

Alcohol- en drugsbeleid voor studenten

Inspiratie en informatie voor instellingen in het hoger onderwijs



Deze infosheet is een initiatief van het Trimbos-instituut en maakt deel uit van een serie infosheets over alcohol en drugs in het hoger onderwijs.

De studententijd is een levensfase vol uitdagingen en verleidingen. Een nieuwe omgeving, de druk om te presteren, vrijheid, ontmoetingen met andere mensen en een andere cultuur. De verleidingen van alcohol en drugs komen daar nog eens bij. In het hoger onderwijs gebruiken jongeren meer dan hun leeftijdgenoten elders.

Alcohol- en drugsgebruik onder studenten

Enkele cijfers uit landelijke en regionale monitors, studies onder studenten en onderzoek onder jongeren die frequent uitgaan, waaronder veel studenten:

Van de **17-jarige hbo studenten** drinkt 80% regelmatig. Van hen drinkt 25% in het weekend meer dan 10 glazen en 45% zegt wel eens zelf alcohol te kopen.¹

Van de **studenten tot en met 19 jaar** in het hbo/wo drinkt 8 tot 12 % overmatig: mannen meer dan 21 glazen per week, vrouwen meer dan 14 glazen per week. Wo-studenten tellen de meeste overmatige drinkers: 17%.²

Cannabis is de meest gebruikte drug in Nederland. Het recente gebruik (laatste jaar) is met 21% het hoogst onder 18-25 jarigen, de leeftijd van veel hbo en wo-studenten. In de hele bevolking van 18 jaar en ouder ligt dat percentage op 6,6%.³

Na cannabis volgt **ecstasy**. Van de 18 tot 25-jarigen gebruikte 11,7% het afgelopen jaar. Het is nog altijd de meest populaire uitgaansdrug: in een recent onderzoek onder frequent uitgaanders (15 tot 35 jaar, de helft hoger opgeleid) heeft 46% het middel in het afgelopen jaar gebruikt en 22% in de afgelopen maand.⁴

Gevolgen van alcohol- en drugsgebruik

Studenten kunnen door hun alcohol- en/of drugsgebruik studieproblemen krijgen. Ze missen college's en tentamens of presteren onder de maat omdat zij een kater hebben en niet fit zijn. Uiteindelijk kan dit leiden tot studievertraging en -uitval. Andere risico's zijn geweldsincidenten, verkeersongevallen, onbeschermd seks, ongewenste seksuele ervaringen, verwondingen, black-outs en op lange termijn afhankelijkheid en verslaving.

IN DE PRAKTIJK

Middelengebruik en studieresultaten

Op Hogeschool Windesheim vullen studenten jaarlijks een vragenlijst in. Die gaat onder andere over middelengebruik en depressie, gekoppeld aan studieresultaten. Bij meer dan de helft van de studenten is het alcoholgebruik schadelijk of risicovol. Soms is er zelfs sprake van alcoholafhankelijkheid. De resultaten tonen ook een relatie tussen angst- en depressieklachten en alcoholgebruik, en een sterke relatie tussen alcoholgebruik en studievertraging of -uitval, vooral bij mannelijke studenten.⁵



Is alcoholbeleid de verantwoordelijkheid van de onderwijsinstelling?

Studenten zijn doorgaans meerderjarig en worden zelf verantwoordelijk geacht voor hun leefstijl. Toch noemen hbo's en universiteiten verschillende motieven om alcohol- en drugsbeleid te ontwikkelen:

Onderwijskundig klimaat

Universiteiten en hogescholen zien het uitdrukkelijk als hun verantwoordelijkheid om een zo goed mogelijk onderwijskundig en pedagogisch klimaat te bewerkstelligen en er voor te zorgen dat studenten zich ten volle kunnen ontplooien.

Diversiteitsbeleid

De diversiteit van studenten op de universiteit of hogeschool vraagt om een alcoholbeleid – studenten uit andere culturen of landen kunnen zich minder thuis voelen wanneer alcohol een prominente rol speelt in het studentenleven.

Imago

Incidenten waarbij studenten onder invloed betrokken zijn, hebben een negatieve impact op het imago van de onderwijsinstelling, zelfs wanneer het incident plaatsvindt buiten de campus, zoals in de stad of in verenigingsverband.

Beïnvloeden van de sociale norm

De norm in het studentenleven lijkt nu soms te zijn dat alcohol er altijd en overal bij hoort. De onderwijsinstelling kan met een terughoudend alcoholbeleid dit beeld beïnvloeden.

