



# Alcohol en studenten (hbo en wo)

De studententijd is een periode die samenvalt met een belangrijke ontwikkelingsfase voor jongvolwassenen. Studenten verleggen in deze periode hun grenzen en experimenteren vaak met middelengebruik. Hierbij is alcohol veruit de meest gebruikte drug onder studenten [1]. Het drinken van alcohol wordt vaak gezien als kenmerkend voor de studentencultuur. Zo drinken studenten meer alcohol dan hun niet-studerende leeftijdsgenoten [2, 3]. Bovendien komt riskant alcoholgebruik vaker voor onder studenten (39% in 2023) dan onder volwassenen in de Nederlandse bevolking (13,5% in 2022) [4]. Het is duidelijk dat alcoholgebruik kan zorgen voor schade en diverse kosten; voor zowel de drinker zelf als de omgeving van de drinker [5].

In deze factsheet wordt op basis van literatuuronderzoek gekeken naar waarom studenten alcohol drinken en wat de gevolgen hiervan zijn. Daarnaast worden cijfers gepresenteerd over het alcoholgebruik onder hbo- en wo-studenten in Nederland en welke factoren hiermee samenhangen. De cijfers komen uit de Monitor Mentale gezondheid en Middelengebruik Studenten hoger onderwijs 2023 (MMMS)<sup>1</sup> en extra analyses op deze data.

Het doel van deze factsheet is het vergroten van kennis over alcoholgebruik onder hbo- en wo-studenten bij studentenbegeleiders<sup>2</sup> en preventiemedewerkers. Hierdoor kunnen zij een sleutelrol spelen in het signaleren en bespreekbaar maken van (schade door) alcoholgebruik onder studenten.

## Inhoud

---

### Kernpunten

- 1 **Waarom drinken studenten?**
- 2 **Wat zijn de gevolgen van alcoholgebruik onder studenten?**
- 3 **Hoe vaak komt alcoholgebruik voor onder hbo- en wo-studenten?**
- 4 **Welke factoren hangen samen met het alcoholgebruik onder hbo- en wo-studenten?**
- 5 **Duiding van de cijfers**
- 6 **Handelingsperspectief**
- 7 **Achtergrond van het onderzoek**
- 8 **Referenties**
- 9 **Bijlagen**

1 Deze factsheet richt zich niet op mbo-studenten, aangezien zij vaak jonger zijn en studeren in een andere context dan hbo- en wo-studenten. Ook zijn mbo-studenten niet meegenomen in de MMMS. Voor informatie over alcoholpreventie op het mbo, zie Helder op School.

2 Studentenbegeleiders zoals studieadviseurs, studentenpsychologen en studentendecanen.



## Kernpunten

De Monitor Mentale gezondheid en Middelengebruik Studenten hoger onderwijs 2023 (MMMS) laat zien dat 85% van de deelnemende studenten in de afgelopen twaalf maanden alcohol heeft gedronken.

Van de studenten die deelnamen aan de MMMS drinkt 10 procent overmatig, 16 procent zwaar, 39 procent riskant en 4 procent heeft een mogelijke afhankelijkheid van alcohol, waarbij een verwijzing naar een instelling voor verslavingszorg (IVZ) wordt aangeraden<sup>3</sup>.

### Samenhangende factoren met alcoholgebruik onder studenten

#### Uit literatuuronderzoek:

**Mentale gezondheidsproblemen**  
(e.g. depressie-/ angstklachten, verminderde levenstevredenheid en gevoelens van levensmoeheid).

**Lichamelijke gezondheidsproblemen**  
(e.g. slaapproblemen, alcoholvergiftiging, hersenschade, seksueel overdraagbare aandoeningen en levensbedreigende ziekten).

**Maatschappelijke problemen**  
(e.g. seksuele grensoverschrijding, agressief gedrag, verslechterde studieprestaties en studievertraging).

#### Uit de MMMS 2023:

**Sociaal-demografische factoren**  
(i.e. studenten die zich identificeren als man, 16-25 jaar oud zijn, uitwonend zijn en geen migratieachtergrond hebben).

**Studiegerelateerde factoren**  
(i.e. voltijd studeren, lidmaatschap bij een studentenvereniging en huidige studieschuld).

**Overige factoren**  
(i.e. slachtoffer van seksueel geweld en slachtoffer van fysiek geweld).



Het is van belang dat studentenbegeleiders en preventiemedewerkers zich bewust zijn van de lichamelijke, mentale en maatschappelijke gevolgen die studenten door hun alcoholgebruik kunnen ervaren.

Studentenbegeleiders en preventiemedewerkers kunnen sleutelpersonen zijn in het (vroeg) signaleren en bespreken van alcoholgebruik onder studenten. Daarmee kunnen ze studenten ondersteuning geven en motiveren om te stoppen, te minderen of hulp te zoeken. In deze factsheet staan tools en tips.

3 Zie Kader 1: definities van de drinkpatronen.



## 1 Waaron drinken studenten?

Verschillende factoren kunnen het alcoholgebruik van studenten verklaren. Of en hoeveel alcohol er gedronken wordt is niet alleen een persoonlijke keuze; de invloed van de omgeving is ook van belang. Drinkmotieven, sociale normen, de drinkcultuur en de drie *best buys* (beschikbaarheid, prijs en marketing van alcohol) spelen allen een rol. Hieronder wordt een aantal van de belangrijkste factoren toegelicht.

### 1.1. Drinkmotieven

Drinkmotieven – redenen waarom mensen drinken – spelen een belangrijke rol in het alcoholgebruik onder studenten [6]. Er zijn vier drinkmotieven [7]:

- **Sociaal:** drinken om vanuit de omgeving een sociale beloning te krijgen. Bijvoorbeeld omdat je dan makkelijker contact kan leggen met anderen op een feestje.
- **Enhancement:** drinken om positieve gevoelens op te roepen. Bijvoorbeeld omdat je je door alcohol vrolijker kan voelen.
- **Conformiteit:** drinken om sociale afwijzing te voorkomen. Bijvoorbeeld alcohol drinken omdat je huisgenoten je overhalen.
- **Coping:** drinken om negatieve gevoelens te verlichten. Bijvoorbeeld om minder stress te voelen.

Interne drinkmotieven (*enhancement* en *coping*) lijken sterkere voorspellers van alcoholproblemen dan externe drinkmotieven (sociaal en conformiteit) [6].

### 1.2. Sociale invloeden

#### Sociale normen

Alcoholgebruik onder studenten wordt sterk beïnvloed door de mensen in hun directe omgeving, zoals vrienden, medestudenten en ouders [8]. Sociale normen spelen een grote rol in die beïnvloeding [9, 10]. Er zijn twee soorten sociale normen [11]:

- **Descriptieve normen:** deze normen beschrijven hoe vaak mensen denken dat bepaald gedrag voorkomt. Bijvoorbeeld als studenten denken dat hun medestudenten veel alcohol drinken, dan zullen zij zelf ook geneigd zijn om meer te drinken [9]. Studenten overschatten vaak het alcoholgebruik van hun medestudenten [10]. Hierdoor gaan zij zelf meer alcohol drinken [12-14].
- **Injunctieve normen:** deze normen geven aan in hoeverre mensen denken dat hun omgeving bepaald gedrag goed- of afkeurt. Bijvoorbeeld als studenten geloven dat medestudenten het gezellig vinden dat ze veel drinken. De kans is dan groot dat ze hieraan toegeven [15].

#### Drinkcultuur

Voor veel studenten is alcoholgebruik een belangrijk onderdeel van de studententijd [16]. Samenkomen of een avond uitgaan wordt door studenten vaak gezien als aanleiding om alcohol te drinken. Daarbij zien ze activiteiten waarbij alcohol wordt gedronken als verbindend [17]. Studenten die niet of nauwelijks drinken kunnen het gevoel hebben er minder bij te horen [18]. Dit kan het voor studenten aantrekkelijk maken om veel te drinken. Bovendien staan veel evenementen die gericht zijn op studenten in het teken van het drinken van (veel) alcohol, zoals borrels, biercantussen en gala's met een open bar. Ook is het spelen van drankspellen een onderdeel van de drinkcultuur onder studenten. Het meedoen aan drankspellen hangt samen met meer alcoholgebruik [19].

### 1.3. Beschikbaarheid, prijs en marketing van alcohol

De Wereldgezondheidsorganisatie (World Health Organization, WHO) stelt dat er drie factoren zijn die sterk samenhangen met alcoholgebruik [20]:

- **Beschikbaarheid:** de grote beschikbaarheid van alcohol zorgt ervoor dat studenten meer drinken [21]. Zo hebben studentenverenigingen<sup>4</sup> vaak een eigen tap en verkoopdeals met een (bier) brouwer. Bij zo'n verkoopdeal moet de vereniging een bepaalde hoeveelheid bier verkopen voor korting.
- **Prijs:** studenten zijn extra gevoelig voor een prijsstijging van alcohol. Dat komt doordat zij over het algemeen minder geld te besteden hebben [22]. De prijs van alcohol is voor studenten vaak relatief laag. Bijvoorbeeld aangezien studenten regelmatig korting krijgen op alcohol in de horeca via hun studentenkaart. Hierdoor worden studenten aangespoord om (meer) te drinken.
- **Marketing:** studenten worden vaak blootgesteld aan alcoholmarketing. Bijvoorbeeld fysiek op de campus van de onderwijsinstelling, in de sportkantine of op de sociëteiten via bierviltjes of logo's van grote alcoholmerken. Daarnaast zien studenten ook veel online alcoholmarketing via sociale media, door alcoholgerelateerde berichten van leeftijdsgenoten of *influencers* [23, 24]. Door blootstelling aan alcoholmarketing denken studenten positiever over alcohol en gaan ze meer drinken [25, 26].

