

TAKE IT PERSONAL!

CASESTUDIE #5



TAKE IT PERSONAL!

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

Max Misljencevic & Vincent van der Rijst

Trimbos-instituut, Utrecht, 2022

Colofon

Projectleiding

Simone Onrust

Redactie

Max Misljencevic

Vincent van der Rijst

Illustraties

Canon Nederland N.V.

Deze uitgave is te bestellen via 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

1. Inleiding	5
1.1. Het voortgezet speciaal onderwijs (cluster 4)	5
1.2. Preventie van (problematisch) middelengebruik.....	6
2. Take it Personal	7
2.1. Persoonlijkheidsprofielen	7
2.2. Doelgroep.....	9
2.3. Therapeutische principes	9
2.4. Opzet van het programma	11
3. Onderzoeksmethode	15
3.1. Onderzoeksdeelnemers	15
3.2. Dataverzameling.....	15
3.3. Analyse	16
4. Resultaten	18
4.1. Take it Personal voor impulsiviteit (IMP)	18
4.2. Take it Personal voor negatief denken (ND)	22
4.3. Terugblik op de uitvoering van Take it Personal in het voortgezet speciaal onderwijs.....	27
5. Conclusies en aanbevelingen	30
5.1. Belangrijkste bevindingen.....	30
5.2. Conclusies	31
5.3. Aanbevelingen.....	32
6. Literatuur	34

1. Inleiding

In deze rapportage worden de resultaten beschreven van een vijfde 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 vso, 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. Het voortgezet speciaal onderwijs (cluster 4)

Het voortgezet speciaal onderwijs is er voor leerlingen die specialistische ondersteuning nodig hebben dat het regulier voortgezet onderwijs niet kan bieden. Speciaal onderwijs is opgedeeld in meerdere clusters. Het grootste cluster is cluster 4, waar leerlingen zitten met ernstige psychische stoornissen en gedragsproblemen. Onder cluster 4 vallen onder andere scholen voor zeer moeilijk opvoedbare kinderen (ZMOK) - hier zitten leerlingen met ernstige psychiatrische problemen en/of gedragsstoornissen - en scholen verbonden aan gesloten jeugdinrichtingen (justitie en jeugdzorg+). Leerlingen van het cluster 4-onderwijs vormen een zeer diverse doelgroep. Er is sprake van veel uiteenlopende problematiek. De meest voorkomende stoornissen bij leerlingen die het cluster 4-onderwijs volgen, zijn Autisme Spectrum Stoornissen (ASS; 56%), ADHD (42%), en de gedragsstoornissen Oppositioneel Opstandige Stoornis (ODD; 22%) en anti-sociale gedragsstoornis (CD; 2%). Vaak is er sprake van comorbiditeit van stoornissen (Stoutjesdijk & Scholte, 2009).

Leerlingen van het cluster 4-onderwijs laten niet alleen een grote diversiteit zien in de problematiek waarvoor zij speciaal onderwijs volgen, maar er zijn ook grote verschillen in het ontwikkelingsperspectief van de leerlingen. Het cluster 4-onderwijs kent drie verschillende uitstroomprofielen. Het eerste uitstroomprofiel bereidt leerlingen voor op vervolgonderwijs. Leerlingen met dit uitstroomprofiel volgen het reguliere vo-programma voor vmbo, havo of vwo. Het tweede uitstroomprofiel bereidt leerlingen voor op een baan op de (beschermde) arbeidsmarkt. Het gaat hier om leerlingen die geen startkwalificatie kunnen behalen, maar wel kunnen werken. Het laatste uitstroomprofiel bereidt leerlingen voor op een vorm van dagbesteding. Het gaat hier om leerlingen die niet zelfstandig deel kunnen nemen aan de arbeidsmarkt.

1.1.1. Prevalentie middelengebruik in het vso cluster 4-onderwijs

Uit verschillende internationale en nationale studies blijkt dat leerlingen die speciaal onderwijs volgen vanwege ernstige psychische stoornissen en gedragsproblemen (cluster 4) meer middelen gebruiken dan leerlingen in het reguliere onderwijs (Denny et al., 2004; Grunbaum et al., 2001; Kepper, 2013; Kepper et al., 2011, 2012, 2014). Dit verschil is al op jonge leeftijd aanwezig.

Hetzelfde blijkt ook uit de studie van Rombouts et al. (2020). In het onderzoek wordt het cluster 4-onderwijs vergeleken met het VMBO-b; dit omdat het VMBO-b een risicogroep binnen regulier onderwijs is, waarin de prevalentie van middelengebruik – net als binnen het speciaal onderwijs – doorgaans hoger ligt in vergelijking met leeftijdsgenoten op de andere onderwijsniveaus. Deze studie laat zien dat 10% van de leerlingen in het cluster 4-onderwijs dagelijks rookt, in vergelijking met 4,3% van de VMBO-b leerlingen. 24% van de leerlingen in het cluster 4-onderwijs geeft aan in de afgelopen maand gedronken te hebben, in vergelijking met 29% van de VMBO-b leerlingen. In het cluster 4-onderwijs heeft 12% van de leerlingen in de afgelopen maand cannabis gebruikt, tegenover 6% van de VMBO-b leerlingen. Van de leerlingen in het cluster-4-onderwijs geeft 17% aan ooit lachgas gebruikt te hebben, in vergelijking met 13% van VMBO-b leerlingen. Ten slotte heeft 7,9% van de leerlingen in het cluster 4-onderwijs ooit enige harddrugs gebruikt, tegenover 3,6% van de VMBO-b leerlingen (Rombouts et al., 2020). De cijfers laten zien dat leerlingen in het cluster 4-onderwijs vaker middelen gebruiken. Alleen het alcoholgebruik ligt in het cluster 4-onderwijs lager dan 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 vso 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). In dit onderzoek brachten de lesboekjes ongewenste effecten teweeg bij leerlingen uit het cluster 4-onderwijs. Uit observaties tijdens de lessen bleek dat deze ongewenste resultaten waarschijnlijk werden veroorzaakt door deviancy training (Dishion et al., 1999). In de lessen werden veelvuldig stoere verhalen uitgewisseld die haaks stonden op de preventieboodschap uit de lessen. Het is dus erg belangrijk dat in een interventie voor risicoleerlingen rekening gehouden wordt met dit fenomeen.