Landelijke kosten studievertraging door alcohol

In de Maatschappelijke kosten-baten analyse alcohol⁶ berekent het RIVM wat in het hoger onderwijs de jaarlijkse kosten zijn van studievertraging of –uitval als gevolg van alcoholgebruik:

- Jaarlijks zijn er in Nederland in het hbo 64.000 studenten die studievertraging oplopen of zonder diploma met hun studie stoppen. In het wo zijn dit er 26.000.
- Van de studenten in Nederland is 25,9% (hbo) tot 29,8% (wo) zwaar drinker. Zij drinken minstens één keer per week ten minste 4 (vrouwen) of 6 (mannen) glazen alcohol op een dag.
- Het aandeel alcohol in de studievertraging wordt gemiddeld geschat op 20%.
- De jaarlijkse kosten van studievertraging voor de onderwijsinstelling worden geschat op 9.813 euro (hbo) of 8.900 euro (wo) per student.
- Studievertraging of –uitval als direct gevolg van zwaar drinken kost het hbo dus jaarlijks 32,5 miljoen euro en 13,8 miljoen euro in het wo, op jaarbasis.



Kosten per onderwijsinstelling

Als u weet hoeveel studenten met studievertraging of –uitval er zijn op uw onderwijsinstelling, kunt u berekenen hoe hoog de alcohol gerelateerde kosten van studievertraging en –uitval voor u onderwijsinstelling zijn op jaarbasis: aantal studenten met studievertraging of –uitval $25,9\% \times 20\% \times 9.813$ euro (hbo) of aantal studenten met studievertraging of –uitval $29,8\% \times 20\% \times 8.900$ euro (wo).

Op onderwijsinstellingen met een woon-campus kan overmatig alcoholgebruik bovendien hogere kosten voor beveiliging met zich meebrengen, vandalisme en een slechte naam.

Wat is effectief alcoholbeleid?

Alcoholgebruik wordt beïnvloed door verschillende factoren: de persoon die drinkt, de kenmerken en beschikbaarheid van alcohol en de fysieke en sociale omgeving van de drinker. Alcoholbeleid kent dan ook verschillende componenten:

- 1. Visie en samenwerking
- 2. Beschikbaarheid van alcohol
- 3. Communicatie en educatie
- 4. Signaleren en begeleiden van problemen door alcohol



1. VISIE EN SAMENWERKING

Samenhangend beleid

Alcoholbeleid is dus nooit alleen gericht op het individu, maar bestaat uit een samenhangende aanpak. Bovendien zorgen samenwerking en visieontwikkeling ervoor dat het niet bij eenmalige, losse activiteiten blijft. Het College van Bestuur kan bijvoorbeeld een impuls geven door in woord en daad te ondersteunen. Bijvoorbeeld door een coördinator aan te stellen en een visie te formuleren over de rol van de instelling. Een mooi voorbeeld is de [blog](#) van de rector magnificus van de Universiteit van Utrecht. “Om te reflecteren over wat alweer het doel was van een introductietijd: in plaats van ontgroenen, dienen studenten welkom geheten te worden. In plaats van pikorde aan te brengen, vaak met vernedering gepaard gaande, zou het goed zijn om vriendschap te creëren. In plaats van gender-stereotypen te hanteren en dat grappig te vinden, moet respect overheersen. Waar dit mis gaat, speelt alcohol vaak een grote rol.”

Samenwerking

Initiatieven voor alcoholpreventie op een onderwijsinstelling beginnen vaak op de werkvloer: een lector verslavingskunde die zich richt op het eigen alcoholbeleid, een alcoholincident waar de media een reactie op vragen, een

studentenpsycholoog die contact legt met een instelling voor verslavingszorg. Ze kunnen als eyeopener dienen en verder worden uitgebouwd. Daarvoor is een projectgroep met vertegenwoordigers van verschillende partijen nodig. Enkele voorbeelden:

Onderwerp	Partners
beleidsontwikkeling	College van Bestuur, decanen, beleidsmedewerker introductietijd, campusmanager
schenkbeleid	beheerders sportfaciliteiten, bedrijfsleiders horeca of supermarkten op de campus, cateraars
toezicht en handhaving	beveiligers, portiers, huismeesters
communicatie en draagvlak	voorlichters, inhoudelijke experts, coördinerende medewerkers
zorg en welzijn	studieadviseur, student life advisor, studentenpsycholoog, decaan
externe partijen	gemeente (voor vergunningen en toezicht), instelling voor verslavingszorg (voor preventie-advies en/of spreekuur), studentenorganisaties

2. BESCHIKBAARHEID VAN ALCOHOL

Beperk verkrijgbaarheid

Als alcohol eenvoudiger verkrijgbaar is, dan gaan studenten eerder drinken. Daarom is het goed om de beschikbaarheid van alcohol op de onderwijsinstelling te inventariseren. Op welke locaties en bij welke gelegenheden is er alcohol aanwezig? Is dit nodig of wenselijk, en welke regels gelden er?

