HELDER OP SCHOOL

OPVOEDING EN MIDDELENGEBRUIK

HET EFFECT VAN VERSCHILLENDE OPVOEDSTRATEGIEËN BIJ KINDEREN VAN VERSCHILLENDE LEEFTIJDEN



Trimbos instituut

Inleiding

Van alle leerlingen van twaalf tot en met zestien jaar in het voorgezet onderwijs heeft bijna de helft (47%) wel eens alcohol gedronken. Ongeveer één op de zes leerlingen heeft wel eens gerookt (17%, tenminste een paar trekjes) en één op de tien (10%) leerlingen heeft wel eens geblowd (Rombouts e.a., 2019).

Ouders spelen een belangrijke rol in het beginnend middelengebruik van hun kind (Vermeulen-Smit, 2014; Villagrana & Lee, 2018). Uit verschillende nationale en internationale onderzoeken is gebleken dat het belangrijk is dat ouders met hun kind over middelengebruik praten (Carver e.a., 2017; Hiemstra e.a., 2017; Ryan e.a., 2010). Hoe vaak ouders met hun kind spreken is hierbij minder belangrijk dan de manier waarop ouders het gesprek aan gaan. Een open, constructief gesprek verkleint de kans dat kinderen op jonge leeftijd alcohol drinken, roken of blowen. Het is hierbij belangrijk dat ouder en kind gemakkelijk over dit onderwerp praten, interesse hebben in elkaars mening en zich begrepen voelen door de ander.

Bovendien is herhaaldelijk aangetoond dat kinderen minder snel middelen gebruiken als hun ouders strenge regels hanteren (Carver e.a., 2017; Emory e.a., 2010; Hiemstra e.a., 2017; Vermeulen-Smit, 2014). Het is belangrijk dat deze regels goed worden uitgelegd aan het kind en dat de regels duidelijk en eenduidig zijn. Inconsistentie in de regels kan verwarrend zijn waardoor de kans op gebruik juist toeneemt (Sharmin e.a., 2017; Yap e.a., 2017). Ook is gebleken dat het laten proeven van alcohol gerelateerd is aan vaker en meer drinken op latere leeftijd (Colder e.a., 2018; Mattick e.a., 2018).

De manier waarop ouders omgaan met alcohol, roken en drugs verandert naarmate kinderen ouder worden. De meeste ouders vinden dat zij goed met hun kind over roken of alcohol kunnen praten. Voor ouders van oudere kinderen (15-16 jaar) is dit minder vaak het geval dan voor ouders van jongere kinderen (12-14 jaar) (Rombouts e.a., 2021). Bovendien geven ouders van oudere kinderen minder vaak aan dat hun kind dezelfde opvattingen heeft over roken of alcohol dan ouders van jongere kinderen. Ouders worden ook minder streng naarmate het kind ouder wordt, bovendien hebben zij er minder vertrouwen in dat zij hun kind ervan kunnen weerhouden om middelen te gebruiken. Ouders van oudere kinderen hebben deze regels wel vaker geformaliseerd in de vorm van een NIX18-afspraak (Rombouts e.a., 2021).

Hoewel de manier waarop ouders met alcohol, roken en drugs omgaan in de opvoeding kan veranderen als hun kind ouder wordt, zegt dit nog niets over de effectiviteit van de verschillende opvoedstrategieën bij kinderen van verschillende leeftijden. Onderzoek naar middelenpreventie in de schoolomgeving biedt echter aanwijzingen dat de levensfase van kinderen bepalend is voor wat er wel en niet effectief is. Hieruit is gebleken dat de effectiviteit van verschillende preventiestrategieën afhankelijk is van de ontwikkelingsfase van de leerlingen (Onrust e.a., 2016). Preventiestrategieën die beter aansluiten bij de natuurlijke ontwikkeling die kinderen doormaken hebben meer effect. Het is goed mogelijk dat ditzelfde ook geldt voor het effect van verschillende opvoedstrategieën. Inzicht hierin kan ouders helpen om hun kinderen beter te beschermen tegen vroegtijdig middelengebruik.

Dataverzameling

Voor deze factsheet zijn onderzoeksgegevens uit verschillende bronnen gebruikt. In de eerste plaats zijn er verdiepende analyses uitgevoerd op de data van het Peilstationsonderzoek 2015. Dit zijn niet de meest recente gegevens over het middelengebruik onder Nederlandse kinderen. In tegenstelling tot het Peilstationsonderzoek 2019, biedt deze studie de mogelijkheid om de door de ouder gerapporteerde informatie over opvoeding te relateren aan het middelengebruik dat is gerapporteerd door hun kind. Deze uitkomsten zijn aangevuld met kwalitatieve data en de resultaten van een online enquête over alcoholopvoeding.

De data uit het Peilstationsonderzoek zijn in 2015 verzameld onder kinderen en hun ouders door middel van een digitale vragenlijst. Hiervoor is een aselecte steekproef getrokken van leerlingen uit het regulier voortgezet onderwijs (Van Dorsselaer e.a., 2016b). Vervolgens is aan de ouders van de deelnemende kinderen gevraagd om aan het onderzoek mee te doen; in totaal heeft 27% van deze ouders deelgenomen aan het onderzoek (Van Dorsselaer e.a., 2016a). In de huidige studie worden alleen kinderen uit de leerjaren één tot en met vier meegenomen wiens ouders de vragenlijst hebben ingevuld (N = 1683). Beide groepen hebben de vragen anoniem ingevuld; met behulp van codes konden de data van ouders en kinderen aan elkaar worden gekoppeld. Met behulp van logistische regressieanalyses is in kaart gebracht welke (door de ouder en het kind gerapporteerde) opvoedstrategieën een positieve of negatieve uitwerking hadden op het door het kind gerapporteerde middelengebruik. De analyses zijn uitgevoerd in Stata 16, waarbij rekening is gehouden met de structuur van de data. Ook is de data gewogen om te komen tot een representatieve afspiegeling voor de Nederlandse populatie (Van Dorsselaer e.a., 2016a).