4 Dit kan gelden voor verschillende typen studentenverenigingen, zoals gezelligheidsverenigingen, studieverenigingen en studentensportverenigingen.



### Kader 1: Definities van drinkpatronen.

**Overmatig drinken:** het drinken van meer dan 14 (vrouwen) of 21 (mannen) glazen alcohol per week [27].

**Zwaar drinken:** het minstens één keer per week drinken van ten minste 4 (vrouwen) of 6 (mannen) glazen alcohol op één dag [27].

**Risikant drinken:** een drinkpatroon waarbij er zoveel wordt gedronken dat iemand problemen ervaart door het drinkgedrag. Iemand kan bijvoorbeeld verplichtingen niet na komen, heeft spijt van het alcoholgebruik of krijgt van anderen het advies om minder te drinken [28]. Risikant drinken wordt vastgesteld met behulp van de Alcohol Use Disorders Identification Screening Test (AUDIT). De AUDIT bestaat uit tien vragen naar alcoholgebruik en voorvallen rond alcoholgebruik. Een score van 8 of meer wijst volgens de World Health Organization (WHO) op risikant drinken [29]. In sommige onderzoeken wordt gebruik gemaakt van de AUDIT-C. Dit is een verkorte versie van de AUDIT en bestaat uit drie vragen [4]. De AUDIT-C is gericht op hoeveel iemand drinkt, terwijl de AUDIT ook vraagt naar de problemen die iemand ervaart vanwege diens alcoholgebruik. In de MMMS 2023 is de gehele AUDIT gebuikt om risikant drinken uit te vragen. De literatuur die wordt genoemd in deze factsheet maakt afwisselend gebruik van de AUDIT en de AUDIT-C.

**Mogelijke afhankelijkheid van alcohol:** een score van 20 of hoger op de AUDIT wijst op een mogelijke afhankelijkheid [29]. Nader diagnostisch onderzoek naar de aanwezigheid van alcoholafhankelijkheid en een verwijzing naar de verslavingszorg worden aangeraden.

### Kader 2: Ervaren studenten hinder door hun alcoholgebruik?

Uit de MMMS 2023 blijkt dat bijna 1 op de 10 studenten (8%) die in de afgelopen twaalf maanden alcohol hebben gedronken hierdoor matig tot heel veel hinder heeft ervaren [1]. Bijvoorbeeld hinder op het gebied van studie, werk, sociale contacten of persoonlijke relaties.

Ruim 9 op de 10 studenten (92%) geeft aan geen of een beetje hinder te hebben ervaren door hun alcoholgebruik [1]. Het is bekend dat studenten risico's van alcoholgebruik vaak onderschatten [54, 55]. Dit komt door minder ontwikkelde mentale gezondheidsvaardigheden [56-58], zoals het (h)erkennen van risicosignalen en het zoeken van (professionele) hulp. Studentenbegeleiders en preventied medewerkers kunnen een sleutelrol spelen in het signaleren en bespreekbaar maken van (schade door) alcoholgebruik. Zie [hoofdstuk 6: Handelingsperspectief](#) voor meer informatie.





## 2 Wat zijn de gevolgen van alcoholgebruik onder studenten?

Alcoholgebruik onder studenten hangt samen met een slechtere gezondheid, veiligheidsproblemen en verminderde studieresultaten. Dit wordt echter niet altijd door studenten zelf erkend (zie Kader 2: Ervaren studenten hinder door hun alcoholgebruik?).

Het is belangrijk om te benoemen dat een causale relatie tussen alcoholgebruik en de (mentale of maatschappelijke) problemen die studenten kunnen ervaren moeilijk kan worden vastgesteld. Zo zou het bijvoorbeeld kunnen dat een student al kampt met angstklachten en daardoor meer gaat drinken. Of dat een student juist door het alcoholgebruik last krijgt van angstklachten.

Hieronder worden een aantal van de belangrijkste gevolgen van alcoholgebruik onder studenten toegelicht.

### 2.1. Lichamelijke gevolgen

- Op de korte termijn kan alcoholgebruik leiden tot **hoofdpijn, misselijkheid, vermoeidheid, katers** en een **alcoholvergiftiging**. In 2021 belandden 1.000 jongvolwassenen (18-24 jaar) op de spoedeisende hulp vanwege een alcoholvergiftiging [30]. Er zijn geen specifieke cijfers over alcoholvergiftigingen onder studenten beschikbaar.
- Alcoholgebruik zorgt voor een **verminderde kwaliteit** (minder diep en onrustig) en **kwantiteit** (kortere slapen) van de **slaap** bij studenten [31-33]. Hierdoor herstellen het lichaam en de hersenen minder goed.
- Als studenten onder de 25 jaar alcohol drinken, kan dit leiden tot een **verstoorde hersenontwikkeling**. De hersenen zijn namelijk nog volop in ontwikkeling tot het 25<sup>e</sup> levensjaar [34]. Ook heeft alcoholgebruik een negatieve invloed op de informatieverwerking en het geheugen [35, 36].
- Alcoholgebruik verhoogt het risico op het hebben van onveilige seks en daarmee de kans op een **seksueel overdraagbare aandoening** [37, 38].
- Op de lange termijn vergroot alcoholgebruik het risico op verschillende ziekten en aandoeningen waaronder verschillende soorten **kanker**, **leverziekten**, **maag-darm problemen**, **hart- en vaatziekten** en **verslaving** [39-41].

### 2.2. Mentale klachten

- Alcoholgebruik hangt samen met een verminderde **levenstevredenheid** onder studenten [42, 43].
- Studenten die zwaar drinken en riskant drinken<sup>5</sup> worstelen vaker met **depressie- en/of angstklachten** [44-46].
- Alcoholgebruik kan het risico op **suïcidaal gedrag** en gevoelens van **levensmoeheid** vergroten [47, 48]. Het drinken van alcohol zorgt er namelijk voor dat remmen vervagen, emoties moeilijker te reguleren zijn en impulsiviteit toeneemt [49].



Lees meer over de relatie tussen mentale gezondheid en middelengebruik van studenten.

### 2.3 Maatschappelijke gevolgen

- Alcoholgebruik, door zowel de plegger als het slachtoffer, is een grote risicofactor voor **seksuele grensoverschrijding** [38, 50].
- Studenten zijn vaker **agressief en gewelddadig** als ze alcohol hebben gedronken [51].
- Alcoholgebruik hangt samen met een verslechtering van de **studieprestaties** [37, 38, 52]. Dit kan leiden tot **studievertraging** en brengt daarmee **kosten** voor het onderwijs en de maatschappij met zich mee [53].



Vind je het moeilijk om te lezen over suïcidaal gedrag? Denk je aan suïcide of maak je je zorgen om iemand? Praten over suïcide helpt. Neem 24/7 gratis en anoniem contact met (0800) 0113 of chat op [113.nl](https://113.nl).

**113** zelfmoord  
preventie


5 Zie Kader 1: definities van de drinkpatronen.




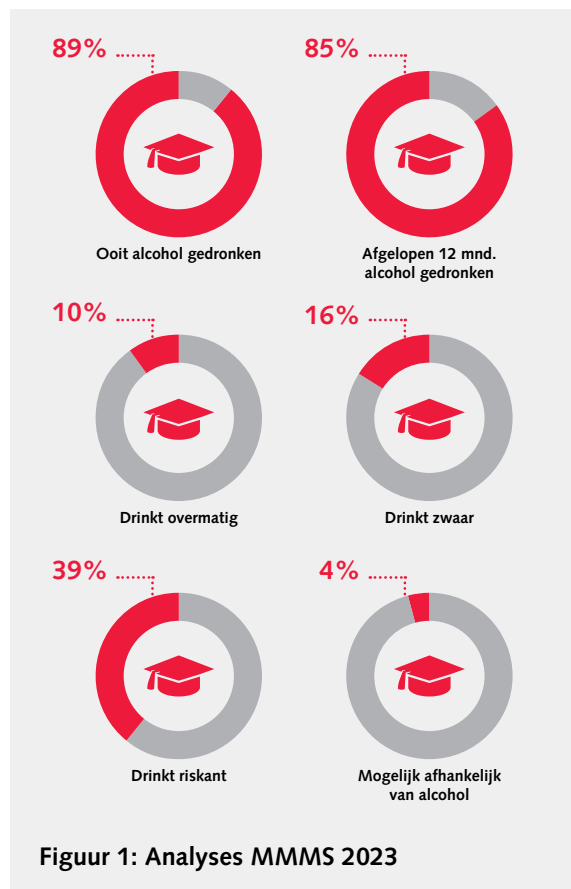
### 3 Hoe vaak komt alcoholgebruik voor onder hbo- en wo-studenten?