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).

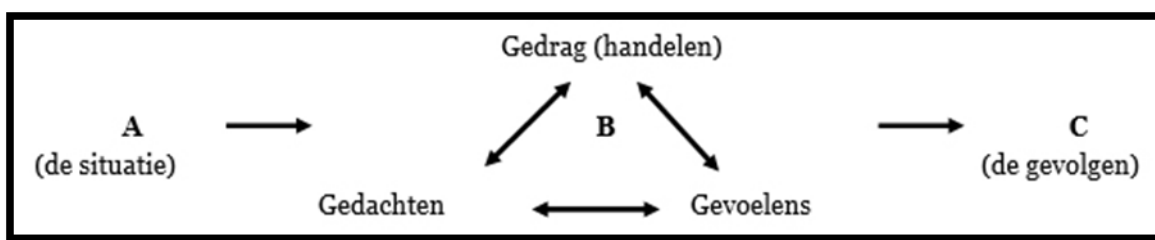
2.3. Therapeutische principes

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 intakemoment 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 school voor voortgezet speciaal onderwijs (cluster 4) in de provincie Flevoland.

3.1. Onderzoeksdeelnemers

In het onderzoek zijn verschillende onderzoekseenheden betrokken. Op deze school zijn de varianten 'impulsiviteit en 'negatief denken' aangeboden. Zes leerlingen waren ingedeeld in de groep voor impulsief reagerende jongeren (IMP) en vijf leerlingen waren ingedeeld in de groep voor negatief denkende jongeren (ND). Gaandeweg zijn drie leerlingen uitgevallen, waardoor de groepen IMP en ND uiteindelijk beide uit vier leerlingen bestonden. Niet al deze deelnemende jongeren zijn geselecteerd op basis van de screening. Eén leerling is op eigen initiatief en het advies van de school aan de groep IMP toegevoegd.

De lessen werden allemaal gegeven door twee trainers; beiden zijn preventiewerkers van de regionale instelling voor verslavingszorg. Eén van hen heeft eerder met Take it Personal gewerkt en is destijds opgeleid door een trainer van het Trimbos-instituut. De ander had nog geen ervaring met Take it Personal, maar is ook vooraf opgeleid door een trainer van het Trimbos-instituut.

3.2. Dataverzameling

Er zijn verschillende gegevens verzameld om inzicht te krijgen in de uitvoering en resultaten van Take it Personal op de school voor voortgezet speciaal onderwijs (cluster 4) in Flevoland. 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 alle op deze school gegeven lessen van Take it Personal, zijn observaties uitgevoerd en hierbij 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. Alle acht de leerlingen die aan de gehele lessenserie deelgenomen hebben, hebben 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 beide trainers kort gesproken over de vorm en inhoud 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 school voor voortgezet speciaal onderwijs (cluster 4) in Flevoland zijn de trainingen voor impulsieve en negatief denkende jongeren aangeboden. De lessen zijn door twee trainers gegeven. In totaal hebben elf leerlingen deelgenomen, waarvan acht leerlingen beide vragenlijsten ingevuld hebben. Bij beide groepen zijn er lessen uitgevallen (en deels ingehaald); zie paragrafen 4.1.2 en 4.2.2 voor meer toelichting. Alle 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 en contactpersoon van de school zijn aan het eind van dit hoofdstuk beschreven.

4.1. Take it Personal voor impulsiviteit (IMP)

De eerste uitvoering van Take it Personal op deze school richtte zich op impulsieve leerlingen. Er hebben zes leerlingen in de leeftijd van 14 tot 16 jaar deelgenomen. Vijf van de zes leerlingen werden geselecteerd via het invullen van de screeningsvragenlijst. Eén leerling is na de kennismaking op eigen initiatief en advies van de school aan deze groep toegevoegd. Twee van de zes leerlingen zijn voor de vijfde les uitgevallen. De lessen werden door twee trainers gegeven.

4.1.1. Kwantitatieve beschrijving en veranderingen bij de leerlingen

Alle vier de leerlingen uit de groep impulsiviteit die aan het volledige programma deelgenomen hebben, hebben zowel voorafgaand als na afloop een vragenlijst ingevuld. Drie van de vier leerlingen scoorden op de voormeting hoog op de schaal impulsiviteit van de SURPS (≥ 14). Eén leerling scoorde bij de screening boven de afkapwaarde op deze schaal, maar scoorde hier tijdens de voormeting net onder.

Drie van de vier leerlingen geven aan voorafgaand aan Take it Personal weleens alcohol gedronken te hebben. Voor hen allemaal geldt dat dit niet in de afgelopen vier weken was. De intentie om later alcohol te drinken varieert sterk van "weet ik niet" tot "ik heb al alcohol gedronken". Alle leerlingen hebben geen ervaring met roken of blowen en zij hebben ook niet de intentie dit later te gaan doen (vrijwel alle leerlingen geven aan "zeker niet" te gaan roken of blowen).

Tabel 2. Kwantitatieve beschrijving en veranderingen van leerlingen impulsiviteit.

	Leerling 1	Leerling 2	Leerling 3	Leerling 4
Score SURPS IMP	14 11	14 13	15 13	12 12
Roken (4 weken)	Nooit Nooit	Nooit Nooit	Nooit Nooit	Nooit Nooit
Intentie roken	Ik denk van niet Ik denk van niet	Zeker niet Zeker niet	Zeker niet Zeker niet	Zeker niet Zeker niet
Alcohol (4 weken)	Nooit Nooit	Nooit 1 of 2 dagen	Nooit Nooit	Nooit Nooit
Alcohol hoeveelheid	- -	- < 1 glas	- -	- -
Bingen (4 weken)	- -	- -	- -	- -
Intentie alcohol	Misschien wel Misschien wel	Weet ik niet Misschien wel	Heeft al gedronken Heeft al gedronken	Misschien wel 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 Zeker niet	Zeker niet Zeker niet	Zeker niet Zeker niet

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 niet veranderd: alle leerlingen hadden en houden een gewenste negatieve intentie tot later gebruik van deze middelen.

