

Vergaderjaar 2021–2022

31 288

Hoger Onderwijs-, Onderzoek- en Wetenschapsbeleid

Nr. 931

BRIEF VAN DE MINISTER VAN ONDERWIJS, CULTUUR EN WETENSCHAP EN DE STAATSSECRETARIS VAN VOLKSGEZONDHEID, WELZIJN EN SPORT

Aan de Voorzitter van de Tweede Kamer der Staten-Generaal

Den Haag, 11 november 2021

Met deze brief bieden wij uw Kamer de resultaten aan van de Monitor Mentale gezondheid en Middelengebruik van Studenten in het hoger onderwijs¹. De resultaten zijn opgenomen in twee deelrapporten: mentale gezondheid (I) en middelengebruik (II). De monitor is uitgevoerd door een consortium, bestaande uit het Trimbos-instituut, het Rijksinstituut voor Volksgezondheid voor Milieu (RIVM) en GGD GHOR Nederland.

De uitkomsten van de monitor zijn zeer zorgwekkend. Het beeld dat veel studenten worstelen met hun mentale gezondheid wordt bevestigd. Daarnaast is er sprake van overmatig alcoholgebruik en risicovol middelengebruik. De aanbevelingen van de onderzoekers bieden goede aanknopingspunten om hiermee voortvarend aan de slag te gaan. Het belang van het versterken van de veerkracht van studenten en de sociale binding met de onderwijsinstelling is tijdens de coronapandemie meer zichtbaar geworden; hiervoor is blijvende aandacht nodig. Daarnaast dient gekeken te worden naar achterliggende oorzaken. De stress die studenten ervaren door studiedruk is erg hoog. Dat roept de vraag op of de organisatie en financiering van het onderwijssysteem nog optimaal bijdraagt aan de doelstellingen. Tegelijkertijd is dit een probleem dat een bredere context kent dan alleen het onderwijs; ook de financiële situatie van studenten en de perspectieven op de arbeids- en woningmarkt kunnen een rol spelen.

De financiële middelen van het Nationaal Programma Onderwijs zijn een belangrijke eerste stap om de mentale gezondheid van studenten te verbeteren. Ook lopen er al gerichte acties op het voorkomen van problematisch alcoholgebruik en risicovol middelengebruik. Maar aanvullende actie is noodzakelijk. Wij gaan op korte termijn samen met

¹ Raadpleegbaar via www.tweedekamer.nl.

het hoger onderwijs en andere betrokken partijen in gesprek om deze ernstige resultaten te bespreken en te zien waar op de korte- en lange termijn actie op kan worden ondernomen en lopende acties kunnen worden geïntensiveerd.

In deze brief zal eerst kort de methode en het moment van onderzoek worden besproken. Vervolgens zal worden ingegaan op de uitkomsten van deelrapport I, over mentale gezondheid. Daarna volgen de resultaten van deelrapport II, over middelengebruik. Tot slot gaan we verder in op de vervolgstappen die wij gezamenlijk zetten.

Methode en moment van dataverzameling

De Monitor Mentale gezondheid en Middelengebruik van Studenten in het hoger onderwijs geeft inzicht in verschillende facetten van mentale gezondheid en middelengebruik en de samenhang tussen verschillende aspecten. De monitor zal de komende jaren elke twee jaar worden herhaald onder een representatieve groep studenten in het hoger onderwijs. De vragenlijst is door vijftien deelnemende onderwijsinstellingen verspreid en is uiteindelijk door ruim 28.000 studenten volledig ingevuld. De onderzoekers geven aan dat het gaat om representatieve cijfers en daarmee een betrouwbaar onderzoek. De dataverzameling vond plaats in het voorjaar van 2021, tijdens de derde golf van de coronapandemie. Studenten volgden online les, horeca was gesloten en er gold een avondklok. Om de resultaten van de monitor goed te kunnen duiden zijn extra corona-gerelateerde vragen opgenomen.

