

Vergaderjaar 2023–2024

**31 288**

## **Hoger Onderwijs-, Onderzoek- en Wetenschapsbeleid**

**Nr. 1091**

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

Aan de Voorzitter van de Tweede Kamer der Staten-Generaal

Den Haag, 30 november 2023

Het welzijn van studenten staat onder druk. De eerste meting van de Monitor mentale gezondheid en middelengebruik studenten hoger onderwijs uit 2021 liet bijzonder problematische landelijke cijfers zien over studenten die kampen met mentale problemen en problematisch middelengebruik. Die eerste meting vond plaats in 2021, tijdens de derde lockdown in de coronapandemie (Kamerstuk 31 288, nr. 931).

Met deze brief informeren we uw Kamer over de resultaten van de tweede meting van de Monitor. In deze tweede meting, uitgevoerd door het Trimbos-instituut, RIVM en GGD GHOR NL, waarin studenten in het voorjaar van 2023 zijn bevroegd, zien we een verbetering van een aantal cijfers. Dat is natuurlijk goed nieuws. Toch laten ook deze nieuwe cijfers zien dat studentenwelzijn een onverminderd urgent probleem is dat moet kunnen blijven rekenen op onze aandacht.

In deze brief gaan we kort in op de cijfers uit de Monitor, lichten we opvallende bevindingen uit die aanknopingspunten bieden voor beleid en noemen we de acties die het kabinet al in gang heeft gezet. De tweede meting geeft ook een uitgebreid overzicht van factoren die invloed hebben op middelengebruik en mentale gezondheid, zowel in positieve als negatieve zin.

#### **Mentale gezondheid**

De bevindingen uit de tweede meting geven aan dat het iets beter gaat met het mentaal welzijn van studenten in Nederland. Onderstaande tabel toont de belangrijkste resultaten ten opzichte van de vorige meting.

Mentale gezondheid van studenten in het hbo en wo die deelnamen aan het onderzoek	2021	2023
<i>Mentaal welbevinden</i>		
Levenstevredenheid	6	6,7
Gemiddelde tot hoge mate van veerkracht	51%	54%
Floreren (bovengemiddelde positieve mentale gezondheid)	18%	20%
<i>Psychische klachten</i>		
Depressie- /angstklachten	51%	44%
Emotionele uitputtingsklachten	68%	59% <sup>1</sup>
(Af en toe of vaker) levensmoe <sup>2</sup>	25%	26%
<i>Overige maten</i>		
(Heel) veel stress	62%	56%
Vaak prestatiedruk	54%	44% <sup>1</sup>
Enigszins of sterk eenzaam	79%	62% <sup>1</sup>

<sup>1</sup> Betekenisvolle vooruitgang (statistisch significant met minimaal een kleine effectgrootte (Cohen's d))

<sup>2</sup> Levensmoeheid is een complex onderwerp. Als iemand aangeeft de wens te hebben om dood te zijn of nooit meer wakker te worden, kan dat soms betekenen dat iemand suïcidale gedachten heeft. Maar dit is niet altijd het geval. Het kan ook betekenen dat iemand een gevoel van uitzichtloosheid ervaart. Dat gevoel kan tijdelijk zijn en alleen te maken hebben met hoe het op dat moment met iemand gaat.

Een paar cijfers die er positief uit springen ten opzichte van 2021 zijn de cijfers over emotionele uitputtingsklachten, prestatiedruk en eenzaamheid. Deze zijn betekenisvol verbeterd. De onderzoekers geven hiervoor drie mogelijke verklaringen. Ten eerste het einde van de coronapandemie, waardoor studenten weer volop kunnen deelnemen aan het studentenleven en medestudenten kunnen ontmoeten, fysiek onderwijs volgen en ze kunnen weer gebruik maken van ontspanning zoals sporten. Dat heeft duidelijk een positieve invloed. Ten tweede is het positief om te zien dat er meer studenten nu hulp zoeken én vinden binnen en buiten de onderwijsinstelling. Dit kan zowel worden *beïnvloed* doordat contact zoeken met personen binnen en buiten de instelling weer eenvoudiger werd. En ten derde is er de afgelopen jaren veel aandacht geweest voor zowel het thema als het belang van een goed mentaal welzijn.

