

# TAKE IT PERSONAL!

## CASESTUDIE #4



# **TAKE IT PERSONAL!**

**Resultaten van de vierde casestudie naar de uitvoerbaarheid en werkzaamheid bij leerlingen van het praktijkonderwijs en voortgezet speciaal onderwijs.**

Anne Hooftman, Ester Speth & Vincent van der Rijst

Trimbos-instituut, Utrecht, 2022

## Colofon

### Projectleiding

Simone Onrust

### Redactie

Anne Hoofman

Ester Speth

Vincent van der Rijst

### Illustraties

Canon Nederland N.V.

Deze uitgave is te bestellen via [www.trimbos.nl/webwinkel](http://www.trimbos.nl/webwinkel) met artikelnummer **AF...**

Trimbos-instituut

Da Costakade 45

Postbus 725

3500 AS Utrecht

T: 030-297 11 00

F: 030-297 11 11

© 2022, Trimbos-instituut, Utrecht.

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, zonder voorafgaande toestemming van het Trimbos-instituut.

## Inhoudsopgave

<b>1. Inleiding</b>	<b>5</b>
1.1. Praktijkonderwijs	5
1.2. Preventie van (problematisch) middelengebruik	6
<b>2. Take it Personal</b>	<b>7</b>
2.1. Persoonlijkheidsprofielen	7
2.2. Doelgroep	9
2.3. Therapeutische principes	9
2.4. Opzet van het programma	11
<b>3. Onderzoeksmethode</b>	<b>15</b>
3.1. Onderzoeksdeelnemers	15
3.2. Dataverzameling	15
3.3. Analyse	16
<b>4. Resultaten</b>	<b>18</b>
4.1. Take it Personal voor negatief denken (ND)	18
4.2. Take it Personal voor impulsiviteit (IMP)	22
4.3. Terugblik op de uitvoering van Take it Personal in het praktijkonderwijs	26
<b>5. Conclusies en aanbevelingen</b>	<b>29</b>
5.1. Belangrijkste bevindingen	29
5.2. Conclusies	30
5.3. Aanbevelingen	31
<b>6. Literatuur</b>	<b>33</b>

## 1. Inleiding

In deze rapportage worden de resultaten beschreven van een vierde evaluatie van Take it Personal voor het praktijkonderwijs (pro) en cluster 4 van het voortgezet speciaal onderwijs (vso). Aangezien deze rapportage zich specifiek richt op een evaluatie binnen het praktijkonderwijs, zal in dit hoofdstuk beschreven worden hoe deze doelgroep eruit ziet en uitgelegd worden waarom voor deze jongeren een apart programma ontwikkeld is.

### 1.1. Praktijkonderwijs

Praktijkonderwijs is onderdeel van het regulier voortgezet onderwijs en richt zich op leerlingen van 12 tot 18 jaar die niet kunnen functioneren in het reguliere onderwijs. In Nederland zitten bijna 30.000 leerlingen in het praktijkonderwijs (CBS, 2021). Het praktijkonderwijs wordt gekenmerkt door maatwerk en gepersonaliseerd leren. Leerlingen volgen een persoonlijke leerroute die aansluit bij de behoeften en vaardigheden van de leerling. Door middel van praktische vakken en stages worden leerlingen opgeleid voor werk of een vervolgopleiding.

De voornaamste reden dat leerlingen praktijkonderwijs volgen, is omdat zij in vergelijking met hun leeftijdsgenoten een leerachterstand hebben (Kepper et al., 2012). Deze achterstand is met name op het gebied van taal en rekenen. Er zijn een aantal criteria waar een leerling aan moet voldoen om in het praktijkonderwijs toegelaten te worden. De leerling moet een IQ hebben dat tussen de 55 en 80 ligt. Daarnaast heeft een leerling een leerachterstand van drie jaar of meer op twee van de volgende gebieden: inzichtelijk rekenen, begrijpend lezen, technisch lezen, en spellen. Eén van de twee domeinen moet in ieder geval inzichtelijk rekenen of begrijpend lezen zijn. Leerlingen die aan deze verschillende eisen voldoen komen in aanmerking voor een toelaatbaarheidsverklaring praktijkonderwijs (TLV Pro).

Het praktijkonderwijs onderscheidt zich op verschillende aspecten van het overige regulier onderwijs. Zo zijn de klassen kleiner en krijgen leerlingen veel persoonlijke begeleiding. Daarnaast is het onderwijs zo ingedeeld dat leerlingen zoveel mogelijk leren door praktisch aan de slag te gaan. Iedere leerling in het praktijkonderwijs heeft een ontwikkelingsperspectiefplan. In dit plan worden de uitstroombestemming, leerdoelen en begeleiding geformuleerd. Op basis hiervan wordt een persoonlijke leerroute gemaakt. Gemiddeld genomen duurt de opleiding 5 jaar. Het merendeel van de scholen in het praktijkonderwijs maakt gebruik van een twee jaar durende onderbouw (jaar 1 en 2) en een drie jaar durende bovenbouw (jaar 3, 4 en 5). In de onderbouw wordt voornamelijk aandacht besteed aan basisvaardigheden, algemene ontwikkeling en oriëntatie op de arbeidsmarkt. In de bovenbouw wordt er meer beroepsgericht gewerkt. In deze periode gaan leerlingen gaandeweg meer stage lopen.

### 1.1.1. Prevalentie middelengebruik in het praktijkonderwijs

Rombouts en collega's (2020) hebben onderzoek gedaan naar middelengebruik in het praktijkonderwijs. In het onderzoek wordt het praktijkonderwijs vergeleken met het VMBO-b; dit omdat het VMBO-b qua onderwijsniveau dichterbij het praktijkonderwijs ligt dan het VMBO-t, HAVO en VWO. Tevens is het VMBO-b een risicogroep binnen het regulier onderwijs, aangezien de prevalentie van middelengebruik onder deze leerlingen doorgaans hoger ligt in vergelijking met leeftijdsgenoten op de andere onderwijsniveaus. De studie van Rombouts en collega's (2020) laat zien dat 6% van de leerlingen in het praktijkonderwijs dagelijks rookt, in vergelijking met 4,3% van de VMBO-b leerlingen. 14,8% van de leerlingen in het praktijkonderwijs geeft aan in de afgelopen maand gedronken te hebben, in vergelijking met 29% van de VMBO-b leerlingen. In het praktijkonderwijs heeft 4,1% van de leerlingen in de afgelopen maand cannabis gebruikt, tegenover 5,8% van de VMBO-b leerlingen. Van de leerlingen in het praktijkonderwijs geeft 11% aan ooit lachgas gebruikt te hebben, in vergelijking met 13% van VMBO-b leerlingen. Tenslotte, heeft 2,6% van de leerlingen in het praktijkonderwijs ooit enige harddrugs gebruikt, tegenover 2% van de VMBO-b leerlingen (Rombouts et al., 2020). Deze cijfers laten zien dat het middelengebruik van leerlingen in het praktijkonderwijs en VMBO-b leerlingen uiteenloopt. Het maandelijks cannabisgebruik en gebruik van lachgas en enige harddrugs verschilt niet veel. Echter, komt dagelijks roken vaker voor in het praktijkonderwijs en is het maandelijks gebruik van alcohol hoger onder VMBO-b leerlingen.

## 1.2. Preventie van (problematisch) middelengebruik

Er zijn in Nederland bijna geen interventies beschikbaar voor het praktijkonderwijs en voortgezet speciaal onderwijs om (problematisch) middelengebruik door leerlingen tegen te gaan. Ook over de effecten hiervan is nauwelijks iets bekend. Internationaal is er ook weinig onderzoek gedaan naar de beste aanpak voor deze risicoleerlingen. De resultaten uit onderzoek naar de effecten van middelenpreventie in het praktijkonderwijs zijn erg divers: in enkele grote reviewstudies worden studies met positieve resultaten beschreven, maar ook studies waarin averechtse effecten worden gevonden (Clark et al., 2010; Sussman et al., 2014; Vermeulen-Smit et al., 2014).

In Nederland is een pilotonderzoek gedaan naar Nederlands lesmateriaal voor deze doelgroep, afgeleid van lesmaterialen voor het regulier onderwijs. Het resultaat van deze pilot was dat preventieprogramma's voor deze doelgroep niet een-op-een vertaald kunnen worden vanuit programma's die voor het regulier onderwijs ontwikkeld zijn (Turhan et al., 2017). Dit komt voornamelijk doordat lesmaterialen voor het regulier onderwijs vaak niet voldoende aansluiten op het cognitieve niveau van jongeren in het praktijkonderwijs. Bij de ontwikkeling van materialen voor deze doelgroep is het noodzakelijk om deze wel zoveel als mogelijk te laten aansluiten op het cognitieve niveau en de behoeften van deze jongeren.

## 2. Take it Personal

Take it Personal is een selectief preventieprogramma met als doel het verminderen van riskant middelengebruik en comorbide gedragsproblemen bij jongeren uit het praktijkonderwijs en voortgezet speciaal onderwijs (cluster 4). Take it Personal is een groepsinterventie voor vier tot acht jongeren in de leeftijd van 12 tot en met 16 jaar. Het programma kent vier verschillende varianten, welke zijn toegespitst op vier verschillende persoonlijkheidsprofielen. Met behulp van technieken uit de cognitieve gedragstherapie, motiverende gespreksvoering en psychomotorische therapie krijgen jongeren handvatten en vaardigheden aangereikt om binnen hun eigen risicoprofiel riskant gedrag in risicovolle situaties te verminderen of te vermijden.

Take it Personal is geïnspireerd op de programma's Preventure uit Canada (Conrod et al., 2004) en BackPAC uit België (Vlaams expertisecentrum Alcohol en andere Drugs [VAD], 2014). Preventure is in verschillende landen, waaronder Nederland, effectief gebleken in het terugdringen van riskant middelengebruik onder middelbare scholieren uit het regulier onderwijs (Edalati & Conrod, 2018; Lammers et al., 2015). Take it Personal is vervolgens - in eerste instantie - ontwikkeld voor jongeren met een verstandelijke beperking (Schijven et al., 2014). Uit een eerste verkenning bleek dit programma veelbelovend te zijn voor het terugdringen van problematisch middelengebruik onder deze doelgroep (Schijven et al., 2016). Momenteel wordt het programma doorontwikkeld voor leerlingen in het praktijkonderwijs en voortgezet speciaal onderwijs.

### 2.1. Persoonlijkheidsprofielen

Het uitgangspunt van Take it Personal is dat persoonlijkheidskenmerken belangrijk zijn voor het begrijpen van middelengebruik en -misbruik onder jongeren. Uit verschillende onderzoeken is gebleken dat een aantal persoonlijkheidsprofielen samenhangen met een verhoogd risico op problematisch middelengebruik: sensatiezoekend gedrag, impulsiviteit, negatief denken en angstgevoeligheid. Deze relatie bestaat zowel voor jongeren met een normale intelligentie (Conrod et al., 2000) als voor jongeren met een verstandelijke beperking (Poelen et al., 2017). Elk persoonlijkheidsprofiel hangt samen met specifieke risicovolle motieven voor gebruik (Conrod & Woicik, 2002; Woicik et al., 2009). Personen die hoog scoren op de persoonlijkheidsprofielen 'sensatiezoekend gedrag' en 'impulsiviteit' zijn extra gevoelig voor de positieve of belonende effecten van middelengebruik. Zij gebruiken vaker middelen omdat dit hen een goed gevoel geeft of omdat zij er een kick van krijgen. Personen die hoog scoren op de persoonlijkheidsprofielen 'negatief denken' en 'angstgevoeligheid' zijn gevoeliger voor het verdovende effect van verschillende middelen. Zij gebruiken vaker middelen om negatieve emoties uit de weg te gaan.



