

Richtlijnen

verslavingspreventie binnen het onderwijs

In dit overzicht is per type onderwijs en de verschillende leeftijdsfasen te zien welke preventieve interventies er ingezet kunnen worden. De richtlijnen geven meer duidelijkheid over de manier van werken, de beschikbare interventies en de theoretische onderbouwing.

colofon

Auteurs

Jeroen Lammers - Trimbos-instituut
Irene Alberti - Jellinek
Bernard van 't Klooster - Novadic-Kentron Verslavingskunde
Marijke Bouts - Mondriaan Preventie

Ontwerp

Offermans Design
Creatieve Vogels

Dit is een uitgave van het Trimbos-instituut en Verslavingskunde Nederland (VKN). De richtlijn is te downloaden via de website van HOS (Helder Op School) en genotmiddelen, www.trimbos.nl/aanbod/helder-op-school.

© Feb 2021, VKN/Trimbos-instituut, Utrecht

Algemeen

Uit onderzoeken naar interventies over roken en alcohol in het basisonderwijs blijkt dat voorlichting aan leerlingen in groep 8 geen effecten heeft¹.

De meeste leerlingen in het basisonderwijs hebben nog geen alcohol gedronken of roken nog niet² en de houding ten opzichte van alcohol en roken is overwegend negatief³. Het geven van voorlichting over alcohol en roken en het toepassen van andere veelgebruikte preventiestrategieën zoals het weerbaar maken tegen groepsdruk, gericht op middelengebruik, kan zelfs een averechts effect hebben op leerlingen met een verhoogd risico⁴.

Daarnaast is de gemiddelde startleeftijd van alcoholgebruik en roken de laatste 10 jaar omhoog gegaan van 12 jaar in 2003 naar 13 jaar in 2015⁵.

Het versterken van algemene vaardigheden, zoals zelfcontrole, probleemoplossende vaardigheden en sociale vaardigheden, heeft wel een preventief effect⁴. In plaats van specifieke aandacht voor roken en alcohol is het beter om de sociaal emotionele ontwikkeling van leerlingen te versterken.

De beschikbare interventies (voor de leerlingen) richten zich niet op middelenpreventie, maar op onderliggende motieven gericht op o.a. weerbaarheid en sociaal emotionele vaardigheden. Het is raadzaam aan te sluiten bij deze interventies en wat betreft voorlichting over roken en alcohol enkel te richten op de ouders.

Daarnaast is het van belang dat de school duidelijke regels heeft over alcohol drinken en roken in en rondom school, zowel voor leerlingen, leerkrachten en ouders. Vanaf 1 januari 2020 zijn basisscholen verplicht een rookvrij schoolterrein te hebben.

DOEN

- Voorlichting aan ouders over roken en alcohol, einde groep 8
- Beleidsadviezen voor de school
- Informatiebrochures en websites gericht op ouders



NIET DOEN

- Klassikaal voorlichting aan leerlingen
- Spreekbeurten over middelen
- Inzetten politie
- Waarschuwend benadering
- Inzetten van ervaringsdeskundigen



Beschikbare interventies

Ontwikkel mogelijkheden

In de meeste gemeenten in Nederland hebben onderwijsinstellingen de mogelijkheid om zonder directe kosten voor een school, gebruik te maken van de expertise en ondersteuning vanuit de regionale instellingen voor verslavingszorg en/of de GGD. Informeer er naar bij uw regionale instelling.

¹ = De Leeuw et al. 2014, Mares et al., 2013, Hiemstra et al., 2014 en Creemers et al., 2015

² = De Looze, 2014

³ = Masten, Faden, Zucker & Spear, 2008

⁴ = Onrust, Otten, Lammers & Smit, 2016

⁵ = Van Dorsselaer et al., 2016

* = Theoretisch goed onderbouwd

** = Effectief volgens goede aanwijzing

*** = Effectief volgens sterke aanwijzing

Leeftijd 10/12 jaar

Risicogroep

Als er sprake is van een verhoogd risico is het belangrijk dat leerkrachten in staat zijn om vroegtijdig te kunnen signaleren en het gesprek weten aan te gaan met de leerling én de ouders. Ook de mogelijkheid tot individuele begeleiding vanuit school van de leerlingen en de ouders/verzorgers is raadzaam, hierbij is het raadzaam een professional van de instelling voor verslavingszorg in te schakelen.