De Drank- en horecawet legt beperkingen op aan de verstrekking van alcohol. Om alcohol te mogen verkopen is bijvoorbeeld een vergunning nodig of een tijdelijke ontheffing. Ook mag er geen alcohol geschonken worden aan mensen onder de 18 jaar. De gemeente is verantwoordelijk voor de naleving van de alcoholwetgeving, maar de onderwijsinstelling kan zelf ook aanvullingen doen. Bijvoorbeeld een aantrekkelijk en zichtbaar assortiment non-alcoholische dranken en het beperken van schenktijden of geen alcohol schenken tijdens wedstrijden in het universitaire sportcomplex. Zo is er meer mogelijk. Vraag ook de GGD of instelling voor verslavingszorg om advies.

Alcohol op de onderwijsinstelling

Denk voor de onderstaande settings na over een passend alcoholbeleid::

- **feestelijke bijeenkomsten**, zoals de opening van het academisch jaar, de introductietijd, afstudeerbijeenkomsten, promoties, personeelsactiviteiten, bijeenkomst met besturen van verenigingen, een biercantus
- **onderwijsactiviteiten**, zoals studiereizen, introductiekampen, lezingen, stages, studieopdrachten in horeca-settings
- **locaties met een horecavergunning**, zoals sportaccommodaties, culturele voorzieningen, kantines
- **informele settings**, zoals ruimtes op de universiteit waar studieverenigingen gebruik van maken en waarvoor zij zelf alcohol inkopen bij een supermarkt.
- **de campus**, waar specifiek alcoholbeleid nodig is omdat studenten hier niet alleen leren maar ook wonen en ontspannen, en er meestal voorzieningen zijn als supermarkt en horeca.



3. COMMUNICATIE EN EDUCATIE

Draagvlak, informatie en voorlichting

Bij goed alcoholbeleid hoort goede communicatie; bekendheid bij medewerkers en studenten is essentieel. Dit vraagt om een gedegen communicatie- en informatiestrategie. Let daarbij op de volgende punten.

Beleidscommunicatie

- Zorg voor draagvlak. In de ontwikkelingsfase én bij nieuw personeel en nieuwe studenten.
- Geef heldere informatie aan medewerkers, studenten en bezoekers. Over het beleid in het algemeen, de regelgeving en het signaleren van, en hulp bij problemen.
- Gebruik een sterk alcoholbeleid als een profilerende marketingtool.

Deskundigheidsbevordering

- Zijn de medewerkers die een rol hebben in de uitvoering van het alcoholbeleid voldoende toegerust om deze taak uit te voeren? Denk bijvoorbeeld aan degenen die belast zijn met het signaleren en begeleiden of verwijzen van studenten met proble-

men, zoals studieloopbaanadviseurs en studentdecanen.

- De preventieafdeling van de lokale instelling voor verslavingszorg kan medewerkers trainen in het herkennen en bespreekbaar maken van alcohol- en drugsgebruik.
- Maak informatie makkelijk toegankelijk. Denk aan een jaarlijkse vitaliteitsdag met workshops en informatie.
- Breng alcoholbeleid onder in een brede welzijnsaanpak.

IN DE PRAKTIJK

Training signaleren voor studieadviseurs

Op de TU Delft kregen de studieadviseurs een training van Brijder Verslavingszorg over alcohol- en drugsproblemen. Het hielp de studieadviseurs om signalen eerder op te pikken en te duiden. Ook weten zij beter of er doorverwezen moet worden naar een studentpsycholoog of verslavingszorg.