De online enquête is enkel door ouders ingevuld. In de enquête zijn verschillende opvattingen en ervaren barrières uitgevraagd die betrekking hebben op verschillende opvoedgedragingen. Deze opvattingen en barrières zijn afkomstig uit de literatuur en gesprekken met ouders (N = 17). De enquête is verspreid via scholen, bijvoorbeeld op ouderavonden, maar ook via sociale media als Facebook en LinkedIn. De enquête werd 488 keer aangeklikt; waarvan 350 respondenten minstens één vraag hebben beantwoord. De analyses zijn uitgevoerd op de data van de respondenten die de gehele vragenlijst hebben ingevuld (N = 270). Met behulp van CIBER-plots is in kaart gebracht welke opvattingen en ervaren barrières gerelateerd zijn aan effectieve en minder effectieve alcoholopvoeding (Crutzen & Peters, 2019). De analyses zijn uitgevoerd in het programma R. Voor de duiding van de resultaten zijn ook enkele quotes uit de kwalitatieve interviews weergegeven.



HELDER OP SCHOOL

Resultaten

Praten over alcohol, roken of blowen

> *"Wij kunnen vrij makkelijk over dit soort dingen praten. Over hoe slecht wij alcohol vinden in overmatig gebruik. Ja dus dat proberen wij wel over te brengen."*

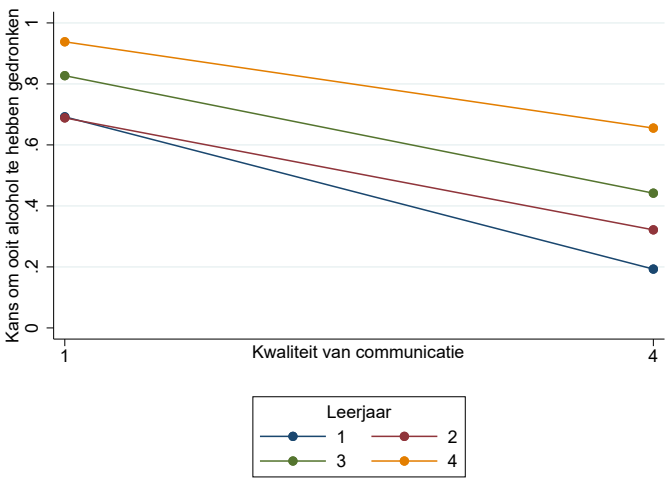
- Uit de analyses blijkt dat de meeste ouders "best wel" of "heel erg" goed kunnen praten over middelen met hun kind. Een constructief gesprek tussen ouder en kind werkt beschermend in ieder leerjaar; hoe beter ouder en kind met elkaar kunnen praten over alcohol, roken of drugs, hoe kleiner de kans is dat het kind ooit alcohol heeft gedronken of ooit een sigaret of joint heeft gerookt.
- De beschermende werking van een goed gesprek over alcohol lijkt in de brugklas iets sterker dan in andere leerjaren (zie figuur 1), maar dit verschil is niet statistisch significant. Voor het ontmoedigen van roken en blowen lijkt de beschermende werking van goede communicatie juist sterker bij oudere kinderen (zie figuur 2). Dit verschil lijkt te worden veroorzaakt doordat er in het eerste leerjaar nog nauwelijks leerlingen zaten die ervaring hadden met roken of blowen.

Welke opvattingen van ouders beïnvloeden praten over alcohol?

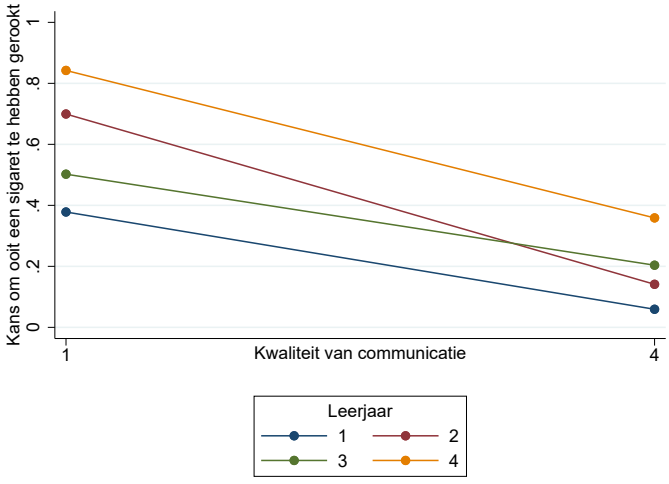
> *"Ik denk dat ik misschien licht invloed heb op het middelengebruik van kind. Het is ook karakter, nieuwsgierig genoeg en zo. Ik hoop gewoon dat ze erover kan praten met mij. Mijn invloed ligt in mijn openheid, ik denk dat ik het nooit echt kan tegenhouden. Liever in openheid dan stiekem want dan heb je helemaal geen grip meer. Beetje invloed dus."*

- De meeste ouders vinden het (heel) (61%) erg als hun kind (meer) alcohol gaat drinken: deze ouders praten gemiddeld vaker over alcohol dan ouders die dit minder of niet erg vinden. De meeste ouders verwachten bovendien dat hun kind minder snel zal drinken als zij met hun kind over alcohol praten; 24% verwacht dat deze kans "veel kleiner" wordt en 37% denkt dat deze kans "kleiner" wordt. Slechts 2,5% van de ouders verwacht dat hun kind juist (veel) meer gaat drinken wanneer er over alcohol wordt gepraat. Wanneer ouders denken dat praten over alcohol juist aanzet tot drinken, dan doen zij dit minder vaak.

Figuur 1. De invloed van praten over alcohol op het alcoholgebruik per leerjaar



Figuur 2. De invloed van praten over roken op het rookgedrag per leerjaar



- Bijna alle ouders vinden het belangrijk dat hun kind eerlijk is; bijna 78% vindt dit zelfs heel erg belangrijk en minder dan 1% vindt dit (helemaal) niet belangrijk. Ouders die eerlijkheid belangrijk vinden zijn vaker geneigd om over alcohol te praten. De meeste ouders (74%) verwachten bovendien dat praten over alcohol de kans vergroot dat hun kind hier eerlijk over zal zijn. Deze uitkomstverwachting draagt ertoe bij dat ouders gemiddeld vaker over alcohol praten. Dit verband is sterker bij ouders van oudere kinderen dan bij ouders van jongere kinderen.
- De meeste ouders vinden het niet zo erg als hun kind boos wordt: slechts 12% zegt dit "heel erg" te vinden en 18% vindt dit "erg". Ouders die het (heel) erg vinden als hun kind boos wordt hebben minder vaak de intentie om over alcohol praten. Bovendien vinden zij het moeilijker om het gesprek over alcohol aan te gaan. Dit heeft echter geen effect op het opvoedgedrag: zij praten net zo vaak met hun kind over alcohol als ouders die er geen moeite mee hebben als hun kind boos wordt. Een klein deel van de ouders (5%) verwacht dat hun kind boos wordt wanneer er thuis over alcohol wordt gepraat. Deze ouders praten gemiddeld minder vaak over alcohol met hun kind.