Voor het alcoholgebruik ligt dit iets anders. Leerling 1, 3 en 4 gaven voorafgaand aan Take it Personal aan niet in de afgelopen vier weken alcohol gedronken te hebben en doen dit na afloop ook niet. Twee van hen hadden al een positieve intentie tot later gebruik of hadden dit al weleens gedaan, terwijl één leerling een negatievere intentie gekregen heeft. Voor leerling 2 zijn de grootste veranderingen te zien: deze leerling is iets vaker en wat meer alcohol gaan drinken tijdens de afgelopen vier weken, en denkt het later "misschien wel" weer te gaan doen.

Op de SURPS-scores zijn enkele positieve veranderingen te zien. Voor drie van de vier leerlingen geldt dat deze lager zijn geworden, alhoewel niet klinisch relevant. Bij leerling 4 is geen verandering in de SURPS-score te zien, al scoorde deze leerling op de voormeting hier ook al laag op.

4.1.2. Observaties van de lessen

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. Alle gegeven lessen zijn geobserveerd.

Observatie les 1

De groep bestond uit vijf leerlingen. De trainers startten de sessie met een uitleg over waarom de leerlingen in deze groep zitten. Daarna werd er uitgebreid aandacht besteed aan elkaar beter leren kennen. Over het algemeen hing er een prettige sfeer in de klas. Twee leerlingen waren sterker aanwezig dan de andere leerlingen. Dit had invloed op de rest van de groep en beïnvloedde de veilige sfeer. De leerlingen deden goed mee met het invullen van de doelen. Ze wisten verschillende voorbeelden op te noemen. Het was lastig om in te schatten of de leerlingen zich identificeerden met het risicoprofiel. De leerlingen hebben de video als duidelijk ervaren. De trainers gaven aan dat dit een goede toevoeging was en de leerlingen herkenden het risicoprofiel in het filmpje. De afsluiting van de les was wat chaotisch, omdat de leerlingen al eerder pauze wilden houden.

Observatie les 2

De training begon wat later, omdat niet iedereen op tijd was en sommige leerlingen gehaald moesten worden. Van de vijf leerlingen deden er twee proactief mee. Na een halfuur moest de pro-actiefste van de groep weg. Dit deed wat met de dynamiek van de groep en het energieniveau zakte in. Bij de casus uit het werkboek ontstond er zichtbaar wat verwarring in de groep omdat niet iedereen zich kon identificeren met de casus. Dit uitte zich in vragen en opmerkingen over de onduidelijkheid van de casus. Sommige leerlingen in de groep hingen onderuitgezakt in de stoel en gaven aan dat zij het nut van de les niet inzagen. Daarnaast werden zij geregeld afgeleid door de drukte op de gang. Het klaslokaal heeft grote ramen waardoor iedereen die langsloopt goed te zien en horen is. Aan de stillere leerlingen werden vooral gesloten vragen gesteld.

Observatie les 3

Tijdens de derde les waren er vier leerlingen aanwezig. Twee van hen waren – net zoals in de vorige les – verlegen en iets stiller. De andere twee hadden iets meer praatjes, maar toch was de sfeer aan het begin nogal tam. De eerste oefening ging over het leren herkennen van reacties van lichaam en geest en wat voor gevolgen dit heeft op het gedrag. Voor de meeste leerlingen was het lastig om zich bewust te zijn van hun gedachten, gevoelens en het lichaam. Het was hierbij voor de leerlingen vooral lastig om terug te

denken hoe zij zich in een situatie voelden. Er werden dan vooral veel randzaken benoemd. De meeste leerlingen probeerden wel om een poging te wagen, ondanks dat dit al snel uitmondde in het vertellen van 'sterke verhalen'. Net als bij de vorige les was zichtbaar dat niet iedereen zich kon identificeren met de voorbeelden die in het werkboek gegeven werden, omdat het voorbeeld voornamelijk over alcohol ging. Op het moment dat de les was aangekomen bij de PMT-opdracht was er veel weerstand vanuit de groep. De meeste leerlingen hadden geen zin. Er werd door de trainers ook hardop afgevraagd waarom de groep vandaag wat aan de negatieve kant is. Het 'geen zin hebben' werd handig gebruikt als voorbeeld voor de oefening. De trainers gebruikten de situatie om de niet-helpende gedachten die de leerlingen hadden op te schrijven en om zo de oefening uit te voeren. Het benoemen van gedachten ging de meeste leerlingen goed af. Het benoemen van gevoelens en de lichamelijke reactie was daarentegen een stuk lastiger, maar ging na verloop van de les steeds beter. Dit was ook te danken aan de trainers die de ontstane situatie goed gebruikten in de les, waardoor identificatie met de situatie ook gemakkelijker was dan een fictief voorbeeld met een middel waar de meesten niet heel veel mee hebben (alcohol).

Observatie les 5

In de zoektocht naar de leerlingen werd voorafgaand aan de les duidelijk dat twee van de leerlingen niet meer bij de training zouden aansluiten. Voor één van hen was de reden dat het in de groep vaak te negatief was. De ander had vooral weinig zin meer en vond het niet heel nuttig. Dit werd ook kort besproken in de introductie van de les.

Met betrekking tot de les – en specifiek opdracht 1 – was het voor sommige leerlingen lastig om te snappen dat ze soms impulsief gedrag vertonen. Een leraar uitschelden werd eerder als grappig en terecht gezien dan als impulsief. Ook een voorbeeld bedenken van een situatie waarin de leerlingen afgelopen week wellicht impulsief gereageerd hebben, was lastig. Met hulp van de trainers lukte dit uiteindelijk wel. De leerlingen vonden ook het begrip 'niet-helpende gedachte' lastig om te begrijpen. Met intensieve hulp van de trainers en herhaalde uitleg lukte het de leerlingen uiteindelijk wel om niet-helpende gedachten te formuleren.

Observatie les 6

Alle overgebleven vier leerlingen waren tijdens de zesde les aanwezig. Eén leerling had in het begin wat weerstand om mee te doen, omdat hij liever wilde leren voor een toets. Deze – verbaal en non-verbaal – zichtbare houding had ook invloed op de sfeer en begin van de les: de negatieve houding was overheersend en de leerlingen waren erg afwachtend. Toen de eerste leerling met een voorbeeld kwam waarin zij de week ervoor impulsief had gereageerd, ging de rest hier echter al vrij snel in mee. Het was hierbij voor de leerlingen best lastig om de antwoorden uit zichzelf te halen, maar wanneer de trainers de leerlingen bij de hand namen, verliep de opdracht goed. De meeste leerlingen deden actief mee om voor

het voorbeeld het beslissingsblok in te vullen en zij hielpen elkaar hierbij goed. De sfeer werd hierdoor beter en ook de negatieve houding van de leerling die met weerstand aan de les begonnen was, werd zichtbaar positiever.