Kinderen van ouders met alcohol- en/of drugsproblemen vormen een risicogroep (KOPP/KOV kinderen). Zij hebben meer kans dat zij later ook problemen krijgen met gebruik.

Daarnaast is het van belang dat de school duidelijke regels heeft over alcohol drinken, roken en druggebruik in en rondom school, zowel voor leerlingen, leerkrachten en ouders. Vanaf 1 augustus 2020 zijn basisscholen verplicht een rookvrij schoolterrein te hebben.

Ontwikkel mogelijkheden

Interventies gericht op gamen.

De beschikbare interventies (voor de leerlingen) richten zich niet op middelenpreventie, maar op onderliggende motieven voor eventueel problematisch gebruik op latere leeftijd.

DOEN

- **Voorlichting aan ouders over roken en alcohol, einde groep 8**
- **Beleidsadviezen voor de school**
- **Informatiebrochures en websites gericht op ouders**
- **Individuele aanpak gericht op risico leerlingen**
- **Signaleren en begeleiden**
- **Deskundigheidsbevordering leerkrachten**
- **Doorverwijzen KOPP/KOV**



NIET DOEN

- **Spreekbeurten over middelen**
- **Waarschuwend benadering**
- **Klassikale voorlichting**



Beschikbare interventies

* = Theoretisch goed onderbouwd

** = Effectief volgens goede aanwijzing

*** = Effectief volgens sterke aanwijzing

Algemeen

De sociale norm blijkt belangrijk te zijn voor leerlingen in de brugklasleeftijd¹. Als leerlingen de basisschool verlaten, hebben zij over het algemeen een negatieve norm ten aanzien van roken, alcohol drinken en druggebruik. Het is belangrijk deze norm in de brugklas zo lang mogelijk vast te houden.

Leerlingen weerbaar maken tegen groepsdruk ten aanzien van middelengebruik (sociale beïnvloeding) is minder zinvol in deze leeftijdsfase¹. In de vroege adolescentie worden relaties met leeftijdsgenoten steeds belangrijker. Jongeren willen niets liever dan geaccepteerd worden door hun leeftijdsgenoten en zich niet afwijkend gedragen van de groep².

Ouders blijken een cruciale rol te spelen bij alcoholgebruik en het roken van hun kinderen³. Ouders dienen (in dezelfde periode als de leerlingen) te worden voorgelicht, zodat zij een duidelijke norm kunnen stellen voor hun kind.

Een middelenvrije school helpt bij het versterken van de norm dat roken, drinken en druggebruik niet thuis hoort op school. Vanaf 1 augustus 2020 zijn alle middelbare scholen verplicht een rookvrij schoolterrein te hebben.

Ervaringsdeskundigen

Naar de inzet van ervaringsdeskundigen in de klas is weinig onderzoek gedaan, met uitzondering van onderzoek van Rutten et al. (2016). Hieruit kwamen positieve effecten op de korte termijn. Indien ervaringsdeskundigen worden ingezet in de klas wordt aangeraden te voldoen aan de volgende voorwaarden: de ervaringsdeskundige moet dicht bij de doelgroep staan wat betreft leeftijd en achtergrond om de identificatie te versterken; de doelgroep moet de boodschap van de ervaringsdeskundige op zichzelf kunnen betrekken; en de boodschap moet niet te waarschuwend zijn⁴. Daarbij wordt aangeraden ervaringsdeskundigen niet als losstaande activiteit in te zetten, maar in te bedden in een breder preventieprogramma.

DOEN

- Voorlichting aan leerlingen over roken, alcohol en blowen gericht op sociale norm
- Voorlichting aan ouders over alcohol, roken en gamen
- Beleidsadviezen voor de school
- (vroeg) Signalering en begeleiding
- Informatiebrochures en websites gericht op ouders
- Deskundigheidsbevordering docenten



NIET DOEN

- Peereducatie
- Inzetten politie
- Weerbaar maken tegen sociale beïnvloeding
- Waarschuwend benadering



Beschikbare interventies

Ondersteuning

In de meeste gemeenten in Nederland hebben onderwijsinstellingen de mogelijkheid om zonder directe kosten voor een school, gebruik te maken van de expertise en ondersteuning vanuit de regionale instellingen voor verslavingszorg en/of de GGD. Informeer er naar bij uw regionale instelling.

