

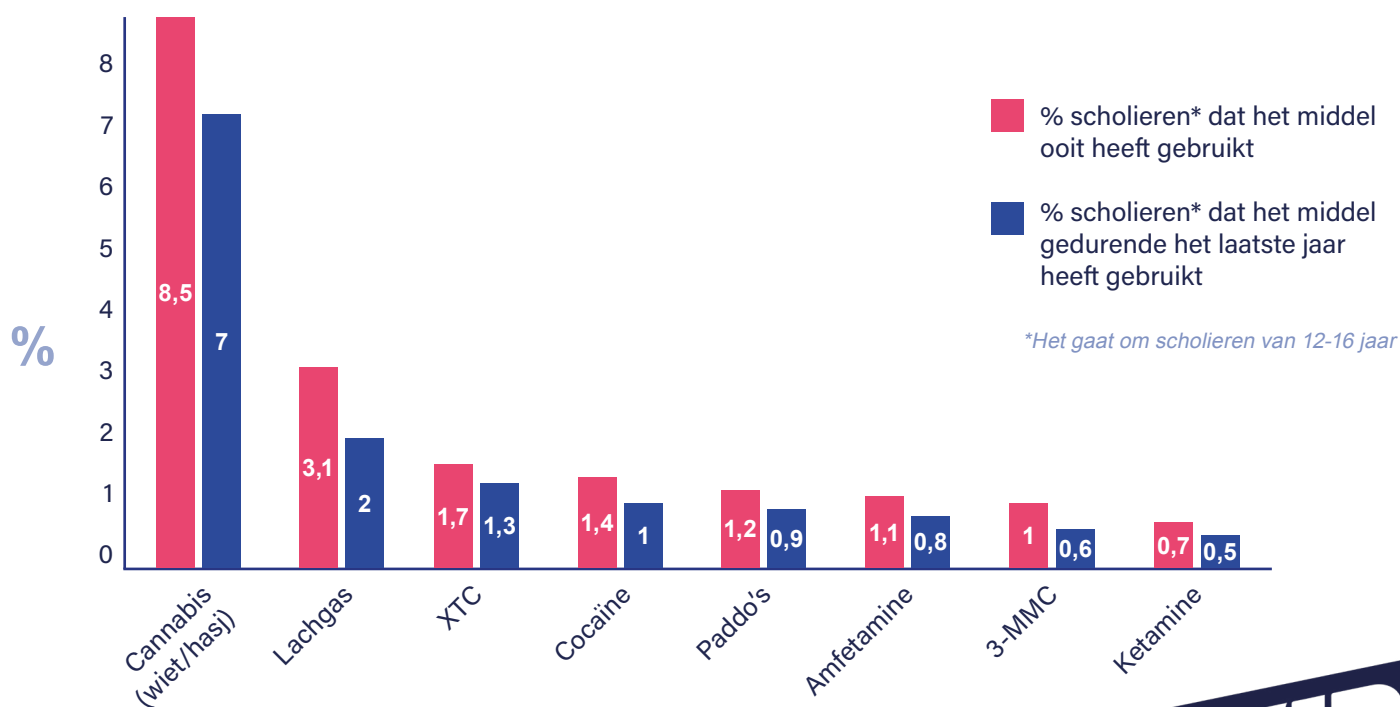


Wat werkt bij middelenpreventie in het voortgezet onderwijs?

Als school heb je verschillende verantwoordelijkheden, waaronder het bevorderen van de gezondheid van je leerlingen. Een gezonde leefstijl draagt bij aan betere prestaties en verminderd schooluitval. Leerlingen die niet roken, geen alcohol drinken en geen drugs gebruiken, voelen zich fitter en zitten beter in hun vel. Hierdoor zijn ze mentaal sterker en beter bestand tegen verleidingen.

Veel mensen hebben het idee dat drugsgebruik genormaliseerd is. Het is belangrijk om aan jongeren te laten weten dat veruit de meeste jongeren géén drugs gebruiken. SKIP zoekt naar manieren om hierop te anticiperen. Zo ook voor het onderwijs. Hoe kunnen we ervoor zorgen dat middelengebruik niet daadwerkelijk de norm wordt, met alle negatieve gevolgen van dien? Wat kun je hier als school in betekenen? En wat zijn werkzame elementen?

Gebruik van verschillende soorten drugs:



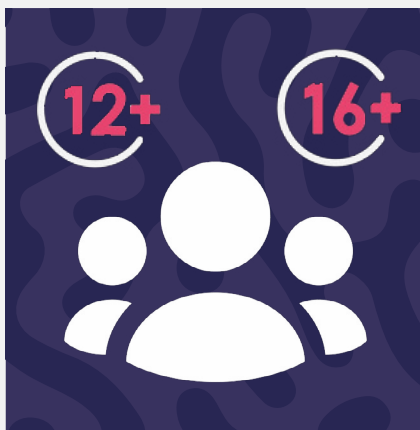
Bron: Peilstationsonderzoek Scholieren/Leefstijlmonitor, 2023



Om de gezondheid van leerlingen effectief én blijvend te verbeteren, wordt er binnen SKIP met programma's als de Gezonde School gewerkt. De aanpak helpt om ouders, verzorgers, leerlingen en docenten te betrekken bij het werken aan een gezonde én veilige leefstijl op school. Het programma Helder op School, onderdeel van de gezonde school, kan worden ingezet om meer focus te leggen op middelenpreventie.