### *Blijvende zorgen*

Er blijven helaas ook zorgen. Ondanks het einde van de coronapandemie geeft 41% van de studenten aan nog steeds negatieve gevolgen van de coronacrisis te voelen op hun mentale gezondheid. Dit strookt ook met de bevindingen uit de voortgangsrapportage van het Nationaal Programma Onderwijs<sup>1</sup> die 28 november met uw Kamer is gedeeld.

Een andere zorgelijke en belangrijke bevinding uit de Monitor is de mate van stress en prestatiedruk die studenten ervaren. Van de studenten die aangeven ten minste enige mate van stress te ervaren, rapporteert 62% (heel) veel stress te ervaren door de studie. Dit is ook de belangrijkste stressbron binnen het persoonlijke leven van de student. Als maatschappelijke stressbron springt de kosten van het dagelijks leven eruit: 41% van de deelnemende studenten ervaart hierdoor (heel) veel stress. Door verdiepende analyses kunnen de onderzoekers ook verbanden leggen tussen verschillende achtergrondkenmerken en de mate waarin studenten kampen met hun mentale gezondheid. Zo laat de analyse zien dat er, net als in 2021, bepaalde groepen zijn die een mindere mentale gezondheid hebben, zoals studenten met een migratieachtergrond en internationale studenten. Deze studenten hebben vaker psychische klachten, voelen zich meer eenzaam en vinden ook minder makkelijk hulp.

<sup>1</sup> Vijfde voortgangsrapportage NP Onderwijs

Ook rapporteren studenten van 26 jaar en ouder een negatievere mentale gezondheid dan jongere studenten.

Uit de analyses komen ook diverse andere verbanden naar voren die samenhangen met een betere mentale gezondheid. Zoals het ervaren van (veel) sociale steun, het ervaren van (ruim) voldoende tijd voor ontspannende of energie gevende activiteiten en het hebben van een (bij)baan van ten minste 16 uur per week.

## Middelengebruik

Het middelengebruik van de deelnemende studenten geeft een gemengd beeld. Het valt op dat 85% van de studenten alcohol gebruikt, maar een groot deel van de studenten gebruikt nauwelijks tot geen andere middelen. Een deel van hen gebruikt wél middelen. Hoe groot dit deel is, varieert per middel.

Middelengebruik van studenten in het hbo en wo die deelnamen aan het onderzoek	2021	2023
<i>Alcoholgebruik</i>		
Zwaar alcoholgebruik <sup>1</sup>	16%	16%
<i>Roken en vaperen</i>		
Dagelijks roken	8%	6%
Dagelijks of regelmatig vaperen	1%	4% <sup>2</sup>
<i>Gebruik andere middelen</i>		
Frequent cannabisgebruik <sup>3</sup>	8%	6% <sup>2</sup>
Recent xtc-gebruik (afgelopen maand)	3%	4%
Recent cocaïnegebruik (afgelopen maand)	2%	2%
Recent psychedelica-gebruik (afgelopen maand) <sup>4</sup>	2%	2% <sup>2</sup>
<i>Gebruik medicijnen zonder doktersvoorschrift (oneigenlijk gebruik)</i>		
Concentratie-verhogende middelen (afgelopen 12 maanden)	4%	3%
Slaap- en kalmeringsmiddelen (afgelopen 12 maanden)	4%	3% <sup>4</sup>

<sup>1</sup> Minstens één keer per week meer dan zes (mannen) of vier (vrouwen) glazen alcohol op een dag.

<sup>2</sup> Betekenisvolle vooruitgang (statistisch significant met minimaal een kleine effectgrootte (Cohen's d))

<sup>3</sup> Ten minste één keer per week gebruikt in de afgelopen twaalf maanden.