4.1.3. Oordeel van de leerlingen over Take it Personal

Alle vier de leerlingen die alle lessen hebben gevolgd, zijn geïnterviewd over hun ervaringen met Take it Personal. Dit is in twee duo's gedaan. De leerlingen hadden veel te zeggen over de lessen. Positief was dat de leerlingen aangeven dat zij de trainingen op de lange termijn helpend vinden. Met name de helpende gedachte om in bepaalde situaties betere keuzes te maken, werd als leerzaam ervaren omdat *"je jezelf leert om goed over situaties te denken"*. Een leerling gaf ook aan minder impulsief te zijn / reageren door de dingen die hij geleerd heeft. Wel gaven de leerlingen aan dat zij het beter hadden gevonden als de trainingen beter gepland waren. De lessen van Take it Personal vonden nu namelijk plaats tijdens een drukke periode van stage en examens. Tevens gaven alle leerlingen aan dat de focus meer moet liggen op 'algemeen en alledaags voorkomend impulsief gedrag' en minder op de focus van impulsiviteit als risicofactor voor alcoholgebruik. De focus op alcoholgebruik gaf weinig herkenning en een leerling vulde hier op aan dat het misschien niet helemaal passend is bij de doelgroep. Twee leerlingen vonden de herhaling van kernthema's in de lessen saai. De andere twee leerlingen gaven aan het juist fijn te vinden want *"normaal vergeten mensen dingen snel"*. Belangrijke zaken blijven zo hangen. Met betrekking tot de groepsdynamiek vonden twee leerlingen het wel jammer dat er tussentijds leerlingen waren uitgevallen. Zij gaven aan dat het minder motiverend is om zelf door te gaan als anderen *"wel mogen stoppen"*. Een andere leerling gaf aan dat het wel jammer is dat leerlingen afgehaakt zijn maar *"het zij zo: beter dat ze weggaan dan wanneer ze de les verpesten omdat ze geen zin hebben"*. Ook een andere leerling vond het jammer dat leerlingen afhaakten, want *"je moet langer kijken hoe het gaat dan al na 1x zeggen dat het minder goed gaat"*. Over het algemeen werd de sfeer als prettig ervaren en ook over de trainers waren de leerlingen positief. Ze ervoeren hen als vrolijk: dit bevorderde de sfeer en werkte aanstekelijk. Eén – over het algemeen stillere leerling – was het eens met wat de andere leerlingen aangaven, maar had voor de rest zelf weinig te zeggen.

4.2. Take it Personal voor negatief denken (ND)

De tweede 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. Alle leerlingen werden geselecteerd via het invullen van de screeningsvragenlijst. Eén leerling is na de tweede les met het programma gestopt omdat het toch niet passend bleek naast de stage van deze leerling. De lessen werden door twee trainers gegeven.

4.2.1. 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. Alle leerlingen scoorden op de voormeting hoog op de schaal negatief denken van de SURPS (≥ 14).

Twee van de vier leerlingen geven aan voorafgaand aan Take it Personal weleens gerookt te hebben, waarvan één dit ook in de afgelopen vier weken gedaan heeft. Twee van de drie leerlingen die in de afgelopen vier weken niet gerookt hebben, denken het later ook niet te gaan doen; de andere leerling heeft de intentie "zeker niet" te gaan roken. 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 zij geven allemaal aan de intentie te hebben dit later ook "zeker niet" te gaan doen.

Tabel 3. Kwantitatieve beschrijving en veranderingen van leerlingen negatief denken.

	Leerling 1	Leerling 2	Leerling 3	Leerling 4
Score SURPS ND	14 12	21 20	19 15	22 15
Roken (4 weken)	30 dagen of meer 30 dagen of meer	Nooit Nooit	Nooit Nooit	Nooit Nooit
Intentie roken	Ik rook al Ik rook al	Ik denk van niet Zeker niet	Zeker niet Zeker niet	Ik denk van niet Weet ik niet
Alcohol (4 weken)	3 tot 5 dagen 1 of 2 dagen	Nooit Nooit	Nooit Nooit	Nooit Nooit
Alcohol hoeveelheid	< 1 glas 3 glazen	- -	- -	- -
Bingen (4 weken)	Nooit 1 keer	- -	- -	- -
Intentie alcohol	Ik drink al af en toe Ik drink al af en toe	Zeker niet Zeker niet	Zeker wel Zeker wel	Misschien wel Misschien wel
Blowen (4 weken)	Nooit Nooit	Nooit Nooit	Nooit Nooit	Nooit Nooit
Blowen hoeveelheid	- -	- -	- -	- -
Intentie blowen	Zeker niet Zeker niet	Zeker niet Zeker niet	Zeker niet Zeker niet	Zeker niet Zeker niet

Na afloop van Take it Personal zijn geen veranderingen in het rookgedrag te zien. De leerling die al rookte, is hier mee doorgegaan; en alle drie de leerlingen die vooraf niet rookten, zijn dit ook niet gaan doen. Van deze drie leerlingen is wel een wisselende verandering in intentie tot later roken zichtbaar: twee leerlingen geven aan "zeker niet" te gaan roken (één van hen had deze intentie al, de ander was

eerst iets positiever) en één leerling heeft een iets positievere intentie heeft gekregen. Ook in het blowgedrag zijn geen veranderingen te zien: geen van de leerlingen blowde voorafgaand aan de lessen en zij doen dit allemaal na afloop nog steeds niet. Tevens geven alle leerlingen aan nog steeds “zeker niet” de intentie te hebben om later te gaan blowen. Wat betreft het alcoholgebruik zijn eveneens vrijwel geen veranderingen in gedrag en intentie tot later gebruik te zien: de drie leerlingen die vooraf aangaven geen alcohol te hebben gedronken, zijn dit ook niet gaan drinken. Hun intenties om later alcohol te gaan drinken zijn ook niet veranderd; twee van deze drie leerlingen hebben een positieve intentie om later “misschien” of zelfs “zeker” wel alcohol te gaan drinken. Voor één leerling is wel een verandering in het alcoholgebruik zichtbaar: deze leerling is weliswaar minder vaak, maar wel meer alcohol per gelegenheid gaan drinken. Tevens heeft deze leerling één keer ‘gebinged’ (vijf of meer glazen per gelegenheid drinken).