Welke omgevingsfactoren beïnvloeden praten over alcohol?

- Bijna alle ouders geven aan dat zij weten wat een goed moment is om met hun kind over alcohol te praten. Slechts 7% van de ouders geeft aan dit niet goed te weten. Deze ouders zijn minder vaak van plan om met hun kind over alcohol te praten en doen dit ook minder vaak.
- Een deel van de ouders die de online enquête hebben ingevuld (19%) denkt dat hun kind (nog) niet nieuwsgierig is naar alcohol. Deze ouders vinden het moeilijker om met hun kind over alcohol te praten en doen dit ook minder vaak. Dit verband is sterker voor ouders van oudere kinderen.
- De meeste ouders denken dat vrienden van hun kind mogen drinken. Ongeveer één op de zes ouders (17%) denkt dat dit (nog) niet het geval is. Deze ouders praten minder vaak met hun kind over alcohol dan ouders die denken dat vrienden wel alcohol mogen drinken. Ook hier geldt dat dit verband sterker is voor ouders van oudere kinderen.

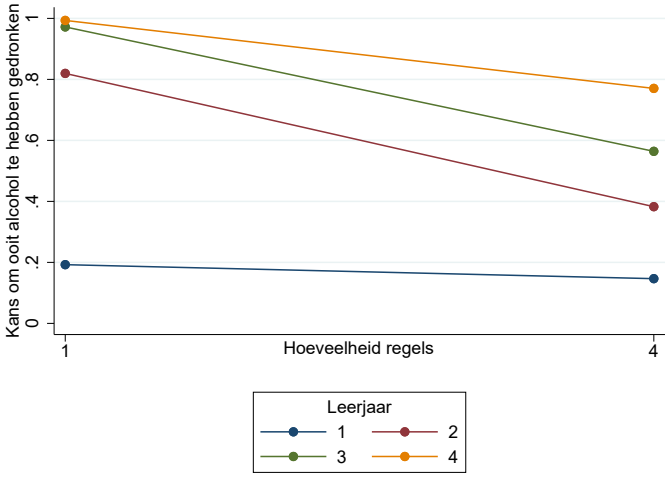


Regels over alcohol, roken of blowen

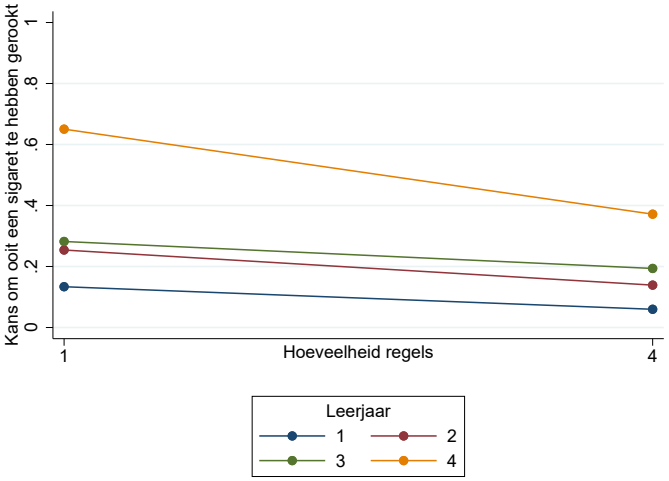
> *"Ik denk dat als je er zelf als ouder heel duidelijk in bent en je een duidelijke grens trekt, dat dat helpt."*

- De meeste kinderen mogen geen alcohol drinken van hun ouders. Roken en vooral blowen vinden ouders nóg minder vaak goed. Als ouders strenger zijn, zijn hun kinderen minder geneigd om te experimenteren met het gebruik van middelen.
- Het effect van strenge regels over alcohol verschilt voor kinderen uit verschillende leerjaren (zie figuur 3). In de brugklas is er nog geen verband zichtbaar tussen het alcoholgebruik van kinderen en de regels die hun ouders hanteren. Dit komt vermoedelijk doordat brugklasleerlingen bijna nooit alcohol mogen drinken van hun ouders. Naarmate kinderen ouder worden wordt de invloed van regels op het alcoholgebruik groter. In figuur 4 zie je dat de invloed van regels over roken en blowen niet significant verschilt voor kinderen uit verschillende leerjaren. Dit kan worden verklaard doordat de regels van ouders over roken en blowen minder afhankelijk zijn van de leeftijd van het kind.

Figuur 3. De invloed van regels over alcohol op het alcoholgebruik per leerjaar



Figuur 4. De invloed van regels over roken op het rookgedrag per leerjaar







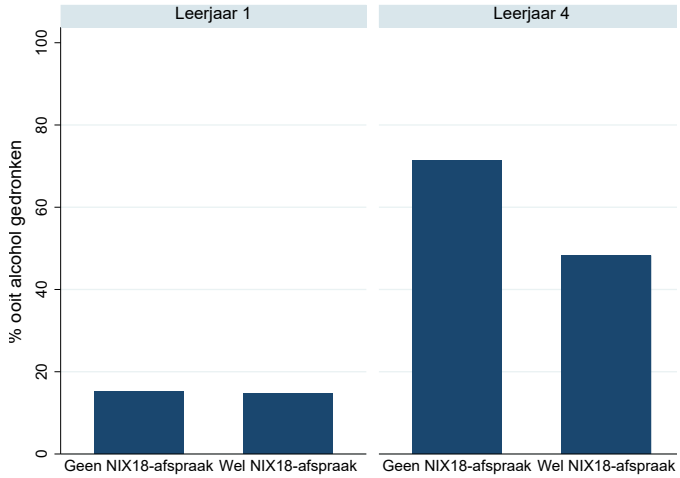
NIX18-afspraak

> *"Ik ben altijd wel van de NIX18. Bij mij mag er niet gedronken worden in huis. En tot achttien, omdat het gewoon de wetgeving is en dat leg ik dan ook goed uit."*

