

Take it Personal!

Casestudie #1



Simone Onrust
Daphne Visser
Ester Speth

Take it Personal!

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

Colofon

Projectleiding

Simone Onrust

Redactie

Simone Onrust

Daphne Visser

Ester Speth

Illustraties

Brecht Gerritse (Media Ontwerp)

Deze uitgave is te bestellen via www.trimbos.nl/webwinkel met artikelnummer **AF1771**

Trimbos-instituut
Da Costakade 45
Postbus 725
3500 AS Utrecht
T: 030-297 11 00
F: 030-297 11 11

© 2020, 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.

Inhoud

1	Inleiding	6
1.1	Praktijkonderwijs	6
1.2	Cluster 4-onderwijs	7
1.3	Preventie van (problematisch) middelengebruik	8
2	Take it Personal	10
2.1	Persoonlijkheidsprofielen	10
2.2	Doelgroep	11
2.3	Therapeutische principes	12
2.4	Opzet van het programma	13
3	Onderzoeksmethode	16
3.1	Onderzoeksdeelnemers	16
3.2	Dataverzameling	16
3.3	Analyse	17
4	Resultaten	19
4.1	Take it Personal voor sensatiezoekend gedrag	19
4.2	Take it Personal voor impulsief gedrag	21
4.3	Take it Personal voor negatief denken	23
4.4	Take it Personal voor angstgevoeligheid	24
4.5	Terugblik op de eerste uitvoeringen van Take it Personal	26
5	Conclusies en aanbevelingen	32
5.1	Belangrijkste bevindingen	32
5.2	Conclusies	34
5.3	Aanbevelingen	35
6	Literatuur	37

1 Inleiding

In deze rapportage worden de resultaten beschreven van een eerste evaluatie van *Take it Personal* voor het praktijkonderwijs en cluster 4 van het voortgezet speciaal onderwijs (vso). In dit eerste hoofdstuk wordt in de eerste plaats beschreven hoe de doelgroep eruit ziet. Vervolgens wordt uitgelegd waarom er voor deze jongeren een apart programma is ontwikkeld.

1.1 Praktijkonderwijs

Praktijkonderwijs (pro) is onderdeel van het regulier voortgezet onderwijs. In Nederland zitten ongeveer 29.000 leerlingen in het praktijkonderwijs, verspreid over 175 verschillende scholen. 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. Gemiddeld genomen duurt de opleiding 5 jaar.

Praktijkonderwijs is gericht op leerlingen van 12 tot 18 jaar die niet kunnen functioneren in het reguliere onderwijs. Leerlingen met het advies praktijkonderwijs, hebben in vergelijking met leeftijdgenoten vaak een achterstand, met name op het gebied van taal en rekenen. Er zijn een aantal criteria waar een leerling aan moet voldoen om toegelaten te worden in het praktijkonderwijs. Ten eerste moet een leerling 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 zo veel mogelijk leren door praktisch aan de slag te gaan. Iedere leerling in het praktijkonderwijs heeft een ontwikkelingsperspectief plan. In dit plan worden de uitstroombestemming, leerdoelen en de begeleiding geformuleerd. Op basis hiervan wordt er een persoonlijke leerroute gemaakt. 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 op het praktijkonderwijs

Kepper, Monshouwer, van Dorsselaer & Vollebergh (2012) hebben een studie gedaan waarin de prevalentie van middelengebruik werd vergeleken tussen verschillende schooltypes. Uit deze studie kwam naar voren dat leerlingen in het praktijkonderwijs een verhoogde kans hebben op het gebruik van harddrugs. In vergelijking tot leerlingen van het cluster 4-onderwijs, vertonen leerlingen van het praktijkonderwijs minder complexe problematiek. Ernstige gedragsproblemen of psychiatrische stoornissen komen

bijvoorbeeld niet voor (Ekens, 2003.) De voornaamste reden dat leerlingen praktijkonderwijs volgen, is omdat zij een leerachterstand hebben (Kepper et al., 2012). Leerlingen van het cluster 4-onderwijs kampen bijvoorbeeld vaker met gedragsproblemen, emotionele instabiliteit en familieproblemen. Deze leerlingen vertonen ook meer problematisch middelengebruik (Kepper et al., 2012).

