouders gaven mij een beurs om te studeren, maar die heb ik vergokt
- ◇ Ben gedeprimeerd, na overlijden van moeder
- ◇ Woon in Schilderswijk en de rellen waren hier om de hoek, bedreigend

'Opluchting! De mogelijkheid om te zeggen wat je in je hoofd en in je hart hebt! Hoewel de ik de anderen niet kende, is de sfeer heel vertrouwd. Daardoor kun je de last die je daarvoor voelde van je afleggen. Zelfs online!

Ontdekkingen

- ◇ Vertrouwen ontstaat online tussen onbekende studenten
- ◇ Theorie-inbreng biedt een kader -> veiligheid
- ◇ Onderliggende behoefte is spreken over wat hen beweegt
- ◇ Thema's:
 - ◇ Zoeken naar 'purpose', zin, willen bijdragen / teruggeven aan de samenleving, bv 'roeping' grensoverschrijdend gedrag tegen te gaan
 - ◇ Wat doet er echt toe? Relaties, loyaliteit aan wie / wat je geïnspireerd heeft

- ◇ Verschillen zijn aanleiding tot verbinding (tussen 17-jarige hogeschoolstudent, 24-jarige islamitische moeder en 38-jarige Aziatische student lerarenopleiding)

Werkmethode – Ervarend leren

- ◇ Verbinding met studenten
- ◇ Context (eigen identiteit vormen; excelleren)
- ◇ Waarnemen – voelen – denken (incl. literatuur): Wat gaat er in deze mensen om?
- ◇ Team – collectief leren
- ◇ Perspectiefverschuiving

- ◇ Relatie: vanuit de verbinding werkvormen ontwikkelen
- ◇ Studenten mede laten invullen, samen verantwoordelijk
- ◇ Iedereen kan meedoen, inclusief (onaangepast / narcistisch / taalbeheersing)