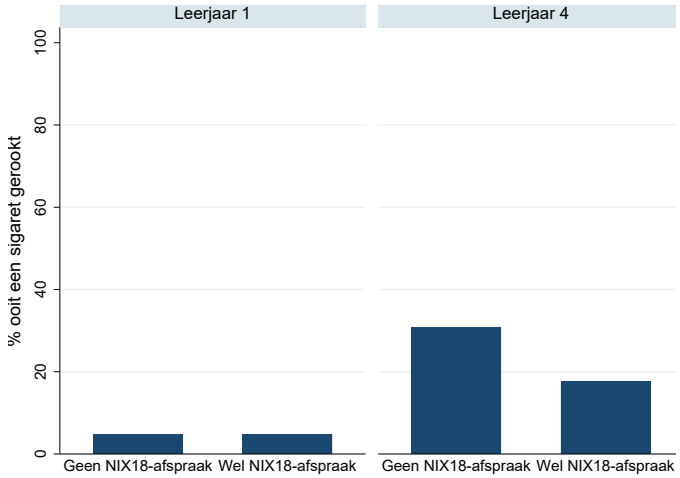
- De NIX18-afspraak is een manier om regels over middelengebruik te formaliseren: kinderen spreken met hun ouders af dat zij niet roken en/of drinken vóór hun achttiende verjaardag. Bijna alle ouders kennen de NIX18-afspraak en ongeveer de helft van de ouders geeft aan dat ze deze afspraak met hun kind hebben gemaakt.
- Het effect van de NIX18-afspraak op het alcoholgebruik van het kind verschilt per leerjaar (zie figuur 5). In het eerste en tweede leerjaar is er geen verschil in het alcoholgebruik van kinderen met en zonder NIX18-afspraak. In het derde en vierde leerjaar drinken kinderen die een NIX18-afspraak hebben gemaakt met hun ouders significant minder dan kinderen die geen NIX18-afspraak hebben gemaakt.
- Het effect van de NIX18-afspraak op roken verschilt ook per leerjaar (zie figuur 6). In de eerste drie leerjaren is er geen verschil in het rookgedrag van kinderen met en zonder NIX18-afspraak. Kinderen uit het vierde leerjaar roken minder vaak als zij een NIX18-afspraak hebben gemaakt met hun ouders; dit effect is echter zwakker dan bij alcohol.



Figuur 5. Het effect van de NIX18-afspraak met betrekking tot alcohol in leerjaar 1 en leerjaar 4



Figuur 6. Het effect van de NIX18-afspraak met betrekking tot roken in leerjaar 1 en leerjaar 4



Welke opvattingen van ouders beïnvloeden regels over alcohol?

> *"Als je zegt dat het niet mag gaan ze het juist wel doen denk ik."*

- De meeste ouders vinden het (heel) erg als hun kind (meer) alcohol gaat drinken: deze ouders vinden het minder vaak goed als hun kind alcohol drinkt dan ouders die dit minder of niet erg vinden. Een aanzienlijk deel van de ouders heeft echter het idee dat kinderen meer gaan drinken wanneer alcoholgebruik niet is toegestaan: 20% denkt de kans dat kinderen hierdoor meer gaan drinken "veel groter" is en 23% acht deze kans "groter". Ouders die dit denken verbieden het drinken van alcohol minder vaak.
- Bijna alle ouders hechten veel waarde aan eerlijkheid. Veel ouders denken echter dat strenge regels ertoe leiden dat hun kind minder eerlijk wordt: 34% denkt dat de kans dat kinderen eerlijk zullen zijn bij een alcoholverbod "veel kleiner" is en 26% denkt dat deze kans "kleiner" wordt. Deze uitkomstverwachting leidt ertoe dat ouders eerder geneigd zijn om alcoholgebruik toe te staan. Dit verband is sterker bij ouders van oudere kinderen.
- De meeste ouders vinden het niet zo erg als hun kind boos wordt. Wel verwachten veel ouders dat de kans dat kun kind boos wordt groter (20%) of veel groter (23%) wordt als het geen alcohol mag drinken. Ouders die denken dat hun kind hier boos om wordt verbieden alcohol gemiddeld minder vaak; echter, deze uitkomstverwachting heeft een minder sterke invloed op de regels die ouders stellen omdat ouders het gemiddeld minder erg vinden als hun kind boos wordt.

Welke omgevingsfactoren beïnvloeden regels over alcohol?

> *"Wat ik wel heel lastig vind is als ze oudere vrienden hebben die wel mogen drinken. Wij hebben altijd gezegd dat hier niet wordt gedronken, door vrienden en zo. Dan komen er vrienden die achttien zijn, dan vraagt mijn zoon "mag ik er dan ook één?". Ik vind die overgang het lastigste nu. Vooral met de oudste. Met de jongste, van vijftien, vind ik dat helemaal niet. Het is juist als ze naar die achttien toegaan."*

- Ouders vinden het moeilijker om alcohol te verbieden wanneer zij denken dat vrienden van hun kind wel mogen drinken. Hoewel deze ouders niet vaker van plan zijn om alcoholgebruik toe te staan dan andere ouders, verbieden zij alcohol tóch gemiddeld minder vaak. Drinkende vrienden hebben vooral invloed op het opvoedgedrag van ouders van oudere kinderen. Voor ouders van jongere kinderen is dit verband niet gevonden.
- Het eigen alcoholgebruik heeft ook invloed op de regels die ouders hanteren. Ouders die aangeven weleens te drinken in het bijzijn van het kind verbieden alcohol gemiddeld minder vaak dan ouders die nooit in het bijzijn van hun kind drinken.



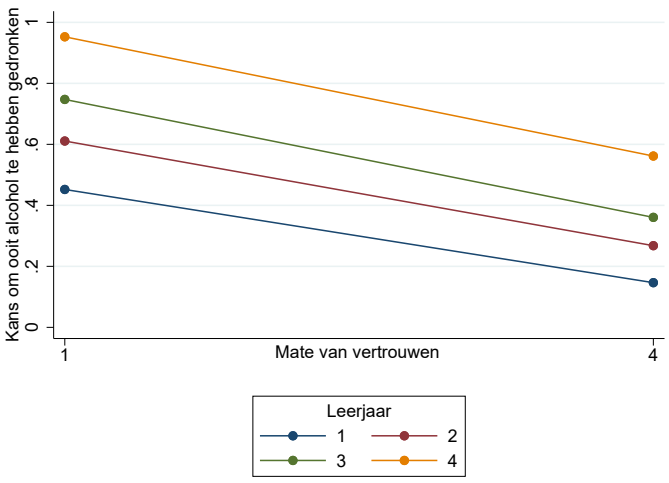
De invloed van het vertrouwen dat ouders hebben in hun eigen maatregelen