Afgezien van de studie van Kepper en collega's (2012), is er weinig bekend over het middelengebruik van leerlingen in het praktijkonderwijs. Er zijn wel verschillende studies beschikbaar naar de relatie tussen een licht verstandelijke beperking (LVB) en het gebruik van tabak, alcohol en andere middelen. Zoals eerder benoemd worden leerlingen in het praktijkonderwijs geselecteerd op basis van een laag IQ (55-80). Afgezien van het gebruik van tabak, vertonen jongeren met een LVB niet meer middelengebruik dan hun leeftijdgenoten (Chapman & Wu, 2012; Johnson et al., 2009). Taggart et al. (2006) stellen echter dat het middelengebruik onder jongeren met een LVB mogelijk hoger ligt dan wordt verwacht. Het kan zijn dat deze jongeren en/of hun ouders het gebruik verbergen, om te voorkomen dat de jongere in een instelling wordt geplaatst.

Bovendien zou middelengebruik onder jongeren met een LVB in vergelijking met leeftijdgenoten, leiden tot meer negatievere gevolgen. Middelengebruik onder deze doelgroep gaat gepaard met meer mentale, fysieke en sociale consequenties (Chapman & Wu, 2012; Taggart et al., 2006). Er zijn aanwijzingen dat jongeren met een LVB een vergrote kans hebben op het ontwikkelen van middelenmisbruik. Dit misbruik wordt gezien als een risicofactor voor het vertonen van crimineel gedrag (van Duijvenbode et al., 2015; To et al., 2014).

1.2 Cluster 4-onderwijs

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.

1.2.1 Prevalentie middelengebruik op 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 op het reguliere onderwijs (Denny, et al., 2004; Grunbaum et al., 2001; Kepper, 2013; Kepper et al., 2014; Kepper et al., 2012; Kepper et al., 2011). Dit verschil is al op jonge leeftijd aanwezig.

Uit de studie van Kepper en collega's bleek dat op 12/13-jarige leeftijd 16% van de cluster 4-leerlingen dagelijks rookte tegenover 1,3% van de leerlingen in het reguliere onderwijs; 8,1% van hen dronk wekelijks 8-10 glazen alcohol tegenover 1,9% van de leerlingen in het reguliere onderwijs; 20% had ooit geblowd tegenover 4% in het reguliere onderwijs. Als laatste had 13% ooit harddrugs gebruikt tegenover 2,3% in het reguliere onderwijs.

Op 14/15-jarige leeftijd rookte 38,4% van de cluster 4-leerlingen dagelijks tegenover 9,3% van de leerlingen in het reguliere onderwijs; 23,4% van hen dronk wekelijks 8-10 glazen alcohol tegenover 13,9% van de leerlingen in het reguliere onderwijs, 42% had ooit geblowd tegenover 17,2% in het reguliere onderwijs. Als laatste had 19,4% ooit harddrugs gebruikt tegenover 5,4% in het reguliere onderwijs.

Op 16-jarige leeftijd rookte 46,6% van de cluster 4-leerlingen dagelijks tegenover 11,7% van de leerlingen in het reguliere onderwijs; 40% van hen dronk wekelijks 8-10 glazen alcohol tegenover 29,7% van de leerlingen in het reguliere onderwijs, 54,1% had ooit geblowd tegenover 30% in het reguliere onderwijs. Als laatste had 31% ooit harddrugs gebruikt tegenover 6,6% in het reguliere onderwijs.

1.3 Preventie van (problematisch) middelengebruik

Er zijn in Nederland nauwelijks interventies beschikbaar voor het praktijkonderwijs en voortgezet speciaal onderwijs om (problematisch) middelengebruik door leerlingen tegen te gaan. Over de effecten is al helemaal weinig bekend. Ook internationaal is er niet veel onderzoek gedaan naar de beste aanpak voor deze risicoleerlingen. De verschillende onderzoeken naar het effect van middelenpreventie in het praktijkonderwijs en voortgezet speciaal onderwijs laten zien, dat de resultaten niet eenduidig zijn. Er zijn studies waarin positieve resultaten worden beschreven, maar ook studies waarin averechtse effecten worden gevonden (Clark e.a., 2010; Sussman, Arriaza & Grigsby, 2014; Vermeulen-Smit, Kepper & Monshouwer, 2014).

In een pilotonderzoek naar Nederlands lesmateriaal dat was afgeleid van lesmaterialen voor het regulier onderwijs, bleek dat preventieprogramma's voor deze doelgroep niet een-op-een vertaald kunnen worden vanuit programma's die voor het regulier onderwijs zijn ontwikkeld (Turhan, Onrust, Ten Klooster & Pieterse, 2016). In dit onderzoek brachten de lesboekjes ongewenste effecten te weeg bij leerlingen uit het cluster 4-onderwijs. Uit observaties tijdens de lessen bleek dat deze ongewenste resultaten waarschijnlijk werden veroorzaakt door deviancy training (Dishion, McCord, & Poulin, 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. Voor leerlingen uit het praktijkonderwijs werden geen ongewenste effecten gevonden, maar ook voor deze leerlingen geldt dat bij het ontwikkelen van preventieprogramma's voor deze doelgroep rekening moet worden gehouden met de specifieke kenmerken van de doelgroep.