Voorlichting

- Wijs studenten de weg naar betrouwbaar (online) voorlichtingsmateriaal.
- Maak duidelijk waar studenten laagdrempelig terecht kunnen voor hulp, zoals online zelftests en zelfhulpmodules en spreekuren bij de psycholoog of preventiemedewerkers van instellingen voor verslavingszorg.
- Maak verantwoord omgaan met alcohol onderdeel van het curriculum. In sommige sectoren is het kunnen omgaan met de verleidingen van alcohol en drugs belangrijk voor een professionele beroepshouding. Dit geldt vooral voor studenten die gaan werken in een sector waar de werkdruk hoog is en alcohol makkelijk beschikbaar.



Internationale studenten

Een deel van de internationale studenten kiest voor Nederland vanwege het liberale klimaat. Maar ze hebben weinig kennis van de risico's, de wetgeving en de uitgangsmores. Vaak ontspoord hierdoor hun middelengebruik, met problemen tot gevolg. Sommige onderwijsinstellingen besteden hier aandacht aan in de introductieweek, met een speciale voorlichtingsbijeenkomst of een 'student wellbeing week'.

4. SIGNALEREN EN BEGELEIDEN VAN PROBLEMEN

Signaleren

Studiebegeleiders, decanen, studentpsychologen en -artsen hebben een belangrijke rol in de begeleiding van studenten. Zij kunnen probleemsignalen in een vroeg stadium oppikken en ter sprake brengen. Want in de praktijk beginnen studenten zelden zelf over problemen met alcohol. Vaker kloppen ze aan omdat ze studievertraging hebben opgelopen

en melden zij stressklachten of te hoge studiebelasting. Ze kunnen daarnaast last hebben van sociale druk om een succesvol sociaal leven te hebben en soms kampen zij met depressieve klachten of burn-out. Alcoholproblemen spelen hierbij vaak een onderliggende of versterkende rol. Vraag daarom naar middelengebruik, dag-nachtritme en leefstijl. Het systematisch anoniem registeren van deze gegevens brengt trends in beeld en geeft input voor de evaluatie van beleid.

IN DE PRAKTIJK

Studentengezondheidstest

Studentenartsen op de Universiteit van Amsterdam ontwikkelden een test waarmee studenten zelf hun gezondheid, leefstijl en kwaliteit van leven monitoren.⁷ Het geeft de onderwijsinstelling ook beleidsinformatie. De student krijgt na het invullen automatisch gepersonaliseerde feedback en informatie over de scores ten opzichte van de gemiddelde scores van studenten, inclusief het interventieaanbod, zoals een workshop over timemanagement, een studentenpsycholoog of online zelfhulp. Hogeschool Windesheim werkt met een vergelijkbaar instrument.

IN DE PRAKTIJK

Hogeschool Windesheim: Fit en Veilig

Project FIVE (Fit en Veilig Windesheim) heeft als missie het creëren van een gezond en veilig studieklimaat om studiesucces te bevorderen en onnodige vertraging en uitval terug te dringen. FIVE heeft een web portal voor studenten met informatie over studievaardigheden en over alcohol, cannabis, faalangst, stress, piekeren, online media, gamen, somberheid en burn-out. Ook zijn er verwijzingen naar eHealth modules, (zelf)hulp en advies. Door psychisch welzijn te zien als bron voor studiesucces, ervaren studenten het zoeken van hulp als minder belastend.

Hulp en verwijzing

Voor studenten met alcoholproblemen is er een diverse hulpaanbod:

- online zelftests
- online zelfhulpmodules
- workshops over mindfulness en omgaan met stress
- begeleidingsgesprek door studentenpsycholoog
- spreekuur verslavingszorg of praktijkondersteuner GGZ van de huisarts op de onderwijsinstelling
- verwijzing naar verslavingszorg voor behandeling



Goed om te weten

INTRODUCTIE- EN KENNISMAKINGSPERIODE

De verhoging in 2014 van de alcoholleeftijd naar 18 jaar heeft een impuls gegeven aan alcoholbeleid tijdens de introductieperiode. De introductiecommissies en verenigingen moesten er vanaf dat moment voor zorgen dat minderjarige studenten geen alcohol kopen of bij zich hebben. De maatregelen die onderwijsinstellingen hebben genomen variëren van de invoering van polsbandjes en voorlichting aan mentoren tot een algemeen verbod voor eerstejaars studenten om tijdens de activiteiten van de introductiecommissie alcohol te drinken. Vaak zijn die maatregelen vastgelegd in een alcohol- en drugsreglement of gedragscode.

Meer weten?

Deze inspiratiesheet is onderdeel van een serie over alcohol- en drugsbeleid voor studenten in het hoger onderwijs. Je vindt ze op dgsg.nl, naast andere informatie over alcohol- en drugpreventie.

