

# Wil je als jeugdprofessional werken aan het voorkomen van problemen door alcohol, tabak en drugs door jongeren?

In deze infosheet vind je tips hoe je dit als jeugdprofessional kan doen.

We willen graag dat jongeren in Nederland gezond kunnen opgroeien. En dat ze kansen krijgen om zich sociaal te ontwikkelen. Dit laatste betekent dat zij bijvoorbeeld een opleiding volgen en werk kunnen vinden. Het gebruik van tabak, alcohol en drugs heeft gezondheidsrisico's en belemmert jongeren in hun ontwikkeling. Daarom mogen jongeren tot 18 jaar geen alcohol, tabak of cannabis kopen. Ook de handel in andere drugs is verboden. Maar alleen wetgeving is niet genoeg. Ook jeugdprofessionals kunnen een belangrijke rol spelen bij het voorkomen en signaleren van (problemen door) middelengebruik.

Met jeugdprofessionals bedoelen wij hier verschillende beroepsgroepen die werken met jongeren en ouders. Denk aan: docenten, jongerenwerkers, jeugdzorgwerkers, leerplichtambtenaren, doorstroomcoaches, jeugdboa's etc. Zij zien jongeren vaak in hun dagelijks doen en laten, signaleren beginnende problemen in de ontwikkeling en hebben meestal het vertrouwen van jongeren. Daarom zijn jeugdprofessionals een onmisbare schakel in de preventieaanpak van roken en alcohol- en drugsgebruik door jongeren.

In deze infosheet vind je tips hoe je dit als jeugdprofessional kan doen.

Deze infosheet is bedoeld voor jeugdprofessionals die werkzaam zijn bij verschillende soorten organisaties. De infosheet sluit aan bij het preventieprogramma [Open en Alert](#) voor zorg- en welzijnsinstellingen. Maar hij kan ook los worden gebruikt.

De infosheet is gebaseerd op gesprekken met professionals, onderzoek en richtlijnen. Dit betreft o.a. [luchgasgebruik onder jongeren met een migratieachtergrond](#) en het traject In [gesprek over cannabis](#). De aanbevelingen sluiten aan bij de [Richtlijn Middelengebruik Jeugdhulp en Jeugdbescherming](#) en de [handreiking vroegsignalering Alcohol Jeugd](#).

### Tips voor jeugdprofessionals

Lees op de volgende pagina's meer over hoe je aan de slag kunt met deze aanbevelingen.

## TIP 1 Beperk blootstelling aan middelengebruik



*Duidelijke regels.* Wees duidelijk over wat er wel en niet mag. Dit moet in lijn zijn met algemene wetgeving zoals NIX18 en rookvrije zorg. De locatie waar je werkt heeft waarschijnlijk al regels over waar mensen wel of niet mogen roken. Op de meeste (werk)plekken is het niet toegestaan om alcohol te drinken of drugs te gebruiken. Vertel aan de jongere wat de regels zijn. Vertel ook wat *jouw* regels zijn. Bijvoorbeeld: ga jij wel of niet met iemand in gesprek die onder invloed is?

Werk je outreachend? Als je op verschillende plekken werkt kunnen de regels en gewoonten steeds anders zijn. Geef dan nog steeds aan welke regels er gelden. Denk aan: regels over dat het verboden is om te dealen of middelen aan te bieden aan minderjarigen.

*Kies de juiste plek.* Het zien van gebruik door anderen is een risicofactor voor middelengebruik. Spreek dus niet af op een plek waar mensen roken of alcohol of drugs gebruiken. Spreek ook niet af op plekken waar alcohol, tabak of drugs worden verkocht zoals een café of coffeeshop.

*Geef het goede voorbeeld.* Het hoort bij je rol als jeugdprofessional dat je zelf het goede voorbeeld geeft. Rook of drink dus niet in het bijzijn van jongeren. Ook niet wanneer je weet dat zij al roken en drinken. Praat ook niet op een positieve manier over je eigen middelengebruik, vroeger of nu. Onbedoeld zet je dan toch de norm neer dat het leuk is en het erbij hoort.

## TIP 2 Signaleer het gebruik van tabak, alcohol en drugs



*Herken middelengebruik.* Het gebruik van tabak, alcohol en drugs is soms stiekem. Je kunt het vaak toch herkennen door op andere dingen te letten. Denk aan: achtergelaten afval zoals vloeitjes, verpakkingen, lege blikjes, zwarte ballonnen of gastanks. Je kunt ook de sociale media volgen waar jongeren actief zijn. Door te volgen wat zij delen over hun leven kun je ook signalen krijgen over gebruik.

*Plotselinge veranderingen.* Zie je opvallende veranderingen in het uiterlijk of gedrag bij een jongere? Dan kunnen dat signalen zijn dat er sprake is van gebruik. Bijvoorbeeld: veranderende stemming, regelmatig te laat komen, vastlopen op school of thuis, rode ogen. Hier kunnen natuurlijk ook andere oorzaken voor zijn dan middelengebruik. Ga dus nooit ergens vanuit.