> *"De kinderen weten heel goed waar de lijn loopt. Dat is misschien heel streng, maar wel heel veilig voor ze. Dat is een veilig hokje waar je in kan spelen."*

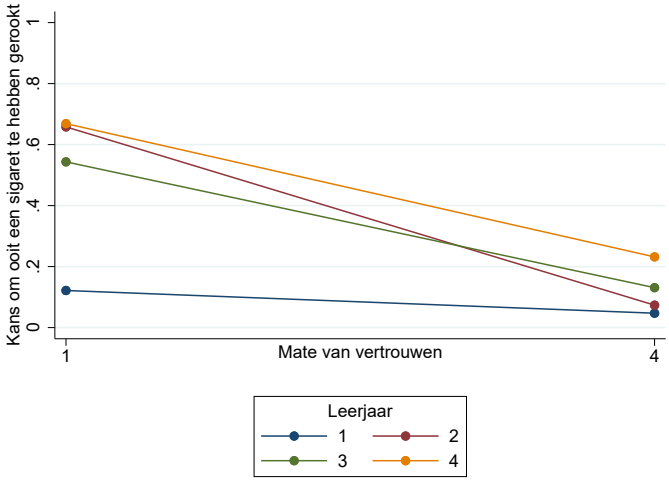


- Over het algemeen geldt dat ouders er beter in slagen hun kind te weerhouden van middelengebruik als zij meer vertrouwen hebben in de effectiviteit van de door hen genomen maatregelen. Als ouders er zelf niet van overtuigd zijn dat zij hun kind kunnen weerhouden van middelengebruik, dan zijn regels veel minder effectief.
- Voor alcohol geldt dat het effect van vertrouwen gelijk is voor kinderen uit verschillende leerjaren (zie figuur 7). Voor roken en blowen is er wel sprake van een significant verschil tussen de verschillende leerjaren (zie figuur 8). Voor leerlingen uit de brugklas is het vertrouwen dat de ouders hebben in de effectiviteit van de eigen maatregelen niet gerelateerd aan roken of blowen. Dit kan echter worden verklaard doordat roken en blowen in het eerste leerjaar nog weinig voorkomt.

Figuur 7. De invloed van het vertrouwen van ouders op het alcoholgebruik van het kind per leerjaar



Figuur 8. De invloed van het vertrouwen van ouders op het rookgedrag van het kind per leerjaar

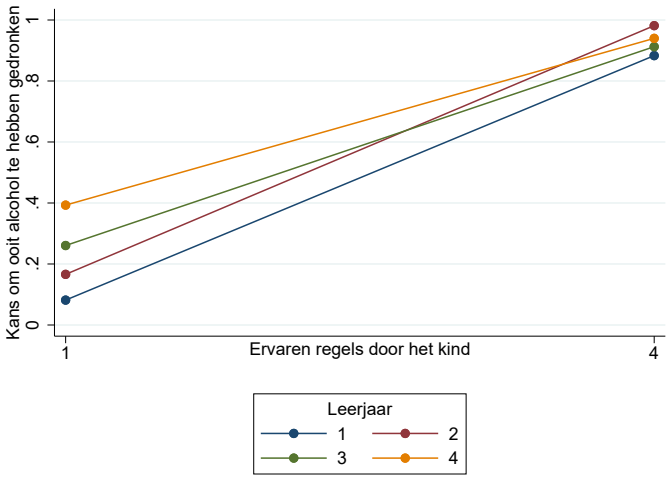


De invloed van de door het kind ervaren regels

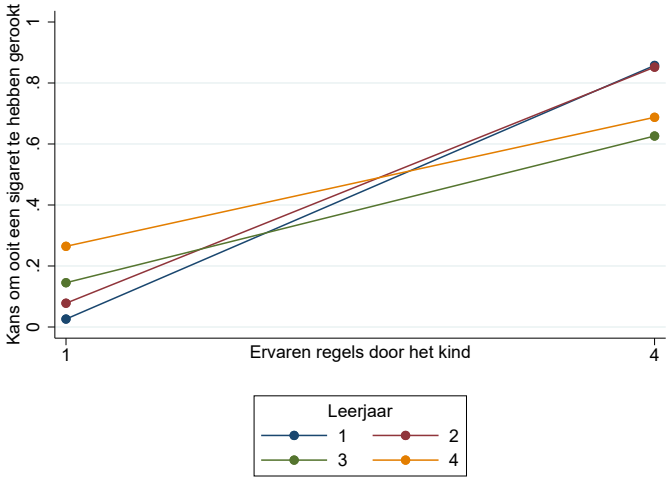
> *"Ik ben bang dat als je heel stellig je regels oplegt, en je staat toch één keer iets anders toe, dat ze dan ook heel makkelijk denken "oh die regels nemen ze niet zo nauw"."*

- Minstens zo belangrijk als de regels die door de ouder worden gerapporteerd is hoe de regels door het kind worden ervaren. Kinderen rapporteren significant vaker dat zij (soms) alcohol mogen drinken dan hun ouders dat rapporteren; voor roken en blowen is er geen verschil in de door de kinderen ervaren regels en de regels die door de ouders zijn gerapporteerd. Wanneer kinderen denken dat zij middelen mogen gebruiken is de kans dat zij (op jonge leeftijd) middelen gaan gebruiken véél groter; dit effect is het grootst voor het gebruik van alcohol.
- De invloed van regels op het middelengebruik van het kind wordt volledig bepaald door de wijze waarop deze regels door het kind worden ervaren. Als de ervaren regels door het kind worden meegenomen in de analyse dan zijn de door de ouders gerapporteerde regels niet langer significant.
- Voor de kans om alcohol te drinken verschilt de invloed van het door het kind ervaren regels niet significant voor kinderen uit verschillende leerjaren (zie figuur 9). Voor roken en blowen is er wel sprake van significante verschillen (zie figuur 10). De door het kind ervaren regels hebben een sterkere invloed op het rookgedrag van het kind in de eerste twee leerjaren dan in leerjaar drie en vier. Voor blowen geldt dat de invloed van de door het kind ervaren regels het sterkst is in het tweede leerjaar. In leerjaar drie en vier is er sprake van een minder sterk verband en in het eerste leerjaar is nog geen sprake van een significante relatie. Dit laatste kan worden verklaard doordat blowen in het eerste leerjaar nog nauwelijks voorkomt.