### 2.1.1. Sensatiezoekend gedrag

Sensatiezoekend gedrag verwijst naar het verlangen om intense en vernieuwende ervaringen op te doen (Zuckerman, 1994). Uit verschillende studies blijkt dat sensatiezoekend gedrag veelvuldig samenhangt met middelengebruik. Sensatiezoekende jongeren gaan op zoek naar uitdagende activiteiten en vertonen meer regelovertrekend gedrag, zoals middelengebruik. Er wordt verondersteld dat sensatiezoekende jongeren meer prikkels nodig hebben om zich prettig te voelen. Bovendien laten deze jongeren zich minder afschrikken door gevaarlijke situaties, doordat zij hierbij minder negatieve emoties ervaren (Conrod et al., 2000). Sensatiezoekers zijn over het algemeen zwaardere drinkers en hebben een verhoogd risico op het drinken met schadelijke consequenties (Shall et al., 1992).

### 2.1.2. Impulsiviteit

Impulsiviteit verwijst naar direct reageren zonder eerst na te denken over de mogelijke gevolgen van dit gedrag. Impulsiviteit hangt ook vaak samen met middelengebruik. Voor impulsieve jongeren wegen de voordelen van gezond gedrag die vaak pas op de lange termijn bereikt worden niet op tegen een plezierige ervaring op de korte termijn. Impulsieve jongeren kunnen er doorgaans slecht tegen als behoeften niet direct worden bevredigd. Dit maakt dat impulsieve jongeren eerder riskant gedrag zullen vertonen als de situatie zich voordoet. Hierdoor gebruiken zij vaker en meer middelen. Bovendien hebben zij een groter risico op verslavingsproblematiek (Conrod et al., 2000; Pulkkinen & Pitkänen, 1994).

### 2.1.3. Negatief denken

Jongeren die hoog scoren op het persoonlijkheidsprofiel negatief denken hebben de neiging om geïsoleerde negatieve ervaringen te veralgemeniseren en de oorzaak van negatieve situaties bij zichzelf te leggen. Dit kan bijdragen aan het gebruik van middelen. Jongeren die erg gevoelig zijn voor negatieve emoties en last hebben van negatieve gevoelens, zien het gebruik van middelen veelal als een manier om met deze negatieve gevoelens om te gaan (Blackwell et al., 2002; Conrod et al., 2000).

### 2.1.4. Angstgevoeligheid

Een sterke gevoeligheid voor angst vergroot ook het risico op het gebruik van middelen. Jongeren die hoog scoren op het persoonlijkheidsprofiel angstgevoeligheid gaan vaak uit van het slechtste scenario. Ook voor deze jongeren geldt dat het gebruik van middelen veelal wordt gezien als een manier om met negatieve gevoelens om te gaan. Angstige jongeren lijken extra gevoelig voor de ontspannende en kalmerende werking van met name alcohol, waardoor zij meer drinken en eerder afhankelijk raken (MacDonald et al., 2000; Stewart et al., 1995).



## 2.2. Doelgroep

Take it Personal is een programma voor 12-16 jarigen uit het praktijkonderwijs of voortgezet speciaal onderwijs (cluster 4). Jongeren kunnen deelnemen als zij geselecteerd zijn met een persoonlijkheidsprofiel dat binnen één van de vier risicoprofielen valt (sensatiezoekend gedrag, impulsiviteit, negatief denken of angstgevoeligheid).

### 2.2.1. Screening

Voorafgaand aan de uitvoering van Take it Personal worden de leerlingen gescreend met behulp van een online vragenlijst: de Substance Use Risk Profile Scale (SURPS; Woicik et al., 2009). De vragenlijst identificeert jongeren op de afzonderlijke risicoprofielen met een groter risico op middelenmisbruik. Bij een hoge score op één van de persoonlijkheidsprofielen kunnen jongeren deel nemen aan één van de varianten van Take it Personal. Jongeren die laag scoren op alle persoonlijkheidsprofielen nemen in principe niet deel. Het kan echter voorkomen dat een jongere die niet uit de screening naar voren komt toch door de school voor deelname geselecteerd wordt. Dit gebeurt altijd in overleg.

### 2.2.2. Contra-indicaties

Het is ook mogelijk dat een jongere volgens de uitslag van de screening in aanmerking komt voor deelname aan Take it Personal, maar dat er toch redenen zijn om deze jongere uit te sluiten van deelname. Redenen voor exclusie kunnen zijn: het volgen van een (zwaar) zorgtraject; de aanwezigheid van bestaande verslavingsproblematiek; of het niet in staat zijn om in een groep te functioneren (dit is door de school in te schatten).

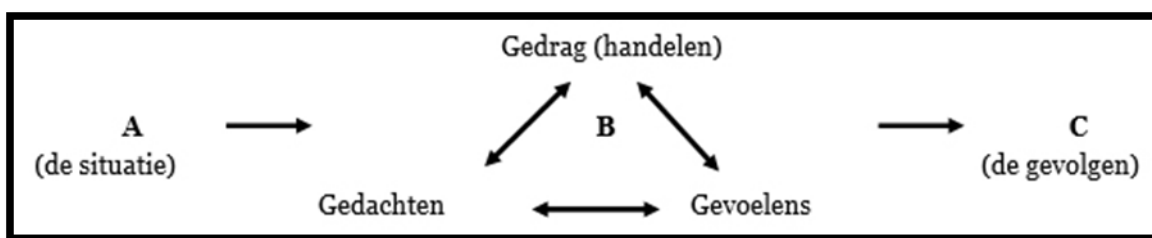
## 2.3. Therapeutische principes

Take it Personal is gebaseerd op therapeutische principes uit de cognitieve gedragstherapie en motiverende gespreksvoering. Uit onderzoek is gebleken dat deze technieken effectief zijn in het terugdringen van (problematisch) middelengebruik onder jongeren (Conrod et al., 2011; Riper et al., 2014). Cognitieve gedragstherapie en motiverende gespreksvoering worden veel toegepast bij de preventie en behandeling van verslavingen, en vormen de basis van het oorspronkelijke programma voor het reguliere onderwijs. In de eerdere ontwikkeling van dit programma voor jongeren met een verstandelijke beperking zijn deze technieken aangevuld met verschillende oefeningen uit de psychomotorische therapie (Schijven et al., 2014).

### 2.3.1. Cognitieve gedragstherapie

Cognitieve gedragstherapie is de meest toegepaste vorm van psychotherapie en kent verschillende varianten voor uiteenlopende problemen. Technieken die in de cognitieve gedragstherapie vaak gebruikt worden, zijn cognitieve herstructurering, psycho-educatie en blootstelling (exposure). De kern van

cognitieve gedragstherapie is de veronderstelling dat zogenaamde irrationele gedachten zorgen voor disfunctioneel gedrag en/of negatieve emoties. Cognitieve gedragstherapie concentreert zich op het veranderen van deze gedachten (cognitieve patronen) om gedragsverandering en een verandering in emotionele staat te bewerkstelligen. Het ABC-schema (zie figuur 1) wordt gebruikt om dit te verduidelijken: gedrag wordt niet alleen beïnvloed door de situatie die eraan voorafgaat (A) en de gevolgen ervan (C), maar ook doordat gedachten, gevoelens en gedrag elkaar wederzijds beïnvloeden (B).



**Figuur 1.** ABC-schema

Er wordt vooral gewerkt aan het beïnvloeden van de middelste drie elementen (B): gedrag, gedachten en gevoelens. Dit deel van het schema wordt ook wel het G-schema genoemd. Hierbij geldt als uitgangspunt: wordt één van de drie elementen beïnvloed, dan heeft dat direct invloed op de overige twee.

### 2.3.2. Motiverende gespreksvoering

Motiverende gespreksvoering is een cliëntgerichte en directieve methode om motivatie tot verandering uit te lokken en te versterken door de ambivalentie van de jongere ten aanzien van het eigen gedrag te onderzoeken en vergroten (Miller, 1983). Het belangrijkste uitgangspunt van motiverende gespreksvoering is dat bereidheid tot verandering niet gezien wordt als een vaststaand kenmerk van een persoon, maar als iets dat in samenwerking met de hulpverlener kan worden bereikt.

### 2.3.3. Psychomotorische therapie

De psychomotorische therapie maakt gebruik van sport-, spel- en bewegingsvormen waarin met het lichaam en de zintuigen wordt gewerkt. Door actiegerichte en non-verbale oefeningen kan een jongere bewust worden van zijn/haar verbaal en non-verbaal (on)bekwaam gedrag en met hulp van de trainer gevoelens, lichamelijke reacties en gedachten die ermee samenhangen, ontleden. Dit maakt het mogelijk om snel ander gedrag te ontwikkelen en gewenst nieuw gedrag aan te leren.

Het doel van zowel cognitieve gedragstherapie als psychomotorische therapie is om nieuw aangeleerd gedrag toe te passen in de nabije toekomst. Hoewel onderzoek laat zien dat cognitieve gedragstherapie ook positieve effecten heeft bij jongeren met een verstandelijke beperking (Vereenoghe & Langdon, 2013), vinden zij het vaak lastig om het geleerde te vertalen naar de eigen situatie (Kleinert et al., 2009).

Ditzelfde geldt voor veel leerlingen uit het praktijkonderwijs en voortgezet speciaal onderwijs. Psychomotorische therapie helpt hen om tijdens de oefeningen daadwerkelijk te ervaren welke uitwerking bepaald gedrag heeft. Dit maakt het makkelijker de koppeling te maken met ervaringen uit het dagelijks leven.

## 2.4. Opzet van het programma

Take it Personal bestaat uit zes lessen van 45 minuten. Deze lessen worden begeleid door een opgeleide trainer (er kan er ook voor gekozen worden om met twee trainers te werken). Het is belangrijk dat deze trainer(s) bekend is met de doelgroep en ervaring heeft met het begeleiden van groepsprocessen. De opzet van het programma is voor elk persoonlijkheidsprofiel gelijk, alleen de insteek per persoonlijkheidsprofiel verschilt. Dit houdt in dat er vier verschillende werkboeken zijn die aansluiten bij de verschillende persoonlijkheidsprofielen. Elk werkboek maakt gebruik van eigen voorbeelden die aansluiten bij het gedrag dat past bij een specifiek persoonlijkheidsprofiel. Deze voorbeelden beschrijven hoe jongeren met een vergelijkbaar persoonlijkheidsprofiel in de problemen komen en welk resultaat zij bereiken als zij het anders aanpakken.

