

Hoe gaat jouw student om met alcohol en drugs?

LANGE VERSIE

Heb jij sinds kort een student in huis? Dan weet je dat dat heel wat met zich meebrengt. Je kind is meerderjarig, en woont misschien buitenshuis. Zijn of haar schooldagen, vriendengroepen en uitgaansleven zien er helemaal anders uit dan voordien. Dat doet iets met hoe je zoon of dochter omspringt met alcohol en drugs. Hierover praten is geen overbodige luxe. Die gesprekken helpen je kind om op een gezonde manier met middelen om te gaan. Op oudersvanstudenten.druglijn.be lees je hoe je dat kan aanpakken.

Vervang deze inleiding wanneer je je richt op laatste jaar Secundair Onderwijs:

Heb jij binnenkort een student in huis? Dan weet je dat dat heel wat met zich meebrengt. Je kind is bijna meerderjarig, en gaat misschien buitenshuis wonen. Zijn of haar schooldagen, vriendengroepen en uitgaansleven zullen ongetwijfeld wat veranderen. Dat doet iets met hoe je zoon of dochter omspringt met alcohol en drugs. Hierover praten is geen overbodige luxe. Die gesprekken helpen je kind om op een gezonde manier met middelen om te gaan. Op oudersvanstudenten.druglijn.be lees je hoe je dat kan aanpakken.

Studenten, alcohol en drugs

Elk jaar zetten bijna 50.000 studenten hun eerste stapjes in het studentenleven. Uitkijkend naar een nieuwe omgeving, nieuwe mensen en nieuwe ervaringen. Alcohol zal voor de meesten niet meer nieuw zijn, maar de manier waarop gedronken wordt verandert wel. Bij doordeweekse activiteiten lijkt het er plots 'gewoon bij te horen'. Heel wat studenten lopen daardoor risico op problemen. Bij het uitgaan laten ze zich af en toe te ver gaan. En zo gebeuren er ongelukken of stomiteiten.

Wat betreft illegale drugs is cannabis met voorsprong de meest gebruikte onder studenten. Zo gebruikte een kwart van de studenten minstens één keer cannabis in het afgelopen jaar.

Wat is mijn rol als ouder nog?

Bij de start van de studententijd staan ouders voor een nieuwe uitdaging. Met de toenemende zelfstandigheid van je zoon of dochter, verandert ook de band met je kind. En daarmee de invloed die je nog hebt. Hoe kan je nog zicht houden op het alcohol- of druggebruik van je kind, als hij of zij er niet meer altijd is? Moet je dat als ouder zelfs nog willen proberen?

Onthou dat één ding onveranderd gebleven is. Ouders blijven een belangrijke spil in het leven van hun studenten. De veilige basis waar ze tot rust kunnen komen, hun verhaal vertellen of hun wonden likken.

Een nieuwe balans

Doordat ouders een belangrijke spil blijven, zijn gesprekken over alcohol en andere drugs nog steeds mogelijk. Door erover te praten, denken jongeren zelf na over wat ze ok vinden en wat niet. Ze zullen het niet altijd eens zijn met de grenzen die hun ouders aangeven, maar het geeft wel een vertrekpunt. Ook betrokkenheid tonen maakt een verschil. Als studenten merken dat hun ouders hen door dik en dun steunen, ook als ze fouten maken, dan is dat een hele geruststelling. Jongeren weten daardoor dat ze de kans krijgen om het voor zichzelf uit te zoeken.



De DrugLijn geeft advies op maat

[Oudersvanstudenten.druglijn.be](https://oudersvanstudenten.druglijn.be) ondersteunt ouders bij die gesprekken. Filmpjes met straatinterviews laten studenten en ouders aan het woord, en interactieve testjes geven ouders advies op maat van hun kind en opvoedingsstijl. Ook ouders die zich zorgen maken omdat het gebruik van hun kind te ver gaat, vinden informatie en tips op de website.



Hoe gaat jouw student om met alcohol en drugs?

KORTE VERSIE

Studeert je zoon of dochter verder in het hoger onderwijs? Dan is het leuk om zien hoe je student langzaam zelfstandiger wordt. Maar dat gaat niet altijd zonder vallen en opstaan. Studenten moeten bijvoorbeeld uitzoeken hoe ze omgaan met alcohol en drugs, nu hun leven er wat anders uitziet. Als ouder heb je daar nog steeds een rol in te spelen. Op oudersvanstudenten.druglijn.be lees je hoe je dat kan aanpakken.