Figuur 9. De invloed van ervaren regels door het kind over alcohol op het alcoholgebruik per leerjaar



Figuur 10. De invloed van ervaren regels door het kind over roken op het rookgedrag per leerjaar



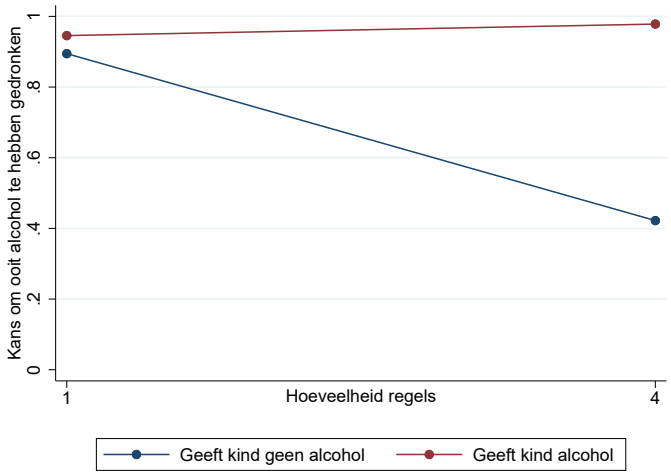
De invloed van het geven van alcohol

> *"Ik wil proberen stapsgewijs hem te laten wennen aan alcohol. En of dat de goede methode is weet ik niet. Ik voel me daar prettig bij, en hij denk ik ook. Ik verschil wel met gedachtes met mijn vrouw. Zij drinkt helemaal geen alcohol. Zij vindt het een serieus probleem."*

- Ongeveer één op de tien kinderen uit het Peilstationsonderzoek 2015 rapporteerde wel eens alcohol te krijgen van hun ouders. Van de ouders die de online enquête hebben ingevuld over alcoholopvoeding gaf een vergelijkbare groep ouders aan dat zij hun kind thuis leren drinken.
- Dit heeft een negatieve uitwerking op het alcoholgebruik van kinderen. Kinderen die alcohol krijgen van hun ouders drinken vaker en zijn ook vaker dronken.
- Op het moment dat ouders hun kind thuis alcohol geven, heeft dit bovendien een negatieve uitwerking op de regels die ouders hanteren (zie figuur 11). De door ouders gerapporteerde regels hebben geen effect meer op het alcoholgebruik van het kind als zij thuis alcohol krijgen aangeboden. Daarnaast blijkt dat ook de beschermende werking van een goed gesprek over alcohol afneemt als ouders het kind alcohol geven.



Figuur 11. De invloed van regels van ouders die hun kind wel en geen alcohol geven



Welke opvattingen van ouders beïnvloeden de kans dat ouders hun kind alcohol geven?

> *"De wereld waarin we wonen, de kern, is dat hij met kinderen omgaat waarbij het eigenlijk normaal is dat er alcohol genuttigd wordt. Als ik hem daar dan weghoud, dan ga ik hem verder van me wegzetten. Dat wil ik voorkomen."*

- Als ouders het erg vinden dat hun kind (meer) alcohol drinkt zijn ze minder snel bereid om het kind thuis alcohol te geven. Toch verwachten sommige ouders dat thuis leren drinken ervoor zorgt dat hun kind minder drinkt. Zo denkt 9% van de ouders dat de kans dat hun kind (meer) gaat drinken "veel kleiner" is wanneer zij het kind alcohol geven en 17% denkt dat deze kans "kleiner" is. Deze ouders geven hun kind gemiddeld vaker alcohol om thuis te leren drinken.
- Ouders die eerlijkheid belangrijk vinden hebben niet altijd de intentie om hun kind alcohol te geven, maar doen dit wél significant vaker. Dit effect is voor jongere kinderen sterker dan voor oudere kinderen. Een aanzienlijk deel van de ouders verwacht bovendien dat hun kind eerlijker zal zijn als het kind thuis leert drinken: 14% van de ouders denkt dat de kans dat het kind dan eerlijk is "veel groter" is en 30% denkt dat deze kans "groter" is. Deze ouders geven hun kind vaker alcohol.
- Voor ouders van jongere kinderen geldt dat zij hun kind gemiddeld vaker alcohol geven wanneer ze het erg vinden als hun kind boos wordt vergeleken met ouders van jonge die dit minder erg vinden.



Conclusie

Kinderen die goed met hun ouders over middelen kunnen praten starten later en gebruiken minder middelen; dit is in overeenstemming met eerdere literatuur (Carver e.a., 2017; Hiemstra e.a, 2017; Ryan e.a., 2010). Praten over middelen is gedurende de hele adolescentie zinvol, maar het is belangrijk dat ouders hier op jonge leeftijd mee beginnen. In de brugklas is de kwaliteit van de communicatie over middelen de belangrijkste voorspeller van middelengebruik door het kind. Dit kan worden verklaard doordat kinderen op jongere leeftijd meer aannemen van hun ouders. Bovendien staan jongere kinderen vaak nog negatief tegenover alcohol, roken of blowen en is de verleiding om alcohol te drinken, te roken of te blowen kleiner omdat vrienden dit doorgaans ook nog niet doen (Onrust e.a., 2016). De resultaten uit deze factsheet laten zien dat het beschermend werkt als ouders in de brugklas met hun kind bespreken waarom zij middelengebruik op jonge leeftijd afkeuren. Dit sluit aan bij eerder onderzoek waaruit blijkt dat het belangrijk is om op deze leeftijd aandacht te besteden aan een negatieve sociale norm (Onrust e.a., 2016).

Ouders zijn over het algemeen strenger ten opzichte van roken en blowen dan ten opzichte van alcohol. Voor alle middelen geldt echter dat strenge regels ertoe bijdragen dat kinderen later en minder vaak middelen gebruiken; ook deze bevinding ligt in lijn met eerder onderzoek (Carver e.a., 2017; Emory e.a., 2010; Hiemstra e.a., 2017; Vermeulen-Smit, 2014). Het gunstige effect van regels is pas in de latere leerjaren zichtbaar. Dit betekent uiteraard niet dat regels bij jongere kinderen overbodig zijn. Leerlingen uit de brugklas hebben echter vaak nog een negatieve houding ten opzichte van middelengebruik (Onrust e.a., 2016). De meeste jonge kinderen verwachten ook niet dat hun ouders het goed vinden dat zij alcohol drinken, roken of blowen. Naarmate kinderen ouder worden, beginnen zij zich meer los te maken van hun ouders. In deze periode worden de opvattingen van leeftijdsgenoten belangrijker. De ervaren sociale norm ten opzichte van middelen verandert met als gevolg dat kinderen nieuwsgieriger naar het drinken van alcohol, roken of blowen (Onrust e.a., 2016; Rosiers, 2020). De resultaten uit deze factsheet laten zien dat het belangrijk is dat ouders hun kind in deze fase actief begrenzen en duidelijk uitspreken dat hun kind geen alcohol mag drinken en niet mag roken of blowen. Dit is vooral belangrijk met betrekking tot alcohol. Kinderen denken namelijk vaker dat zij van hun ouders mogen drinken dan de ouders zelf rapporteren.