Cijfers over alcoholgebruik (zie Kader 1 voor de definities van de verschillende drinkpatronen) onder hbo- en wo-studenten zijn afkomstig uit de MMMS 2023 en laten het volgende zien (zie Figuur 1) [1]:

- Bijna 9 op de 10 studenten (89%) heeft ooit alcohol gedronken.
- 85 procent heeft in de afgelopen twaalf maanden alcohol gedronken.
- 10 procent van de studenten drinkt **overmatig**.
- 16 procent van de studenten drinkt **zwaar**.
- 39 procent van de studenten drinkt **riskant**.
- 4 procent van de studenten heeft een **mogelijke afhankelijkheid** van alcohol.

 De studenten die in de afgelopen twaalf maanden alcohol hebben gedronken, deden dit het vaakst thuis of bij iemand anders thuis (84%) en in een uitgaansgelegenheid (80%) [1].

 De overgrote meerderheid van de studenten die in de afgelopen twaalf maanden alcohol heeft gedronken deed dit nooit (64%) of zelden (25%) alleen.



Figuur 1: Analyses MMMS 2023





## 4 Welke factoren hangen samen met het alcoholgebruik onder hbo- en wo-studenten?

In dit hoofdstuk staan de resultaten van de extra analyses die zijn uitgevoerd op de data van de MMMS 2023. Deze resultaten beschrijven de samenhang tussen riskant drinken<sup>6</sup> en verschillende factoren onder de deelnemende studenten. Zowel de significante als de niet-significante bevindingen worden besproken. Er wordt specifiek ingegaan op riskant drinken, omdat dit drinkpatroon vaker voorkomt onder studenten in vergelijking met andere drinkpatronen (i.e. overmatig drinken, zwaar drinken en een mogelijke afhankelijkheid van alcohol)<sup>6</sup>.

De resultaten van de samenhang tussen alle drinkpatronen en de verschillende factoren zijn te vinden in Tabellen 1-3 in de bijlagen. Deze samenhang komt grotendeels overeen tussen de drinkpatronen.

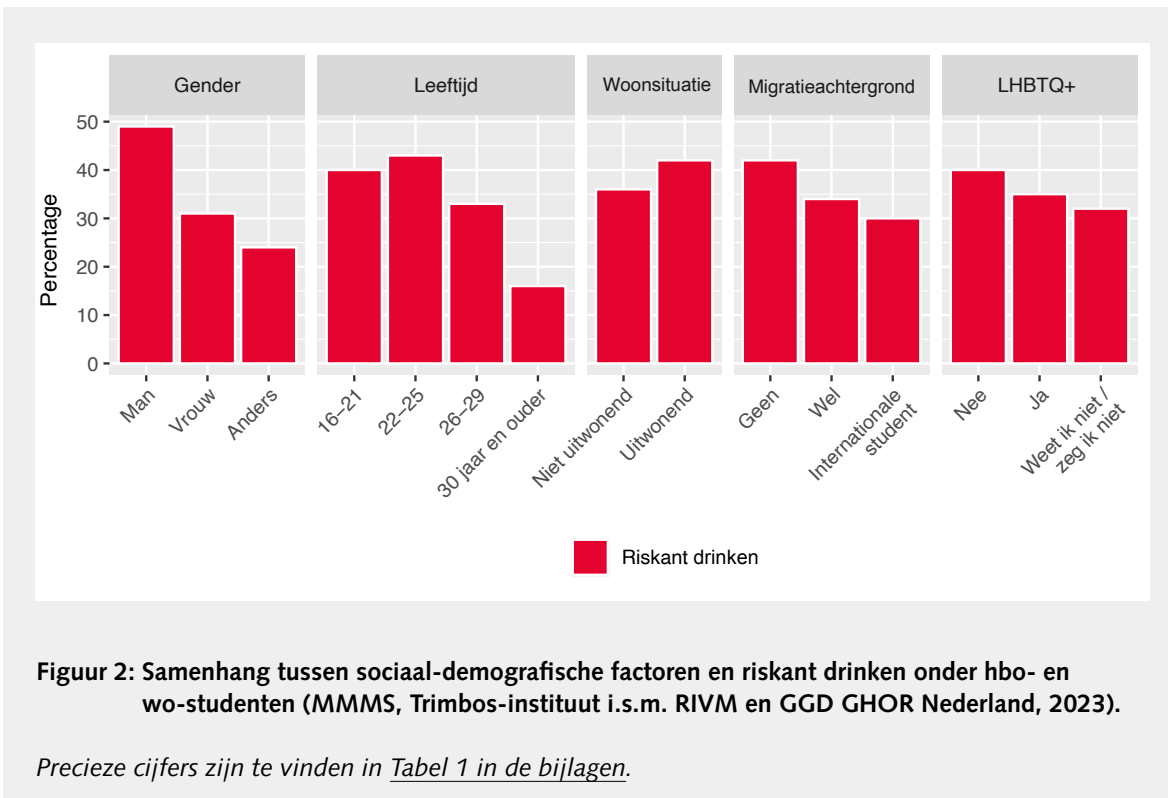
### 4.1. Sociaal-demografische factoren

Riskant drinken komt vaker voor bij (zie Figuur 2):

- mannelijke studenten (dan vrouwelijke studenten en studenten die zich niet als man of vrouw identificeren);
- studenten tussen de 16-21 jaar en 22-25 jaar<sup>7</sup> oud (dan studenten van 26 jaar en ouder);
- uitwonende studenten<sup>8</sup> (dan thuiswonende studenten);
- studenten zonder migratieachtergrond (dan internationale studenten). Er is geen duidelijk verschil gevonden tussen studenten met en zonder migratieachtergrond<sup>9</sup>.

Er is geen duidelijk verschil in riskant drinken gevonden tussen:

- studenten die wel of niet LHBTQ+ zijn of dit niet weten/niet willen zeggen.



**Figuur 2: Samenhang tussen sociaal-demografische factoren en riskant drinken onder hbo- en wo-studenten (MMMS, Trimbos-instituut i.s.m. RIVM en GGD GHOR Nederland, 2023).**

Precieze cijfers zijn te vinden in Tabel 1 in de bijlagen.

<sup>6</sup> Zie Kader 1: definities van de drinkpatronen.

<sup>7</sup> De verwachting is dat riskant drinken het vaakst voorkomt onder de groep 16-25-jarige studenten en daarna afneemt. Dit is niet statistisch getoetst, maar is aannemelijk gezien de verschillen in riskant drinken onder de verschillende leeftijdsgroepen.

<sup>8</sup> Uitwonend: woont in een studentenhuus, met anderen of zelfstandig. Thuiswonend: woont bij ouder(s) of verzorger(s).

<sup>9</sup> Overmatig en zwaar drinken komt wel vaker voor bij studenten zonder migratieachtergrond dan studenten met migratieachtergrond (zie Tabel 1 in de bijlagen).

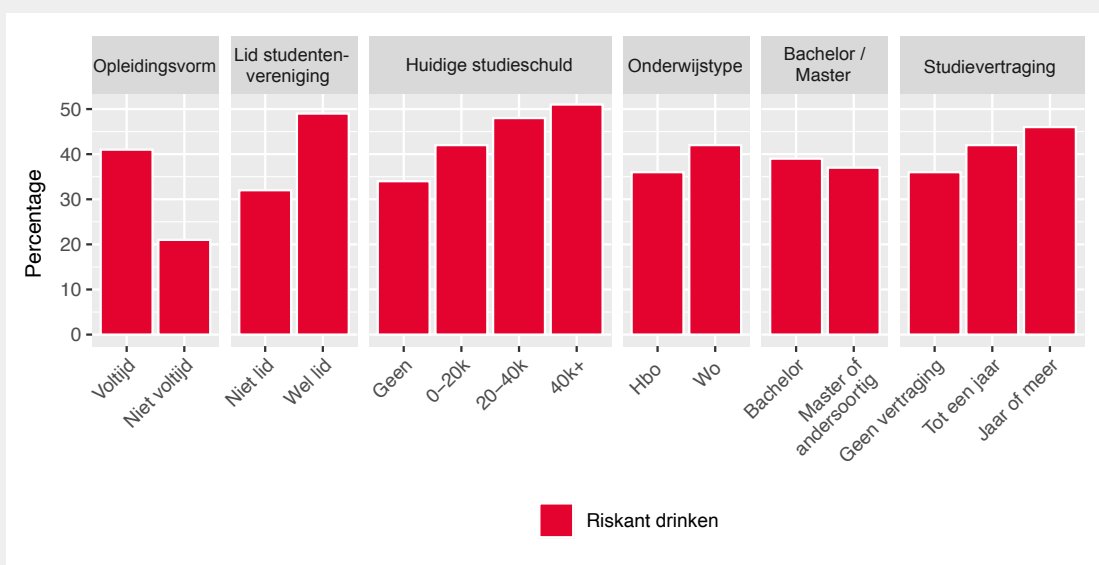


## 4.2. Studiegerelateerde factoren

Risikant drinken komt vaker voor bij (zie Figuur 3):

- voltijd studenten (dan niet-voltijd studenten);
- studenten die lid zijn van een studentenvereniging<sup>10</sup> (dan studenten die geen lid zijn);
- studenten die een huidige studieschuld hebben van €20k of meer (dan studenten zonder studieschuld).
- hbo- en wo-studenten;
- bachelor en master studenten;
- studenten met studievertraging en studenten zonder studievertraging<sup>11</sup>.