Communicatie, grenzen en betrokkenheid

Ouders blijven een belangrijke spil in het leven van hun studenten. Dat maakt gesprekken over alcohol en andere drugs nog steeds mogelijk. Door erover te praten, denken jongeren zelf na over wat ze ok vinden en wat niet. Ze zullen het niet altijd eens zijn met de grenzen die hun ouders aangeven, maar het geeft wel een vertrekpunt. Als studenten daarbij merken dat hun ouders hen door dik en dun steunen, ook als ze fouten maken, dan is dat een hele geruststelling.

De DrugLijn geeft advies op maat

[Oudersvanstudenten.druglijn.be](https://oudersvanstudenten.druglijn.be) ondersteunt ouders bij die gesprekken. Filmpjes met straatinterviews laten studenten en ouders aan het woord, en interactieve testjes geven ouders advies op maat van hun kind en opvoedingsstijl. Ook ouders die zich zorgen maken omdat het gebruik van hun kind te ver gaat, vinden informatie en tips op de website.



Hoe gaat jouw student om met alcohol en drugs?

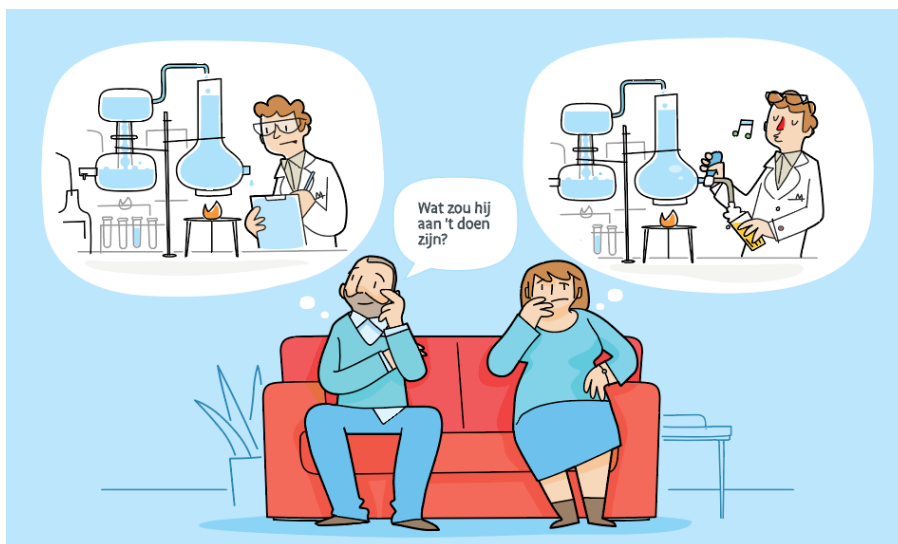
SOCIAL MEDIA, NIEUWSBRIEVEN & KADERTJES

Elk van onderstaande bullets stelt de nieuwe website voor in één paragraafje.

- Hoe gaat jouw student om met alcohol en drugs? Als ouder heb je nog invloed! Lees wat jij kan doen op oudersvanstudenten.druglijn.be.
- Als ouder heb je nog steeds invloed op je studerende kinderen. Ook wanneer het gaat over alcohol en drugs. Door met hen te blijven praten, grenzen aan te geven, en te tonen dat je bij hun leven betrokken blijft. Op oudersvanstudenten.druglijn.be lees je hoe je dat kan aanpakken.
- Studeert je zoon of dochter verder in het hoger onderwijs? Dan is het leuk om zien hoe je student langzaam zelfstandiger wordt. Maar dat gaat niet altijd zonder vallen en opstaan. Nu hun leven er wat anders uitziet, moeten studenten bijvoorbeeld uitzoeken hoe ze omgaan met alcohol en drugs. Als ouder heb je daar nog steeds een rol in te spelen. Op oudersvanstudenten.druglijn.be lees je hoe je dat kan aanpakken.

Illustratiemateriaal

- Cartoon



- Filmpje – teaser: <https://www.youtube.com/watch?v=4nyPGFvvkKA&feature=youtu.be>
- Postkaart - gratis te bestellen via: <https://www.vad.be/materialen/detail/postkaart-hoe-gaat-jouw-student-om-met-alcohol-en-drugs-gratis>

