

Langetermijnbeleid welzijn

Aanleiding

Tijdens en na corona is steeds meer duidelijk geworden dat mentaal welzijn een onderwerp is dat speelt onder studenten. Maar vooral dat veel studenten te maken hebben met een mentaal ongezonde situatie en daar moet iets aan gedaan worden. Daarom hebben we in samenwerking met Laga, DSC en Leeghwater een project opgestart met Maskerclass.

Maskerclass is een organisatie die zich focust op het taboe doorbreken rondom mentaal welzijn en het informeren en enthousiasmeren van mensen om met het onderwerp aan de slag te gaan. In deze samenwerking hebben we een aantal doelen gesteld die wij als vereniging als belangrijk zien. Deze doelen zijn verder in dit beleid terug te vinden. Maar het belangrijkste doel dat tijdens dit gehele proces voor ons lag was het creëren van een open en veilige sfeer op de vereniging, en dit telkens te blijven verbeteren. Want iedereen moet zich thuis kunnen voelen en zijn/haar gevoelens en mening kunnen uiten en respect hebben voor elkaar en diens mening.

Huidige situatie

De afgelopen jaren is er in de studentenwereld steeds meer aandacht geweest voor het onderwerp, echter was er tot vorig jaar geen aandacht voor het onderwerp op DSB. In 2022 heeft er voor het eerst een symposium plaats gevonden voor de OWee en KMT waar ook de ontwerpen welzijn en grensoverschrijdend gedrag in besproken zijn. Dit wordt gegeven aan eerste- en tweedejaars en afgelopen jaar ook derdejaars meegepakt. Verder zijn we als vereniging binnen de VeRa hard bezig met verschillende welzijnsgerelateerde projecten zoals zoals "Trek wel aan de bel" en "Ben je wel oke?". Echter is er op dit moment naast dat weinig gedaan binnen de vereniging zelf. Wel zouden we graag een situatie willen creëren waarin iedereen gemakkelijk de juiste hulp kan vinden voor zichzelf of voor iemand anders (Sociale routekaart).

Naast grote activiteiten en projecten is op dit moment de sfeer/cultuur op de borrel ook iets waar we aan moeten gaan werken. De vereniging is een plek waar iedereen diens vrienden kan ontmoeten en na een drukke dag studeren even kan ontspannen. Maar het zou ook een plek moeten zijn waar we met elkaar kunnen discussiëren en onderwerpen die ons bezighouden kunnen bespreken. Op dit moment is dat helaas niet zo, de borrel is er om het leuk te hebben en zware onderwerpen worden het liefst vermeden.

In het komende jaar gaan we in kaart brengen waar behoefte aan is en wat voor onze vereniging het beste werkt. Hoe we dit gaan doen staat hieronder beschreven:

Why?

Iedereen moet zich thuis kunnen voelen en zijn/haar gevoelens en mening kunnen uiten binnen de vereniging

Ambitie

Om een duidelijk beeld te krijgen van wat het ideaalbeeld zou zijn in de toekomst zijn er concrete doelen opgeschreven. Dit zal dan ook het langetermijnbeleid worden.

Doelen

- Werken aan een cultuurverandering binnen de vereniging, dat leden zich open kunnen uitspreken en dat slechte gevoelens niet onderdrukt worden. Dit willen we meten door in de huidige situatie een enquête te doen en deze in de komende 1/2/3 jaar te herhalen
- Meer kennis over de gevolgen van mentale ongezondheid
- Mensen bewust maken van de symptomen van mentale ongezondheid
- Iedereen moet gemakkelijk hulp kunnen vinden voor zichzelf en voor iemand anders. (Onder andere door middel van de sociale routekaart.)
- De borrel cultuur veranderen zodat er wel over problemen gepraat kan worden tijdens de borrel
- Intrinsieke motivatie stimuleren om welzijn op een positieve manier onder de aandacht brengen

Stappenplan welzijnscommissie

Over 3 maanden:

De eerste fase staat in het teken van het in kaart brengen van de behoefte van de leden en in hoeverre de verschillende aspecten van studenten welzijn leven op de vereniging. De feedback vanuit de paneldiscussie wordt hier ook in meegenomen. De welzijnscommissie zal zorg dragen voor het samenvoegen van alle behoeftes en het opstellen van een visie en plan voor de komende jaren.