Deelrapport I: mentale gezondheid onder studenten in het hoger onderwijs

Algemeen

Verschillende regionale onderzoeken hebben laten zien dat veel studenten het zwaar hebben en, zeker tijdens de coronapandemie, last hebben van mentale problemen. De maatschappelijke behoefte aan meer kennis en duidelijkheid over de mentale gezondheid heeft ertoe geleid dat er nu een landelijk onderzoek is gedaan naar de beleving van studenten op dit vlak. In dit deelrapport zijn de cijfers gepresenteerd over het aantal studenten dat klachten ervaart en beschrijven de onderzoekers welke factoren samenhang vertonen met psychische klachten die studenten ervaren.

Mentaal welbevinden en psychische klachten

Studenten geven hun leven net een voldoende (een 6) en scoren laag-gemiddeld als het gaat om een positieve mentale gezondheid (3,6 op 6). Daarnaast is de veerkracht van studenten, een beschermende factor voor mentale gezondheid, laag-gemiddeld. De helft van de studenten ervaart psychische internaliserende klachten (zoals angst- en somberheidsklachten) en ruim de helft emotionele uitputtingsklachten. Een kwart van de studenten ervaart ook klachten van levensmoeheid (bijvoorbeeld te willen gaan slapen en nooit meer wakker te worden). Binnen de studentenpopulatie springen er groepen uit die het zwaarder hebben dan gemiddeld, zoals internationale studenten, studenten met een migratieachtergrond en studenten die zich identificeren als LHBTQ+.

Stress, prestatiedruk en slaapproblemen

Stress en prestatiedruk zijn belangrijke factoren voor psychische klachten en emotionele uitputtingsklachten. Bijna alle studenten ervaren stress (97%) en ruim de helft van de studenten ervaart veel stress. Belangrijke

bronnen voor stress die studenten geven zijn de studie en de coronacrisis. Ook ervaart ruim de helft van de studenten veel prestatiedruk vanuit zichzelf of anderen. Zowel stress als prestatiedruk zijn belangrijke factoren voor een verslechterde mentale gezondheid. Studenten die meer stress en prestatiedruk ervaren, hebben minder veerkracht. Ook ervaren slaapproblemen zorgen voor een verslechterde mentale gezondheid.

Sociale steun en eenzaamheid

Ruim driekwart van de studenten voelt zich tijdens het onderzoek eenzaam, waarvan een kwart een sterke mate van eenzaamheid voelt. Een groot percentage (80%) geeft aan dat de coronacrisis een belangrijke bron is van de eenzaamheid. Eenzaamheid heeft een negatieve invloed op de mentale gezondheid van studenten. Daarentegen is sociale steun weer een belangrijke beschermende factor. De onderzoekers constateerden dat studenten voornamelijk sociale steun ontvangen van hun familie of vrienden en in mindere mate van de onderwijsinstelling. Zowel voor eenzaamheid als sociale steun is het goed deze resultaten te bezien in het licht van het moment van de meting, begin 2021 tijdens de derde golf van de coronapandemie en een lockdownperiode.

Ondersteuning en hulp

Een kwart (26%) van de studenten heeft klachten ondervonden en vervolgens hulp gezocht. De meeste studenten hebben deze hulp ontvangen (18%), echter 8% heeft hier wel naar gezocht binnen de onderwijsinstelling, maar niet ontvangen. Binnen dat percentage zijn internationale studenten en studenten met een migratieachtergrond weer meer vertegenwoordigd wat betekent dat zij minder vaak hulp ontvangen, terwijl zij daar wel naar hebben gezocht. Ook heeft een klein aantal studenten (4%) hulp gezocht buiten de instelling (van in totaal 38%) en die niet gevonden.

Studievertraging

Een derde van de studenten rapporteert studievertraging te hebben, mogelijk opgelopen tijdens de coronapandemie. De onderzoekers vinden een kleine relatie tussen mentaal welbevinden en studievertraging. Mogelijk zijn een verhoogde mate van veerkracht en een positieve mentale gezondheid beschermende factoren voor het tegengaan van studievertraging.