*Signalen toetsen bij anderen.* Toets je signalen altijd bij collega's. Het is moeilijk om in je eentje de signalen goed te interpreteren. Samen weet je meer dan alleen. Vergeet niet de collega's die werken bij andere organisaties of op straat zoals jeugd-BOA's. Houd contact met preventiewerkers van verslavingszorg. Naast kennis over preventie, weten ze ook veel over signalen van gebruik. Bovendien hebben zij ook veel aan *jouw* signalen. Het helpt hen om een goed beeld te krijgen van wat er in de regio speelt.

### TIP 3 Ga het gesprek aan



**Maak middelengebruik bespreekbaar.** Zorg ervoor dat er in elk gesprek ruimte is om over middelengebruik te praten. Je kunt het als een vast onderdeel terug laten komen. Maar je kan er ook naar vragen wanneer er een aanleiding is. Bijvoorbeeld na het zien van een nieuwsbericht of gebeurtenis in de buurt. Wees open en nieuwsgierig. Laat je eigen oordeel of ervaring los. Je zult misschien niet direct een open en eerlijk antwoord krijgen. Dit is niet erg. Het gaat erom dat je laat zien dat het voor jou een normaal onderwerp is. Vind je dit toch lastig? Instellingen voor verslavingszorg geven trainingen in het signaleren en bespreekbaar maken van middelengebruik.

**Geef informatie.** Het geven van informatie over middelengebruik aan jongeren is altijd maatwerk. Het maakt uit of iemand gebruikt, het veel in zijn/haar omgeving ziet of er nog niet mee bezig is. Als het nog niet speelt in de omgeving van jongeren, geef dan nog geen uitgebreide voorlichting over de effecten en risico's van tabak, alcohol en drugs. Dit heeft geen effect op (toekomstig) gedrag en kan juist nieuwsgierigheid opwekken.

Wanneer het in de omgeving van de jongere speelt of deze geeft aan hier interesse in te hebben, dan is het belangrijk om voor te lichten. Geef eerlijke voorlichting en bespreek de mogelijke gevolgen van gebruik. Leg de nadruk op de gevolgen op de korte termijn en dingen die voor de jongere zelf belangrijk zijn. Denk aan: de omgang met vrienden of het halen van doelen op het gebied van school, werk, sport, muziek of andere hobby. Gezondheid op de lange termijn vinden jongeren vaak minder belangrijk. Leg uit wat een jongere bij gebruik kan doen om te zorgen dat de risico's kleiner worden. Zoek eventueel samen informatie op [www.ikstopnu.nl](http://www.ikstopnu.nl), [www.alcoholinfo.nl](http://www.alcoholinfo.nl) of [www.drugsinfo.nl](http://www.drugsinfo.nl). Kijk voor informatie in toegankelijke taal op [Alcohol en drugs](http://www.alcoholinfo.nl) van [www.Steffie.nl](http://www.steffie.nl).

**Bespreek je zorgen.** Als je je zorgen maakt bespreek dit dan. Het is niet nodig om te weten of het gebruik problematisch is of niet. Hier kun je juist al pratende samen met de jongere achter komen. Er zijn [testen over het eigen gebruik](#) van alcohol en drugs die je samen in kan vullen. Neem de tijd voor een gesprek en probeer je in te leven in de jongere. Laat deze ook het tempo bepalen. Laat de jongere merken dat je luistert door te herhalen wat deze zegt. Dat stimuleert de jongere om door te vertellen. Onderzoek samen de redenen voor het gebruik. Is het om erbij te horen, verveling of om even problemen te vergeten?

Lijkt er inderdaad sprake van riskant of problematisch gebruik? Stel dan voor dat de jongere vrijblijvend in gesprek gaat met iemand die hem of haar hierbij kan helpen. Leg uit dat er bij de afdeling preventie van verslavingszorg mensen werken die weten hoe je kan minderen of stoppen met middelengebruik. Ook is er een aanbod voor online zelfhulp. Dit zijn interventies die een jongere zelfstandig en anoniem kan doorlopen.

Met behulp van de [overzichtskartaal Kansen voor preventie](#) kun je samen kijken welke interventie passend is.

## TIP 4 Betrek de ouders



*Vertel ouders dat ze belangrijk zijn bij preventie.* Ouders spelen een belangrijke rol bij het voorkomen van problemen door alcohol- en drugsgebruik bij hun kind. Zij hebben zelfs meer invloed dan zij denken. Als jeugdprofessional is het belangrijk om dit aan ouders mee te geven en hen hierbij aan te moedigen en te ondersteunen.

*Informatie en opvoedtips voor ouders.* Je kunt ouders wijzen op de website [www.helderopvoeden.nl](http://www.helderopvoeden.nl). Hier staan praktische tips en de cursus 'Praten met je kind'.

---

### De opvoedtips voor ouders zijn:

- 1 Wees betrokken bij wat je kind doet, waar het is en met wie het omgaat
- 2 Geef het goede voorbeeld. Drink bijvoorbeeld geen alcohol waar je kind bij is
- 3 Praat met je kind over alcohol, tabak en drugs
- 4 Stel een duidelijke grens en maak afspraken met je kind
- 5 Zoek informatie op over verschillende middelen en de risico's
- 6 Let op signalen van gebruik en leer mogelijke problemen herkennen
- 7 Praat met andere ouders over opvoeding en middelengebruik en maak gezamenlijke afspraken.