De opbouw van Take it Personal volgt de opbouw van cognitieve gedragstherapie. Eerst wordt ingestoken op het leren kennen en herkennen van de eigen persoonlijkheid, en het herkennen van signalen (gedachten en gevoelens) die voorafgaan aan gedrag. Dit kan gaan om riskant gedrag zoals het gebruik van alcohol en drugs, maar ook andere risicovolle uitingen van hun persoonlijkheid zoals agressief reageren, je terugtrekken of situaties vermijden. Vervolgens leren de jongeren dat zij ervoor kunnen kiezen om dit anders aan te pakken. In iedere les (m.u.v. de laatste afsluitende les) wordt halverwege de les een oefening uit de psychomotorische therapie gedaan. Deze oefeningen zijn toegespitst op het persoonlijkheidsprofiel van de jongeren.

Voorafgaand aan de eerste les heeft elke leerling een kort een-op-een kennismakingsmoment met de trainer; een intakegesprek. Tijdens deze intake stelt de trainer zich aan de jongere voor en volgt er een korte uitleg over de lessenreeks. Daarna wordt het persoonlijkheidsprofiel van de leerling besproken; herkennen zij dit bij zichzelf? Dit intake-moment heeft als doel de relatie tussen de trainer en de leerling te bevorderen. De trainer maakt tijdens de intake duidelijk dat hij/zij er voor de leerling is, maar dat het eigenaarschap zoveel mogelijk bij de leerling zelf ligt.

Aan het einde van de zes lessen koppelt de trainer eventuele problemen die tijdens de training naar voren zijn gekomen terug naar de school. Het kan zo zijn dat er tijdens de uitvoering van de lessen problemen naar voren komen; het is belangrijk dat hier aandacht voor is en dat dit wordt opgepakt en er – indien nodig – een vervolgtraject wordt ingezet.

### 2.4.1. Les 1: Introductie

Tijdens de eerste les wordt het programma geïntroduceerd en maken de leerlingen kennis met elkaar. De les start met een kennismakingsoefening, waarin de trainer(s) en leerlingen zichzelf voorstellen. Vervolgens wordt ingegaan op het doel van Take it Personal en wordt kort uitleg gegeven over het persoonlijkheidsprofiel van de leerlingen. De huisregels worden uitgelegd en leerlingen tekenen een vertrouwensovereenkomst. Vervolgens wordt de leerlingen gevraagd om na te denken over doelen voor de toekomst. De leerlingen vullen in hun werkboek in wat zij over twee jaar willen bereiken. Daarna vullen de leerlingen opnieuw één van de schalen uit de SURPS in, waarna de uitkomst met de groep wordt gedeeld. De gelijkenissen in scores worden inzichtelijk gemaakt door de leerlingen een post-it met hun score op een getallenlijn te plakken. De leerlingen zullen zien dat hun scores dicht bij elkaar liggen; het wordt duidelijk dat alle groepsdeelnemers op elkaar lijken. Nu duidelijk is dat alle leerlingen relatief hoog scoren op een bepaald persoonlijkheidsprofiel gaat de trainer dieper in op de betekenis hiervan (psycho-educatie). Dit gebeurt aan de hand van een korte video waarin een voorbeeld geschetst wordt (casuïstiek). Na het bespreken van deze casus volgt een oefening uit de psychomotorische therapie (PMT-oefening). De trainer legt samen met de leerlingen een verband tussen het gedrag tijdens de oefening en de kenmerken van het persoonlijkheidsprofiel. Dit wordt ook teruggekoppeld naar het voorbeeld uit de video. Herkennen de leerlingen zich in het voorbeeld uit de video, hebben zij ook wel eens zoiets meegemaakt? En wat doen zij als ze zich zo voelen? De les wordt afgesloten met een korte samenvatting en de positieve kenmerken van het persoonlijkheidsprofiel.

### 2.4.2. Les 2: Effecten

Na een korte terugblik op de eerste les worden verschillende riskante gedragingen besproken die passen bij het persoonlijkheidsprofiel van de leerlingen. Dit gebeurt aan de hand van de video die de leerlingen in de vorige les gezien hebben, waarin middelengebruik naar voren komt. In de bespreking van dit voorbeeld wordt stilgestaan bij de voordelen van dit gedrag (middelengebruik) op de korte termijn en de nadelen op de langere termijn. Om dit inzichtelijk te maken kunnen kaartjes gebruikt worden waar voor- en nadelen van gedragingen ontstaan, die de leerlingen vervolgens moeten indelen op voor- en nadeel. De trainer legt uit dat het kan helpen om naar voor- en nadelen van gedrag te kijken wanneer je een (goede) keuze wilt maken. Vervolgens maken de leerlingen kennis met het beslissingsblok, een werkvorm die hen na laat denken over de positieve en negatieve gevolgen van gedrag op de korte en de lange termijn. De leerlingen vullen het beslissingsblok samen met de trainer in, met de kaartjes waar voor- en nadelen opstaan, op een grote flip-over of op de grond. Ze zullen zien dat gedrag dat met middelengebruik te maken heeft vooral voordelen op de korte termijn en nadelen op de langere termijn geeft. In de nabespreking van deze oefening wordt ingegaan op de invloed die deze manier van nadenken over beslissingen kan hebben op het eigen gedrag. Hierna volgt een PMT-oefening en legt de trainer samen met de leerlingen

een verband tussen gedrag tijdens het spel en de kenmerken passend bij het persoonlijkheidsprofiel. Na de oefening wordt door de leerlingen een tweede keer geoefend met het invullen van een beslissingsblok met voor- en nadelen op de korte en langere termijn a.d.h.v. een tweede casus uit het werkboek of een zelfgekozen casus. Hierna volgt de afsluiting van de les.

#### 2.4.3. Les 3: Identificatie – hoe werkt het bij jou?

Na een korte terugblik op de voorgaande les wordt ingegaan op de verschillende lichamelijke reacties (gevoelens), gedachten en gedragingen die passen bij het persoonlijkheidsprofiel. Samen met de leerlingen worden verschillende voorbeelden van gevoelens, gedachten en gedragingen besproken die beschreven staan in het werkboek. Ook wordt er ingegaan op de samenhang tussen lichamelijke reacties (gevoelens), gedachten en gedragingen. Hierbij wordt wederom teruggeblikt op de video uit les 1. Valt er iets op aan de emoties of het gedrag van de jongere uit het voorbeeld? Hierna volgt een PMT-oefening. Hierbij legt de trainer samen met de leerlingen een verband tussen gedrag tijdens het spel en de kenmerken passend bij het persoonlijkheidsprofiel. De les gaat verder met het onderwerp 'keuzes maken'. Er wordt duidelijk gemaakt dat gedachten vaak bepalend zijn voor hoe je je gedraagt en voor de gevolgen van je gedrag. Dit proces wordt inzichtelijk gemaakt met behulp van een eigen voorbeeld, voorbeelden uit het werkboek en/of door te reflecteren op de PMT-oefening. De leerlingen vullen individueel (in het werkboek) of samen met de trainer (op een flip-over) een G-schema in (situatie, gedachte, lichamelijke reactie, gedrag, gevolgen). Doel hiervan is om inzicht te krijgen in de verschillende prikkels en de relatie tussen gedachten en het gedrag dat daarop volgt (en de gevolgen van het gedrag). Wanneer het voor leerlingen lastig is om zelf met voorbeelden te komen, kan de trainer ervoor kiezen om gebruik te maken van kaartjes waar voorbeelden van gedachten en fysieke en emotionele gevoelens op staan.

#### 2.4.4. Les 4: De uitdaging – wat kan je veranderen?

Na een korte nabespreking van de voorgaande les worden de leerlingen gestimuleerd om te reflecteren op hun eigen gedrag door terug te denken aan een situatie uit de afgelopen week en hoe zij hierop gereageerd hebben. Hierbij wordt onderscheid gemaakt tussen de gebeurtenis (wat ging er aan de situatie vooraf?) en de eigen reactie hierop. In deze les proberen de leerlingen alternatieven te bedenken voor de riskante gedragingen die passen bij hun persoonlijkheidsprofiel. Hoe gaan de leerlingen om met niet-helpende gedachten? Er wordt een laatste keer teruggeblikt op de video uit les 1 waarin zowel helpende als niet-helpende gedachten naar voren komen, en het gedrag wat hierop kan volgen. Herkennen de leerlingen de voorbeelden bij zichzelf? Je kunt anders leren omgaan met een niet-helpende gedachte. Hierna volgt een PMT-oefening waarbij de trainer samen met de leerlingen een verband legt tussen gedrag tijdens het spel en de kenmerken passend bij het persoonlijkheidsprofiel. Vervolgens gaan de leerlingen weer aan de slag met het invullen van een G-schema met behulp van een voorbeeld uit het werkboek. De leerlingen wordt gevraagd om in te gaan op zowel een helpende als een niet-helpende

gedachte. Bij de gevolgen wordt gevraagd om na te denken over een beloning wanneer de persoon uit het voorbeeld luistert naar zijn/haar helpende gedachte.

#### 2.4.5. Les 5: Het bereiken van je doelen

Na een korte nabespreking van de voorgaande les wordt wederom een eigen situatie uit de afgelopen week besproken. Vervolgens legt de trainer uit wat er allemaal voor nodig is om doelen te kunnen bereiken en hoe het kiezen voor alternatief gedrag daarbij kan helpen. Aan de hand van eigen voorbeelden denken leerlingen na over situaties die hebben geleid tot een negatieve uitkomst. De leerlingen gaan weer aan de slag met het invullen van het G-schema voor hun eigen situatie uit de afgelopen week. Hierna volgt een PMT-oefening waarbij de trainer samen met de leerlingen een verband legt tussen gedrag tijdens het spel en de kenmerken passend bij het persoonlijkheidsprofiel. Na de oefening gaan de leerlingen terug naar de situatie van afgelopen week en gaan ze hier dieper op in. Hoe hebben zij de situatie aangepakt? Ze denken na of ze de situatie ook anders aan hadden kunnen pakken. Wat is in deze situatie een helpende gedachte en wat is een niet-helpende gedachte? Wat zou een beloning kunnen zijn als je naar de helpende gedachte luistert? Dit is iets waardoor je aan je langetermijndoel denkt.

#### 2.4.6. Les 6: Terugblik en afsluiting

Na een korte terugblik op de voorgaande les wordt met de leerlingen nog één keer een eigen situatie besproken. De leerlingen gaan in op zowel een helpende als een niet-helpende gedachte, en denken na over een beloning wanneer ze luisteren naar hun helpende gedachte. Vervolgens kijken de leerlingen terug op het doel dat zij tijdens de eerste les opgeschreven hebben. Welk doel hadden zij? Hoe kunnen zij dat doel bereiken? Wat gaan ze hiervoor gebruiken vanuit de lessen? Hierbij wordt ook stilgestaan bij de ervaringen van de leerlingen en teruggekeken op alle voorgaande lessen. De trainer herhaalt wat de lessen in het algemeen inhielden, neemt samen met de leerlingen het werkboek door en laat hen reflecteren op wat ze in de afgelopen periode hebben geleerd. Hierna volgt de afronding van de lessenserie.

## 3. Onderzoeksmethode

Om inzicht te krijgen in de uitvoerbaarheid en werkzaamheid van Take it Personal, is een enkelvoudige geneste casestudie uitgevoerd. Deze casestudie had tevens als doel om in kaart te brengen welke aanpassingen er nodig zijn aan de werkwijze en materialen. De case in dit onderzoek betreft de uitvoering van Take it Personal op een praktijkschool in de provincie Zuid-Holland.