Voor de SURPS-scores zijn positieve ontwikkelingen zichtbaar. Hoewel drie leerlingen ook na afloop nog steeds boven de afkapwaarde op negatief denken scores, scoren alle leerlingen lager op hun SURPS-score dan voorafgaand aan Take it Personal. Hierbij geldt dat dit bij twee leerlingen een klinisch relevante verandering is.

4.2.2. 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 de vierde les uitgevallen. Vanwege de strakke planning met aansluitende vakantie kon deze ook niet ingehaald worden. In deze les worden nog enkele belangrijke theoretische concepten (alternatieve manieren om met niet-helpende gedachten om te gaan) geïntroduceerd. Om deze reden was – net als bij de groep impulsiviteit – de beoogde aanpassing 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. Voor deze groep bleek dat helaas niet werkzaam. De leerlingen waren na het uitvallen van de vierde les, gekoppeld aan extra stress vanwege stage en examens, niet meer volledig gemotiveerd om volgens deze aanpassing verder te gaan met de training. Na goed onderling overleg tussen alle betrokkenen (leerlingen, school, trainers en onderzoekers) is besloten om ook de vijfde les te laten vervallen en de laatste les wel doorgang te laten hebben om de training toch positief af te sluiten. In deze laatste les is alsnog de lesstof van les 4 omtrent alternatieven voor het omgaan met niet-helpende gedachten behandeld en direct toegepast op een voor alle leerlingen relevante, door hen zelf ingebrachte casus. Alle vier de gegeven lessen zijn geobserveerd.

Observatie les 1

De trainers startten de sessie met een korte introductie van de vier verschillende persoonlijkheidsprofielen. Ze gaven een korte uitleg over waarom de leerlingen in de groep negatief

denken zitten. Daarna werd er uitgebreid aandacht besteed aan de kennismaking. De leerlingen durfden gedurende de hele les heel open te zijn over persoonlijke problemen. Er hing dan ook een veilige en vertrouwde sfeer in de groep. Voordat de kennismaking begon is een leerling naar de wc gegaan en niet meer terug gekomen. Daarom bestond de groep uiteindelijk uit vijf leerlingen. De doelen werden opgesteld en leerlingen hielpen elkaar bij het opstellen van de doelen. De leerlingen hebben de video als duidelijk ervaren en ze konden het risicogedrag hierin herkennen. Bij de PMT-opdracht werden lichamelijke reacties besproken die leerlingen tijdens spannende situaties ervaarden. Ook hierbij durfden leerlingen persoonlijke voorbeelden te noemen.

Observatie les 2

De les begon wat later dan gepland. Men was in deze groep betrokken en ook open over hoe ze over dingen dachten, al was er wel een verschil in de mate waarin de leerlingen verbaal aanwezig waren. Eén leerling was sterk aanwezig en spuide veel niet-helpende gedachten, waardoor andere leerlingen wat minder aan het woord kwamen. Wanneer deze minder aanwezige leerlingen iets inbrachten, was dit wel enorm nuttig voor de groep. Buiten op de gang was het gehorig en lawaaiig, en ook de grote ramen waren voor de jongeren afleidend. Deze groep kon zich minder goed identificeren met het alcohol- en drugsgebruik als middel om met negatieve gedachten en gevoelens om te gaan. De leerlingen gaven meermaals aan dat zij weinig van doen hebben met alcohol- en drugsgebruik. Op de vraag van de trainers waar zij in het dagelijks leven wel moeite mee hebben, werd gamen benoemd.

Observatie les 3

Iedereen kwam uit zichzelf naar de les toe. De trainers hoefden dus geen moeite te doen om de leerlingen op te halen. De houding van alle jongeren was goed. De leerlingen waren – net als de vorige keer – wat stiller, maar de leerlingen waren op bepaalde momenten wel opmerkzaam en scherp. Dat was ook te zien aan hoe ze op hun stoel zaten: rechtop, niet onderuitgezakt, en met aandacht naar de trainers. Het was een vrij rustige maar wel serieuze groep. De leerling die de vorige les de sfeer merkbaar minder maakte, was er niet meer bij. Dit had ook positieve gevolgen voor de sfeer, dynamiek en ook veiligheid in de groep.

De eerste oefening ging over het leren herkennen van reacties van lichaam en geest en wat voor gevolgen dit heeft op het gedrag; dit ging de meeste leerlingen goed af. De leerlingen begrepen de opdracht en konden de verschillende lichamelijke reacties goed benoemen. Men oogde aanwezig; er was aandacht voor elkaar en de trainers. Het viel op dat de leerlingen in staat waren om goed te reflecteren op hun gedrag, gedachten en gevoelens. Het was tijdens deze les, in tegenstelling tot eerdere lessen, ook rustiger op de gang wat voor minder afleiding zorgde. Ook de PMT-opdracht werd redelijk goed ontvangen. De groep was in het begin wat afwachtend, zoals met alle andere oefeningen. Maar toen de

oefening eenmaal begonnen was en de leerlingen actief bezig waren, werd er goed meegedaan en zelfs wat gelachen. Voor de trainers was het ook niet nodig om heel erg aan deze groep te trekken, omdat iedereen al goed meedeed.

Observatie les 6

De vorige les was niet doorgedaan, omdat de leerlingen te veel stress ervoeren bij hun examens en therapie. Toen is afgesproken dat les 6 nog wel door zou gaan, zodat de serie gezamenlijk goed afgesloten kon worden. Iedereen kwam netjes op tijd en er was veel minder weerstand om aanwezig te zijn. Een gebeurtenis die door één van de leerlingen benoemd werd, werd als voorbeeld bij de eerste opdracht gebruikt. Onder begeleiding van de trainers deed iedereen vervolgens actief mee met de opdracht en de leerlingen oogden betrokken. Het voorbeeld dat klassikaal behandeld werd, was een situatie die bij iedereen wel een beetje speelde, waardoor er veel herkenning was. De opdracht werd goed begrepen en naarmate de opdracht vorderde konden de leerlingen steeds meer voorbeelden van zowel niet-helpende als helpende gedachten noemen die in deze situatie toepasselijk waren. De inbreng van de groep was hierbij eensgezind. Afsluitend werd teruggeblikt op wat er de afgelopen weken behandeld is.

