Stress door de ogen van geneeskundestudenten - een kwalitatieve interviewstudie

Haio: LEGON Charlotte , U.G.
Promotor: MICHELS Nele , U.A.
Praktijkopleider: VAN GORP Sara , Vandenabeele Tine

Context: Het psychisch welzijn van studenten geneeskunde staat onder druk. Nationaal en internationaal worden hoge prevalentiecijfers van burn-out, depressie en angststoornissen in deze groep gerapporteerd. Om het niveau van stress dat studenten ervaren te kunnen verminderen en studenten met een verhoogd risico op psychische ziekte te identificeren, is het van belang om voorbeschikkende, uitlokkende en onderhoudende factoren in kaart te brengen.

Onderzoeksvraag: Deze studie onderzocht psychisch (on)welzijn bij masterstudenten geneeskunde onder de vorm van de stress die ze ervaren, het effect dat stress op de studenten heeft en de coping mechanismen die ze hanteren. Tenslotte worden ook de aanbevelingen die de studenten geven om stress te voorkomen besproken.

Methode: Het onderzoek werd uitgevoerd aan de Universiteit Antwerpen. De deelnemers betroffen studenten geneeskunde die tijdens het academiejaar 2018-2019 in eerste, tweede of derde master ingeschreven waren. Voor het eerste deel van het onderzoek ontvingen 453 studenten een uitnodiging om deel te nemen aan een elektronische enquête die peilde naar het gevoel van stress dat de student ervaarde en of de student een -naar eigen zeggen- moeilijke periode had meegemaakt in het leven. Verder bevroeg de enquête socio-demografische gegevens. Op basis van de antwoorden op de enquête werden voor het tweede deel van het onderzoek tien studenten uitgenodigd voor een semigestructureerd interview bestaande uit open en explorerende vragen. De transcripts werden systematisch geanalyseerd volgens de stappen van thematische analyse.

Resultaten: 182 studenten vulden de enquête volledig in (response rate 42%). Gemiddeld werd een stressniveau van zes op tien aangeduid. 74% van de deelnemers duidde aan een moeilijke periode meegemaakt te hebben in het leven. Stress veroorzakende factoren konden worden opgesplitst in persoonsgebonden factoren, waaronder een perfectionistische ingesteldheid en sociale conflicten, en opleidingsgebonden factoren zoals de hoge werkdruk, de manier van beoordelen en het gevoel van concurrentie. De studie geneeskunde wordt over het algemeen bekeken als competitief, wat in de interviews duidelijk naar boven kwam. Belangrijke stress-verminderende factoren zijn onder andere de aanwezigheid van sociale steun, lichaamsbeweging en zelfzorg. Negatieve gevolgen van stress waren fouten maken, een negatieve invloed op het zelfvertrouwen, gedachten om te stoppen met de opleiding, ziekteverzuim en negatieve effecten op het sociale leven. Suggesties die de deelnemers deden om stress te voorkomen waren onder andere het identificeren van risico-studenten en hen extra ondersteuning bieden. Er werd ook voorgesteld een opleidingsonderdeel aan te bieden rond zelfzorg en veerkracht.

Conclusie: Masterstudenten geneeskunde ervaren een hoog gevoel van stress en willen gehoord worden en hun ervaringen delen. Zowel op privé vlak als binnen de opleiding worden stress bevorderende factoren gevonden. Er is interesse vanuit de studenten voor een opleidingsonderdeel rond zelfzorg en veerkracht. Meer en meer weerklinkt een stem die pleit voor interventies en het voorzien van psychologische ondersteuning ter preventie van psychische problemen voor studenten geneeskunde. Dit onderzoek doet enkele aanbevelingen hieromtrent.