### 3.1. Onderzoeksdeelnemers

In het onderzoek zijn verschillende onderzoekseenheden betrokken. Op deze school zijn de varianten 'negatief denken' en 'impulsiviteit' aangeboden door drie opgeleide trainers.

Vijf leerlingen waren ingedeeld in de groep voor negatief denkende jongeren (ND) en zes leerlingen waren ingedeeld in de groep voor impulsief reagerende jongeren (IMP). Gaandeweg is één leerling uitgevallen wegens persoonlijke omstandigheden, waardoor de groep ND uiteindelijk uit vier leerlingen bestond. Niet al deze deelnemende jongeren zijn geselecteerd op basis van de screening. Op advies van de school zijn aan iedere groep leerlingen toegevoegd: twee leerlingen aan de groep ND en één leerling aan de groep IMP.

De betrokken trainers hadden niet eerder met Take it Personal gewerkt, maar zijn hiervoor wel opgeleid door een trainer van het Trimbos-instituut. Het ging hierbij om drie preventiewerkers van de regionale instelling voor verslavingszorg. De lessen werden steeds door twee van de drie trainers gegeven.

### 3.2. Dataverzameling

Er zijn verschillende gegevens verzameld om inzicht te krijgen in de uitvoering en resultaten van Take it Personal op de praktijkschool in Zuid-Holland. Dit betrof zowel kwalitatieve informatie over de uitvoerbaarheid van Take it Personal en de uitvoering van de lessen in de praktijk als kwantitatieve informatie over de deelnemende leerlingen.

#### 3.2.1. Observaties

Bij vier van de vijf op deze school gegeven lessen van Take it Personal, zijn observaties uitgevoerd. Bij beide groepen is de derde les niet geobserveerd vanwege ziekte van de observator. Bij deze observaties is gebruik gemaakt van observatieformulieren. Op deze observatieformulieren konden de observatoren rapporteren of een opdracht uitgevoerd is, of de opdracht door de leerlingen werd begrepen en in hoeverre de opdracht serieus werd uitgevoerd. Daarnaast was er veel ruimte voor het noteren van aanvullende informatie over het proces.



### 3.2.2. Vragenlijst

Voorafgaand aan de lessen van Take it Personal is bij de leerlingen van wie hun ouders hiervoor toestemming hadden gegeven een schriftelijke vragenlijst afgenomen. In deze vragenlijst waren vragen opgenomen over het middelengebruik van de leerling. Er werd ingegaan op roken, het drinken van alcohol en blowen. Er werd gevraagd hoe vaak de leerling deze gedragingen in de afgelopen maand had vertoond. Daarnaast werd gevraagd naar de hoeveelheid van gebruik en in hoeverre de leerling van plan was dit gedrag in de toekomst te vertonen. Naast vragen over het middelengebruik van de leerling, waren vragen opgenomen over het risicoprofiel van de leerlingen (gemeten met de SURPS; Woicik et al., 2009). Na afloop van de lessen is dezelfde vragenlijst nogmaals afgenomen om eventuele veranderingen in gedrag bij de leerlingen te kunnen bekijken. Doordat twee leerlingen pas na afname van de voormeting door de school aan de groepen toegevoegd zijn, hebben deze leerlingen geen vragenlijsten ingevuld. De overige negen leerlingen hebben allen beide vragenlijsten ingevuld.

### 3.2.3. Interviews

Naast de observationele en kwantitatieve data is er aanvullende informatie verzameld over de uitvoerbaarheid van Take it Personal en het daadwerkelijke verloop van de lessen middels interviews met de trainers en deelnemende leerlingen. Er is met alle trainers gesproken over de materialen, de opbouw van het programma, en de uitvoering van Take it Personal in de praktijk. Hierbij is zowel aandacht besteed aan wat er goed ging als aan wat er een volgende keer anders moet worden aangepakt. Daarnaast is er met de leerlingen individueel gesproken over hun ervaringen met Take it Personal. Onderwerpen die bij deze gesprekken aan de orde kwamen waren onder andere hun algemene indruk van de training en mening over de werkboeken, oefeningen en trainers. Ook is de leerlingen gevraagd wat ze van de lessen onthouden hebben. Daarnaast is besproken hoe zij de dynamiek van de groep ervaren hebben.

## 3.3. Analyse

Vanwege het kleine aantal leerlingen dat de kwantitatieve vragenlijsten heeft ingevuld, is het uitvoeren van een statistische toets niet zinvol. De opbrengsten van Take it Personal zijn daarom op een andere manier in kaart gebracht. Per leerling is er voor elke uitkomstmaat inzichtelijk gemaakt of de antwoorden na afloop van de sessies veranderd zijn ten opzichte van de antwoorden die de leerling voorafgaand aan de sessies gaf. Hierbij is onderscheid gemaakt tussen veranderingen in de gewenste richting (groen), veranderingen in de ongewenste richting (rood) en geen verandering (geen kleur). Voor de schaalscores van de SURPS is bepaald of er sprake was van een verandering aan de hand van de Reliable Change Index (RCI; Jacobsen & Truax, 1991). Hiermee kan worden berekend of een verschil tussen twee schaalscores mag worden opgevat als een klinisch relevante verandering. Om deze berekening uit te

kunnen voeren zijn de standaard meetfout (standard error of measurement; SEm) en de standaarddeviatie van de meetfouten van de veranderscores (standard deviation of the errors of measurements of the difference scores; Sdiff) vereist. Om de standaard meetfout te kunnen bepalen zijn de Cronbach's Alpha en standaarddeviatie van een vergelijkbare steekproef noodzakelijk. Aan de hand van de standaard meetfout kan vervolgens de standaarddeviatie van de meetfouten van de veranderscores worden berekend. Samen met de veranderscore kan vervolgens per individu worden bepaald of de verandering mag worden opgevat als een klinisch relevante verandering. Zie Tabel 1 voor een overzicht van de gebruikte normgegevens.

**Tabel 1.** Normgegevens *Reliable Change Index*

Schaal	Standaarddeviatie	Cronbach's Alpha	SEm	Sdiff	Bron
SURPS SS	3.80	.66	2.22	3.14	Steekproef Lammers, 2019
SURPS IMP	3.10	.69	1.73	2.45	Steekproef Lammers, 2019
SURPS ND	3.35	.84	1.34	1.89	Steekproef Lammers, 2019
SURPS AS	3.02	.72	1.59	2.25	Steekproef Lammers, 2019

Vervolgens is in de analyse een relatie gelegd tussen de wijze waarop de uitvoering van Take it Personal in de twee groepen is uitgevoerd en de veranderingen die er al dan niet bij de leerlingen te zien waren. Hierbij was de verwachting dat een goede uitvoering zonder veel knelpunten gerelateerd zou zijn aan positieve ontwikkelingen bij de leerlingen. Naarmate de uitvoering gepaard gaat met meer knelpunten, worden ook minder positieve ontwikkelingen bij de leerlingen verwacht.

## 4. Resultaten

Op de praktijkschool in Zuid-Holland zijn de trainingen voor negatief denkende en impulsieve jongeren aangeboden. De lessen zijn gegeven door twee trainers. In totaal hebben elf leerlingen deelgenomen, waarvan negen leerlingen beide vragenlijsten ingevuld hebben. Bij beide groepen is één les uitgevallen (en deels ingehaald); zie paragrafen 4.1.2 en 4.2.2 voor meer toelichting. Vier van de vijf gegeven lessen zijn geobserveerd. Tenslotte, is met alle deelnemende leerlingen gesproken over hun ervaringen met Take it Personal. Omdat iedere groep een eigen dynamiek had, worden de resultaten voor iedere groep apart beschreven. De resultaten van de interviews met de trainers zijn aan het eind van dit hoofdstuk beschreven.

### 4.1. Take it Personal voor negatief denken (ND)

De eerste uitvoering van Take it Personal op deze school richtte zich op negatief denkende leerlingen. Er hebben vijf leerlingen in de leeftijd tussen de 14 en 16 jaar deelgenomen. Drie leerlingen werden geselecteerd via het invullen van de screeningsvragenlijst en één leerling is vóór de eerste les door de school aan deze groep toegevoegd. Daarnaast is één leerling tijdens de tweede les nog door de school toegevoegd, maar deze leerling is na deze les ook direct weer met het programma gestopt omdat het toch niet passend bleek. De lessen werden door twee trainers gegeven.

#### 4.1.1. Kwantitatieve beschrijving en veranderingen bij de leerlingen

Alle vier de leerlingen uit de groep negatief denken die aan het volledige programma deelgenomen hebben, hebben zowel voorafgaand als na afloop een vragenlijst ingevuld. Eén leerling scoorde op de voormeting hoog op de schaal negatief denken van de SURPS ( $\geq 14$ ). Twee leerlingen scoorden hoog op de screening vooraf, maar scoorden op de voormeting net onder de afkapwaarde. De leerling die op de screening al laag scoorde, maar toch op advies van de school aan deze groep toegevoegd is, scoorde ook op de voormeting laag op de SURPS.

Twee van de vier leerlingen geven aan voorafgaand aan Take it Personal weleens gerookt te hebben, van hen heeft er één dit ook in de afgelopen vier weken gedaan. Alle drie de leerlingen die in de afgelopen vier weken niet gerookt hebben, geven aan dit later ook "zeker niet" te gaan doen. Twee van de vier leerlingen hebben voorafgaand aan de lessen weleens alcohol gedronken; één van hen heeft dit ook in de afgelopen vier weken gedaan. De intentie om later alcohol te drinken varieert sterk van "zeker niet" tot "ik drink al alcohol". Met blowen hebben geen van de leerlingen ervaring en op één leerling na hebben zij ook niet de intentie het later te gaan doen.