¹ = Onrust, Otten, Lammers & Smit, 2016

² = Crone, 2012

³ = Koning et al. 2009; 2014

⁴ = De Gee et al. 2015

* = Theoretisch goed onderbouwd



Voortgezet onderwijs

Leeftijd 12/13 jaar

Risicogroep

Binnen het speciaal onderwijs (REC-4) en het Praktijkonderwijs bevinden zich kwetsbare groepen als het gaat om roken, alcohol en druggebruik. Het (problematisch) gebruik ligt hoger bij deze jongeren dan bij hun leeftijdsgenoten binnen het reguliere onderwijs en bovendien beginnen zij eerder met experimenteren. De groepsdynamiek van deze jongeren brengt risico's met zich mee wat kan leiden tot negatieve beïnvloeding. Net als bij hun leeftijdsgenoten in het reguliere onderwijs geldt dat interventies gericht op het weerbaar maken tegen sociale beïnvloeding en leren 'nee' zeggen tegen je vrienden niet effectief zijn.

Preventie op deze scholen vraagt daarom om een specifieke aanpak. De zorg binnen dit onderwijs is meer aanwezig en goed georganiseerd. Hierbij kan er veelal zonder directe kosten voor een school, gebruik gemaakt worden van de expertise en ondersteuning vanuit de regionale instellingen voor verslavingszorg/preventie. Als er sprake is van een verhoogd risico is het belangrijk dat docenten in staat zijn om vroegtijdig te signaleren en het gesprek weten aan te gaan met de leerling én de ouders. Ook de mogelijkheid tot individuele begeleiding vanuit school van de leerlingen en de ouders/verzorgers is raadzaam, al dan niet met

behulp van professionals van de instelling voor verslavingszorg en/of het wijkteam.

Ook voor deze leerlingen geldt dat ouders veel invloed hebben op de keuzes die hun kinderen maken, bijvoorbeeld door regels en afspraken te maken en in gesprek te blijven. Het kan echter moeilijker zijn dan binnen het reguliere onderwijs om ouders te kunnen bereiken. Dit vraagt meer inspanning en creativiteit. In een aantal gevallen zijn ouders minder of niet in staat hun kinderen goed te begeleiden, daardoor is de rol van de docent nog belangrijker.

Kinderen van ouders met alcohol- en/of drugsproblemen vormen een risicogroep, zij hebben meer kans dat zij later ook problemen krijgen met gebruik. Van belang is dat deze leerlingen vroegtijdig gezien en eventueel geholpen worden.

Ten slotte is het van belang dat de school duidelijke regels heeft over alcohol drinken, roken en druggebruik in en rondom school, zowel voor leerlingen, docenten en ouders. Vanaf 1 augustus 2020 zijn middelbare (speciaal onderwijs) scholen verplicht een rookvrij schoolterrein te hebben.

DOEN

- Voorlichting aan leerlingen over roken, alcohol en blowen
- Voorlichting aan ouders over alcohol, roken en gamen
- Beleidsadviezen voor de school
- Informatiebrochures en websites gericht op ouders
- Individuele aanpak gericht op leerlingen door professionals
- Deskundigheidsbevordering docenten signaleren en begeleiden
- Outreachende werkers inzetten op school
- Aansluiten bij buurt-/wijkteams
- Doorverwijzen KOPP/KOV



NIET DOEN

- Peereducatie
- Inzetten politie
- Weerbaar maken tegen sociale beïnvloeding



Beschikbare interventies

Ontwikkel mogelijkheden

Interventies gericht op gamen

* = Theoretisch goed onderbouwd

Algemeen

In de midden-adolescentie worden normen en waarden voornamelijk beïnvloed door leeftijdsgenoten¹. Jongeren durven meer risico's te nemen in het bijzijn van hun vrienden. Dit komt omdat er tijdens de ontwikkeling van de hersenen in het midden van de adolescentieperiode een grotere gevoeligheid voor druk van de omgeving ontstaat².

Leerlingen weerbaar maken tegen groepsdruk ten aanzien van middelengebruik is minder zinvol in deze leeftijdsfase¹. In de midden-adolescentie is de relatie met leeftijdsgenoten heel belangrijk voor jongeren. Jongeren willen geaccepteerd worden door hun leeftijdsgenoten en zich niet afwijkend gedragen van de groep³.

Universele preventie gericht op middelengebruik in deze leeftijdsfase werkt alleen als er tegelijkertijd duidelijke stimuli in de omgeving van de adolescent zijn met de norm dat drinken, roken en drugs gebruiken niet normaal is en niet bij school hoort. Het gaat hierbij om duidelijke regels stellen door ouders en beleidsregels op

school, waarbij roken, drinken en druggebruik ontmoedigd wordt. Dus voorlichting aan leerlingen in combinatie met voorlichting aan ouders en beleidsmaatregelen op school.