Er zal een welzijnscommissie zijn opgericht in maart/april 2023 met tenminste 4 personen. De commissie zal werken met een sollicitatie procedure. De procedure zal zo snel mogelijk na het Maskerclass symposium opgestart worden en dit zal dan een commissie van bestuur worden. Leden zullen voor 1 jaar tekenen, maar ze hebben de mogelijkheid om langer te blijven. Voor behoud van kennis zul je bij het verlaten van de commissie nog 3 maanden aan de zijlijn staan. Dit betekent dat je niet verantwoordelijk bent voor het organiseren van activiteiten, maar er alleen bij zal staan om je mening te geven en kennis te delen.

In de opstartfase zal de commissie in kaart brengen welke facetten van welzijn er zijn en waar vraag naar is binnen de vereniging. Aan de hand van de vraag van de leden zal er gekeken worden naar de financiële mogelijkheden. Dit zal dan in overleg met de Penningmeester gebeuren.

Over 6 maanden:

De commissie zal zich dan vooral mee bezig houden met de behoeftes van de leden, dit zal gedaan worden door middel van een enquête, aanspreken op de borrel of andere activiteiten. De informatie zal duidelijk verzameld worden door de commissie en er zullen ook activiteiten georganiseerd worden om te kijken of daar behoefte aan is. De commissie zal onder andere de volgende activiteiten organiseren. Plannen hiervoor zullen al globaal uitgewerkt zijn door de welzijnscommissie.

- Het symposium (Tijdens de Introductie tijd)
- Welzijnsactiviteit (Vrije invulling van de commissie)
- Welzijnsworkshop
- Speeddaten met welzijnsorganisaties voor de leden

Na elke activiteit zal de reactie van de leden gepeild worden, aan de hand van hoe de leden reageren zal er geëvalueerd worden of het effectief was of niet. Bij een positieve reactie, zullen soortgelijke activiteiten in de toekomst worden georganiseerd. **Het is belangrijk om hier zo creatief mogelijk mee om te gaan en eventueel bij andere verenigingen na te vragen hoe zij dit aanpakken en wat bij hun wel werkt.**

Naast het in kaart brengen van de behoeftes is het ook belangrijk om verschillende activiteiten te organiseren in het 1e jaar om mensen te informeren over de verschillende welzijns onderwerpen. Het animo van leden zal in het eerste jaar niet per definitie doorslaggevend zijn in het organiseren van activiteiten, maar het kan wel een beeld geven van waar de prioriteit zou moeten liggen.

Daarnaast zal het geschreven beleid goedgekeurd worden door de BoVe en kan er gewerkt worden aan de langetermijnplannen.

Over 1 jaar:

Het onderzoek van de interesse zal dan duidelijk in kaart gebracht zijn. Hierna kan aan de hand van de uitslagen verder gewerkt worden. De uitslag zal geëvalueerd worden om de vervolgstappen te bepalen.

- Bij geen animo voor activiteiten → De focus zal dan schuiven naar het goed delen van de sociale routekaart en waar je hulp zou kunnen vinden. Het duidelijk in kaart brengen van de VCP's en wat ze kunnen betekenen. En hierbij dan vanuit het bestuur actief promoten dat deze mogelijkheden er zijn. Ook is het organiseren van 1 activiteit per jaar wenselijk om het animo te blijven pijlen.
- Bij wisselend animo vanuit de leden → Naast het bovengenoemde punt. Blijft de werkgroep kleine workshops en activiteiten organiseren voor leden die hier behoefte aan hebben. Verder is het belangrijk om jaarlijks 1 grote activiteit te organiseren om zo animo te blijven pijlen.
- Bij veel animo voor activiteiten → Naast de bovengenoemde punten. Zal Meer geld er voor vrijgemaakt worden en dan er zullen meer soortgelijke activiteiten georganiseerd worden door de commissie.