**Tabel 1.** *Kwantitatieve beschrijving en veranderingen van leerlingen negatief denken.*

	Leerling 1	Leerling 2	Leerling 3*	Leerling 4
Score SURPS ND	13   14	13   13	10   10	15   20
Roken (4 weken)	Nooit   Nooit	Nooit   Nooit	Nooit   Nooit	1 of 2 dagen   10 t/m 19 dagen
Intentie roken	Zeker niet   Ik denk van niet	Zeker niet   Misschien wel	Zeker niet   Ik denk van niet	Ik rook al af en toe   Zeker niet
Alcohol (4 weken)	Nooit   Nooit	Nooit   20 t/m 29 dagen	Nooit   Nooit	6 t/m 9 dagen   6 t/m 9 dagen
Alcohol hoeveelheid	-   -	8 glazen   6 glazen	-   -	2 glazen   4 glazen
Bingen (4 weken)	-   -	9 keer of vaker   2 keer	-   -	3 of 4 keer   3 of 4 keer
Intentie alcohol	Misschien wel   Zeker niet	Ik drink al af en toe   Ik drink al af en toe	Zeker niet   Zeker niet	Ik drink al af en toe   Ik denk van niet
Blowen (4 weken)	Nooit   Nooit	Nooit   Nooit	Nooit   Nooit	Nooit   Nooit
Blowen hoeveelheid	-   -	-   -	-   -	-   -
Intentie blowen	Zeker niet   Zeker niet	Zeker niet   Misschien wel	Zeker niet   Zeker niet	Misschien wel   Misschien wel

\* *Leerling is door de school aan de groep toegevoegd.*

Na afloop van Take it Personal zijn bij alle leerlingen in meer of mindere mate veranderingen in middelengebruik en intenties tot gebruik hiervan te zien. Zowel leerling 1 als leerling 3 laten in middelengebruik geen verandering zien: zij gebruikten voorafgaand aan de lessen geen van de middelen en doen dat na afloop ook niet. Voor beide geldt wel dat de intentie om later te gaan roken iets minder negatief geworden is (van "zeker niet" naar "ik denk van niet"). Voor leerling 1 is een gewenste verandering te zien op de intentie om later alcohol te drinken: van "misschien wel" naar "zeker niet". Leerling 3 had al een negatieve intentie, dat is gelijk gebleven. Beide leerlingen hadden tevens al de intentie later "zeker niet" te gaan blowen; dit is gelijk gebleven. Bij leerling 2 zijn enkele opmerkelijke veranderingen zichtbaar. Hoewel deze leerling aangeeft veel vaker alcohol te zijn gaan drinken, is zowel de hoeveelheid alcohol die hij per gelegenheid drinkt als het aantal keer dat hij vijf of meer glazen per gelegenheid drinkt afgenomen. Ook zijn de intenties van deze leerling om later te gaan roken of blowen voor beide middelen toegenomen (van "zeker niet" naar "misschien wel"). Ook voor leerling 4 zijn opvallende veranderingen zichtbaar. De SURPS-score is klinisch relevant toegenomen. Ook de frequentie van maandelijks roken en de hoeveelheid alcohol die deze leerling per gelegenheid drinkt is hoger geworden. Dit is opvallend, aangezien de intenties tot gebruik van deze middelen sterk negatiever

worden. Vanwege de grote inconsistenties tussen de antwoorden die deze leerling geeft over het middelengebruik in relatie tot de intenties tot gebruik van deze middelen, bestaan twijfels over de betrouwbaarheid van de antwoorden van deze leerling.

#### 4.1.2. Observaties van de lessen

Bij de uitvoering van Take it Personal voor leerlingen die negatief denken is vanwege miscommunicatie tussen de school, leerlingen, trainers en onderzoekers één van de zes lessen uitgevallen. Vanwege de strakke planning met aansluitende vakantie kon deze ook niet ingehaald worden. Het betrof de vierde les waarin nog enkele belangrijke theoretische concepten (alternatieve manieren om met niet-helpende gedachten om te gaan) geïntroduceerd worden. Om deze reden is besloten om tijdens de vijfde les grotendeels de nieuwe lesstof van les 4 alsnog te behandelen en te koppelen aan het toepasbaar maken hiervan op een eigen situatie, zoals in les 5 gedaan wordt. Vervolgens kon de laatste les volgens het normale schema doorgang vinden. Vanwege ziekte van de observator is één les niet geobserveerd waardoor uiteindelijk vier van de vijf gegeven lessen geobserveerd zijn.

##### *Observatie les 1*

Tijdens de eerste les waren er maar drie leerlingen aanwezig (leerling 1, 3 en 4). Er hing een goede sfeer in de klas. De trainers startten de sessie met een korte introductie van de vier verschillende persoonlijkheidsprofielen en legden uit waarom de leerlingen hier zijn. Daarna werd er uitgebreid aandacht besteed aan de kennismaking. Na het beantwoorden van de vragen over het persoonlijkheidsprofiel, werden deze met de leerlingen besproken. De video waarin het persoonlijkheidsprofiel naar voren kwam, werd eveneens besproken. De informatie in de video kwam niet helemaal over. De leerlingen herkenden het persoonlijkheidsprofiel niet in de video. Er was te weinig tijd om de vragen uit het werkboek die over de video gingen, te beantwoorden. Nadat de trainers voorbeelden van doelen gaven, schreven de leerlingen hun eigen doel(en) in hun boekje op. Ze waren in staat hun eigen doelen bedenken, maar wanneer deze doelen op het bord werden uitgeschreven kwam het negatief denken duidelijk naar voren: "Ik kan dat niet; ik heb een lelijk handschrift". De leerlingen gaven aan het einde van de les aan dat ze de les leuk vonden. Vooral de PMT-opdracht vonden ze leuk om te ervaren.

##### *Observatie les 2*

De les begon chaotisch. Dit kwam doordat de leerlingen tien minuten te laat binnenkwamen en er ten opzichte van de eerste les twee nieuwe leerlingen aanwezig waren. Zij hebben zichzelf kort geïntroduceerd. Daarna werden de doelen die de leerlingen vorige week opgesteld hadden kort besproken in de kring. Vervolgens werden de voor- en nadelen behandeld. De leerlingen vonden het lastig om de definitie van voordeel en nadeel te begrijpen. De trainers legden daarom kort uit wat voor- en nadelen

zijn, waarbij ze gebruikten de definities "fijn" en "niet fijn" gebruikten. De eerste casus was erg lang en de leerlingen vonden het duidelijk lastig om de kern uit het verhaal te halen, al konden ze zichzelf wel met het voorbeeld identificeren. Een leerling was open over de rookverslaving van haar moeder en ze kon dit linken aan de depressie van haar moeder. Het beslissingsblok werd niet ingevuld vanwege tijdsgebrek en doordat de trainers aandacht wilden besteden aan de PMT-opdracht. Dit vonden de leerlingen leuk om te doen. Na afloop van de les heeft één van de nieuw aanwezige leerlingen nog de voormeting ingevuld; de andere leerling is direct na deze les weer met het programma gestopt en heeft geen vragenlijst ingevuld.

#### *Observatie les 5*

Doordat de vierde les uitgevallen was, had de vorige les twee weken ervoor plaatsgevonden. Er werd daarom kort stilgestaan bij wat er die vorige les besproken was. Situaties waarbij helpende en niet-helpende gedachten belangrijk zijn, werden kort besproken. Doordat de vierde les niet doorging, zijn in deze les ook onderdelen van die les behandeld. De trainer bedacht een voorbeeld over "leren" en de leerlingen herkenden zichzelf in het voorbeeld. Daarna werd de PMT-opdracht gedaan. Om de beurt vertrouwden de leerlingen dat de trainer hen opving. Vervolgens werd de situatie "achterovervallen" gebruikt om het G-schema in te vullen. Verschillende lichamelijke reacties werden gekoppeld aan de situatie. De niet-helpende en helpende gedachten werden bij de lichamelijke reacties op het bord geschreven. De kaartjes sloten hier echter niet heel goed bij aan. Ook werd duidelijk dat het beter werkt om het G-schema klassikaal te bespreken dan wanneer leerlingen hier zelfstandig mee aan de slag moeten. Bij de afsluiting gaf een leerling nog aan: "deze les helpt mij echt veel". Taak 2 is overgeslagen vanwege tijdsgebrek.

#### *Observatie les 6*

Door het uitvallen van les vier en het inhalen hiervan in les vijf, werd het G-schema – dat onderdeel van les 5 was – opnieuw besproken. Leerlingen reageerden erg passief wanneer er naar input en voorbeelden gevraagd werd. Daarom werd het G-schema aan de hand van een voorbeeld van de trainer besproken. Dit snapten de leerlingen wel en zij noemden de lichamelijke reacties en emoties op die bij deze gebeurtenis hoorden. De niet-helpende gedachten konden de leerlingen ombuigen tot een helpende gedachte. De PMT-opdracht was een grote chaos. De leerlingen gaven aan bij de evaluatie dat ze dit het leukst vonden om te doen. Vanwege tijdsgebrek werd er niet veel aandacht besteed aan de overkoepelende terugblik op de lessensessie.

#### **4.1.3. Oordeel van de leerlingen over Take it Personal**

Alle deelgenomen leerlingen hadden van hun ouders toestemming gekregen voor deelname aan een interview na afloop van de lessen. In deze interviews kwam naar voren dat de leerlingen de lessen over

het algemeen leuk vonden om te doen. Ze gaven allemaal aan dat de sfeer in de groep goed was en ze het gevoel hadden dat ze alles konden zeggen. De leerlingen vonden de trainers erg aardig en ze vertrouwden hen volledig. Een leerling geeft aan dat het vertellen wat je beter kan doen en samenwerken als spannend werd ervaren. Wel geeft een leerling aan dat niet alle woorden even duidelijk waren. Deze leerling gaf aan dat de Nederlandse taal moeilijk te begrijpen is, waardoor het werkboek en de uitleg voor de leerling soms onduidelijk waren. De leerlingen vonden het werkboek niet bijzonder en ze gaven aan dat "het meer een 'praat-les' was dan een 'werken uit het werkboek-les'". De PMT-oefening met het jatspel vonden de leerlingen het leukst. Ook vonden de leerlingen het leuk om kaartjes op het bord te plakken en op deze manier bijvoorbeeld de voor- en nadelen van middelengebruik met elkaar te bespreken.

## **4.2. Take it Personal voor impulsiviteit (IMP)**

De tweede uitvoering van Take it Personal op deze school richtte zich op impulsieve leerlingen. Er hebben zes leerlingen in de leeftijd van 15 en 16 jaar deelgenomen. Vijf van de zes leerlingen werden geselecteerd via het invullen van de screeningsvragenlijst. Eén leerling is na de eerste les door de school aan deze groep toegevoegd. Deze leerling heeft geen vragenlijsten ingevuld. De lessen werden door twee trainers gegeven.

### **4.2.1. Kwantitatieve beschrijving steekproef**

Vijf van de zes leerlingen uit de groep impulsiviteit hebben voorafgaand aan Take it Personal een vragenlijst ingevuld. Vier leerlingen scoorden op de voormeting hoog op de schaal impulsiviteit van de SURPS ( $\geq 14$ ). Eén leerling scoorde bij de screening boven de afkapwaarde op deze schaal, maar scoorde hier op de vragenlijst net onder.

Twee van de vijf leerlingen geven aan voorafgaand aan Take it Personal weleens alcohol gedronken te hebben. Voor hen beide geldt dat dit ook in de afgelopen vier weken was. De intentie om later alcohol te drinken varieert sterk van "zeker niet" tot "ik drink al alcohol". Alle leerlingen hebben geen ervaring met roken of blowen en zij hebben ook niet de intentie dit later te gaan doen (voor zowel roken als blowen varieert dit van "zeker niet" tot "ik denk van niet").



