



EFFECTONDERZOEK IN CHARGE

Hoe zag het onderzoek eruit?

Tijdens schooljaar 2017-2018 en schooljaar 2018-2019 is het effect van het lesprogramma In Charge onderzocht. Aan dit onderzoek hebben 10 verschillende scholen met 49 verschillende klassen meegedaan. Deze klassen zijn door middel van loting verdeeld over een controle conditie (20 klassen met 463 leerlingen) en een experimentele conditie (29 klassen met 598 leerlingen). De deelnemende leerlingen waren gemiddeld 16,8 jaar oud. Aan het onderzoek hebben iets meer meisjes (55%) dan jongens (45%) deelgenomen. De meeste jongeren volgden een mbo-opleiding (43%), 37% van de jongeren zat op het vwo en 20% van de deelnemers zat op de havo.

Er is op drie momenten een vragenlijst afgenomen bij de leerlingen. De eerste vragenlijst is afgenomen voordat de leerlingen uit de experimentele groep met het lesprogramma In Charge begonnen. Deze vragenlijst is ingevuld door 868 jongeren (81% van de leerlingen uit de klassen die deelnamen aan het onderzoek). De tweede vragenlijst is afgenomen direct nadat de leerlingen uit de experimentele groep klaar waren met de In Charge lessen. Deze vragenlijst is ingevuld door 840 jongeren (79% van de leerlingen uit de klassen die deelnamen aan het onderzoek). De laatste vragenlijst is ongeveer 3 maanden later afgenomen. Deze vragenlijst is het minst vaak ingevuld, namelijk door 643 jongeren (60% van de leerlingen uit de klassen die aan het onderzoek hebben deelgenomen). Doordat sommige klassen later in het schooljaar met In Charge waren begonnen, was de afname van de laatste vragenlijst bij deze klassen in de

zomervakantie gepland. De vragen uit de vragenlijst gingen over alcohol, snacken en sporten. In de vragenlijst is gevraagd naar houding, ervaren sociale normen, ervaren controle, intenties en gedrag.

Hoe is In Charge uitgevoerd in de klassen?

In het onderzoek is bestudeerd hoe de In Charge lessen in de praktijk werden uitgevoerd. Hiervoor zijn verschillende gegevens gebruikt. Allereerst zijn er lessen geobserveerd: les 1 is in 18 klassen geobserveerd en les 4 in 19 klassen. Daarnaast is aan de leerlingen gevraagd of zij de 7-days-challenge hebben uitgevoerd. Het percentage leerlingen dat de 7-days-challenge heeft uitgevoerd geeft een indicatie van de wijze waarop deze opdracht onder de aandacht van de leerlingen is gebracht in de klas. Voor alle drie de onderdelen die een indicatie geven van hoe goed In Charge in de praktijk is uitgevoerd is een score berekend variërend van 0% tot 100%, waarbij een score van 0% betekent dat dit onderdeel helemaal niet is uitgevoerd en een score 100% betekent dat dit onderdeel perfect is uitgevoerd.

Les 1 is naar verhouding het beste uitgevoerd, met een score van 54,2% gevolgd door de 7-days-challenge met een score van 49,7% en les 4 met een score van 46,9%. De gemiddelde score over de drie onderdelen is 50,3%, wat betekent dat In Charge slechts voor de helft is uitgevoerd zoals bedoeld.

Les 1 bestaat uit een algemene introductie, drie lesblokken en de lesafsluiting. De algemene introductie is door 3 docenten

(16,7%) overgeslagen. Docenten die de les wel introduceerden vertelden in het kort iets over verleidingen. Het eerste lesblok: *wat wil ik?* werd opnieuw door 3 docenten (16,7%) niet geïntroduceerd. Het lesonderdeel zelf werd voor de helft uitgevoerd zoals bedoeld (score 50%). Meestal vergat de docent om aan de leerlingen te vragen hun doelen te noteren en werd de opdracht niet nabesproken. Het tweede lesblok: *verleidingen* werd door 5 docenten (27,8%) niet geïntroduceerd. De uitvoering van dit lesonderdeel was het beste. Alle stellingen werden in de klas besproken en bij gemiddeld 4 van de 5 stellingen was er sprake van interactie tussen de docent en de leerlingen. Het derde lesblok: *jouw verleiding en de toekomst* werd door 9 docenten (50%) niet geïntroduceerd. Dit lesonderdeel is het slechtst uitgevoerd (score 37%), waarbij de meeste docenten het nabespreken van de oefening hebben overgeslagen. De lesafronding bestond uit het nabespreken van de les (61,1%) en het meegeven van een huiswerkopdracht (72,2%).