De bekendheid, kennis en interesse over het onderwerp groter maken binnen de vereniging. Iedereen kan gemakkelijker hulp zoeken, met behulp van de sociale routekaart. Deze zal makkelijk te vinden zijn op de site en met posters verspreid door de vereniging. Alle eerste- en tweedejaars zijn bewuster van wat mentale ongezondheid is door middel van het jaarlijkse symposium dat gegeven zal worden.

Er zal ook gewerkt worden aan een duidelijk witboek om de overdracht goed te laten verlopen. Dit zal voornamelijk gedaan worden door de commissie, maar wel onder begeleiding van een bestuurslid.

Over 3 jaar:

Er is al een beeld van een cultuurverandering binnen de vereniging. De nieuwe jaarlagen van de vereniging kunnen al makkelijker met elkaar praten over heftige onderwerpen. De welzijnscommissie draait op volle toeren, met minstens 2 activiteiten per jaar. Zij zorgen er ook voor de continuïteit van de workshops en het doorgeven van kennis.

Verder zal op deze termijn de borrelcultuur iets verschoven zijn naar interesses buiten borrelen om en zullen gesprekken steeds meer open zijn.

Over 5 jaar:

Er normaal over het onderwerp gepraat kan worden binnen en buiten de vereniging. Iedereen kan sneller en duidelijk hulp zoeken en vinden. Het taboe over het onderwerp is weg.

Werking Welzijnscommissie

De commissie zal het liefst bestaan uit 5 leden. Deze leden zullen gekozen worden aan de hand van een sollicitatieprocedure. Er zal gestreefd worden om een zo divers mogelijke groep te krijgen bestaand uit verschillende colleges. Er zal verwacht worden dat de welzijnscommissie minimaal 1 keer per jaar een activiteit organiseert. De commissie zal een part-time commissie zijn waar er gemiddeld 1-2 uur per week aan gezeten moet worden. Dit zal meer worden naarmate de activiteit dichterbij komt.

Daarnaast wordt er verwacht dat de commissie een jaarlijkse update geeft aan de vereniging, dit zal onder andere bestaan uit de resultaten van het animo van de vereniging en de bevindingen tijdens de activiteiten.

Sociale routekaart

In samenwerking met Maskerclass hebben we een sociale routekaart ontwikkeld. Op deze routekaart vind je de mogelijkheden die er zijn op bepaalde onderwerpen. Deze mogelijkheden zijn er zowel intern als extern. Ook is de routekaart te gebruiken als je je zorgen maakt om iemand anders. De sociale routekaart zal onder de aandacht gehouden worden door middel van de digibus, posters op de vereniging en hij zal te vinden zijn op de website. Zo kan iedereen snel en gemakkelijk de sociale routekaart vinden.

Bestuur

Commissie QQ

Het Bestuur zal ook een belangrijke rol spelen in het behalen van de doelen, hier zal dan vooral 1 persoon van het Bestuur zich bezig houden met studenten welzijn. Een van de belangrijkste taken zal dan ook het begeleiden van de commissie zijn. Hier zal dan minimaal 1 keer per maand een update voor komen.

Contact met externe partijen

Het Bestuurslid zal ook verantwoordelijk zijn voor het behouden van het contact met de TU psychologen en de andere belangrijke partijen. Het is daarvoor belangrijk dat de contactgegevens goed worden overgedragen om de contacten niet te verliezen. Het is vooral erg belangrijk om goed contact te behouden met de TU psychologen en Brijder. Zo kan er gemakkelijk om advies of hulp gevraagd worden, denk ook aan het faciliteren van omstanders cursussen of het doorverwijzen. Er zal een afspraak komen dat er 1 keer per kwartaal samen aan tafel gezeten wordt met de genoemde partijen om een update aan elkaar te geven.

Sollicitatie

Het Bestuur zal verantwoordelijk zijn voor de sollicitatieprocedure. Alle sollicitanten moeten een motivatiebrief schrijven waarom ze graag in de commissie zouden willen komen. Van de binnengekomen sollicitaties, zal het gehele Bestuur een keuze maken wie er in de commissie zal komen. Hierna zal het Bestuur ook de sollicitanten benaderen om te laten weten of ze het zijn geworden of niet.