Er is geen duidelijk verschil in risikant drinken gevonden tussen:



**Figuur 3: Samenhang tussen studiegerelateerde factoren en risikant drinken onder hbo- en wo-studenten (MMMS, Trimbos-instituut i.s.m. RIVM en GGD GHOR Nederland, 2023).**

Precieze cijfers zijn te vinden in Tabel 2 in de bijlagen.



<sup>10</sup> Leden van studentenverenigingen: studenten die lid zijn van een gezelligheidsvereniging, studievereniging, sportvereniging en/of overige studentenvereniging.

<sup>11</sup> De andere drinkpatronen (overmatig, zwaar en mogelijke afhankelijkheid) komen wel vaker voor bij studenten met een jaar of meer studievertraging dan studenten zonder studievertraging (zie Tabel 2 in de bijlagen).





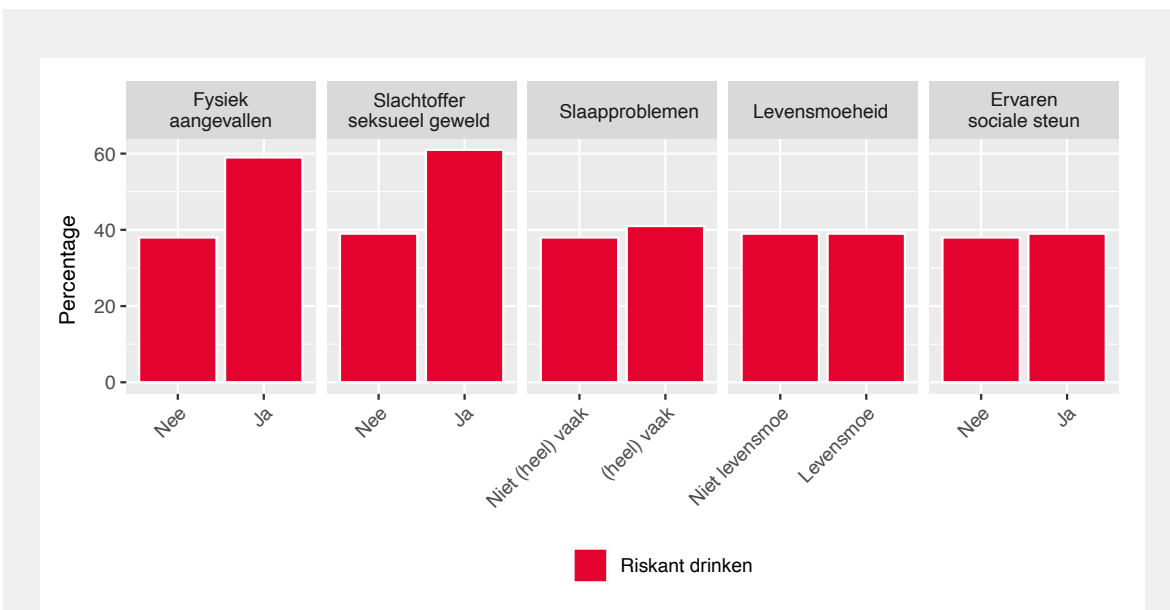
### 4.3. Overige factoren

Risikant drinken komt vaker voor onder studenten (zie Figuur 4):

- die fysiek/lichamelijk aangevallen zijn (dan die niet fysiek/lichamelijk aangevallen zijn);
- die slachtoffer zijn van seksueel geweld (dan die geen slachtoffer zijn van seksueel geweld).

Er is geen duidelijk verschil in risikant drinken gevonden tussen studenten:

- met en zonder (heel) veel slaapproblemen in de afgelopen vier weken<sup>12</sup>;
- die wel en geen gevoelens van levensmoeheid<sup>13</sup> hebben ervaren in de afgelopen vier weken<sup>14</sup>;
- die wel en geen sociale steun<sup>15</sup> ervaren.



**Figuur 4: Samenhang tussen overige factoren en risikant drinken onder hbo- en wo-studenten (MMMS, Trimbos-instituut i.s.m. RIVM en GGD GHOR Nederland, 2023).**

Precieze cijfers zijn te vinden in Tabel 2 in de bijlagen.

12 Een mogelijke afhankelijkheid van alcohol komt wel vaker voor bij studenten met (heel) veel slaapproblemen dan studenten zonder (heel) veel slaapproblemen (zie Tabel 3 in de bijlagen).

13 Levensmoeheid: de wens hebben om dood te zijn of te gaan slapen en nooit meer wakker te worden.

14 Een mogelijke afhankelijkheid komt wel vaker voor bij studenten die af en toe of vaker gevoelens van levensmoeheid ervaren dan studenten die dit niet ervaren (zie Tabel 3 in de bijlagen).

15 Sociale steun: het ervaren van (heel) veel steun van drie of meer van de volgende groepen: ouders/verzorgers, partner of andere familieleden, vrienden/vriendinnen, verenigingen, docenten/tutor/mentor of studieloopbaanbegeleider.



## 5 Duiding van de cijfers

Uit de cijfers blijkt dat bijna 4 op de 10 hbo- en wo-studenten (39%) riskant drinkt<sup>16</sup>. Ook blijkt dat er bepaalde groepen onder studenten zijn die vaker riskant drinken. Hieronder worden de resultaten uit de data van de MMMS 2023 vergeleken met bevindingen uit de literatuur.

### Lidmaatschap studentenvereniging

De cijfers uit de MMMS 2023 laten zien dat studenten die lid zijn van een studentenvereniging<sup>17</sup> vaker riskant drinken dan studenten die geen lid zijn, net zoals blijkt uit eerder onderzoek [59, 60]. Het is mogelijk dat de sociale normen rondom alcoholgebruik binnen studentenverenigingen hier een rol in spelen [61]. Zo kunnen studenten meer gaan drinken doordat ze het alcoholgebruik van andere leden overschatten (descriptieve normen) of doordat ze denken dat andere leden het gezellig vinden als ze veel alcohol drinken (injunctieve normen) [11]. Ook hebben studentenverenigingen vaker vaste borrelavonden/sociale activiteiten waar alcohol een centrale rol heeft. Bovendien hebben studentenverenigingen vaak een eigen bar of tap. Hierdoor is de beschikbaarheid van alcohol groter en gaan de leden meer drinken [61].

### Studieschuld

Verder blijkt uit de MMMS 2023 dat studenten met een studieschuld vaker riskante drinkers zijn dan studenten zonder studieschuld. Dit komt overeen met de resultaten van een ander recent onderzoek naar deze relatie. Hieruit blijkt dat het hebben van een studieschuld samenhangt met zowel riskant drinken als een verslechterde mentale gezondheid [62]. Dit komt mogelijk door de stress die studenten ervaren vanwege hun financiële onzekerheid. Studenten kunnen namelijk alcohol drinken om met negatieve emoties om te gaan, zoals stress (coping als drinkmotief) [63]. De relatie kan ook de andere kant op werken; studenten die meer geld lenen kunnen meer uitgeven aan alcohol [1].

### Slachtoffer seksueel geweld

In lijn met eerder onderzoek [64-66] blijkt uit de cijfers van de MMMS 2023 dat studenten die slachtoffer zijn van seksueel geweld ook vaker riskant drinken dan studenten die geen slachtoffer zijn van seksueel geweld. Een mogelijke verklaring hiervoor is dat iemand onder invloed van alcohol minder in staat is om eigen (seksuele) grenzen aan te geven en gevaarsignalen te herkennen [67]. Dit vergroot de kans op het meemaken van seksueel geweld. Als er alcohol in het spel was tijdens het incident, is dat voor studenten een van de belangrijkste redenen om geen melding te maken [65]. Zij zijn vaak bang dat ze niet serieus genomen zullen worden door autoriteiten. Of studenten geloven dat het hun eigen schuld is, omdat ze dronken waren. Het is belangrijk om te vermelden dat seksueel geweld nooit de schuld van het slachtoffer is. Riskant drinken hoeft niet alleen een risicofactor te zijn voor seksueel geweld, maar kan ook een gevolg ervan zijn. Bijvoorbeeld als studenten alcohol drinken als coping mechanisme [65].