Les 2 en 3 staan in het teken van wilskracht. In deze lessen wordt de 7-days-challenge voorbereid, uitgevoerd en nabesproken. Hoewel deze lessen niet zijn geobserveerd geeft het percentage leerlingen uit de klas dat de 7-days-challenge heeft uitgevoerd een goede indicatie hoe goed deze lessen zijn uitgevoerd. In totaal heeft ongeveer de helft van de leerlingen (49,7%) de challenge uitgevoerd.

Les 4 bestaat opnieuw uit een algemene introductie, drie lesblokken en de lesafsluiting. De introductie van de les wordt door 4 docenten (21%) overgeslagen. De docenten die de les wel introduceren doen dit matig. Er wordt nauwelijks ingegaan op de relatie tussen verleidingen en het bereiken van doelen en het belang van

wilskracht. Het eerste lesblok: *stoer of stumper?* werd door iets meer dan een kwart van de docenten (26,3%) geïntroduceerd. De rest van de docenten heeft de introductie overgeslagen. De uitvoering van het lesonderdeel zelf is matig (gemiddelde score 55,8%). Bij het nabespreken van het beeldfragment wordt geen negatieve norm gesteld met betrekking tot overmatig alcoholgebruik. Het tweede lesblok: *de alcoholquiz* is slechts door 2 docenten geïntroduceerd (10,5%). Het lesonderdeel zelf is voor 75,6% uitgevoerd zoals bedoeld. Alle stellingen uit de quiz zijn besproken. Wel vond er maar in slechts 45,7% van de klassen interactie plaats bij het bespreken van de stellingen. Ook werd de opdracht meestal niet nabesproken. Het laatste lesblok: *verstandig omgaan met alcohol* is door iets meer dan de helft van de docenten (52,6%) geïntroduceerd. De gemiddelde score voor de uitvoering van het lesonderdeel zelf was 47,4%. Er werd niet ingegaan op situaties waarin alcohol drinken erg onverstandig is. Ook werd de opdracht niet nabesproken. De lesafronding bestond uit het nabespreken van de les (26,7%) en het attenderen van de leerlingen op de online test *wat drink jij* (40%).

Wat waren de resultaten van het onderzoek?

Er zijn geen verschillen gevonden tussen de leerlingen uit de experimentele groep en de leerlingen uit de controle groep voor de uitkomsten op het gebied van alcohol. Dit geldt zowel voor de houding, de ervaren sociale normen, de ervaren controle, de gedragsintentie als het gedrag zelf. Dit betekent dat er over de hele groep deelnemende leerlingen geen effect is gevonden van In Charge op voorspellers van alcoholgebruik en het alcoholgebruik zelf. Niet direct na de lessen en ook niet na 3 maanden.

Op het gebied van snacken is direct na de In Charge lessen een negatief effect gevonden. Direct na de lessen hadden de leerlingen uit de experimentele klassen het gevoel dat zij minder controle hadden over hun snackgedrag dan leerlingen uit de controle klassen. Na drie maanden was dit verschil weer verdwenen. Dit negatieve effect is te verklaren doordat de leerlingen die de 7-days-challenge hebben uitgevoerd, meestal hebben geoefend met minder snacken. Dit kan ertoe hebben geleid dat zij er achter kwamen dat dit lastiger is dan zij op voorhand dachten.

Op het gebied van sporten en bewegen zijn geen significante verschillen gevonden tussen leerlingen uit de experimentele klassen en leerlingen uit de controle klassen. Er waren wel twee trends zichtbaar. De leerlingen uit de experimentele klassen rapporteerden direct na de lessen een iets hogere descriptieve norm ten opzichte van sporten. Dit betekent dat zij na de lessen het gevoel hadden dat meer mensen in hun omgeving sportten. Na drie maanden was deze trend niet langer aanwezig. Na drie maanden hadden leerlingen uit de experimentele groep wel een iets positievere houding ten opzichte van sporten.