Hoewel veel ouders weten wat een NIX18-afspraak is, heeft maar een deel van de ouders deze afspraak met hun kind gemaakt. Dit terwijl het maken van een NIX18-afspraak in hogere leerjaren de kans om te drinken en in mindere mate om te roken vermindert. In het meest recente Peilstationsonderzoek (Monshouwer e.a., 2020) worden hiervoor verschillende redenen genoemd. Een deel van de ouders gaf aan hun kind hiervoor nog te jong te vinden. De resultaten uit deze factsheet ondersteunen dit: het maken van de NIX18-afspraak lijkt het meeste effect te hebben als het kind wat ouder is. De meest genoemde reden voor het niet maken van een NIX18-afspraak was dat het kind zelf geen interesse heeft in het gebruik van middelen (Monshouwer e.a., 2020). Uit de online enquête over alcoholopvoeding blijkt dat deze ouders het moeilijker vinden om over alcohol te praten met hun kind en dat zij dit ook minder vaak doen. Dit resultaat werd vooral gevonden bij ouders van oudere kinderen. Als ouders minder met hun kind praten over alcohol, bestaat het risico dat ouders niet goed inschatten of hun kind overweegt om alcohol te gaan drinken. Het is dus belangrijk dat ouders toch met hun kind in gesprek blijven. Het maken van de NIX18-afspraak kan hiervoor een mooie aanleiding zijn.

Lang niet alle ouders zijn ervan overtuigd dat strenge regels effectief zijn in het tegengaan van middelengebruik door hun kind. Verschillende ouders denken juist dat kinderen meer gaan drinken als ze geen alcohol mogen drinken. Deze ouders vinden het vaker goed als hun kind drinkt en geven hun kind soms ook zelf alcohol. Zij verwachten dat hun kind hierdoor minder zal drinken en verstandiger met alcohol omgaat, maar bereiken hiermee precies het tegenovergestelde. Het is daarom belangrijk dat ouders overtuigd worden van het effect van hun eigen gedrag. Een andere uitkomstverwachting die samenhangt met minder strenge regels is de verwachting dat kinderen eerlijker zullen zijn als zij alcohol mogen drinken of alcohol van de ouders krijgen. Bijna alle ouders hechten veel belang aan eerlijkheid. Verschillende ouders zijn bang dat kinderen minder eerlijk zullen zijn als ouders strenge regels hanteren, waardoor zij alcoholgebruik eerder toestaan. Het kan dus zinvol zijn om ouders ervan te overtuigen dat de meeste kinderen regels accepteren. Hierbij is het wel belangrijk dat regels op een goede manier worden uitgelegd aan hun kind, zodat het kind begrijpt waarom het kind geen middelen mag gebruiken.

De resultaten van deze factsheet laten zien dat het belangrijk is dat ouders verwachten dat regels ervoor zorgen dat het kind minder snel zal roken, alcohol drinken of blowen. Daarnaast is het belangrijk dat ouders niet verwachten dat hun kind minder eerlijk is als het niet mag roken, drinken of blowen. Het is bovendien van belang dat ouders zelf vertrouwen hebben in de regels die zij stellen. Eerder onderzoek laat zien dat ouders hun invloed op het middelengebruik van hun kind vaak onderschatten (Swankhuisen e.a., 2020). Uit deze factsheet blijkt dat de effectiviteit van regels sterk afneemt als ouders zelf geen vertrouwen hebben in de regels. Ouders zonder vertrouwen stralen vermoedelijk minder uit dat ze menen wat ze zeggen waardoor er minder naar hen wordt geluisterd. Ouders van jonge kinderen hebben meer vertrouwen in hun invloed dan ouders van oudere kinderen (Rombouts e.a., 2021), terwijl de regels van ouders juist in de latere leerjaren het verschil maken. Als kinderen ouder worden rapporteren ouders wel steeds vaker omstandigheden die het moeilijk maken om vast te houden aan de regels, zoals drinkende vrienden. Het lijkt daarom zinvol om ouders van oudere kinderen handvatten aan te reiken hoe zij hier het beste mee om zouden kunnen gaan.

Het is bovendien belangrijk dat regels duidelijk en eenduidig zijn (Sharmin e.a, 2017; Yap e.a, 2017). Deze factsheet laat zien dat het effect van de door de ouders gerapporteerde regels volledig wordt bepaald door de wijze waarop de kinderen de regels ervaren. Dit betekent dat de ouder heel duidelijk moet zijn over de geldende regels en géén uitzonderingen maakt, ook niet bij feestjes of andere speciale gelegenheden. Verschillende studies hebben aangetoond dat kinderen die af en toe alcohol krijgen of mogen proeven van de ouders vaker en meer alcohol drinken (Colder e.a., 2018; Mattick e.a., 2018; Smit e.a., 2020). Dit blijkt ook uit deze factsheet. Het thuis leren drinken heeft niet alleen een directe invloed op het alcoholgebruik van het kind, hetleidt er ook toe dat regels (en in mindere mate communicatie) niet langer effectief zijn. Als ouders hun kind alcohol geven dan geven zij hiermee het signaal af dat het kind soms mag drinken. Uit de huidige studie kwam naar voren dat ongeveer één op de tien ouders hun kind wel eens alcohol geeft; in een studie van Kruize e.a. (2020) was dit percentage nog veel hoger. Zij rapporteerden dat bijna één op de drie kinderen soms alcohol krijgt van de ouders. Ouders verwachten dat zij meer invloed houden op het alcoholgebruik van hun kind als zij hun kind onder toezicht laten drinken. De resultaten uit deze en andere studies wijzen echter in tegengestelde richting. Het is dus erg belangrijk dat ouders zich bewust worden van het signaal dat zij afgeven als zij hun kind alcohol geven.