Financiële situatie

Er zijn verschillende aspecten van de financiële situatie van studenten die invloed hebben op het mentaal welbevinden van studenten. Daarbij speelt de verwachting van een (hoge) studieschuld een rol. De onderzoekers vonden een samenhang tussen studenten die een hoge studieschuld verwachten (vanaf € 40.000) en een lagere positieve mentale gezondheid. Voor een deel van de studenten is de financiële situatie een bron van stress.

Deelrapport II: middelengebruik onder studenten in het hoger onderwijs

Algemeen

Het is uit eerder onderzoek bekend dat alcohol- en drugsgebruik bij jongvolwassenen aanzienlijk hoger ligt dan bij de algemene totale bevolking. Verschillende onderzoeken laten zien dat er reden is tot

bezorgdheid over het middelengebruik in samenhang met de mentale gezondheid bij studenten in het hoger onderwijs. Deze monitor geeft inzicht in het middelengebruik van deze studenten en de samenhang met andere factoren.

Alcoholgebruik

Uit het onderzoek blijkt dat 11% van de studenten in het hoger onderwijs overmatig drinkt, 16% van de studenten is een zware drinker. Binnen deze groep zijn relatief veel mannelijke studenten en uitwonende studenten. Daarbij blijkt dat de acceptatie van overmatig alcoholgebruik erg hoog is. Zo geeft 41 procent van de studenten aan het (zeer) eens te zijn met de stelling dat het onder hun beste vrienden geaccepteerd is om 10 of meer alcoholhoudende dranken te drinken op een uitgaansavond. En 25% geeft aan dat het vaak of altijd voorkomt dat hun beste vrienden op een avond 10 of meer alcoholhoudende dranken drinken. De belangrijkste factoren voor het drinken zijn het zich beter voelen en omdat studenten vinden dat ze gezelliger zijn als ze drinken.

Roken

Van de studenten rookt 8% dagelijks, waarbij het opvalt dat er vooral een groot verschil is tussen verschillende subgroepen. Zo rookt in de groep 26–29-jarigen 12,8% en zijn er onder internationale studenten (11,7%) en studenten met een belemmerende psychische aandoening (12,5%) relatief veel dagelijkse rokers.

Middelengebruik

Bij middelengebruik valt het op dat relatief veel studenten cannabis hebben gebruikt. 53,6% heeft ooit cannabis gebruikt en 33,3% het afgelopen jaar. Van de studenten heeft 8% het afgelopen jaar een tot twee dagen per week of vaker cannabis gebruikt, dit kan als een risico worden beschouwd voor de ontwikkeling van onder andere psychische problematiek en verminderd functioneren. Binnen de groep zijn mannelijke studenten en uitwonende studenten meer vertegenwoordigd. In het bijzonder vallen ook internationale studenten op met 18,8% risicovol cannabisgebruik. Van alle studenten geeft 13% aan dat het onder hun beste vrienden geaccepteerd is dagelijks cannabis te gebruiken.

Naast cannabis, valt het gebruik omtrent xtc en lachgas op onder studenten. Wat betreft xtc heeft 22,9% dit ooit gebruikt en 13,2% het afgelopen jaar. 28,8% heeft lachgas ooit gebruikt en 8,9% het afgelopen jaar. 1% van de studenten geeft aan het afgelopen jaar tenminste een keer per maand xtc te hebben gebruikt. Xtc-gebruik lijkt minder vaak voor te komen onder oudere studenten.

2,6% van de studenten heeft daarnaast de afgelopen maand cocaïne gebruikt. Het afgelopen jaar minimaal eens per week gebruik van cocaïne wordt als risicovol gezien. Dat geldt voor 0,2% van de studenten.

Oneigenlijk gebruik concentratieverhogende middelen

De afgelopen 12 maanden heeft tenminste 4% van de studenten een keer concentratieverhogende middelen zoals Ritalin, Concerta en Modafinil oneigenlijk (zonder doktersvoorschrift) gebruikt. Daarbij is er een samenhang gevonden met belemmerende concentratie-, lees- en rekenproblemen. Studenten die deze middelen oneigenlijk gebruiken doen dat in grote meerderheid tijdens tentamenperiodes. Daarnaast geeft 10% van de studenten aan dat het in hun omgeving geaccepteerd is om concentratieverhogende middelen rondom de tentamenperiode te

gebruiken. Het gaat hier vooral om de beoogde verhoging van studieprestaties.