### Slachtoffer fysiek/lichamelijk geweld

Tot slot laten de cijfers uit de MMMS 2023 zien dat studenten die slachtoffer zijn van fysiek/lichamelijk geweld vaker riskant drinken dan studenten die geen slachtoffer zijn van fysiek/lichamelijk geweld. Dit sluit aan bij eerder onderzoek dat aantoont dat het ervaren van fysiek geweld in de kindertijd een voorspeller kan zijn van riskant drinken tijdens de studententijd [68]. Een andere mogelijke verklaring is dat alcoholgebruik kan leiden tot een vertekende perceptie van gevaar [69]. Studenten die onder invloed van alcohol zijn, kunnen gevaarlijke situaties als minder bedreigend ervaren dan ze in werkelijkheid zijn. Ook een verminderde coördinatie en vertraagde reactietijd door alcohol kunnen het moeilijk maken voor een student om te vluchten of zich te verdedigen. Hierdoor kunnen ze meer risico lopen op het meemaken van fysiek geweld. Bovendien, als studenten in een groep zijn waar veel alcohol wordt gedronken, is de kans op gewelddadig gedrag en conflicten groter [70].

<sup>16</sup> Zie Kader 1: definities van de drinkpatronen.

<sup>17</sup> Leden van studentenverenigingen: studenten die lid zijn van een gezelligheidsvereniging, studievereniging, sportvereniging en/of overige studentenvereniging.



## 6 Handelingsperspectief

Alcohol is de meest gebruikte drug door studenten in Nederland en kan schadelijke gevolgen hebben voor henzelf, hun omgeving en de maatschappij [5]. Het is daarom van belang om aan de slag te gaan met de preventie van (schade door) alcoholgebruik onder studenten. Het is goed om daarbij niet alleen óver de student te praten, maar ook mét de student. Er zijn verschillende tips en tools voor professionals in het onderwijs, instellingen voor verslavingszorg, gemeenten en studentenverenigingen die kunnen helpen bij het voorkomen of verminderen van (schade door) alcoholgebruik onder studenten.



### Drie best buys voor alcoholbeleid

De meest kosteneffectieve, betaalbare en uitvoerbare beleidsmaatregelen in het voorkomen en verminderen van alcoholgebruik en de bijbehorende schade zijn [22, 71]:

1. Het beperken van de **beschikbaarheid** van alcohol;
2. Het verhogen van de **prijs**;
3. Het beperken van **alcoholmarketing**.

Onderwijsinstellingen en studentenverenigingen kunnen ook lokaal aan deze knoppen draaien om (schade door) alcoholgebruik binnen hun instelling of vereniging te voorkomen en te beperken.

### Introductietijd

In de introductietijd van eerstejaars studenten liggen kansen voor het implementeren van effectief alcoholbeleid [72]. Dit is een belangrijke periode voor studenten, aangezien ze vaak het ouderlijk huis verlaten en een nieuw sociaal netwerk moeten opbouwen. Hierbij wordt alcohol vaak als middel gebruikt om makkelijker vrienden te maken en sociaal ongemak te voorkomen [73]. Daarnaast zijn er in de introductietijd vaak activiteiten gepland die samengaan met alcoholgebruik. Er zijn richtlijnen voor introductiecommissies, onderwijsinstellingen, studentenverenigingen en gemeenten om effectief alcoholbeleid tijdens de introductietijd op te stellen. Belangrijke onderdelen hierin zijn het alcoholaanbod, alternatieven voor alcohol, de voorbeeldfunctie van de ouderejaars mentor, minderjarigen in de introductietijd en handhaving.

### Tools en handreikingen voor professionals in het onderwijs, instellingen voor verslavingszorg, gemeenten en studentenverenigingen

Deze uitgebreide toolbox met tools en informatie over studenten en middelengebruik kan helpen als je aan de slag wilt gaan met het voorkomen en verminderen van (schade door) alcoholgebruik onder studenten. Hieronder worden een aantal materialen uitgelicht:

- Volg een training signaleren, bespreekbaar maken en doorverwijzen bij problematisch middelengebruik voor studentenbegeleiders;
- Gebruik de werkkaarten risicovol alcoholgebruik hbo/wo-studenten bij het signaleren, bespreekbaar maken en doorverwijzen bij alcoholproblematiek bij studenten;
- Raadpleeg het dossier alcohol en studenten van het Expertisecentrum Alcohol;
- Stel alcoholbeleid op in de onderwijsinstelling of op een studentenvereniging en implementeer deze;
- Bekijk de welzijnswijzer voor advies over middelengebruik binnen de studentenvereniging.



## 7 Achtergrond van het onderzoek

### Monitor Mentale gezondheid en Middelengebruik Studenten hoger onderwijs 2023

De cijfers in deze factsheet over het alcoholgebruik onder hbo- en wo-studenten en de samenhangende factoren zijn afkomstig uit de meest recente meting van de Monitor Mentale Gezondheid en Middelengebruik Studenten hoger onderwijs uit 2023 (MMMS) [1]. De MMMS wordt uitgevoerd door het Trimbos-instituut, het RIVM en de GGD GHOR Nederland.

De data van de MMMS is cross-sectioneel, wat betekent dat de data een momentopname is. Daarom kunnen er geen oorzaak-gevolg relaties worden vastgesteld op basis van deze data. Het onderzoek heeft een laag responspercentage (6,5%) en daarom een mogelijke onder- of oververtegenwoordiging van bepaalde groepen. Door weging is hier zo veel mogelijk rekening mee gehouden. Er kan echter niet worden uitgesloten dat de resultaten vertekend zijn en daarmee niet representatief voor de totale studentenpopulatie in Nederland. De resultaten dienen daarom voorzichtig te worden geïnterpreteerd.

De MMMS wordt elke twee jaar uitgevoerd. De meest recente cijfers zijn te vinden op [deze website](#).

### Steekproef

Van de 32.558 deelnemende hbo- en wo-studenten (16 jaar en ouder) vulden 32.217 alle vragen over middelengebruik (alcohol, tabak, drugs) volledig in; degenen die dit niet deden ( $n=341$ ), zijn niet meegenomen in de analyses.

### Analyses

Er zijn multivariate logistische regressieanalyses uitgevoerd om de samenhang tussen factoren en alcoholgebruik te onderzoeken. De volgende factoren zijn meegenomen: gender, leeftijd, woonsituatie, herkomst, LHBTQ+, opleidingsvorm, lidmaatschap studentenvereniging, huidige studieschuld, onderwijstype, bachelor/master, studievertraging, fysiek/lichamelijk aangevallen, slachtoffer seksueel geweld, slaapproblemen, levensmoeheid en sociale steun. In alle logistische regressieanalyses is gecontroleerd voor gender, leeftijd, achtergrond, onderwijstype en opleidingsvorm. Bovendien is gebruik gemaakt van een wegingsfactor die corrigeert naar de totale Nederlandse studentenpopulatie (zowel hbo als wo). Als er in de tekst verschillen tussen groepen worden beschreven, dan is dit significant. Het significantieniveau van  $p < .01$  is gekozen vanwege de grote van de steekproef en het aantal uitgevoerde toetsen.

Uitgebreide informatie over de dataverzameling, respons, weging en vraagstelling is te vinden in het [rapport van de MMMS 2023](#).

### Literatuuronderzoek

De literatuurzoektocht heeft plaatsgevonden in de periode van februari tot en met april 2024. Voor de literatuur zijn de online databases Web of Science, PsycINFO en Google Scholar geraadpleegd (zoekperiode: 2015 t/m 2024). Hierbij werden vrije zoektermen (e.g. *college, student, hazardous drinking, AUDIT, sleep, norms, sexual assault*) over alcoholgebruik en studenten gebruikt. In eerste instantie is gezocht naar systematische reviews en meta-analyses, aangevuld met recente artikelen en grijze literatuur. Aanvullende artikelen zijn gevonden door de 'sneeuwbalmethode' (referenties uit systematische reviews en meta-analyses).