Middelenpreventie in het onderwijs, wat werkt?

Hoe kunnen we ervoor zorgen dat middelengebruik niet daadwerkelijk de norm wordt, met alle negatieve gevolgen van dien? Wat kun je hier als school in betekenen? En wat zijn werkzame elementen?



Doelgroep- en leeftijdsgericht communiceren

Verschillende leeftijden hebben verschillende benaderingswijzen nodig. Een 12-jarige tiener heeft andere informatie nodig dan een 16-jarige tiener. Waar je bij de jongere doelgroep interventies beter kunt richten op de sociaal emotionele ontwikkeling en de sociale norm, kun je vanaf de late adolescentie (16 jaar) interventies beter richten op zelfcontrole en het weerbaar maken tegen groepsdruk.

Ook in het contact naar ouders toe is het belangrijk om je bewust te zijn van doelgroepgerichte communicatie. Ouders van 12-jarigen hebben een andere kijk op de opvoeding dan ouders van een 16-jarige en hebben dus een andere boodschap nodig.

De gewenste norm communiceren

In communicatie over middelengebruik kun je ook onbedoeld gebruik in de hand werken. 'Alles wat je aandacht geeft, groeit,' maar dat willen we nu juist niet hebben.

TIP 1 Richt je op het versterken van niet-gebruik en gezonde alternatieven.

TIP 2 Heb in de boodschap aandacht voor het gewenste gedrag.

Veel scholen formuleren hun beleid en regels op een positieve manier. Dit is natuurlijk ook van belang als het gaat om alcohol en andere drugs. Besteed hierin ook aandacht aan een positieve formulering van niet-gebruik. Bij beleid over middelenpreventie kun je er aan denken om positieve alternatieven voor middelengebruik meer aandacht te geven.



Communiceren van de gewenste norm:

Drugs-gebruik is niet normaal én de meeste jongeren gebruiken niet.



Versterken van niet-gebruik

Onderzoek en nieuwe inzichten laten zien dat voorlichtende interventies voor middelbare scholieren vooral effectief zijn als ze gericht zijn op het versterken van negatieve normen en waarden die vanuit de peergroep zelf komen. Geef in lessen of voorlichtende activiteiten sterke sturing aan zo genoemde stoere praat uit de groep waarop veelal met enige lacherigheid wordt gereageerd. Beperk hiervoor de ruimte. Ondanks dat deze anekdotes over middelengebruik soms heel gemakkelijk zijn. Deze uitingen bevestigen de positieve norm en maken voor sommige kinderen in de klas middelengebruik juist nog aantrekkelijker.

Tips sturing geven in de klas:

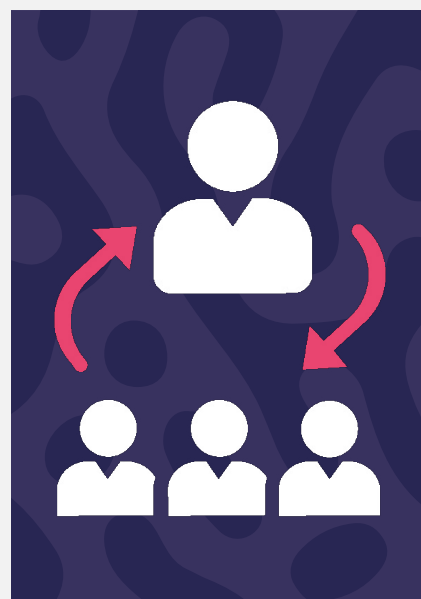
- Gebruik maken van tegengeluid in de klas
- Uitdagen anders te denken
- Confronteren met gedrag
- Ombuigen van gedrag
- Niet: negeren en/of meelachen

Niet focussen op waarschuwen en afschrikverhalen

Afschrikverhalen richten zich (vaak) niet op een positieve norm, komen niet met positieve alternatieven en zetten middelengebruik juist nadrukkelijk centraal. Daarom wordt aangeraden niet in te zetten op waarschuwen en afschrikverhalen.

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 identificatie te versterken; de doelgroep moet het verhaal en de voorbeelden van de ervaringsdeskundige op zichzelf kunnen betrekken; en de boodschap moet niet gericht zijn op het bang maken van leerlingen.

Eigen ervaringen, zijn eigen ervaringen... deze zijn niet altijd geschikt als voorbeeld voor jongeren. Dit geldt zowel voor positieve als negatieve ervaringen.



Wil je als school aan de slag met dit thema of heb je hier vragen over? Stem dan af met de lokale partners op het vlak van gezondheid en jongerenwelzijn, zoals Novadic-Kentron en GGD.

Meer info:

Gezonde School

Helder op School

SKIP

Communiceren van de gewenste norm:

Drugs-gebruik is niet normaal én de meeste jongeren gebruiken niet.

SKIP