Is er een relatie tussen de uitvoering van In Charge en de resultaten?

Vervolgens is onderzocht of er een relatie bestaat tussen de wijze waarop In Charge is uitgevoerd en de gevonden resultaten bij de leerlingen. Voor alcohol zijn direct na de lessen twee trends gevonden. Na afloop van In Charge bleek dat bij leerlingen de normen ten opzichte van alcohol negatiever werden bij een betere uitvoering van In Charge. Bij een goede uitvoering van In Charge dachten leerlingen dat anderen minder alcohol dronken en dat het drinken van alcohol minder door de omgeving werd

geaccepteerd. Na drie maanden was de relatie tussen een goede uitvoering van In Charge en negatievere normen statistisch significant. Bovendien was er na drie maanden sprake van een nieuwe trend: de houding van leerlingen ten opzichte van alcohol was negatiever na een betere uitvoering van In Charge. Voor snacken was er direct na de lessen een negatieve trend zichtbaar. De ervaren controle over het snackgedrag was lager wanneer In Charge beter werd uitgevoerd. Voor sporten en bewegen was na drie maanden sprake van een positieve trend: leerlingen rapporteerden een hogere descriptieve norm ten opzichte van sporten en bewegen op het moment dat In Charge beter werd uitgevoerd.

Wat is de invloed van de verschillende lesonderdelen?

Tot slot is onderzocht of er een relatie bestaat tussen de manier waarop les 1, de 7-days-challenge en les 4 zijn gevoerd en de gevonden resultaten bij de leerlingen.

Les 1

Voor alcohol zijn direct na de lessen drie positieve effecten gevonden die samenhangen met een goede uitvoering van les 1, waarvan twee statistisch significant waren. Na een goede uitvoering van les 1 was er sprake van een negatievere houding ten opzichte van alcohol (trend) en negatievere sociale normen: leerlingen dachten dat anderen minder alcohol dronken en dat het gebruik van alcohol minder geaccepteerd was. Na drie maanden was er sprake van een significant effect op binge drinken. Als les 1 goed werd uitgevoerd dan was er minder sprake van binge drinken. Voor snacken gold dat er direct na de lessen een significant effect was op de injunctieve norm, dat wil zeggen dat leerlingen bij een goede uitvoering van les 1 dachten

dat snacken minder geaccepteerd was. Dit effect was ook na drie maanden nog significant. Daarnaast werd na drie maanden ook een significant effect gevonden op de descriptieve norm: na een goede uitvoering van les 1 dachten leerlingen dat anderen minder snackten. Een goede uitvoering van les 1 hing niet samen met uitkomsten op het gebied van sporten en bewegen.

De 7-days-challenge

Een goede uitvoering van de 7-days-challenge was gerelateerd aan twee significante korte termijn effecten op voorspellers van alcoholgebruik. Als de 7-days-challenge door een groot aantal leerlingen uit de klas was uitgevoerd dan dachten leerlingen dat anderen minder alcohol dronken en dat het gebruik van alcohol minder geaccepteerd was. Deze relatie was ook drie maanden na de lessen nog significant. Ook was er na drie maanden een significant effect op de attitude. Naarmate meer leerlingen uit de klas de 7-days-challenge hebben uitgevoerd ontwikkelen zij een negatievere houding ten opzichte van alcohol. Een goede uitvoering van de 7-days-challenge hing daarnaast samen met enkele negatieve effecten ten aanzien van snacken. Direct na de lessen hadden leerlingen uit een klas waar een groot aantal leerlingen de 7-days-challenge heeft gedaan een positievere houding ten opzichte van snacken, hadden zij het gevoel dat snacken meer werd geaccepteerd en ervoeren zij minder controle over hun snackgedrag. Dit laatste effect was ook na drie maanden nog significant. Een goede uitvoering van de 7-days-challenge hing niet samen met uitkomsten op het gebied van sporten en bewegen.