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 15 jaar. Het programma kent vier verschillende varianten, welke zijn toegespitst op vier verschillende persoonlijkheidsprofielen. Iedere variant bestaat uit 6 sessies van 45 minuten. 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 gebaseerd op het programma Preventure uit Canada (Conrod, Comeau & Steward, 2004). Dit programma is in verschillende landen, waaronder Nederland, effectief gebleken in het terugdringen van riskant middelengebruik (Edalati & Conrod, 2018; Lammers, e.a., 2015) onder middelbare scholieren uit het regulier onderwijs. De Nederlandse versie van dit programma is vervolgens aangepast voor jongeren met een verstandelijke beperking (Schijven, e.a., 2014). Uit een eerste verkenning bleek dit aangepaste programma veelbelovend te zijn voor het terugdringen van problematisch middelengebruik onder deze doelgroep (Schijven, e.a., 2016).

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, Pihl, Stewart & Dongier, 2000), als voor jongeren met een verstandelijke beperking (Poelen, Schijven, Otten & Didden, 2017). Elk persoonlijkheidsprofiel hangt samen met specifieke risicovolle motieven voor gebruik (Woicik, Stewart, Pihl, & Conrod, 2009; Conrod & Woicik, 2002). Personen die hoog scoren op de persoonlijkheidsprofielen 'sensatie zoekend 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

Sensatie zoekend 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; Ersche, Turton, Muller, Bullmore & Robbins, 2010).

Sensatiezoekers zijn over het algemeen zwaardere drinkers en hebben een verhoogd risico op het drinken met schadelijke consequenties (Shall, Kemeny, & Maltzman, 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; Ersche, Turton, Muller, Bullmore & Robbins, 2010; 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, Conrod & Hansen, 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 slechtse 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 (McDonald, Baker, Stewart & Skinner, 2000; Stewart, Peterson & Pihl, 1995).

2.2 Doelgroep

Take it Personal is een programma voor 12-15 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, Stewart, Pihl & Conrod, 2009). De vragenlijst identificeert jongeren op de afzonderlijke risicoprofielen met een groter risico op middelenmisbruik. Bij een hoge score op een 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 wordt selecteerd voor deelname. Dit gebeurt altijd in overleg.

2.2.2 Contra-indicaties

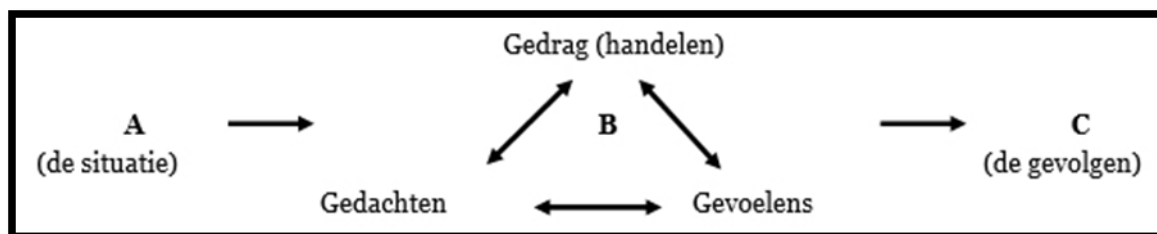
Het is ook mogelijk dat een jongere volgens de uitslag van de screening in aanmerking komt voor deelname aan *Take it Personal*, maar dat er toch redenen zijn om deze jongere uit te sluiten van deelname. Redenen voor exclusie kunnen zijn: het volgen van een (zwaar) zorgtraject; de aanwezigheid van bestaande 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, Castellanos-Ryan, & Mackie, 2011; Riper, e.a., 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 bewerking van dit programma voor jongeren met een verstandelijke beperking, zijn deze technieken aangevuld met verschillende oefeningen uit de psychomotorische therapie (Schijven, e.a., 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 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 dat 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: beïnvloed je één van de drie elementen, 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 te vergroten (Miller & Rollnick, 2002). 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 laat zien bij jongeren met een verstandelijke beperking (Vereenoghe & Langdon, 2013), vinden zij het vaak lastig om het geleerde te vertalen naar de eigen situatie (Kleinert, Browder & Towles-Reeves, 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 sessies van 45 minuten. Deze sessies worden begeleid door een opgeleide trainer (er kan ook voor worden gekozen 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 van het persoonlijkheidsprofiel verschilt. Dit houdt in dat er vier verschillende werkboekjes zijn die aansluiten bij de verschillende persoonlijkheidsprofielen. Elk werkboekje 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. Iedere sessie (m.u.v. de laatste afsluitende sessie) wordt afgesloten met een oefening uit de psychomotorische therapie. Deze oefeningen zijn toegespitst op het persoonlijkheidsprofiel van de jongeren.