In ontwikkeling:

- Inspiratiesheet voor introductiecommissies
- Inspiratiesheet voor instellingen in verslavingszorg
- Inspiratiesheet voor studentenverenigingen

Drugs

Studenten gebruiken minder drugs dan alcohol. Het gaat dan om middelen als cannabis, xtc of oneigenlijk gebruik van middelen om de studieprestaties te verhogen zoals ritalin. Op alle hogescholen en universiteiten is drugsgebruik verboden. Drugsbeleid kan in grote lijnen parallel lopen met het alcoholbeleid: een protocol voor de introductietijd, voorlichting voor (internationale) studenten, afspraken over signaleren en begeleiden van studenten met problemen en organiseren van bijscholing voor medewerkers waar nodig. Specifieke aandachtspunten zijn er ook, zoals het omgaan met deal-activiteiten op de campus.

IN DE PRAKTIJK

Sancties voor studentenvereniging

De Rijks Universiteit Groningen en de Hanze Hogeschool hebben de bestuursbeurzen van de bestuursleden van het studentencorps *opgeschort* na herhaaldelijke en ernstige alcoholincidenten. Deze gebeurtenissen strookten niet met de gedragscode en de afspraken over cultuurverandering die de onderwijsinstellingen en de vereniging maakten.



Referenties

- ¹ Verdurmen J, Dorsselaer S van, Monshouwer K (2016). Factsheet middelengebruik onder studenten van 16-18 jaar op het MBO en HBO 2015. Utrecht: Trimbos-instituut
- ² Dorsselaer S & Goosens F (2015). Alcohol-, tabaks- en drugsgebruik door studenten. Inventarisatie van (onderzoeken naar) prevalentie inschattingen onder MBO-, HBO- en WO-studenten in Nederland. Utrecht: Trimbos-instituut
- ³ Laar M van & Gestel B van (redactie) (2018). Nationale Drug Monitor. Jaarbericht 2017. Utrecht: Trimbos-instituut, Den Haag: WODC
- ⁴ Monshouwer K, Pol P van der, Drost Y, Laar M van (2016). Het Grote Uitgaansonderzoek 2016. Uitgaanspatronen, middelengebruik en preventieve maatregelen onder uitgaande jongeren en jongvolwassenen. Utrecht: Trimbos-instituut
- ⁵ Dopmeijer J, Schoorel B, Schwartz D (2013). Project #FIVE. Studentenonderzoek 2012. Feiten en cijfers over uitval, vertraging, gezondheid en veiligheid. Zwolle: Hogeschool Windesheim
- ⁶ Wit GA de, van Gils PF, Over EAB, Suijkerbuijk AWM, Lokkerbol J, Smit F, Mosca I, Spit WJ (2016). Maatschappelijke kosten-batenanalyse van beleidsmaatregelen om alcoholgebruik te verminderen : Social cost-benefit analysis of regulatory policies to reduce alcohol use in The Netherlands. Bilthoven: RIVM , 3 oktober 2016. Rapport.
- ⁷ Van der Heijde, C.M., Vonk, P. & Meijman, F.J. (2015). Self-regulation for the promotion of student health. Traffic lights: the development of a tailored web-based instrument providing immediate personalized feedback. Health Psychology and Behavioral Medicine, 3(1), 169-189.



COLOFON

Auteurs

Aukje Sannen
Marianne Maat
Martha de Jonge
Laura Nijkamp
Ferry Goossens

Interviews

Aukje Sannen
Marianne Maat

Projectleiding

Martha de Jonge

Dank

Voor deze infosheet spraken we met decanen, psychologen, studiebegeleiders, docenten, een campusbeleider, een beveiliging en adviseurs en coördinatoren van de introductietijd van de Erasmus Rotterdam, Rijks Universiteit Groningen, Maastricht University, Tilburg University, TU Delft, Universiteit van Amsterdam, de Universiteit Utrecht, InHolland Haarlem, Hogeschool Rotterdam, Windesheim en Zuyd Hogeschool. We bedanken hen voor de open en constructieve manier waarop zij informatie en voorbeelden met ons deelden.

Ontwerp en opmaak

AlbertsKleve BNO

Redactie

Wessel Wildeboer

Artikelnummer: PFG91118

© Juni 2018 | Trimbos-instituut, Utrecht. Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden veeleenvoudigd en/of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, zonder voorafgaande toestemming van het Trimbos-instituut.