**Tabel 2.** *Kwantitatieve beschrijving en veranderingen van leerlingen impulsiviteit.*

	Leerling 1	Leerling 2	Leerling 3
Score SURPS IMP	13   18	15   14	14   11
Roken (4 weken)	Nooit   Nooit	Nooit   Nooit	Nooit   Nooit
Intentie roken	Ik denk van niet   Weet ik niet	Zeker niet   Zeker niet	Ik denk van niet   Ik denk van niet
Alcohol (4 weken)	Nooit   Nooit	10 t/m 19 dagen   10 t/m 19 dagen	Nooit   Nooit
Alcohol hoeveelheid	-   -	7 glazen   10 glazen	-   -
Bingen (4 weken)	-   -	3 of 4 keer   7 of 8 keer	-   -
Intentie alcohol	Zeker niet   Misschien wel	Ik drink al af en toe   Ik drink al af en toe	Misschien wel   Weet ik niet
Blowen (4 weken)	Nooit   Nooit	Nooit   Nooit	Nooit   Nooit
Blowen hoeveelheid	-   -	-   -	-   -
Intentie blowen	Zeker niet   Zeker niet	Ik denk van niet   Zeker niet	Zeker niet   Zeker niet
	Leerling 4	Leerling 5*	
Score SURPS IMP	17   10	14   13	
Roken (4 weken)	Nooit   Nooit	Nooit   Nooit	
Intentie roken	Ik denk van niet   Ik denk van niet	Zeker niet   Zeker niet	
Alcohol (4 weken)	3 t/m 5 dagen   3 t/m 5 dagen	Nooit   Nooit	
Alcohol hoeveelheid	2 glazen   < 1 glas	-   -	
Bingen (4 weken)	1 keer   2 keer	-   -	
Intentie alcohol	Ik drink al af en toe   Zeker wel	Zeker niet   Zeker niet	
Blowen (4 weken)	Nooit   Nooit	Nooit   Nooit	
Blowen hoeveelheid	-   -	-   -	
Intentie blowen	Ik denk van niet   Ik denk van niet	Zeker niet   Zeker niet	

\* *Leerling is door de school aan de groep toegevoegd.*

Na afloop van Take it Personal zijn bij geen van de leerlingen veranderingen te zien in het rook- en blowgedrag: alle leerlingen gebruikten deze middelen niet voorafgaand aan de lessen en zij doen dit na afloop ook niet. Ook de intentie tot gebruik van deze middelen is aan weinig verandering onderhevig. Leerling 1 heeft een positievere intentie gekregen om later te gaan roken, terwijl leerling 2 een negatievere intentie heeft gekregen om later te gaan blowen. Alle andere leerlingen hadden en houden een gewenste negatieve intentie tot later gebruik van deze middelen.

Voor het alcoholgebruik zijn wisselende uitkomsten zichtbaar. Leerling 1, 3 en 5 dronken voorafgaand aan Take it Personal nog geen alcohol en zijn dit alle drie ook niet gaan drinken. De intentie om later alcohol te gaan drinken, verschuift wisselend bij deze drie leerlingen; leerling 1 heeft een positievere intentie gekregen, leerling 3 heeft een negatievere intentie gekregen, en de intentie van leerling 5 om later "zeker niet" te gaan drinken is gelijk gebleven. Leerlingen 2 en 4 dronken al alcohol en zijn dit blijven doen. Zij zijn beide niet vaker gaan drinken, maar laten wel allebei een verandering zien in de hoeveelheid alcohol die zij per gelegenheid drinken: leerling 2 is meer alcohol gaan drinken, terwijl leerling 4 minder alcohol is gaan drinken. Daarnaast geven beide leerlingen aan dat zij vaker vijf of meer glazen per gelegenheid zijn gaan drinken.

Ook op SURPS-scores zijn wisselende veranderingen te zien. Voor leerling 2, 3 en 5 geldt dat de SURPS-score lager geworden is, alhoewel niet klinisch relevant. Voor leerling 4 is wel een klinisch relevante afname van de SURPS-score zichtbaar, terwijl deze voor leerling 1 klinisch relevant is toegenomen.

#### 4.2.2. Observaties van de lessen

Ook bij de uitvoering van Take it Personal voor leerlingen met impulsiviteit is vanwege miscommunicatie tussen de school, leerlingen, trainers en onderzoekers één van de zes lessen uitgevallen. Vanwege de strakke planning met aansluitende vakantie kon deze ook niet ingehaald worden. Het betrof de vierde les waarin nog enkele belangrijke theoretische concepten (alternatieve manieren om met niet-helpende gedachten om te gaan) geïntroduceerd worden. Om deze reden is besloten om tijdens de vijfde les grotendeels de nieuwe lesstof van les 4 alsnog te behandelen en te koppelen aan het toepasbaar maken hiervan op een eigen situatie, zoals in les 5 gedaan wordt. Vervolgens kon de laatste les volgens het normale schema doorgang vinden. Vanwege ziekte van de observator is één les niet geobserveerd waardoor uiteindelijk vier van de vijf gegeven lessen geobserveerd zijn.

##### *Observatie les 1*

De trainers besteedden veel aandacht aan de kennismaking. Dit verliep stroef en de trainers moesten erg hun best doen. Daarom vertelden de trainers uitgebreid iets over zichzelf en uiteindelijk durfden de leerlingen ook iets over zichzelf te vertellen. Er werd op deze manier binnen de groep een veilige en

relaxte sfeer gecreëerd. De leerlingen deden gedurende de hele les serieus mee. De leerlingen vonden het duidelijk leuk om mee te doen en ze stelden dan ook op een serieuze manier de doelen op. Deze werden op het bord geschreven en besproken met de rest van de leerlingen. Tijdens de PMT-opdracht kwam het impulsieve gedrag direct naar voren. Drie van de vier leerlingen gingen heel hard op de ballon zitten waardoor deze gelijk kapot ging. De trainers besteedden aandacht aan de link tussen dit gedrag en impulsiviteit. De leerlingen konden de link zien tussen hun impulsieve gedrag en de ballon die gelijk tijdens de PMT-opdracht knapte. Tijdens de afsluiting van de les werd door de trainers de vraag gesteld: "als je straks naar buiten gaat, welk impulsief gedrag valt dan op?".

### *Observatie les 2*

De les startte met het bespreken van de doelen uit de vorige les. Taak 1 en 2 werden niet helemaal serieus genomen door de leerlingen. Kaartjes die bij nadelen hoorden werden opgehangen bij de voordelen. De leerlingen vonden het lastig om de begrippen 'lange termijn' en 'korte termijn' te begrijpen, daarom werden deze door de trainers eerst klassikaal uitgelegd. Het viel op dat de impulsieve groep alleen de kaartjes ophing bij de korte termijn voor- en nadelen. De volgorde van de les werd aangepast door de trainers. De PMT-opdracht werd direct na taak 1 en 2 gedaan. Deze oefening was het 'jatspel'; een spel waarbij jongeren middels verschillende tactieken moesten proberen een kwartet aan voorwerpen te verzamelen, bijvoorbeeld door onderhandelen, ruilen of ongevraagd iets wegpakken. Tijdens de eerste keer gingen de leerlingen bedachtzaam aan de slag en onderhandelden zij met elkaar om voorwerpen te ruilen. Toen tijdens de tweede keer de regels wat meer losgelaten werden, kwam het impulsieve gedrag duidelijker naar voren en werd het een grote chaos. De leerlingen vonden de oefening heel leuk om te doen. De PMT-oefening werd nabesproken en hierbij werden de voor- en nadelen van de verschillende tactieken ('gedrag') besproken. De trainers gaven hierbij aan dat het op deze manier "spelenderwijs" bespreken van de voor- en nadelen beter werkte dan de leerlingen een schrijfofdracht laten doen. Mede daardoor werd taak 3 overgeslagen. Al kwam dit ook doordat er te weinig tijd was voor de les en de trainers het gevoel hadden dat ze erg moesten haasten.

### *Observatie les 5*

Doordat de vierde les uitgevallen was, had de vorige les twee weken ervoor plaatsgevonden. Er werd daarom kort stilgestaan bij wat er die vorige les besproken was. In het begin van de les werd er uitgebreid aandacht besteed aan de helpende en niet-helpende gedachten. Dit werd besproken aan de hand van een voorbeeld van een leerling: "ik heb een prullenbak in de fik gestoken". Daarna werd de PMT-opdracht gedaan. Dit was een oefening waarbij de jongeren zich voor- of achterover moesten laten vallen en door de trainer opgevangen werden. Aan het begin van de uitleg van de opdracht was er bij de leerlingen weerstand om mee te doen. Eén leerling zei "dat ga ik niet doen", maar deze leerling deed

vervolgens de opdracht toch waarbij hij aangaf dat hij het spannend vond. Een andere leerling heeft de opdracht uiteindelijk ook nog gedaan, nadat de rest van de leerlingen op de gang ging staan. Daarna werden de helpende en niet-helpende gedachten besproken aan de hand van de PMT-opdracht. Aan het einde van de les werden de stellingen "je hebt invloed op wat je denkt" en "je hebt invloed op je gedachten" besproken. De leerlingen waren hierbij niet heel serieus en zij hadden een erg lage spanningsboog.

#### *Observatie les 6*

Waar de andere lessen vaak te laat begonnen, begon deze les relatief op tijd. Door het uitvallen van les vier en het inhalen hiervan in les vijf, werd het G-schema – dat onderdeel van les 5 was – opnieuw besproken en ingevuld aan de hand van een voorbeeld van een leerling. De leerlingen waren in staat het G-schema in te vullen en zij deden actief mee. Vervolgens kwamen twee leerlingen te laat binnen, wat ervoor zorgde dat de andere leerlingen afgeleid raakten. De PMT-opdracht vonden de leerlingen erg leuk om te doen. Om de beurt werden de leerlingen uit de klas gehaald door de trainers om de verschillende strategieën te bespreken. Deze werden niet uitgevoerd in de praktijk. Leerlingen geven gedurende deze les over het algemeen een ongeïnteresseerde indruk af. Vanwege tijdsgebrek werd er niet veel aandacht besteed aan de overkoepelende terugblik op de lessensessie.

#### 4.2.3. Oordeel van de leerlingen over Take it Personal

Alle deelgenomen leerlingen hadden van hun ouders toestemming gekregen voor deelname aan een interview na afloop van de lessen. In deze interviews kwam naar voren dat de leerlingen de lessen over het algemeen leuk vonden. Ze vonden dat de trainers het goed deden. De PMT-opdrachten vonden de leerlingen het leukst en dan vooral het jatspel. De leerlingen gaven aan dat ze de werkboekjes niet veel hebben gebruikt. Tenslotte, gaven de leerlingen aan dat ze het gevoel hadden dat ze op bepaalde momenten werden uitgelachen, daardoor was de sfeer in de klas soms wat onveilig.

### **4.3. Terugblik op de uitvoering van Take it Personal in het praktijkonderwijs**

Na afloop van de uitvoering van Take it Personal op de praktijkschool in Zuid-Holland is het proces geëvalueerd met twee van de drie betrokken trainers. Tijdens deze interviews is gesproken over de materialen, de opbouw van het programma en de uitvoering van Take it Personal in de praktijk. Daarnaast is ingegaan op de mogelijkheden om het proces en de materialen bij volgende uitvoeringen te verbeteren.

#### 4.3.1. Interview met de trainers

De trainers hebben Take it Personal over het algemeen op een prettige manier ervaren, maar hadden wel een aantal zaken waar zij tegenaan liepen of die in de praktijk anders uitpakten.

##### *Kennismakingsgesprekjes met de leerlingen*

Eén van de trainers heeft de voormeting afgenomen op de school. De leerlingen werden één voor één apart genomen. Tijdens deze voormeting heeft de trainer zichzelf geïntroduceerd bij elke leerling en kort uitgelegd wat er de komende weken gaat gebeuren. Ook heeft de trainer uitgelegd wat het specifieke persoonlijkheidsprofiel van de leerling betekende. De trainer gaf aan dat het fijn was om de leerlingen op deze manier te leren kennen voordat de trainingen begonnen. Er werd op deze manier een vertrouwensband gecreëerd. De trainer introduceerde het persoonlijkheidsprofiel vanuit een positief oogpunt. Hij gaf aan dat het positief introduceren van het persoonlijkheidsprofiel als nuttig werd ervaren.