2.4.1 Sessie 1: Introductie

Tijdens de eerste sessie wordt het programma geïntroduceerd en maken de leerlingen kennis met elkaar en met de trainer(s). De eerste sessie 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 werkboekje in wat zij over vijf jaar willen bereiken. Daarna vullen de leerlingen opnieuw een van de schalen uit de SURPS in, waarna de uitkomst met de groep wordt gedeeld. Doordat alle leerlingen de schaal behorend bij het eigen risicoprofiel invullen, 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 voorbeelden uit het werkboek en eigen ervaringen van de leerlingen. De sessie wordt afgesloten met een oefening uit de psychomotorische therapie.

2.4.2 Sessie 2: Effecten

Na een korte terugblik op de eerste sessie worden verschillende riskante gedragingen besproken die passen bij het persoonlijkheidsprofiel van de leerlingen. Dit gebeurt aan de hand van verschillende voorbeelden uit het werkboek. Hierbij wordt telkens stilgestaan bij de voordelen van dit gedrag op de korte termijn en de nadelen die later worden ervaren. 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, voor de voorbeeldsituaties die in het werkboek beschreven staan. In de nabespreking van deze oefening wordt ingegaan op de invloed die deze manier van nadenken over beslissingen kan hebben op het eigen gedrag. De sessie wordt afgesloten met een oefening uit de psychomotorische therapie.

2.4.3 Sessie 3: Identificatie – hoe werkt het bij jou?

Na een korte terugblik op de voorgaande sessie wordt ingegaan op de verschillende lichamelijke reacties (gevoelens), gedachten en gedragingen die passen bij het persoonlijkheidsprofiel. Samen met de leerlingen worden verschillende voorbeelden uit het werkboek besproken. Hierbij wordt telkens nagegaan welke voorbeelden de leerlingen herkennen en of zij nog andere voorbeelden hebben die hierop aansluiten. Vervolgens wordt ingegaan op de samenhang tussen lichamelijke reacties (gevoelens), gedachten en gedragingen. Er wordt duidelijk gemaakt dat je er ook voor kunt kiezen om op een andere manier te reageren en dat andere gedachten en gedragingen tot andere uitkomsten leiden. Dit proces wordt inzichtelijk gemaakt met behulp van voorbeelden uit het werkboek. Het volgende onderdeel bestaat uit het leren herkennen van prikkels (lichamelijke reacties of gevoelens) die bepaalde gedachten en gedrag uitlokken. Door deze prikkels te herkennen wordt het mogelijk om alternatieve gedachten en gedrag te bedenken. Bij deze opdracht wordt gebruik gemaakt van voorbeelden die de leerlingen zelf inbrengen. De sessie wordt afgesloten met een oefening uit de psychomotorische therapie. Daarnaast krijgen de leerlingen een huiswerkopdracht mee. Het is de bedoeling dat zij een situatie onthouden en opschrijven waarin zij de eerder besproken prikkels herkennen.

2.4.4 Sessie 4: De uitdaging – wat kan je veranderen?

Na een korte nabespreking van de voorgaande sessie wordt de huiswerkopdracht besproken. Het is de bedoeling dat leerlingen reflecteren op eigen situaties. Hierbij wordt onderscheid gemaakt tussen de gebeurtenis (wat ging er aan de situatie vooraf?) en de eigen reactie hierop. In de vierde sessie proberen de leerlingen alternatieven te bedenken voor de riskante gedragingen die passen bij hun persoonlijkheidsprofiel. Dit gebeurt door middel van het bespreken van voorbeelden uit het werkboek. De sessie wordt afgesloten met een oefening uit de psychomotorische therapie. Daarnaast krijgen de leerlingen opnieuw als huiswerk de opdracht om een situatie te onthouden en op te schrijven.