4.2.3. Oordeel van de leerlingen over Take it Personal

De groep startte met vijf leerlingen, maar na de tweede les is één van hen met de lessen gestopt. De overgebleven vier leerlingen uit deze groep zijn gevraagd naar hun ervaringen met Take it Personal. Drie van de vier leerlingen gaven aan dat de gestopte leerling geen fijne toevoeging aan de groep was, omdat deze leerling er steeds doorheen praatte en té negatief was. Nadat deze leerling gestopt was, werd de sfeer en dynamiek in de groep prettiger. Over het algemeen waren de leerlingen dan ook positief over de open sfeer zonder vooroordelen en met ruimte voor eerlijkheid. Ook de afwisseling tijdens de lessen werd door een leerling als prettig ervaren. Tevens werden de trainers als positief ervaren; zij gaven fijn les, en waren vriendelijk, duidelijk en open. Wel werd aangegeven dat – zeker wanneer leerlingen wat drukker of minder serieus zijn – ze soms iets strenger hadden mogen zijn. De meeste leerlingen gingen met een positieve gedachte de training in (“ze gaan je helpen en het is fijn dat er zo iets is”) en hadden het gevoel op langere termijn wel iets aan de training te hebben. Zeker het stappenplan om van negatief naar positief denken te gaan werd als leerzaam ervaren. Eén leerling snapte niet helemaal waarom hij aan de lessen mee moest doen, want “het enige negatieve dat ik heb, is positief”. Deze leerling ziet het negatieve denken juist als waarschuwing voordat hij (verkeerde) dingen doet. Ondanks dat de leerlingen over het algemeen erg positief over de lessen waren, gaven zij wel aan dat een dergelijk intensieve extra training erg veel kan zijn naast hun al drukke schema met examens, stage, werk en persoonlijke trajecten. Dit leidde er wel toe dat leerlingen gedurende de training steeds minder gemotiveerd waren om de lessen te volgen.

4.3. Terugblik op de uitvoering van Take it Personal in het voortgezet speciaal onderwijs

Na afloop van de uitvoering van Take it Personal op de school voor voortgezet speciaal onderwijs in Flevoland is het proces geëvalueerd met de twee betrokken trainers en de contactpersoon vanuit de school. Tijdens deze interviews is onder andere gesproken over de materialen, opbouw van het programma en uitvoering van Take it Personal in de praktijk. Daarnaast is eveneens 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 en hadden het gevoel dat de leerlingen er echt iets aan zullen hebben, al benoemden zij ook enkele punten ter verbetering.

Inhoud en vorm van de lessen

De trainers gaven aan dat het toevoegen van een video als werkvorm goed werkte. Het is meer beeldend en boeiend voor de leerlingen dan werken met een uitgeschreven casus. Doordat de video beter bij de leerlingen bleef hangen, was het eveneens makkelijker om hiernaar te relateren over de tijd heen en nieuwe lesstof aan te koppelen.

De kennismakingsgesprekken waren prettig en hierop aanvullend gaven de trainers aan dat het voeren van individuele gesprekken tijdens de verdere lessen ook goed als werkvorm gebruikt kan worden. Leerlingen kunnen dan nog meer geholpen worden om de lesstof naar hun eigen situatie te vertalen dan wanneer dit klassikaal besproken wordt.

Organisatie en communicatie

Vanwege miscommunicatie over een studiedag, stonden de trainers voor een dichte school en is binnen beide groepen een les uitgevallen. De trainers vonden het vervelend dat de lessen uitgevallen zijn en zij voor niets naar de school afgereisd waren. Hieraan gekoppeld werd door hen benoemd dat de communicatie met de school zelf soms wat stroef verliep, mede door de wisseling en drukte van de contactpersoon. Zij geven hierbij aan dat het prettig zou zijn wanneer de contactpersoon ook echt op locatie aanwezig is wanneer de lessen gegeven worden, omdat dit het schakelen bij onvoorziene omstandigheden makkelijker maakt.

Rekening houden met zorgtrajecten

Ondanks dat bij de screening en het maken van de groepsindelingen al rekening gehouden wordt met (al lopende) zorgtrajecten van leerlingen, zou hier extra aandacht voor moeten zijn. Voor sommige leerlingen

bleek gedurende de training dat het volgen van de lessen toch te intensief en niet passend is, waardoor zij uitvallen. Wanneer hier vooraf beter rekening mee gehouden wordt en leerlingen dan van deelname uitgesloten worden, scheelt dit de leerlingen zelf veel stress en beïnvloedt dit de groepsdynamiek niet.

4.3.2. Interview met de contactpersoon van de school

Vanuit de school voor voortgezet speciaal onderwijs in Flevoland was in eerste instantie de afdelingsleider contactpersoon voor de organisatie van Take it Personal op de school. Zij heeft de opstart van het programma begeleidt qua screening en indeling van de groepen. Vlak voor de daadwerkelijke uitvoering van de lessen is deze contactpersoon vervangen door de Intern Begeleider [IB-er]. Zij heeft het vervolg van Take it Personal op de school begeleidt, onder andere rondom de algehele planning, het verkrijgen van de toestemmingsverklaringen van ouders en organisatie van de lessen. Deze contactpersoon is geïnterviewd over haar ervaringen met de rol als contactpersoon en bijhorende taken.

Contact met Helder op School

De contactpersoon geeft aan dat de opstart een beetje rommelig was doordat er in het begin zowel vanuit de school als Helder op School wisselende contactpersonen betrokken waren. Nadat dit eenmaal liep, heeft zij de samenwerking met Helder op School als positief ervaren. Deze positieve ervaring komt mede door het vlot en duidelijk reageren op mailberichten. Het is gelopen zoals ze hadden afgesproken en hierbij is geen verbeterpunt aan te merken.