##### *Werken met de doelgroep*

De trainers gaven aan dat zij het soms lastig vonden om met de doelgroep te werken. In de impulsieve groep waren leerlingen vaak onrustig en afgeleid door elkaar. De trainers gaven aan dat ze daar wel mee om konden gaan, maar dat dit ten koste ging van de inhoud van de lessen. Eén trainer gaf ook aan dat dit misschien zou kunnen komen doordat de doelen van de lessen voor deze doelgroep soms moeilijk te begrijpen waren. Het doel van de les zou aan het begin van elke les besproken kunnen worden. Daarnaast varieerden de groepen van leerlingen de eerste twee lessen. De trainers gaven aan dat dit de veiligheid in de groepen belemmerde.

##### *Opzet van de lessen*

Een ander punt dat uit het interview met de trainers naar voren kwam, was de opzet van de lessen. De trainers gaven aan dat ze het gevoel hadden dat ze in de les niet alles konden behandelen. Er waren volgens de trainers te veel opdrachten in verhouding met de tijd die er was. Hierdoor hadden ze het gevoel niet bij elke opdracht goed stil te kunnen staan, wat ten koste ging van het doel van de les. Dit kwam mede doordat leerlingen te laat binnenkwamen. Daarnaast werden de taken die de leerlingen individueel moesten invullen overgeslagen of klassikaal besproken. De trainers gaven aan dat individueel opdrachten invullen met deze doelgroep niet goed werkte.

##### *Inhoud van de lessen*

De trainers gaven in het interview aan dat de lessen zeker van toegevoegde waarde kunnen zijn voor de leerlingen, maar ook dat de casussen in de werkboekjes niet overal goed aansloten op de jongeren en dat het duidelijk door volwassenen geschreven was. Daarnaast was het taalgebruik in de werkboekjes te

moeilijk en het kostte de trainers daardoor extra tijd om bepaalde begrippen uit te leggen. Het G-schema werkte volgens de trainers wel goed om de leerlingen de link tussen hun gedachten, gevoelens en gedrag uit te leggen. De trainers vonden de PMT-opdrachten leuk om met de leerlingen te doen, maar ze vonden het wel moeilijk om het doel hiervan aan de leerlingen over te brengen. Hierbij hadden ze ook het gevoel dat de link tussen de PMT-opdrachten en het gedrag van de jongeren niet gelegd werd. De link hiertussen werd pas gelegd wanneer de trainers sturende vragen stelden. Daarnaast gaven ze aan dat ze het lastig vonden om goed stil te staan bij de evaluatie van de lessenserie samen met de leerlingen. Tijdens de laatste les moesten er namelijk taken worden ingehaald uit de vorige les, waardoor er weinig tijd overbleef voor de evaluatie.

### *Communicatie*

Tenslotte, kwam tijdens het interview naar voren dat de trainers het moeilijk vonden dat de communicatie tussen de verschillende betrokkenen bij Take it Personal op de school erg moeilijk verliep. Mede hierdoor kwamen leerlingen te laat en ging de vierde les niet door. De trainers vonden het lastig dat de verantwoordelijke contactpersoon niet op de school aanwezig was tijdens de lessen. De trainers gaven aan dat ze denken dat dit mogelijk heeft bijgedragen aan een minder goede uitvoering en eventueel een lagere effectiviteit van de lessen dan vooraf verwacht.

## 5. Conclusies en aanbevelingen

Dit hoofdstuk beschrijft de belangrijkste conclusies die kunnen worden getrokken uit deze casestudie naar de uitvoerbaarheid en werkzaamheid van Take it Personal voor het praktijkonderwijs. Allereerst wordt ingegaan op de belangrijkste bevindingen uit de casestudie. Vervolgens worden op basis van deze bevindingen enkele aanbevelingen beschreven, die kunnen bijdragen aan de doorontwikkeling van Take it Personal.

### 5.1. Belangrijkste bevindingen

Op de praktijkschool in Zuid-Holland is aan de groepen 'negatief denken' en 'impulsiviteit' een training aangeboden. Voor elke groep is de relatie gelegd tussen de wijze waarop de uitvoering van Take it Personal is uitgevoerd en de ervaringen van de leerlingen met de lessen.

#### 5.1.1. Negatief denken

De uitvoering van Take it Personal voor de groep negatief denken had gemengde resultaten. Ten aanzien van het middelengebruik van de leerlingen was er sprake van twee negatieve ontwikkelingen. Eén leerling gaf aan vaker te hebben gerookt en één leerling gaf aan vaker te hebben gedronken na afronding van de lessen. Met betrekking tot de intenties tot later gebruik, is te zien dat enkele leerlingen een positievere intentie gekregen hebben om te gaan roken, maar dat sommige leerlingen ook een negatievere intentie tot het drinken van alcohol gekregen hebben.

Onderstaande bevindingen kunnen invloed gehad hebben op de gemengde resultaten. Ten eerste gaven de trainers aan dat ze het gevoel hadden dat ze tijdens het geven van de trainingen erg moesten haasten. Dit kwam doordat de leerlingen vier van de vijf lessen te laat binnenkwamen. Ook is een deel van de vierde en vijfde les overgeslagen, omdat de leerlingen de vierde training niet kwamen opdagen. Taken die in het werkboek stonden om in te vullen, werden overgeslagen. Dit ging ten koste van de inhoud van de trainingen. Ten tweede speelde de taalachterstand van sommige leerlingen een belangrijke rol. Twee leerlingen vonden bepaalde woorden, zoals voor- en nadeel of lange- en korte termijn, moeilijk te begrijpen. Doordat trainers veel aandacht moesten besteden aan het uitleggen van de begrippen, verdween de inhoud van de training zelf soms naar de achtergrond. Ten derde vonden leerlingen het moeilijk om zelf met voorbeelden te komen. Hierdoor moesten de trainers erg hun best doen om aan de leerlingen vragen te stellen die uiteindelijk tot voorbeelden leidden. Uiteindelijk gebruikten de trainers vaak eigen voorbeelden, maar daardoor werden de leerlingen wel minder gestimuleerd om zelf voorbeelden te bedenken. Tenslotte, konden de leerlingen zich moeilijk identificeren met de voorbeelden uit het werkboek en het filmpje. Ze herkenden het persoonlijkheidsprofiel niet in het filmpje en vonden de voorbeelden in het werkboek niet interessant. De trainers merkten dit eveneens op. Hierdoor deden de



trainers moeite om samen met de leerlingen voorbeelden te bedenken uit het dagelijks leven van de leerlingen zelf. Dit nam tijd in beslag waardoor de inhoud van de les op deze momenten naar de achtergrond verdween.

### 5.1.2. Impulsiviteit

Ook de uitvoering voor de groep impulsiviteit liet gemengde resultaten zien. Voor één leerling is een klinisch relevante toename op de SURPS-score te zien, terwijl dit voor de andere leerlingen is afgenomen (waarvan bij één leerling klinisch relevant). Met betrekking tot alcoholgebruik geldt dat één leerling meer is gaan drinken, terwijl een andere leerling minder alcohol drinkt na afronding van de lessen.

Onderstaande bevindingen kunnen invloed gehad hebben op de gemengde resultaten. Ten eerste heeft de samenstelling van de groep waarschijnlijk invloed gehad. De leerlingen waren tijdens de les vaak met elkaar bezig en zij leidden elkaar op deze manier af. De trainers konden hier goed mee omgaan, maar doordat de trainers hier stil bij moesten staan, ging dit wel ten koste van de inhoud van de les. Ten tweede bestond deze groep uit leerlingen die het lastig vonden zelf initiatief te nemen en om eigen voorbeelden te bedenken. Ook in deze groep moesten de trainers sturende vragen stellen zodat de leerlingen uiteindelijk zelf voorbeelden konden bedenken. Ten derde was er vaak sprake van tijdsgebrek. Doordat leerlingen drie van de vijf lessen niet op tijd kwamen en de sfeer vaak onrustig was, konden niet alle taken en opdrachten worden uitgevoerd. Dit is ten koste gegaan van de inhoud van de lessen. Tenslotte, moest in deze groep er eveneens bij worden stilgestaan om bepaalde begrippen uit het werkboek verder toe te lichten, waardoor er minder tijd besteed kon worden aan de inhoud van de lessen.

## 5.2. Conclusies

Voorafgaand aan de start van Take it Personal was de verwachting dat een goede uitvoering van Take it Personal gerelateerd zou zijn aan positieve ontwikkelingen bij leerlingen. Er werd hierbij gekeken naar de ontwikkeling in het middelengebruik van leerlingen. Daarnaast werd er gekeken naar verschillende componenten die samenhangen met het specifieke persoonlijkheidsprofiel van de leerlingen.

Uit de resultaten van deze casestudie bleek dat er bij beide groepen in de uitvoering van Take it Personal verschillende knelpunten waren. In beide groepen is een les niet doorgegaan en kwamen de trainers over het algemeen tijd tekort, waardoor er tijdens de lessen belangrijke onderdelen zijn overgeslagen. Hierdoor zijn de lessen van Take it Personal niet volledig uitgevoerd. Daarnaast zijn er twijfels over de betrouwbaarheid van het afnemen van de vragenlijsten. Zo scoren enkele leerlingen inconsistent op en tussen beide metingen. Op basis hiervan is niet met zekerheid te zeggen wat het effect van Take it Personal op de ontwikkeling van hun SUPRS-score en middelengebruik geweest is.

## 5.3. Aanbevelingen

Uit deze casestudie komen enkele suggesties voor verbetering naar voren. Er zouden verschillende aanpassingen kunnen worden doorgevoerd, zodat een volgende uitvoering van Take it Personal beter kan verlopen. Deze aanbevelingen worden in dit hoofdstuk verder toegelicht.

### 5.3.1. Rol werkboeken heroverwogen

Het eerste aandachtspunt dat zou kunnen bijdragen aan de verbetering van Take it Personal op het praktijkonderwijs, betreft het werkboek. De leerlingen in beide groepen hadden over het algemeen een korte aandachtspanne, waardoor de leerlingen het lastig vonden om individueel aan de slag te gaan met de taken in het werkboek. Dit kwam al direct naar voren tijdens de eerste les waar de leerlingen hun doelen in het werkboek moesten opschrijven. Leerlingen vonden de opdracht lastig en daardoor vonden ze het moeilijk om individueel aan de slag te gaan. Dit riep weerstand op bij de leerlingen. Pas nadat de trainer een voorbeeld gaf van een doel wat hij zelf had bedacht, konden de leerlingen zelf hun eigen doel bedenken en het in het werkboek schrijven. De trainers hebben er daarom voor gekozen om de taken tijdens de les klassikaal te bespreken. Het klassikaal bespreken en maken van de taken zou mogelijk voor deze doelgroep een deel van de weerstand kunnen wegnemen. De leerlingen zouden op deze manier direct van elkaars voorbeelden kunnen leren en zelf input kunnen geven, wat het leereffect kan vergroten.