<sup>4</sup> Door afronding zijn de verschillen in percentages niet te zien in de tabel, in 2021 was het recent psychedelica-gebruik 2,2% tegenover 1,5% in 2023

Het is positief te noemen dat er een afname lijkt te zijn van frequent cannabisgebruik, recent psychedelica-gebruik en gebruik van slaap- en kalmeringsmiddelen zonder doktersvoorschrift. Alcohol is nog steeds het meest gebruikte middel, 85% van de studenten gebruikt alcohol. Als we daarbij inzoomen op de verdiepende cijfers van het onderzoek valt op dat van de studenten die drinken 39% dit op zo'n manier doet dat het valt onder riskant en schadelijk drinkgedrag. Bijna de helft van de studenten heeft ooit cannabis gebruikt, ongeveer 29% heeft dat het afgelopen jaar gebruikt. Verder valt op dat xtc relatief populair is, 14% heeft dat in het afgelopen jaar gebruikt; 6% deed dat wekelijks. Het percentage studenten dat regelmatig of dagelijks vaperen is hoger geworden, maar is nog altijd lager dan het aantal studenten dat tabak rookt. Dezelfde factoren die een rol hebben gespeeld bij mentale gezondheid kunnen ook hierop van invloed zijn. Studenten kunnen elkaar weer volop ontmoeten, fysiek onderwijs volgen en sporten. Voor andere soorten middelengebruik zijn geen betekenisvolle verschillen tussen beide jaren gevonden. Tussen deelgroepen zijn er, net als in de vorige monitor, wel duidelijke verschillen te zien in middelengebruik. Zo is er bijvoorbeeld onder mannelijke studenten en uitwonende studenten vaker sprake van overmatig alcoholgebruik. Als het gaat om frequent cannabisgebruik valt

op dat dit bij internationale studenten (14%) aanzienlijk vaker voorkomt dan bijvoorbeeld studenten zonder migratieachtergrond (4%).

De onderzoekers hebben een aantal factoren gevonden dat samenhangt met middelengebruik en mentale gezondheid, zoals bij internationale studenten en studenten die een stressvolle levensgebeurtenis hebben meegemaakt.

Net als bij studenten met psychische klachten zijn er studenten met problemen door middelengebruik die geen advies of hulp hebben ontvangen. Ze noemen hiervoor veelal dezelfde redenen, bijvoorbeeld omdat ze het probleem zelf willen oplossen. Tot slot laat de analyse zien dat studenten die (heel) veel steun ervaren vanuit de studievereniging, studenten(sport)vereniging of andere studentenorganisaties ook vaker overmatig en zwaar drinken.

## **Vervolg**

Het kabinet was zeer bezorgd over de alarmerende resultaten uit de vorige meting. Daarom zijn samen met het veld al diverse acties in gang gezet. Met het kader studentenwelzijn<sup>2</sup>, het ondersteunde programma studentenwelzijn, en de bevindingen uit de pilots van het «slimmer collegejaar» kunnen we de mentale gezondheid blijven verbeteren en daarmee problematisch middelengebruik van studenten voorkomen.

Dit doet het kabinet ook vanuit de kabinetsbrede aanpak «Mentale gezondheid: van ons allemaal». De aanpak zet via vijf actielijnen, waaronder onderwijs, in op een brede maatschappelijke beweging voor een Mentaal Gezond Nederland. Binnen de actielijn onderwijs werkt het kabinet samen met studenten, onderwijsinstellingen, kennisinstututen en gezondheidsorganisaties om met elkaar in te zetten op een positieve omgeving waarin mentale gezondheid bespreekbaar is en studenten geholpen worden gezond te zijn en te blijven. Uw Kamer wordt separaat geïnformeerd over de aanpak «Mentale gezondheid: van ons allemaal». De resultaten van de tweede meting van de Monitor laten voorzichtig zien dat we op de goede weg zijn, maar dat de problematiek onverminderd urgent is. We moeten daarom blijven inzetten op ondersteunende maatregelen die de sociale steun vergroten en de prestatiedruk verminderen.

De resultaten vormen daarmee belangrijke input en aanknopingspunten voor een volgend kabinet, maar ook voor gezondheidsorganisaties, onderwijsinstellingen en gemeenten.

De Minister van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap,  
R.H. Dijkgraaf

De Staatssecretaris van Volksgezondheid, Welzijn en Sport  
M. van Ooijen

---

<sup>2</sup> Kamerstukken 31 288 en 31 524, nr. 1067