Planning lessenserie

De periode waarin de lessenserie georganiseerd werd, viel samen met een intensieve periode van stages en examens. Het naast deze schoolverplichtingen meedoen aan de lessenserie werd voor sommige leerlingen vaak te druk en hierdoor haakten enkele leerlingen (deels) af. Er wordt door de contactpersoon dan ook aanbevolen hier meer rekening mee te houden in de planning van de lessen, bijvoorbeeld tijdens een rustigere periode aan het begin van het schooljaar. Leerlingen zijn dan nog frisser, meer gemotiveerd en hebben niet de stress van hun stage en/of examens.

Toestemming voor deelname aan Take it Personal

Voordat leerlingen deel mogen nemen aan Take it Personal is het noodzakelijk dat hun ouders eerst toestemming geven. De contactpersoon gaf aan dat zij er veel tijd in moest stoppen om contact met ouders te onderhouden om de toestemmingsformulieren binnen te krijgen. Omdat hier veel tijd en energie in gaat zitten, zou dit een reden kunnen zijn om een volgende keer niet meer met een dergelijk project mee te doen. Mogelijk kwam dit doordat het formulier op papier en niet digitaal aangeleverd moest

worden. Het versimpelen (bijvoorbeeld digitaliseren) van het verkrijgen van deze toestemmingen zou overwogen kunnen worden om de organisatie soepeler te laten verlopen.

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 voortgezet speciaal onderwijs. 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 school voor voortgezet speciaal onderwijs in Flevoland is aan de groepen 'impulsiviteit en 'negatief denken' 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. Impulsiviteit

De uitvoering van Take it Personal voor de groep impulsiviteit liet gemengde resultaten zien. De leerlingen in deze groep hadden vooraf al geen ervaring met roken en blowen, noch de intentie dit later te gaan doen; dit is voor alle leerlingen hetzelfde gebeven. Ook is voor drie van de vier leerlingen een afname in de SURPS-score te zien, alhoewel niet klinisch relevant. Voor één leerling geldt dat het alcoholgebruik iets is toegenomen, net als de intentie om dit later weer te gaan gebruiken. De drie andere leerlingen geven aan nog steeds geen alcohol te drinken.

De lessen verliepen over het algemeen goed en sfeer was wisselend van redelijk goed tot wat timide. De leerlingen waren rustig en luisterden goed naar elkaar en de trainers. Wel kwam het geregeld voor dat leerlingen de lessen saai vonden en zij niet altijd begrepen waar de lessen precies goed voor waren. Dat de groep met zes leerlingen startte en met vier leerlingen eindigde werd eveneens niet als motiverend ervaren. Ook de PMT-oefeningen zorgden soms voor wat weerstand binnen deze groep. Afsluitend gaven de leerlingen overigens wel aan de trainingen op de lange termijn helpend te vinden.

5.1.2. Negatief denken

Ook de uitvoering voor de groep negatief denken liet gemengde resultaten zien. Eén leerling rookte al en is dit blijven doen. Dezelfde leerling is wat minder vaak, maar wel meer alcohol per keer gaan drinken. Voor alle andere leerlingen geldt dat zij geen middelen gebruikten en dit ook niet zijn gaan doen. Overigens hebben drie van de vier leerlingen wel een positieve intentie om later alcohol te drinken, dit is niet minder geworden. Op de SURPS-scores zijn voor alle leerlingen in deze groep positieve ontwikkelingen te zien: voor iedereen is deze lager geworden, waarbij dit voor twee leerlingen ook klinisch relevant is.

Bij de lessen van deze groep was de sfeer erg wisselend. In het begin was dit wat minder prettig, maar doordat een – als “te negatief” ervaren – leerling na de tweede les gestopt is, werd de dynamiek positiever en ontstond tevens een veiligere sfeer. De leerlingen waren erg rustig, luisterden goed naar elkaar en de trainers, en deden actief mee met alle oefeningen. Ondanks dat sommige leerlingen wat stiller waren, durfden alle leerlingen zich wel open te stellen voor de oefeningen en was er ruimte voor eerlijkheid. Ondanks dat er richting het eind van de lessenserie – omwille van het drukke schema van de leerlingen – wat weerstand was om als groep door te gaan, is in samenwerking met de trainers de training toch nog tot een mooi einde gebracht.

5.2. Conclusies

Voorafgaand aan de start van de casestudie was de verwachting dat een goede uitvoering van Take it Personal gerelateerd zou zijn aan positieve ontwikkelingen bij de leerlingen. En dat er minder positieve ontwikkelingen zouden zijn naarmate de uitvoering gepaard zou gaan met meer knelpunten. Hierbij is gekeken naar de ontwikkelingen in het middelengebruik van de leerlingen en de factoren die vanuit de observaties en interviews met betrokkenen naar voren gekomen zijn.

Uit de resultaten van deze casestudie zijn binnen beide groepen enkele positieve uitkomsten zichtbaar. Bij vrijwel alle leerlingen is een afname van hun SURPS-score te zien, waarvan dit bij twee leerlingen ook klinisch relevant was. De leerlingen gaven zelf ook aan de lessen over het algemeen als leuk en leerzaam ervaren te hebben, en dit op de langere termijn ook zeker helpend te vinden. Voor het middelengebruik zijn gemengde resultaten te zien: de meeste leerlingen hebben geen ervaring met roken en blowen, noch de intentie dit later te gaan doen. Met betrekking tot alcoholgebruik geldt dat één leerling vaker alcohol is gaan drinken en dat één leerling weliswaar minder vaak maar wel meer glazen alcohol per keer is gaan drinken.

Naast deze positieve punten komen er ook enkele knelpunten naar voren. In beide groepen is de training niet volledig uitgevoerd zoals vooraf beoogd. Vanwege een niet duidelijk gecommuniceerde studiedag is één les uitgevallen en vanwege de strakke planning tussen twee vakanties in, was er geen speling om deze volledig in te halen. Daarnaast had de tijdsperiode waarin de lessen gegeven werden een negatieve invloed op de uitvoering. Enerzijds doordat leerlingen vooraf al niet aan het programma mee konden doen vanwege overlap met stagedagen. Maar anderzijds ook doordat de leerlingen die wel deelnamen, door hun stage en examens te druk waren en de belasting van een intensief programma als Take it Personal er niet goed bij konden hebben.