### 5.3.2. De voorbeelden in het werkboek

Ook het tweede verbeterpunt heeft betrekking op het werkboek. Naast dat de leerlingen de taken soms lastig te begrijpen en uitvoeren vonden, sloten de voorbeelden in het werkboek niet altijd helemaal bij de doelgroep aan. De trainers gaven aan dat de voorbeelden te ver van de leerlingen af stonden. De voorbeelden kwamen volgens hen kinderachtig over; voorbeelden die dichterbij de leerlingen staan zouden daarom beter aansluiten. De leerlingen vonden het eveneens lastig om de link te leggen tussen hun eigen persoonlijkheidsprofiel en de video die tijdens de eerste les getoond werd. De werkvorm, het bekijken van een video, sloot wel goed aan bij de doelgroep. De leerlingen vonden het leuk om een video te bekijken. In de video zou daarom mogelijk meer aandacht besteed kunnen worden aan de directe connectie tussen de inhoud hiervan en het eigen persoonlijkheidsprofiel van de leerlingen.

### 5.3.3. Taalgebruik

Doordat voor bijna de helft van de leerlingen het Nederlands niet hun moedertaal was, vonden deze leerlingen het moeilijk om bepaalde begrippen te begrijpen. De trainers moesten daarom op bepaalde momenten uitgebreid stilstaan bij het uitleggen van deze begrippen. Dit ging ten koste van de inhoud van de les. De leerlingen waarvan het Nederlands wel de moedertaal was, vonden het overigens eveneens lastig om bepaalde begrippen te begrijpen, omdat zij dit te abstract vonden (bijvoorbeeld lange- en korte

termijn). In de voorbeelden en beschrijvingen van de taken zou daarom gebruik gemaakt kunnen worden van eenvoudiger taalgebruik voor deze doelgroep.

#### 5.3.4. Tijdsbestek van de training

De trainers hadden moeite om alle onderdelen tijdens de trainingen te behandelen doordat de les vaak later begon dan was gepland. Leerlingen kwamen te laat binnen, er moest extra aandacht besteed worden aan de uitleg van bepaalde begrippen en er was geen tijd om alle onderdelen in één lesuur (45 minuten) aan bod te laten komen. Er wordt daarom aanbevolen om meer tijd (bijvoorbeeld twee lesuren) te reserveren voor het geven van één les. Op deze manier wordt de rust meer gewaarborgd in de klas en hebben de trainers meer tijd om stil te staan bij het doel en nut van bepaalde opdrachten. De leerlingen krijgen op deze manier meer ruimte om de connectie te maken tussen de verschillende onderdelen (bijvoorbeeld de link tussen de PMT-opdrachten en hun eigen persoonlijkheidsprofiel). Wanneer hier geen ruimte voor is, zou er eventueel overwogen kunnen worden om trainers opties te geven om tijdens een les bepaalde taken toe te voegen of over te slaan op basis van de groep. Take it Personal kan dan ook beter worden geëvalueerd samen met de leerlingen, aangezien hier nu tijdens de laatste les weinig ruimte voor was.

#### 5.3.5. Communicatie tussen de verschillende partijen

Het laatste verbeterpunt betreft de communicatie tussen de school, leerlingen en trainers. Leerlingen kwamen geregeld te laat, omdat ze vaak niet (meer) wisten dat de training plaatsvond. Voor deze doelgroep kan het mogelijk lastig zijn om veranderingen in hun rooster – zoals het volgen van een training als Take it Personal in plaats van een reguliere les – te onthouden en hier zelf op te anticiperen. Deze leerlingen zouden beter aangestuurd moeten worden door betrokkenen op school, zoals de eigen mentor/leerkracht of de Take it Personal-contactpersoon. Het zou hierbij beter werken wanneer deze contactpersoon ook op school aanwezig is wanneer de lessen plaatsvinden. Dit zal bijdragen aan een betere communicatie tussen alle betrokkenen en er mogelijk toe leiden dat leerlingen wel op tijd bij de lessen aanwezig zijn.

## 6. Literatuur

- Blackwell, E., Conrod, P. J., & Hansen, N. (2002). Negative cognitions, hopelessness and depression related drinking motives. *Alcoholism: Clinical and Experimental Research*, 26, 27A.
- CBS. (2021). Vo; leerlingen, onderwijssoort in detail, leerjaar. Statline. Geraadpleegd op 21 oktober 2021, van <https://opendata.cbs.nl/statline/#/CBS/nl/dataset/80040ned/table?fromstatweb>
- Clark, H. K., Ringwalt, C. L., Hanley, S., Shamblen, S. R., Flewelling, R. L., & Hano, M. C. (2010). Project SUCCESS' effects on the substance use of alternative high school students. *Addictive Behaviors*, 35, 209–217.
- Conrod, P. J., Castellanos-Ryan, N., & Mackie, C. J. (2011). Long-term effects of a personality-targeted intervention to reduce alcohol use in adolescents. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 79, 296-306.
- Conrod, P. J, Comeau, M. N., & Stewart, S. H. (2004). *Learning to deal with anxiety sensitivity*. Javin Creative Inc.
- Conrod, P. J, Comeau, M. N., & Stewart, S. H. (2004). *Learning to deal with hopelessness*. Javin Creative Inc.
- Conrod, P. J, Comeau, M. N., & Stewart, S. H. (2004). *Learning to deal with impulsivity*. Javin Creative Inc.
- Conrod, P. J, Comeau, M. N., & Stewart, S. H. (2004). *Learning to deal with sensation seeking*. Javin Creative Inc.
- Conrod, P. J., Pihl, R. O., Stewart, S. H., & Dongier, M. (2000). Validation of a System of Classifying Female Substance Abusers on the Basis of Personality and Motivational Risk Factors for Substance Abuse. *Psychology of Addictive Behaviors*, 14(3), 243-256.
- Conrod P. J., & Woicik, P. (2002). Validation of a four factor model of personality risk for substance abuse and examination of a brief instrument for assessing personality risk. *Addiction Biology*, 7, 329-346.
- Edalati, H., & Conrod, P. J. (2018). A Review of Personality-Targeted Interventions for Prevention of Substance Misuse and Related Harm in Community Samples of Adolescents. *Frontiers in Psychiatry*, 9, 770.
- Jacobson, N. S., & Truax, P. (1991). Clinical significance: A statistical approach to defining meaningful change in psychotherapy research. *Journal of Consulting & Clinical Psychology*, 59, 12–19.
- Kepper, A., Monshouwer, K., Van Dorsselaer, S., & Vollebergh, W. (2012). Middelengebruik door jongeren. *Tijdschrift voor Gezondheidswetenschappen*, 90(5), 287-294.

- Kleinert, H. L., Browder, M. D., & Towles-Reeves, E. A. (2009). Models of cognition for students with significant cognitive disabilities: Implications for assessment. *Review of Educational Research, 79*, 301-326.
- Lammers, J., Goossens, F., Conrod, P. J., Engels, R. C. M. E., Wiers, R. W., & Kleinjan, M. (2015). Effectiveness of a selective intervention program targeting personality risk factors for alcohol misuse among young adolescents: Results of a cluster randomized controlled trial. *Addiction, 110*, 1101-1109.
- MacDonald, A. B., Baker, J. M., Stewart, S. H., & Skinner, M. (2000). Effects of alcohol on the response to hyperventilation of participants high and low in anxiety sensitivity. *Alcoholism: Clinical and Experimental Research, 24(11)*, 1656-1665.
- Miller, W. R. (1983). Motivational interviewing with problem drinkers. *Behavioural Psychotherapy, 11*, 147-172.
- Poelen, E. A., Schijven, E. P., Otten, R., & Didden, R. (2017). Personality dimensions and substance use in individuals with mild to borderline intellectual disabilities. *Research in Developmental Disabilities, 63*, 142-150.
- Pulkkinen, L., & Pitkänen, T. (1994). A prospective study of the precursors to problem drinking in young adulthood. *Journal of Study Alcoholism, 55*, 578-587.
- Riper, H., Andersson, G., Hunter, S. B., De Wit, J., Berking, M., & Cuijpers, P. (2014). Treatment of comorbid alcohol use disorders and depression with cognitive-behavioural therapy and motivational interviewing: A meta-analysis. *Addiction, 109*, 394-406.
- Rombouts, M., Scheffers-van Schayck, T., Van Dorsselaer, S., Kleinjan, M., Onrust, S., & Monshouwer, K. (2020). *Het gebruik van tabak, alcohol, cannabis en andere middelen in het praktijkonderwijs en cluster 4-onderwijs. Resultaten van het EXPLORE-onderzoek 2019*. Trimbos-instituut.
- Schijven, E. P., Van der Nagel, J. E. L., Engels, R. C. M. E., Lammers, J., & Poelen, E. A. P. (2016). 'Take it personal!': Een interventie voor het verminderen van middelengebruik en comorbide gedragsproblemen bij jongeren met een licht verstandelijke beperking. *Onderzoek & Praktijk, 14*, 7-17.
- Schijven, E. P., Van der Nagel, J. E. L., Lammers, J., & Poelen, E. A. P. (2014). *Trainershandleiding Take it Personal!: Een interventie voor middelengebruik en comorbide gedragsproblemen voor jongeren met een licht verstandelijke beperking*. Pluryn.
- Shall, M., Kemeny, A., & Maltzman, I. (1992). Factors associated with alcohol use in university students. *Journal of Study Alcohol, 53*, 122-136.
- Stewart, S. H., Peterson, J. B., & Pihl, R. O. (1995). Anxiety sensitivity and self-reported alcohol consumption rates in university women. *Journal of Anxiety Disorders, 9(4)*, 283-292.

- Sussman, S., Arriaza, B., & Grigsby, T. J. (2014). Alcohol, tobacco, and other drug misuse prevention and cessation programming for alternative high school youth: A review. *Journal of School Health, 84*, 748-758.
- Turhan, A., Onrust, S., Ten Klooster, P., & Pieterse, M. (2017). A school-based program for tobacco and alcohol prevention in special education: Effectiveness of the modified 'Healthy School and Drugs' intervention and moderation by schooltype. *Addiction, 112*(3), 533-543.
- Vereenoghe L., & Langdon, P. E. (2013). Psychological therapies for people with intellectual disabilities: A systematic review and meta-analysis. *Research in Developmental Disabilities, 34*, 4085-4102.
- Vermeulen-Smit, E., Kepper, A., & Monshouwer, K. (2014). *Preventie van problematisch genotmiddelengebruik onder jongeren in risicosettingen. Een systematische literatuurstudie naar de effectiviteit van interventies in justitiële jeugdinrichtingen, residentiële jeugdzorg en speciaal onderwijs en het aanbod van interventies in Nederland*. Trimbos-Instituut.
- Vlaams expertisecentrum Alcohol en andere Drugs. (2014). *BackPAC - In gesprek met jongeren die experimenteren met alcohol en cannabis*. Verkregen op 28 maart 2022 van <https://www.vad.be/catalogus/detail/backpac---in-gesprek-met-jongeren-die-experimenteren-met-alcohol-en-cannabis>.
- Woicik, P. A., Stewart, S. H., Pihl, R. O., & Conrod, P. J. (2009). The substance use risk profile scale: A scale measuring traits linked to reinforcement-specific substance use profiles. *Addictive Behaviors, 34*(12), 1042-1055.
- Zuckerman, M. (1994). *Behavioral expressions and biological bases of sensation seeking*. Cambridge University Press.