Les 4

De laatste les ging expliciet over alcohol. Opvallend was dat bij een goede uitvoering van deze les, juist averechtse effecten

voor alcohol werden gevonden. Direct na de lessen dronken leerlingen bij wie de les goed was uitgevoerd meer alcohol dan leerlingen bij de wie de les minder goed was uitgevoerd (trend). Na drie maanden hadden leerlingen bij wie de les goed was uitgevoerd bovendien een sterkere intentie om alcohol te drinken. Direct na de lessen hadden leerlingen bij wie de les goed was uitgevoerd een minder sterke intentie om te snacken en na drie maanden hadden zij een sterkere intentie om te sporten en bewegen.

Conclusies

De uitvoering van In Charge in de praktijk is matig, de lessen zijn ongeveer voor helft uitgevoerd zoals bedoeld. De introductie en nabespreking van de lessen en lesonderdelen worden regelmatig overgeslagen of zijn onvolledig. Dit heeft tot gevolg dat er weinig aandacht wordt besteed aan reflectie en niet altijd duidelijk is wat het doel van de opdrachten is. De interactieve onderdelen, discussiëren aan de hand van stellingen en de alcoholquiz, worden het beste uitgevoerd. Het laatste onderdeel van de les wordt het minst goed uitgevoerd.

De huidige uitvoering van In Charge heeft geen effect op (voorspellers van) het alcoholgebruik van de leerlingen. Wel wordt er op korte termijn een negatief effect gevonden op de ervaren controle over het snackgedrag van de leerlingen. Dit effect is te verklaren doordat de meeste leerlingen die de 7-days-challenge hebben uitgevoerd, hebben geoefend met niet snacken. Dit kan ertoe hebben geleid dat zij zich er bewust van zijn geworden dat dit best lastig is. Ook is er een positieve trend ten aanzien van de norm rondom sporten en bewegen.

Er is een relatie tussen de manier waarop In Charge is uitgevoerd en het resultaat dat wordt bereikt bij de leerlingen. Een

goede uitvoering van In Charge leidt tot een negatievere houding ten opzichte van alcohol en negatievere sociale normen. Daarnaast is er ook een gewenst effect op de sociale norm rond sporten en bewegen. Een goede uitvoering van In Charge leidt opnieuw tot minder ervaren controle over het snackgedrag.

Hoewel de laatste les specifiek over alcohol ging zijn de positieve resultaten bij een goede uitvoering niet toe te schrijven aan deze les. Een goede uitvoering van les 4 hing juist samen met averechtse effecten: op korte termijn dronken leerlingen meer alcohol en op de langere termijn hadden zij een sterkere intentie om alcohol te drinken. Een goede uitvoering van les 1 en de 7-days-challenge hingen juist wel samen met gunstige effecten op (voorspellers van) het alcoholgebruik van de leerlingen. Een goede uitvoering van les 1 had bovendien ook gewenste effecten op snacken en sporten en bewegen. De negatieve effecten op het gebied van snacken waren uitsluitend gerelateerd aan een goede uitvoering van de 7-days-challenge. Dit kan worden verklaard doordat de 7-days-challenge meestal gerelateerd was aan snacken, waardoor

leerlingen hier meer bewust mee bezig waren.

Aanbevelingen

Hoewel In Charge bij de huidige uitvoering geen effect heeft op het alcoholgebruik van de leerlingen, betekent dit niet dat In Charge moet worden stopgezet. Uit de analyses naar de relatie tussen de uitvoering van In Charge en het resultaat blijkt immers dat een goede uitvoering van In Charge wel positieve resultaten laat zien. Wel is het wenselijk om verschillende aanpassingen door te voeren. Enerzijds is het belangrijk dat de uitvoering in de praktijk verbetert, waardoor duidelijker wordt wat het doel van de opdrachten is en er in de klas ook sprake is van reflectie. Anderzijds moet er een andere invulling komen voor les 4. De huidige les draagt niet bij aan de gevonden positieve resultaten en heeft zelfs een ongewenst effect, terwijl de lessen zonder expliciete focus op alcohol wel bijdragen aan minder overmatig alcoholgebruik. Het lijkt dus wenselijker om ook in de laatste les meer in algemene zin aandacht te besteden aan omgaan met verleidingen in plaats van in te gaan op een specifieke verleider.

HELDER
OP SCHOOL

IN CHARGE