## 8 Referenties

- [1] Nuijen, J., Verweij, A., Dopmeijer, J., van Wamel, A., Schouten, F., Buijs, M., van der Horst, M., & van der Brink, C. (2023). *Monitor Mentale gezondheid en Middelengebruik Studenten hoger onderwijs 2023*.
- [2] Peeters, M., Oldehinkel, A., Veenstra, R., & Vollebergh, W. (2019). Unique developmental trajectories of risk behaviors in adolescence and associated outcomes in young adulthood. *PLoS ONE*, 14(11). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0225088>
- [3] Dawson, D. A., Grant, B. F., Stinson, F. S., & Chou, P. S. (2004). Another look at heavy episodic drinking and alcohol use disorders among college and noncollege youth. *Journal of studies on alcohol*, 65(4), 477-488. <https://doi.org/10.15288/jsa.2004.65.477>
- [4] Tuithof, M., & de Jong, C. (2023). Alcoholgebruik in Nederland – Cijfers 2022.
- [5] Voogt, C., Tuithof, M., Spronk, D., & van Hasselt, N. (2024). Alcoholschade in Nederland.
- [6] Bresin, K., & Mekawi, Y. (2021). The “Why” of Drinking Matters: A Meta-Analysis of the Association Between Drinking Motives and Drinking Outcomes. *Alcoholism: Clinical and Experimental Research*, 45(1), 38–50. <https://doi.org/10.1111/acer.14518>
- [7] Cooper, M. L. (1994). Motivations for alcohol use among adolescents: Development and validation of a four-factor model. *Psychological Assessment*, 6(2), 117–128. <https://doi.org/10.1037/1040-3590.6.2.117>
- [8] Borsari, B., & Carey, K. B. (2001). Peer influences on college drinking: A review of the research. *Journal of Substance Abuse*, 13, 391–424. [https://doi.org/10.1016/S0899-3289\(01\)00098-0](https://doi.org/10.1016/S0899-3289(01)00098-0)
- [9] Sheppard, M. E., Usdan, S. L., & Higginbotham, J. C. (2016). Journal of Alcohol and Drug Education (JADE) Attitudes and Descriptive Norms of Alcohol-Related Problems as Predictors of Alcohol Use among College Students. *Journal of Alcohol and Drug Education*, 60(1), 30–46. <https://doi.org/10.2307/48511388>
- [10] Cox, M. J., DiBello, A. M., Meisel, M. K., Ott, M. Q., Kenney, S. R., Clark, M. A., & Barnett, N. P. (2019). Do misperceptions of peer drinking influence personal drinking behavior? results from a complete social network of first-year college students. *Psychology of Addictive Behaviors*, 33(3), 297–303. <https://doi.org/10.1037/adb0000455>
- [11] Angosta, J., Hall, N. A., Rice, A., Young, C. M., Rodriguez, L. M., & Neighbors, C. (2023). Longitudinal associations between descriptive and injunctive norms on college drinking. *Addictive Behaviors*, 143. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2023.107692>
- [12] Neighbors, C., Lee, C. M., Lewis, M. A., Fossos, N., & Larimer, M. E. (2007). Are Social Norms the Best Predictor of Outcomes Among Heavy-Drinking College Students?\*. *Journal of Studies on Alcohol and Drugs*, 68(4), 556–565. <https://doi.org/10.15288/jсад.2007.68.556>
- [13] Lewis, M. A., & Neighbors, C. (2004). Gender-specific misperceptions of college student drinking norms. *Psychology of Addictive Behaviors*, 18(4), 334–339. <https://doi.org/10.1037/0893-164X.18.4.334>
- [14] Foxcroft, D. R., Moreira, M. T., Almeida Santimano, N. M. L., & Smith, L. A. (2015). Social norms information for alcohol misuse in university and college students. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 2015(12). John Wiley and Sons Ltd. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD006748.pub4>
- [15] Neighbors, C., O'Connor, R. M., Lewis, M. A., Chawla, N., Lee, C. M., & Fossos, N. (2008). The Relative Impact of Injunctive Norms on College Student Drinking: The Role of Reference Group. *Psychology of Addictive Behaviors*, 22(4), 576–581. <https://doi.org/10.1037/a0013043>
- [16] Conroy, D., & Measham, F. (2019). Young adult drinking styles: Current perspectives on research, policy and practice. *Palgrave Macmillan*. <https://doi.org/10.1007/978-3-030-28607-1>
- [17] Sheehan, M., & Ridge, D. (2001). ‘You become really close... You talk about the silly things you did and we laugh’: the role of binge drinking in secondary students’ lives. *Substance Use & Misuse*, 36(3), 347–372. <https://doi.org/10.1081/JA-100102630>
- [18] Jacobs, L., Conroy, D., & Parke, A. (2018). Negative Experiences of Non-Drinking College Students in Great Britain: an Interpretative Phenomenological Analysis. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 16(3), 737–750. <https://doi.org/10.1007/s11469-017-9848-6>
- [19] Zamboanga, B. L., Newins, A. R., & Cook, M. A. (2021). A meta-analysis of drinking game participation and alcohol-related outcomes. *Psychology of Addictive Behaviors*, 35(3): 263–273. <https://doi.org/10.1037/adb0000670>



- [20] WHO. (2018). Global status report on alcohol and health. WHO: Geneva.
- [21] Weitzman, E. R., Folkman, A., Kerry, M. P. H., Folkman, L., & Wechsler, H. (2003). The relationship of alcohol outlet density to heavy and frequent drinking and drinking-related problems among college students at eight universities. *Health & place*, 9(1), 1-6. [https://doi.org/10.1016/S1353-8292\(02\)00014-X](https://doi.org/10.1016/S1353-8292(02)00014-X)
- [22] Burton, R., Henn, C., Lavoie, D., O'Connor, R., Perkins, C., Sweeney, K., Greaves, F., Ferguson, B., Beynon, C., Belloni, A., Musto, V., Marsden, J., & Sheron, N. (2017). A rapid evidence review of the effectiveness and cost-effectiveness of alcohol control policies: an English perspective. *The Lancet*, 389(10078): 1558–1580. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(16\)32420-5](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(16)32420-5)
- [23] Roberson, A. A., McKinney, C., Walker, C., & Coleman, A. (2018). Peer, social media, and alcohol marketing influences on college student drinking. *Journal of American College Health*, 66(5): 369–379. <https://doi.org/10.1080/07448481.2018.1431903>
- [24] Corcoran, E., Doucette, H., Merrill, J. E., Pielech, M., López, G., Egbert, A., Nelapati, S., Gabrielli, J., Colby, S. M., & Jackson, K. M. (2023). A qualitative analysis of adolescents' perspectives on peer and influencer alcohol-related posts on social media. *Drug and Alcohol Review*. <https://doi.org/10.1111/dar.13720>
- [25] Lobstein, T., Landon, J., Thornton, N., & Jernigan, D. (2017). The commercial use of digital media to market alcohol products: a narrative review. *Addiction*, 112, 21–27. Blackwell Publishing Ltd. <https://doi.org/10.1111/add.13493>
- [26] Gupta, H., Pettigrew, S., Lam, T., & Tait, R. J. (2016). A systematic review of the impact of exposure to internet-based alcohol-related content on young people's alcohol use behaviours. *Alcohol and Alcoholism*, 51(6): 763–771. Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/alcalc/agw050>
- [27] CBS in samenwerking met RIVM en Trimbos-instituut (2017). Gezondheidsenquête/ Leefstijlmonitor. Den Haag: CBS.
- [28] Monshouwer, K., Tuithof, M., & van Dorsselaar, S. (2018). Factsheet riskant alcoholgebruik in Nederland. Trimbos-instituut.
- [29] Babor, T. F., Higgins-Biddle, J. C., Saunders, J. B., & Monteiro, M. G. (2001). AUDIT: The Alcohol Use Disorders Identification Test: Guidelines for use in primary health care. Second edition. World Health Organization.
- [30] Valkenberg, H., & Nijman, S. (2022). *Alcoholvergiftigingen en ongevallen met alcohol*. [www.veiligheid.nl](http://www.veiligheid.nl)
- [31] Wang, F., & Bíró, É. (2021). Determinants of sleep quality in college students: A literature review. *Explore* 17(2), 170–177. <https://doi.org/10.1016/j.explore.2020.11.003>
- [32] Koob, G. F., & Colrain, I. M. (2020). Alcohol use disorder and sleep disturbances: a feed-forward allostatic framework. *Neuropsychopharmacology* 45(1): 141–165. <https://doi.org/10.1038/s41386-019-0446-0>
- [33] Zheng, D., Yuan, X., Ma, C., Liu, Y., Vanevery, H., Sun, Y., Wu, S., & Gao, X. (2021). Alcohol Consumption and Sleep Quality: A Community-Based Study. *Public Health Nutrition* 24(15):4851–58. <https://doi.org/10.1017/S1368980020004553>
- [34] De Goede, J., Van Der Mark-Reeuwijk, K. G., Braun, K. P., Le Cessie, S., Durston, S., Engels, R. C. M. E., Goudriaan, A. E., Moons, K. G. M., Vollebergh, W. A. M., De Vries, T. J., Wiers, R. W., & Oosterlaan, J. (2021). Alcohol and Brain Development in Adolescents and Young Adults: A Systematic Review of the Literature and Advisory Report of the Health Council of the Netherlands. *Advances in Nutrition* 12(4):1379–1410. <https://doi.org/10.1093/advances/nmaa170>
- [35] Lees, B., Meredith, L. R., Kirkland, A. E., Bryant, B. E., & Squeglia, L. M. (2020). 'Effect of Alcohol Use on the Adolescent Brain and Behavior'. *Pharmacology Biochemistry and Behavior*, 192. <https://doi.org/10.1016/j.pbb.2020.172906>
- [36] Meda, S. A., Hawkins, K. A., Dager, A. D., Tennen, H., Khadka, S., Austad, C. S., Wood, R. M., Raskin, S., Fallahi, C. R., & Pearlson, G. D. (2018). Longitudinal Effects of Alcohol Consumption on the Hippocampus and Parahippocampus in College Students. *Biological Psychiatry: Cognitive Neuroscience and Neuroimaging*, 3(7), 610–617. <https://doi.org/10.1016/j.bpsc.2018.02.006>
- [37] Patrick, M. E., Terry-McElrath, Y. M., Evans-Polce, R. J., & Schulenberg, J. E. Patrick, M. E., Terry-McElrath, Y. M., Evans-Polce, R. J., & Schulenberg, J. E. (2020). Negative alcohol-related consequences experienced by young adults in the past 12 months: Differences by college attendance, living situation, binge drinking, and sex. *Addictive Behaviors*, 105. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106320>