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. Planning

Het eerste aandachtspunt dat zou kunnen bijdragen aan een betere uitvoering van Take it Personal hangt samen met de periode waarin de lessen plaatsvinden. De uitvoering op deze school heeft plaatsgevonden in de periode van eind maart tot begin mei; een drukke periode met stage en examens, waardoor leerlingen extra stress ervaren en de motivatie voor deelname aan een training als Take it Personal afneemt. Een aanbeveling hierbij is om de lessen eerder in het schooljaar te plannen wanneer leerlingen nog frisser en minder druk zijn.

5.3.2. Organisatie

Gekoppeld aan het eerste punt omtrent de planning is ook de organisatie van Take it Personal een aandachtspunt voor een goede uitvoering. In de huidige opzet is er een lange aanlooperperiode voordat de lessen daadwerkelijk beginnen. Nu heeft er ruim drie maanden gezeten tussen de screening en de eerste les, waardoor het voor deze doelgroep lastig is een koppeling te leggen tussen de uitleg en screening, en (het nut van) de lessen zelf. Tevens is deze lange aanlooperperiode gevoelig voor wijzingen op organisatorisch niveau, zoals het uitvallen of juist instromen van leerlingen op school en wisseling van contactpersonen vanuit de betrokken partijen (school, Helder op School, trainers). Dit maakt de communicatie en het continue afstemmen van het programma minder overzichtelijk. Hiervoor wordt aanbevolen om de periode van opstart programma tot start lessen in te korten.

5.3.3. Groepssamenstelling

De dynamiek binnen een groep is erg belangrijk, zeker wanneer openheid, eerlijkheid en veiligheid een centrale plek hebben in de opzet van de training. Het werkt hierbij niet goed wanneer er leerlingen in de groep zitten die ongemotiveerd en op een negatieve manier zeer aanwezig zijn. Wanneer dergelijke leerlingen er niet meer bij waren, had dit direct een positief effect op de dynamiek en veiligheid binnen de groep. Het is belangrijk dat hier rekening mee gehouden wordt tijdens de screening en uiteindelijke samenstelling van de groepen.

5.3.4. Rol van de werkboeken heroverwegen

Naast de hierboven genoemde meer organisatorische aandachtspunten, zijn er ook enkele aandachtspunten rondom de vorm en inhoud van Take it Personal te benoemen. De eerste hiervan ligt rondom de rol van de werkboeken. De leerlingen vonden het lastig om hier zelfstandig in te werken en

mede om deze reden werd amper met het werkboek gewerkt. Veel opdrachten werden direct volledig klassikaal besproken en uitgevoerd. Hierdoor is het de vraag in hoeverre de vorm van een meer theoretisch ingestoken werkboek aansluit bij deze doelgroep die liever praktisch aan de slag gaat. Het zou hierom overwogen kunnen worden te zoeken naar andere werkvormen die beter op deze doelgroep aansluiten.

5.3.5. De voorbeelden in het werkboek

Naast dat het werkboek qua werkvorm voor deze doelgroep niet altijd goed werkte, sloten ook de voorbeelden van de casussen niet allemaal goed op hen aan. De leerlingen herkenden zich hier niet altijd in, waardoor er soms wat weerstand was om hiermee aan de slag te gaan. Ook om deze reden werden veel opdrachten klassikaal besproken en improviseerden de trainers hierbij geregeld om de oefeningen meer op de belevingswereld van de leerlingen af te stemmen. Het kan hierbij goed werken om meer gebruik te maken van actuele situaties en voorbeelden die voor de leerlingen meer herkenbaar zijn (bijvoorbeeld rondom gamen). Dit zal er waarschijnlijk voor zorgen dat zij zich beter met de casussen identificeren en de lesstof eerder naar hun eigen situatie kunnen vertalen, wat het leereffect kan vergroten.

5.3.6. PMT-oefeningen

De PMT-oefeningen werden door de leerlingen over het algemeen erg positief en als leuk ervaren. Desondanks was er in eerste instantie geregeld weerstand om met deze oefeningen mee te doen. Mogelijk kwam dit doordat de oefeningen mondeling uitgelegd werden en de leerlingen dit niet altijd begrepen. Zij vormden zich hierdoor een ander beeld van de oefening dan beoogd en draaiden pas bij nadat zij een keer gezien hadden hoe de oefening gedaan werd. Het kan daarom helpen om deze oefeningen eerst – bijvoorbeeld door de trainers – voor te doen, zodat leerlingen duidelijker zien wat er van hen verwacht wordt en hierdoor de weerstand om mee te doen weggenomen kan worden.

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.
- 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.
- Denny, S., Clark, T., & Watson, P. (2004). The health of alternative education students compared to secondary school students: A New Zealand study. *The New Zealand Medical Journal*, 117(1205), 1-12.
- Dishion, T. J., McCord, J., & Poulin, F. (1999). When interventions harm: Peer groups and problem behavior. *American Psychologist*, 54(9), 755.
- 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.
- Grunbaum, J. A., Lowry, R., & Kann, L. (2001). Prevalence of health-related behaviors among alternative high school students as compared with students attending regular high schools. *Journal of Adolescent Health*, 29(5), 337-343.

- 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. (2013). *Substance use among adolescents in special education and residential youth care* (Doctoral dissertation).
- Kepper, A., Monshouwer, K., Van Dorsselaer, S., & Vollebergh, W. (2011). Substance use by youths in special education and residential youth care institutions. *European Child & Youth Psychiatry, 20*(6), 311-319.
- Kepper, A., Monshouwer, K., Van Dorsselaer, S., & Vollebergh, W. (2012). Middelengebruik door jongeren. *Tijdschrift voor Gezondheidswetenschappen, 90*(5), 287-294.
- Kepper, A., Van den Eijnden, R., Monshouwer, K., & Vollebergh, W. (2014). Understanding the elevated risk of substance use by youths in special education and residential youth care: the role of individual, family and peer factors. *European Child & Youth Psychiatry, 23*(6), 461-472.
- 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.
- Stoutjesdijk, R. & Scholte, E. M. (2009). Cluster 4 speciaal onderwijs: een vergelijking tussen leerlingen op cluster 4 scholen en cluster 4 rugzakleerlingen. *Tijdschrift voor Orthopedagogiek*, *48*, 161-169.
- 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*. Trimbo-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.