Referenties

Carver, H., Elliott, L., Kennedy, C. & Hanley, J. (2017). Parent–child connectedness and communication in relation to alcohol, tobacco and drug use in adolescence: an integrative review of the literature. *Drugs: education, prevention and policy*, *24*(2), 119-133.

Crutzen, R. & Peters, G.-J. Y. (2019) The Book of Behavior Change (1st Ed.).https://doi.org/10.5281/zenodo.3570967

Colder, C. R., Shyhalla, K. & Frndak, S. E. (2018). Early alcohol use with parental permission: Psychosocial characteristics and drinking in late adolescence. *Addictive behaviors*, *76*, 82-87.

Emory, K., Saquib, N., Gilpin, E. A. & Pierce, J. P. (2010). The association between home smoking restrictions and youth smoking behaviour: a review. *Tobacco Control*, *19*(6), 495-506.

Hiemstra, M., de Leeuw, R. N., Engels, R. C. & Otten, R. (2017). What parents can do to keep their children from smoking: A systematic review on smoking-specific parenting strategies and smoking onset. *Addictive behaviors*, *70*, 107-128.

Jackson, C. (2002). Perceived legitimacy of parental authority and tobacco and alcohol use during early adolescence. *Journal of Adolescent Health, 31*(5), 425-432.

Kester, J. (2018). Meerderheid ouders laat minderjarig kind alcohol drinken. Geraadpleegd op 19 februari 2021 van https://eenvandaag.avrotros.nl/item/meerderheid-ouders-laat-minderjarig-kind-alcohol-drinken/

Kruize, A., Schoonbeek, I. & Pieper, R. (2020). Verkrijgbaarheidsonderzoek alcohol door minderjarigen 2019. In opdracht van Ministerie van VWS.

Mattick, R. P., Clare, P. J., Aiken, A., Wadolowski, M., Hutchinson, D., Najman, J., ... & Degenhardt, L. (2018). Association of parental supply of alcohol with adolescent drinking, alcohol-related harms, and alcohol use disorder symptoms: a prospective cohort study. *The Lancet Public Health*, *3*(2), e64-e71.

Monshouwer, K., Van Dorsselaer, S. & Rombouts, M. (2020). *Peilstationsonderzoek Ouders 2019. Ouders over het gebruik van tabak, alcohol, cannabis en de e-sigaret door jongeren.* Utrecht: Trimbos-instituut.

Onrust, S. A., Otten, R., Lammers, J. & Smit, F. (2016). School-based programmes to reduce and prevent substance use in different age groups: What works for whom? Systematic review and meta-regression analysis. *Clinical Psychology Review*, *44*, 45-59.

Rombouts, M., Van Dorsselaer, S., Scheffers-van Schayck, T., Tuithof, M., Kleinjan, M. & Monshouwer, K. (2020). *Jeugd en riskant gedrag 2019 Kerngegevens uit het Peilstationsonderzoek Scholieren.* Utrecht: Trimbos-instituut.

Rombouts, M., Tuithof, M., Monshouwer, K. & Scheffers-van Schayck, T. (2021). *Opvoedstrategieën en opvattingen van ouders over roken en alcoholgebruik van hun kinderen: welke rol speelt de leeftijd van de jongere?* Utrecht: Trimbos-instituut.

Rosiers, J. (2020). *VAD-Leerlingenbevraging In het kader van een drugbeleid op school. Syntheserapport schooljaar 2018-2019.* Brussel: Vlaams expertisecentrum Alcohol en andere Drugs.

Ryan, S. M., Jorm, A. F. & Lubman, D. I. (2010). Parenting factors associated with reduced adolescent alcohol use: a systematic review of longitudinal studies. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, *44*(9), 774-783.

Sharmin, S., Kypri, K., Khanam, M., Wadolowski, M., Bruno, R., Attia, J., ... & Mattick, R. P. (2017). Effects of parental alcohol rules on risky drinking and related problems in adolescence: Systematic review and meta-analysis. *Drug and alcohol dependence*, *178*, 243-256.

Smit, K., Monshouwer, K., Van Leeuwen, L. & Voogt, C. (2020). *Zien drinken doet drinken? De invloed van de zichtbaarheid van alcohol in de sociale omgeving op kennis, opvattingen en gebruik van alcohol door jongeren.* Utrecht: Trimbos-instituut.

Swankhuisen, C., Troelstra, A. & Schaap, B. (2020). *Onderzoeksrapport herijking NIX18 strategie: jongeren stimuleren om niet te roken en te drinken.* Den Haag: Tabula Rasa Gedrag en Communicatie Consultants.

Villagrana, M. & Lee, S. Y. (2018). Parental influence on adolescent cigarette, alcohol and marijuana use: a focus on race/ethnicity and age. *Child and Adolescent Social Work Journal*, *35*(2), 107-118.

Van Dorsselaer, S., Tuithof, M. & Monshouwer, K. (2016a). *Factsheet Peilstationsonderzoek Ouders 2015. Ouders over het gebruik van tabak, alcohol, cannabis en internet door jongeren.* Utrecht: Trimbos-instituut.

Van Dorsselaer, S., Tuithof, M., Verdurmen, J., Spit, M., Van Laar, M. & Monshouwer, K. (2016b). *Jeugd en riskant gedrag 2015. Kerngegevens uit het Peilstationsonderzoek Scholieren.* Utrecht: Trimbos-instituut.

Vermeulen-Smit, E. (2014). *The role of parents in preventing adolescent alcohol and cannabis use.* Utrecht: Utrecht University. Geraadpleegd op 19 februari 2021 van https://assets.trimbos.nl/docs/5877e9fc-12cc-4440- ae7c-5c7f79ba5e62.pdf

Yap, M. B., Cheong, T. W., Zaravinos-Tsakos, F., Lubman, D. I. & Jorm, A. F. (2017). Modifiable parenting factors associated with adolescent alcohol misuse: a systematic review and meta analysis of longitudinal studies. *Addiction*, *112*(7), 1142-1162.

Colofon

Tekst en uitgave

© 2021, Trimbos-instituut, Utrecht

Sabine van der Veer

Simone Onrust

Helder op School (voorheen: De gezonde school en genotmiddelen)

helderopschool@trimbos.nl

www.helderopschool.nl

Beeld

Gettyimages.nl

Shutterstock.com

Ontwerp en vormgeving

Canon Nederland N.V.