- [38] Stamates, A. L., Yang, M., & Lau-Barraco, C. (2023). Validation of the Brief Young Adult Alcohol Consequences Questionnaire Among Student and Nonstudent Young Adults. *Experimental and Clinical Psychopharmacology*, 31(3), 643–651. <https://doi.org/10.1037/pha0000615>
- [39] Pal, P., & Ray, S. (2016). Alcoholic Liver Disease: A Comprehensive Review. *European Medical Journal*, 85–92. <https://doi.org/10.33590/emj/10312346>
- [40] RIVM. Schattingen van alcoholgerelateerde sterfte in 2021 [Data].
- [41] Rovira, P., & Rehm, J. (2021). Estimation of cancers caused by light to moderate alcohol consumption in the European Union. *European Journal of Public Health*, 31(3), 591–596. <https://doi.org/10.1093/eurpub/ckaa236>
- [42] Sæther, S. M. M., Knapstad, M., Askeland, K. G., & Skogen, J. C. (2019). Alcohol consumption, life satisfaction and mental health among Norwegian college and university students. *Addictive Behaviors Reports*, 10. <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2019.100216>
- [43] Jensen, P., Haug, E., Sivertsen, B., & Skogen, J. C. (2021). Satisfaction With Life, Mental Health Problems and Potential Alcohol-Related Problems Among Norwegian University Students. *Frontiers in Psychiatry*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.578180>
- [44] Austin, M. A., & Villarosa-Hurlocker, M. C. (2021). Drinking patterns of college students with comorbid depression and anxiety symptoms: the moderating role of gender. *Journal of Substance Use*, 26(6), 650–656. <https://doi.org/10.1080/14659891.2021.1879291>
- [45] Kenney, S. R., DiGuseppi, G. T., Meisel, M. K., Balestrieri, S. G., & Barnett, N. P. (2018). Poor mental health, peer drinking norms, and alcohol risk in a social network of first-year college students. *Addictive Behaviors*, 84, 151–159. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2018.04.012>
- [46] Ramón-Arбуés, E., Gea-Caballero, V., Granada-López, J. M., Juárez-Vela, R., Pellicer-García, B., & Antón-Solanas, I. (2020). The prevalence of depression, anxiety and stress and their associated factors in college students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(19), 1–15. <https://doi.org/10.3390/ijerph17197001>
- [47] Paulus, D. J., Capron, D. W., & Zvolensky, M. J. (2021). Understanding hazardous drinking and suicidal ideation and suicide risk among college students: anxiety sensitivity as an explanatory factor. *Cognitive Behaviour Therapy*, 50(5), 378–394. <https://doi.org/10.1080/16506073.2020.1840622>
- [48] Schaffer, M., Jeglic, E. L., & Stanley, B. (2008). The relationship between suicidal behavior, ideation, and binge drinking among college students. *Archives of Suicide Research*, 12(2), 124–132. <https://doi.org/10.1080/13811110701857111>
- [49] Hsu, W. Y., Chang, T. G., Chang, C. C., Chiu, N. Y., Lin, C. H., & Lane, H. Y. (2022). Suicide Ideation among Outpatients with Alcohol Use Disorder. *Behavioural Neurology*, 2022. <https://doi.org/10.1155/2022/4138629>
- [50] Spencer, C. M., Rivas-Koehl, M., Astle, S., Toews, M. L., McAlister, P., & Anders, K. M. (2024). Factors Correlated With Sexual Assault Victimization Among College Students in the United States: A Meta-Analysis. *Trauma, Violence, and Abuse*, 25(1), 246–259. <https://doi.org/10.1177/15248380221146800>
- [51] De Looze, M.E. & Koning, H.M. (2017). Alcoholgebruik bij jongeren in Nederland: Van zuipschuit van Europa tot het braafste kindje van de klas. *Justitiële Verkenningen*, (1), 88–101.
- [52] Tembo, C., Burns, S., & Kalembo, F. (2017). The association between levels of alcohol consumption and mental health problems and academic performance among young university students. *PLoS ONE*, 12(6). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0178142>
- [53] De Wit, G. A., Van Gils, P. F., Over, E. A. B., Suijkerbuijk, A. W. M., Lokkerbol, J., Smit, F., ... & de Kinderen, R. J. A. (2018). Maatschappelijke kosten-batenanalyse van beleidsmaatregelen om alcoholgebruik te verminderen. Bilthoven: RIVM
- [54] van Bokhorst, L., Kraag, G., Dupont, H., & Kok, G. (2017). 'What you think is what you drink'. *Verslaving*, 13(1), 33–46. <https://doi.org/10.1007/s12501-017-0109-y>
- [55] van den Bos, A., Blaauw, E., & Bieleman, B. (2023). University students and the normalisation of illicit recreational drug use. *Journal of Youth Studies*, 26(7), 894–906. <https://doi.org/10.1080/13676261.2022.2053668>
- [56] Coles, M. E., & Coleman, S. L. (2010). Barriers to treatment seeking for anxiety disorders: initial data on the role of mental health literacy. *Depression and Anxiety*, 27(1), 63–71. <https://doi.org/10.1002/da.20620>





- [57] Downs, M. F., & Eisenberg, D. (2012). Help Seeking and Treatment Use Among Suicidal College Students. *Journal of American College Health*, 60(2), 104–114. <https://doi.org/10.1080/07448481.2011.619611>
- [58] Cheng, H., Wang, C., McDermott, R. C., Kridel, M., & Rislin, J. L. (2018). Self-Stigma, Mental Health Literacy, and Attitudes Toward Seeking Psychological Help. *Journal of Counseling & Development*, 96(1), 64–74. <https://doi.org/10.1002/jcad.12178>
- [59] Patrick, M. E., Evans-Polce, R. J., & Maggs, J. L. (2014). Use of Alcohol Mixed With Energy Drinks as a Predictor of Alcohol-Related Consequences Two Years Later. *Journal of studies on alcohol and drugs*, 75(5), 753–757. <https://doi.org/10.15288/jsad.2014.75.753>
- [60] Brown-Rice, K., & Furr, S. (2015). Differences in College Greek Members' Binge Drinking Behaviors: A Dry/Wet House Comparison. *The Professional Counselor*, 5(3), 354–364. <https://doi.org/10.15241/kbr.5.3.354>
- [61] Van Der Avoort, J., Bilderbeek, B., & Van Der Horst, M. (2024). [Trendspotterstudie middelengebruik onder leden van studentenverenigingen](https://www.trimbos.nl/onderzoek/middelengebruik). Trimbos-instituut
- [62] Lindgren, K. P., Tristao, T., & Neighbors, C. (2023). The association between student loan debt and perceived socioeconomic status and problematic drinking and mental health symptoms: A preliminary investigation. *Addictive Behaviors*, 139. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2022.107576>
- [63] Turner, S., Mota, N., Bolton, J., & Sareen, J. (2018). Self-medication with alcohol or drugs for mood and anxiety disorders: A narrative review of the epidemiological literature. *Depression and Anxiety*, 35(9), 851–860. <https://doi.org/10.1002/da.22771>
- [64] Connor, J., Gray, A., & Kypri, K. (2010). Drinking history, current drinking and problematic sexual experiences Among university students. *Australian and New Zealand Journal of Public Health*, 34(5), 487–494. <https://doi.org/10.1111/j.1753-6405.2010.00595.x>
- [65] Schwarz, J., Gibson, S., & Lewis-Arévalo, C. (2017). Sexual Assault on College Campuses: Substance Use, Victim Status Awareness, and Barriers to Reporting. *In Building Healthy Academic Communities Journal*, 1(2). <https://doi.org/10.18061/bhac.v1i2.5520>
- [66] Mellins, C. A., Walsh, K., Sarvet, A. L., Wall, M., Gilbert, L., Santelli, J. S., Thompson, M., Wilson, P. A., Khan, S., Benson, S., Bah, K., Kaufman, K. A., Reardon, L., & Hirsch, J. S. (2017). Sexual assault incidents among college undergraduates: Prevalence and factors associated with risk. *PLoS ONE*, 12(11). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0186471>
- [67] Melkonian, A. J., & Ham, L. S. (2018). The effects of alcohol intoxication on young adult women's identification of risk for sexual assault: A systematic review. *Psychology of Addictive Behaviors*, 32(2), 162–172. <https://doi.org/10.1037/adb0000349>
- [68] Priolo-Filho, S. R., & Williams, L. C. (2019). Child Abuse as a Predictor of Alcohol Consumption Among Brazilian University Students. *Journal of Interpersonal Violence*, 34(2), 270–286. <https://doi.org/10.1177/0886260516640775>
- [69] Fromme, K., Katz, E., & Amico, E. D. (1997). Experimental and Clinical Psychopharmacology Effects of Alcohol Intoxication on the Perceived Consequences of Risk Taking. *Experimental and Clinical Psychopharmacology*, 5(1), 14–23. <https://doi.org/10.1037/1064-1297.5.1.14>
- [70] Hallett, J., Howat, P. M., Maycock, B. R., McManus, A., Kypri, K., & Dhaliwal, S. S. (2012). Undergraduate student drinking and related harms at an Australian university: Web-based survey of a large random sample. *BMC Public Health*, 12(1). <https://doi.org/10.1186/1471-2458-12-37>
- [71] Chisholm, D., Moro, D., Bertram, M., Pretorius, C., Gmel, G., Shield, K., & Rehm, J. (2018). Are the 'Best Buys' for Alcohol Control Still Va lid? An Update on the Comparative Cost-Effectiveness of Alcohol Control Strategies at the Global Level A. *Journal of studies on alcohol and drugs*, 79(4), 514–522. <https://doi.org/10.15288/jsad.2018.79.514>
- [72] Borsari, B., Murphy, J. G., & Barnett, N. P. (2007). Predictors of alcohol use during the first year of college: Implications for prevention. *Addictive Behaviors*, 32(10), 2062–2086. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2007.01.017>
- [73] Robertson, K., & Tustin, K. (2018). Students Who Limit Their Drinking, as Recommended by National Guidelines, Are Stigmatized, Ostracized, or the Subject of Peer Pressure: Limiting Consumption Is All But Prohibited in a Culture of Intoxication. *Substance Abuse: Research and Treatment*, 12. <https://doi.org/10.1177/1178221818792414>



## 9 Bijlagen

Tabel 1. Samenhang tussen sociaal-demografische factoren en alcoholgebruik (n=32.217).