Vanaf 1 augustus 2020 zijn alle middelbare scholen verplicht een rookvrij schoolterrein te hebben.

Lachgas

Algemene voorlichting aan leerlingen over lachgas wordt afgeraden. Immers, de meeste jongeren (92%-95%) gebruiken geen lachgas. De kans is aanwezig dat lessen de nieuwsgierigheid prikkelen van leerlingen die het middel nog nooit gebruikt hebben. Wel kan het gesprek aangegaan worden met leerlingen die lachgas hebben gebruikt. Voorlichting aan ouders tijdens ouderavonden is wel zinvol. Er hoeft geen speciale ouderavond over lachgas georganiseerd te worden, wel kan er tijdens ouderavonden over tabak, alcohol en drugs aandacht besteed worden aan lachgas. Ouders kunnen tijdens de ouderavond tips krijgen hoe het gesprek aan te gaan met hun kind over lachgas.

DOEN

- Voorlichting aan leerlingen in combinatie met voorlichting aan ouders
- Opvoedondersteuning aan ouders
- Beleidsondersteuning voor de school
- (Vroeg) Signalering en begeleiding
- Informatiebrochures en websites gericht op ouders
- Deskundigheidsbevordering docenten
- Aansluiten bij buurt-/wijkteams



NIET DOEN

- Weerbaar maken tegen sociale beïnvloeding
- Waarschuwend benadering
- Klassikale voorlichting over lachgas



Beschikbare interventies

Ondersteuning

In de meeste gemeenten in Nederland hebben onderwijsinstellingen de mogelijkheid om zonder directe kosten voor een school, gebruik te maken van de expertise en ondersteuning vanuit de regionale instellingen voor verslavingszorg en/of de GGD. Informeer er naar bij uw regionale instelling.

¹ = Forehand & Wierson, 1994 ² = Crone, 2012 ³ = Crone, 2012 ⁴ = Malmberg, 2014; Onrust, Otten, Lammers & Smit, 2016

* = Theoretisch goed onderbouwd

*** = Effectief volgens sterke aanwijzing



Voortgezet onderwijs

Leeftijd 13/16 jaar

Risicogroep

Selectieve en geïndiceerde preventie werkt goed in de midden-adolescentie⁴. Onder andere selectieve/geïndiceerde preventie gericht op cognitieve gedragstherapie is een effectieve methode bij leerlingen in deze leeftijdsfase met een verhoogd risico op (problematisch) gebruik⁵.

Kinderen van ouders met alcohol- en/of drugsproblemen vormen een risicogroep, zij hebben meer kans dat zij later ook problemen krijgen met gebruik.

Het middelengebruik op bepaalde scholen ligt hoger, zoals het speciaal onderwijs (REC-4) en het Praktijkonderwijs. Preventie op deze scholen vraagt om een specifieke aanpak. Vaak is er al sprake van (problematisch) gebruik. Er kan dan gekozen voor individuele geïndiceerde interventies.

Als er sprake is van een verhoogd risico is het belangrijk dat docenten in staat zijn om vroegtijdig te signaleren en het gesprek weten aan te gaan met de leerling én de ouders. Ook de mogelijkheid tot individuele begeleiding vanuit school van de leerlingen en de ouders/verzorgers is raadzaam.

Daarnaast is het van belang dat de school duidelijk beleid (regels) heeft over alcohol drinken, roken en druggebruik in en rondom school, zowel voor leerlingen, docenten als ouders. Vanaf 1 augustus 2020 zijn middelbare scholen verplicht een rookvrij schoolterrein te hebben.

Ontwikkel mogelijkheden

Interventies gericht op gamen

DOEN

- Selectieve en geïndiceerde preventie voor leerlingen
- Voorlichting aan ouders over alcohol, roken, drugs en gamen
- Beleidsadviezen voor de school
- (Vroeg) Signalering en begeleiding
- Informatiebrochures en websites gericht op ouders
- Ondersteuning op maat gericht op ouders en opvoeders
- Deskundigheidsbevordering docenten
- Outreachende werkers inzetten op de scholen
- Aansluiten bij buurt-/wijkteams
- Doorverwijzen KOPP/KOV



NIET DOEN

- Weerbaar maken tegen sociale beïnvloeding



Beschikbare interventies

* = Theoretisch goed onderbouwd

** = Effectief volgens goede aanwijzing

Algemeen

In de late-adolescentie wordt de persoonlijke identiteit steeds belangrijker en zijn jongeren minder gevoelig voor groepsdruk.