Oneigenlijk gebruik slaap- of kalmerende middelen

5% van de studenten heeft het afgelopen jaar tenminste eenmaal slaap- of kalmerende middelen gebruikt zonder doktersvoorschrift. Daarbij is het percentage iets hoger onder vrouwelijke studenten, internationale studenten en studenten met belemmerende psychische aandoeningen.

Gamen

Voor 5% van de studenten geldt dat zij risicovol gamegedrag vertonen. Dat betekent bijvoorbeeld dat zij blijven gamen terwijl het problemen oplevert. Binnen deze groep zijn relatief meer mannelijke studenten en studenten met belemmerende concentratie-, lees- of rekenproblemen aanwezig.

Middelengebruik en andere verbanden

In dit onderzoek is niet een heel sterk verband gevonden tussen het algemeen mentaal welbevinden en middelengebruik. Wel is bevestigd dat psychische internaliserende klachten en emotionele uitputtingsklachten, gepaard gaan met de kans op risicovol cannabisgebruik en oneigenlijk gebruik van concentratieverhogende middelen. Daarnaast is er een verband gevonden tussen overmatig alcoholgebruik en studievertraging en een verwachte hoge studieschuld. Studenten zoeken over het algemeen nauwelijks hulp voor hun middelengebruik. Van de studenten zoekt 99% geen hulp binnen de onderwijsinstelling. Een kleine groep studenten (0,9%) heeft in de afgelopen 12 maanden wel hulp of advies van iemand binnen de onderwijsinstelling gezocht. Van hen heeft 0,2% deze ook ontvangen. 0,7% heeft er wel naar gezocht, maar geen hulp of advies ontvangen. Studenten die hulp of advies ontvangen krijgen dit vooral uit de sociale omgeving of via een psycholoog. Mogelijk vormt het stigma rondom middelengebruik of het onderschatten van risicovol gebruik hier een oorzaak voor.

Vervolgstappen

Dit onderzoek bevestigt het beeld dat de mentale gezondheid van veel studenten niet goed is. Verschillende onderzoeken laten ook zien dat specifiek jongvolwassenen meer mentale problemen hebben dan de rest van de bevolking.

Uiteraard is het aannemelijk dat de klachten deels gerelateerd zijn aan de coronapandemie en de daarmee samenhangende maatregelen. Er is met de middelen van het Nationaal Programma Onderwijs fors ingezet op extra begeleiding en het vergroten van een gevoel van verbinding (*sense of belonging*) zodat studenten meer contact en betrokkenheid voelen met hun medestudenten en de onderwijsinstelling. Er gebeurt al veel op onderwijsinstellingen om studenten te begeleiden en ondersteunen tijdens de studie.

Het verhogen van zowel de veerkracht van studenten als het versterken van de sociale ondersteuning op instellingen, en het studentenleven (zoals verenigingen) zijn belangrijke beschermende factoren waar blijvend op moet worden ingezet, ook als de coronapandemie voorbij zal zijn. Dit vraagt niet alleen om goede begeleiding, maar ook om preventief te zorgen dat studenten minder klachten krijgen en beter met stress en prestatiedruk om kunnen gaan. Het is belangrijk om in te zetten op een steunend en inclusief studieklimaat, waarin studenten hulp zoeken en

weten te vinden wanneer dat nodig is. Een aanpak die zich meer richt op een samenhang van activiteiten voor preventie, vroegsignalering en begeleiding van studenten. Zoals wij eerder in deze brief aankondigden gaan wij spoedig in gesprek met instellingen om te bepalen hoe wij als overheid hierin een steunende rol kunnen spelen en wat instellingen nodig hebben voor een integrale aanpak.