---

*Ouderavonden en bijeenkomsten.* Sommige scholen bieden een preventieprogramma aan zoals **Helder op School**. Dit programma betreft ook ouders bijvoorbeeld via ouderavonden en ouder-kind interventies. Wijs ouders op het bestaan ervan. Moedig ze aan om bij de school van hun kind navraag te doen naar het aanbod op middelenpreventie. Je kunt ouders ook verwijzen naar verschillende bijeenkomsten en cursussen voor ouders die bijvoorbeeld vanuit de GGD, het maatschappelijk werk en de instelling voor verslavingszorg worden aangeboden. Ouders kunnen ook bellen naar de landelijke alcoholinfo en drugsinfolijnen (0900 1995, 10 cent per minuut). Ze kunnen ook bij hun eigen huisarts terecht met vragen of zorgen over het middelengebruik van hun kind.

*Actieve rol nemen.* Sommige ouders zijn lastiger te bereiken. Zij komen niet naar ouderavonden of bijeenkomsten. Ze vinden het moeilijk om informatie te vinden via websites. Benader deze ouders actief (outreaching werken). Zoek naar wat voor hen werkt. Leest deze ouder geen online nieuwsbrief? Stuur een app-berichtje of sms. Is deze ouder minder taalvaardig? Probeer deze ouder te bellen of thuis op te zoeken. Je kunt ook samenwerken met organisaties en personen die dichtbij de ouders staan en aanzien hebben in de gemeenschap. Dit kan een buurtcoach zijn, maar ook een voetbaltrainer of een imam. Organiseer samen met hen bijeenkomsten bijvoorbeeld in het wijkcentrum, de sportkantine, de moskee of andere plekken waar ouders veel komen.

*Cultuursensitief werken.* Wanneer je met ouders werkt merk je dat de opvattingen rondom opvoeding en middelengebruik sterk kunnen verschillen. Soms is middelengebruik een taboe en wordt er thuis niet over gepraat. Maar er zijn ook ouders die het drinken van alcohol door minderjarige thuiswonende kinderen normaal vinden.

Het is belangrijk dat je als professional weet dat iemands culturele achtergrond invloed heeft op de opvoeding én dat het kan wisselen per situatie. Het betekent dat je je bewust bent van je eigen culturele achtergrond en die van de ouders, dat je je bescheiden opstelt en open en nieuwsgierig bent. Een mooi uitgangspunt is dat alle ouders het beste willen voor hun kind. Onderzoek dus samen met ouders hoe zij hier vanuit hun eigen opvattingen aan kunnen bijdragen op een manier die bij hen past.

#### **TIP 5** Werk samen en verwijs indien nodig



*Ken het aanbod van anderen.* Middelenpreventie vraagt om een netwerksamenwerking waarbij professionals en organisaties elk hun eigen expertise hebben. Dit gaat van laagdrempelige opvoedingsondersteuning tot behandeling van verslaving. Leer de mensen en **organisaties** in jouw omgeving kennen, zodat je met hen kan samenwerken. Dit helpt om jongeren en ouders te verwijzen wanneer dat nodig is. Soms kun je als jeugdprofessional ook bij deze organisaties terecht voor advies en deskundigheidsbevordering.

*De afdeling Preventie van de instelling voor verslavingszorg.* Jongeren en ouders kunnen hier terecht voor ondersteunende gesprekken. Het helpt als je een contactpersoon bij deze instelling hebt waarmee je snel kunt schakelen. Zie ook de kaart: **Lokaal samenwerken aan verslavingspreventie**.

*GGZ:* Problemen met middelengebruik staan bij jongeren niet altijd op zichzelf. Er spelen regelmatig ook andere psychosociale problemen. Een focus op alleen preventie van alcohol- en drugsgebruik is voor sommige jongeren niet genoeg. Ken dus ook de partijen met expertise op mentale gezondheid zoals de GGZ.

*Medische professionals:* Sommige drugs kunnen (onbekende) medische klachten geven. Denk bijvoorbeeld aan tintelingen bij lachgas of psychoses bij cannabisgebruik. Heb je vermoedens dat dit speelt? Verwijs dan naar de huisarts of **Landelijk Medisch Spreekuur partydrugs**. Bel in noodgevallen 112 of ga naar de Spoed Eisende Hulp (SEH).

#### Colofon

Auteurs: Desirée Spronk en Marjan Möhle

Deze infosheet is een samenvoeging van de eerdere publicaties *In gesprek over cannabis en Lachgasgebruik onder jongeren met een migratieachtergrond*.

Met dank aan: alle professionals die de afgelopen jaren hun inzichten met ons gedeeld hebben

Financiering: Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport

Contact: dspronk@trimbos.nl

Vormgeving: The Creative Hub | Powered by Canon

Artikelnummer: TRI-65-026