	Overmatig drinken		Zwaar drinken		Riskant drinken		Mogelijke afhankelijkheid alcohol	
	%	Effectgrootte	%	Effectgrootte	%	Effectgrootte	%	Effectgrootte
<b>Gender</b>								
Man (n=14.190)	14	ref	20	ref	49	ref	6	ref
Vrouw (n=17.286)	6	-	13	-	31	-	2	--
Anders (n=742)	4	--	7	--	24	--	3	-
<b>Leeftijd</b>								
16-21 (n=16.199)	10	ref	17	ref	40	ref	5	ref
22-25 (n=11.0464)	11	n.s.	17	n.s.	43	n.s.	5	n.s.
26-29 (n=2.624)	6	-	10	-	33	-	2	--
30 jaar en ouder (n=2.349)	3	--	4	---	16	--	1	---
<b>Woonsituatie</b>								
Thuiswonend (n=15.233)	8	ref	13	ref	36	ref	3	ref
Uitwonend (n=16.985)	11	+	17	+	42	+	5	+
<b>Herkomst</b>								
Geen migratieachtergrond (n=22.310)	11	ref	18	ref	42	ref	5	ref
Migratieachtergrond (n=5.149)	6	-	11	-	34	x	4	n.s.
Internationale student (n=4.758)	5	--	9	--	30	-	3	--
<b>LHBTQ+</b>								
Nee (n=25.279)	10	ref	17	ref	40	ref	4	ref
Ja (n=5.164)	6	-	12	x	35	x	4	n.s.
Weet niet/zeg ik niet (n=1.775)	6	x	11	-	32	x	4	n.s.

Ref = referentiecategorie. N.s. = niet significant verschil met de referentiecategorie ( $p \geq 0,01$ ).

Plusteken(s) = significant positief verschil; minteken(s) = significant negatief verschil.

Effectgrootte (Cohen's d) bij significant verschil: x = heel klein/niet betekenisvol ( $< 0,2$ ), +/- = klein (0,2-0,49), ++/- = middelgroot (0,5-0,79) (0,5-0,79), +++/- = groot (0,8-1,29).

De n van elke groep telt niet altijd op tot de totale N, vanwege het effect van weging en afronding.

De analyses zijn uitgevoerd op een gewogen databestand en multivariaat getoetst.



Tabel 2. Samenhang tussen studiegerelateerde factoren en alcoholgebruik (n=32.217).

	Overmatig drinken		Zwaar drinken		Riskant drinken		Mogelijke afhankelijkheid alcohol	
	%	Effectgrootte	%	Effectgrootte	%	Effectgrootte	%	Effectgrootte
<b>Opleidingsvorm</b>								
Voltijd (n=28.862)	10	ref	17	ref	41	ref	5	ref
Niet-voltijd (n=3.356)	4	-	7	-	21	-	1	n.s.
<b>Lid studentenvereniging</b>								
Niet-lid (n=18.746)	7	ref	12	ref	32	ref	3	ref
Lid van ≥ 1 studentenvereniging (n=13.472)	14	+	22	+	49	+	6	+
<b>Huidige studieschuld</b>								
Geen schuld (n=16.312)	7	ref	13	ref	34	ref	3	ref
0-20k (n=10.042)	11	+	18	x	42	x	5	+
20-40k (n=3.450)	13	+	20	+	48	+	6	+
40k+ (n=2.414)	14	+	21	+	51	+	6	++
<b>Onderwijstype</b>								
Hbo (n=18.746)	9	ref	15	ref	36	ref	4	ref
Wo (n=13.472)	10	x	17	x	42	n.s.	5	n.s.
<b>Bachelor/master</b>								
Bachelor (n=25.260)	10	ref	16	ref	39	ref	5	ref
Master of andersoortig (n=6.958)	8	x	13	x	37	n.s.	3	-
<b>Studievertraging</b>								
Geen vertraging (n=20.893)	8	ref	14	ref	36	ref	3	ref
Tot een jaar (n=4.596)	11	x	17	x	42	x	5	+
Een jaar of meer (n=6.728)	13	+	20	+	46	x	6	+

Ref = referentiecategorie. N.s. = niet significant verschil met de referentiecategorie ( $p \geq 0,01$ ).

Plusteken(s) = significant positief verschil; minteken(s) = significant negatief verschil.

Effectgrootte (Cohen's d) bij significant verschil: x = heel klein/niet betekenisvol ( $< 0,2$ ), +/- = klein (0,2-0,49), ++/-- = middelgroot (0,5-0,79).

De n van elke groep telt niet altijd op tot de totale N, vanwege het effect van weging en afronding.

De analyses zijn uitgevoerd op een gewogen databestand en multivariaat getoetst.



Tabel 3. Samenhang tussen overige factoren en alcoholgebruik (n=32.217).

	Overmatig drinken		Zwaar drinken		Riskant drinken		Mogelijke afhankelijkheid alcohol	
	%	Effectgrootte	%	Effectgrootte	%	Effectgrootte	%	Effectgrootte
<b>Fysiek/lichamelijk aangevallen</b>								
Niet meegemaakt (n=31.477)	9	ref	15	ref	38	ref	4	ref
Meegemaakt (n=741)	19	+	27	+	59	+	14	++
<b>Slachtoffer seksueel geweld</b>								
Niet meegemaakt (n=31.729)	9	ref	15	ref	39	ref	4	ref
Meegemaakt (n=489)	15	+	25	+	61	++	11	+++
<b>Slaapproblemen</b>								
Niet (heel) veel (n=21.248)	9	ref	15	ref	38	ref	4	ref
(heel) veel (n=10.970)	11	x	17	x	41	x	6	+
<b>Levensmoeheid</b>								
Niet levenmoe (n=23.732)	10	ref	16	ref	39	ref	4	ref
Af en toe of vaker levenmoe (n=8.486)	8	n.s.	14	n.s.	39	n.s.	6	+
<b>Ervaren steun van omgeving</b>								
(zeer) mee oneens (n=822)	8	ref	13	ref	38	ref	4	ref
(zeer) mee eens (n=31.396)	10	n.s.	16	n.s.	39	n.s.	4	n.s.

Ref = referentiecategorie. N.s. = niet significant verschil met de referentiecategorie ( $p \geq 0,01$ ).

Plusteken(s) = significant positief verschil; minteken(s) = significant negatief verschil.

Effectgrootte (Cohen's d) bij significant verschil: x = heel klein/niet betekenisvol ( $< 0,2$ ), +/- = klein (0,2-0,49), ++/- -- = middelgroot (0,5-0,79) (0,5-0,79), +++/- --- = groot (0,8-1,29).

De n van elke groep telt niet altijd op tot de totale N, vanwege het effect van weging en afronding.

De analyses zijn uitgevoerd op een gewogen databestand en multivariaat getoetst.



## Colofon



Trimbos-instituut  
Postbus 725  
3500 AS Utrecht  
T: 030 – 297 11 00

**Projectleiding**  
*Michelle van der Horst*

**Auteurs**  
*Janneke van der Avoort*  
*Dana Kniest*

**Met medewerking van**  
*Simone Korteling*  
*Wouter den Hollander*  
*Marlous Tuithof*  
*Carmen Voogt*

**Vormgeving en productie**  
*Canon Nederland N.V.*

**Beeld**  
*Gettyimages.nl*  
*Personen afgebeeld in deze uitgave zijn modellen en hebben geen relatie tot het onderwerp van deze uitgave of ieder onderwerp binnen het onderzoeksdomein van het Trimbos-instituut.*

*De uitgave is te downloaden via [www.trimbos.nl/webwinkel](http://www.trimbos.nl/webwinkel).  
Artikelnummer AF2162.*

© 2024, Trimbos-instituut, Utrecht.  
*Tekst uit deze publicatie mag worden overgenomen op voorwaarde van bronvermelding. Deze uitgave mag worden veelevoudigd voor eigen of intern gebruik.*