Door de verdere ontwikkeling van de hersenen zijn late adolescenten steeds beter in staat vooruit te denken en impulsen te beheersen¹. Schoolprogramma's die ontwikkeling van vaardigheden voor zelfcontrole stimuleren lijken effectief in het verminderen van schadelijk middelengebruik².

De sociale invloed benadering is effectief in deze periode³. Met de sociale invloed benadering wordt bedoeld dat jongeren bewust worden gemaakt van de sociale invloeden van anderen die aanzetten tot het gebruik van middelen, zodat zij zich tegen deze invloeden kunnen wapenen.

Sociale norm interventies zijn ook effectief in de late-adolescentie. Met sociale norm interventies worden zowel interventies bedoeld waarin mispercepties van het middelengebruik van leeftijdsgenoten worden gecorrigeerd, als interventies waarbij jongeren hun eigen middelengebruik vergelijken met dat van anderen.

De invloed van ouders op de keuzes die hun kinderen maken is in deze leeftijdsgroep nog steeds groot, bijvoorbeeld door regels en afspraken te maken en in gesprek te blijven.

Alle MBO scholen zijn vanaf 1 augustus 2020 verplicht een rookvrij schoolterrein te hebben.

DOEN

- Versterken zelfcontrole van leerlingen/studenten
- Voorlichting aan ouders over alcohol, roken, drugs en gamen
- Beleidsadviezen voor de school
- (Vroeg) Signaleren en begeleiden
- Deskundigheidsbevordering docenten
- Inzetten van Peereducatie
- Aansluiten bij buurt-/wijkteams



NIET DOEN

- Waarschuwendende benadering



Beschikbare interventies

Ondersteuning

In de meeste gemeenten in Nederland hebben onderwijsinstellingen de mogelijkheid om zonder directe kosten voor een school, gebruik te maken van de expertise en ondersteuning vanuit de regionale instellingen voor verslavingszorg en/of de GGD. Informeer er naar bij uw regionale instelling.

¹ = Steinberg, 2010

² = Buhler & Thrul, 2015; Onrust, Otten, Lammers & Smit, 2016

³ = Onrust, Otten, Lammers & Smit, 2016

Risicogroep

Binnen het speciaal onderwijs (REC-4), het Praktijkonderwijs en het MBO niveau 1 en 2 bevinden zich kwetsbare jongeren. Het (probleematisch) middelengebruik en gamen komt bij deze jongeren meer voor dan bij hun leeftijdsgenoten binnen het reguliere onderwijs.

Preventie op deze scholen vraagt daarom om een specifieke aanpak. Een groepsvoorlichting voor deze leerlingen is geschikt als er op maat gekeken wordt naar een passende vorm. Ook kan er gekozen worden voor individuele geïndiceerde interventies. De zorg binnen dit onderwijs is meer aanwezig en goed georganiseerd, daarom is het goed hierbij aan te sluiten.

Ook voor deze leerlingen geldt dat ouders veel invloed hebben op de keuzes die hun kinderen maken, bijvoorbeeld door regels en afspraken te maken en in gesprek te blijven. Het kan echter moeilijker zijn dan binnen het reguliere onderwijs om ouders te kunnen bereiken. Dit vraagt meer inspanning en creativiteit.

Als er sprake is van een verhoogd risico is het belangrijk dat docenten in staat zijn om vroegtijdig te signaleren en het gesprek weten aan te gaan met de leerling én de ouders. Ook de mogelijkheid van individuele begeleiding vanuit school van de leerlingen en de ouders/verzorgers is raadzaam.

Daarnaast is het van belang dat de school duidelijke regels heeft over alcohol drinken, roken en druggebruik in en rondom school, zowel voor leerlingen, docenten en ouders.

DOEN

- Voorlichting aan leerlingen/studenten en ouders over alcohol, roken en drugs en gamen
- Beleidsadviezen voor de school
- Individuele aanpak gericht op risico leerlingen
- Deskundigheidsbevordering docenten (vroeg) signaleren en begeleiden
- Outreachende werkers inzetten op de scholen
- Motiverende gespreksvoering



NIET DOEN

- Weerbaar maken tegen sociale beïnvloeding



Beschikbare interventies