In oktober 2021 stuurde de Staatssecretaris van VWS uw Kamer een brief over de contouren van een Nationaal Preventieakkoord Mentale Gezondheid². Hierin zijn studenten als risicogroep uitgelicht en de resultaten van dit onderzoek zullen bijdragen aan meer kennis over factoren die meespelen bij de aanpak van de mentale gezondheid bij studenten. Hierin staan reeds acties aangekondigd zoals de oprichting van een jongerenpanel mentale gezondheid in afstemming met de Nationale Jeugdraad.

Daarnaast zal ook gekeken moeten worden naar achterliggende oorzaken, zoals het onderwijssysteem als geheel. Studenten geven aan veel stress te ervaren door studie. De Minister van OCW heeft in 2019 in de Strategische agenda hoger onderwijs aangegeven het studentsucces te vergroten en te zorgen dat studenten zich breed kunnen ontwikkelen. Een verhoogde mate van stress en prestatiedruk draagt daar uiteraard niet aan bij. Het is van belang om te onderzoeken welke elementen in het onderwijssysteem, zoals bijvoorbeeld de duur van het studiejaar, de tentaminering, financiering en het bsa, bijdragen aan de hoge druk en stress en hoe dit kan worden verminderd. Ook andere elementen zoals de woningmarkt en de arbeidsmarktperspectieven kunnen hieraan bijdragen.

Ook op het gebied van problematisch alcoholgebruik en risicovol middelengebruik worden al stappen gezet. Zoals ook uit eerder onderzoek blijkt komt problematisch alcoholgebruik onder studenten meer voor dan onder leeftijdsgenoten die niet studeren. In het Nationaal Preventieakkoord is een aantal concrete acties opgenomen om overmatig alcoholgebruik bij studenten tegen te gaan. De Vereniging van Universiteiten en de Vereniging Hogescholen hebben een verkenning uitgevoerd naar een effectief alcoholbeleid in het hoger onderwijs. Ook de studentenverenigingen, verenigd in de Landelijke Kamer van Verenigingen (LKvV) zetten zich samen met Nederlandse Brouwers in om met de plannen «Studie en Alcoholpreventie» overmatig alcoholgebruik tegen te gaan. Uit de voortgangsrapportage van het Nationaal Preventieakkoord³ blijkt dat over het algemeen aanvullende acties nodig zijn om de doelstellingen te halen.

Verder valt het op dat er meer cannabis wordt gebruikt onder studenten vergeleken met hun niet-studerende leeftijdsgenoten. In 2022 ontwikkelt het Trimbos-instituut voorlichtingsmateriaal voor ouders van aankomende studenten over middelengebruik tijdens de studententijd.

Over de aanpak van oneigenlijk geneesmiddelengebruik onder studenten ontvangt uw Kamer binnenkort een aparte brief. In deze brief wordt uitgebreid ingegaan op de acties die worden ondernomen om het gebruik van deze middelen te ontmoedigen.

Dit rapport laat zien dat er reden is tot grote zorg over de mentale gezondheid en risicovol middelengebruik onder studenten. Hoewel het rapport goede aanknopingspunten biedt voor beleid, is het van belang om een scherper beeld te krijgen van de achterliggende oorzaken en de mogelijke oplossingsrichtingen. Wij betrekken graag de onderzoekers van

² Kamerstuk 32 793, nr. 573.

³ Kamerstuk 32 793, nr. 557.

de studentenmonitor verder in dit traject om te adviseren over de achterliggende problemen. Wij kijken daarbij ook in hoeverre we van het buitenland kunnen leren.

Daarnaast gaan we op korte termijn in gesprek met instellingen, studenten en andere betrokkenen om een brede en samenhangende aanpak te ontwikkelen om de mentale gezondheid te verbeteren en risicovol middelengebruik te voorkomen.

Een volgend kabinet moet met de uitkomsten van de gesprekken en de verkenning keuzes maken voor een verdere uitwerking.

De Minister van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap,
I.K. van Engelshoven

De Staatssecretaris van Volksgezondheid, Welzijn en Sport,
P. Blokhuis