2.4.5 Sessie 5: Het bereiken van je doelen

Na een korte nabespreking van de voorgaande sessie wordt de huiswerkopdracht besproken. Vervolgens wordt teruggekeken naar de doelen die de leerlingen tijdens de eerste sessie hebben opgeschreven. De trainer staat stil bij wat er allemaal voor nodig is om deze doelen te 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 zoeken bewijs voor de gedachten die zij bij deze situaties hadden en gaan op zoek naar alternatieve gedachten als dit bewijs er niet blijkt te zijn. Vervolgens denken ze na over andere manieren om te reageren die aansluiten bij de alternatieve gedachten. De sessie wordt afgesloten met een oefening uit de psychomotorische therapie. Daarnaast krijgen de leerlingen een nieuwe huiswerkopdracht. Zij moeten een situatie anders aanpakken dan zij normaal gesproken gewend zijn.

2.4.6 Sessie 6: Terugblik en afsluiting

Na een korte terugblik op de voorgaande sessie wordt besproken of de leerlingen erin geslaagd zijn om een situatie anders aan te pakken. Nadat uitgebreid is stilgestaan bij de ervaringen van de leerlingen wordt teruggekeken op alle voorgaande sessies. De trainer neemt samen met de leerlingen het werkboek door en laat de leerlingen reflecteren op wat ze in de afgelopen periode hebben geleerd.

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 Noord-Holland.

3.1 Onderzoeksdeelnemers

In het onderzoek zijn verschillende onderzoekseenheden betrokken. Op de school zijn alle vier de varianten van *Take it Personal* aangeboden door twee opgeleide trainers. Zes leerlingen waren ingedeeld in de groep voor sensatiezoekende jongeren, vijf leerlingen waren ingedeeld in de groep voor impulsieve jongeren, zes leerlingen waren ingedeeld in de groep voor negatief denkende jongeren en zes leerlingen waren ingedeeld in de groep voor angstgevoelige jongeren. Deze jongeren zijn niet allemaal geselecteerd op basis van de screening. Aan de groep sensatiezoekende jongeren is een leerling op advies van de school toegevoegd, aan de groep impulsieve jongeren zijn twee leerlingen toegevoegd op advies van de school en aan de groep angstgevoelige jongeren zijn vier leerlingen toegevoegd op advies van de school. De groep negatief denkende jongeren bestond volledig uit leerlingen die uit de screening naar voren zijn gekomen.

De betrokken trainers hadden nog niet eerder met *Take it Personal* gewerkt en zijn voorafgaand aan de casestudie door een medewerker van het Trimbos-instituut opgeleid. De trainingen 'negatief denken' en 'impulsiviteit' werden door één trainer gegeven. De trainingen 'sensatiezoekend gedrag' en 'angstgevoeligheid' werden door twee trainers begeleid.

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 Noord-Holland. Dit betrof zowel kwalitatieve informatie over de uitvoerbaarheid van *Take it Personal* en de uitvoering van de sessies in de praktijk, als kwantitatieve informatie over de deelnemende leerlingen. Doordat niet alle ouders toestemming hadden gegeven voor deelname aan de dataverzameling, is de kwantitatieve data niet van alle leerlingen beschikbaar.

3.2.1 Observaties

Er zijn zeven sessies geobserveerd van *Take it Personal*: twee sessies sensatiezoekend gedrag, één sessie impulsiviteit, één sessie negatieve gedachten, en drie sessies angstgevoeligheid. Bij de observaties is gebruik gemaakt van observatieformulieren. Op deze observatieformulieren konden de observatoren rapporteren of een opdracht is uitgevoerd, 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 Interviews

Naast de observationele data is er aanvullende informatie verzameld over de uitvoerbaarheid van *Take it Personal* en het daadwerkelijke verloop van de sessies. Er is met beide trainers en de contactpersoon van de school gesproken over de voorbereidende training voor de trainers, het screeningsproces en de bruikbaarheid van de materialen. Hierbij is zowel aandacht besteed aan wat er goed ging en aan wat er een volgende keer anders moet worden aangepakt. Daarnaast is er met vijf leerlingen gesproken over wat ze vonden van de training, de werkboekjes en de trainers.

3.2.3 Vragenlijst

Voorafgaand aan de sessies van *Take it Personal* is bij de leerlingen van wie de 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 ziekteverzuim en spijsbelen, het risicoprofiel van de leerlingen (gemeten met de SURPS; Woicik, e.a., 2009), depressieve klachten (gemeten met de CES-D; Radloff, 1977) en angstklachten (gemeten met de STAI; Spielberger, Gorsuch, & Lushene, 1970). Na afloop van de sessies is dezelfde vragenlijst nogmaals afgenomen. Deze voor- en nameting is in totaal door 10 leerlingen ingevuld.

3.3 Analyse

Vanwege het kleine aantal leerlingen dat de kwantitatieve vragenlijst heeft ingevuld, is 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. Voor de schaalscores (SURPS, CES-D en STAI) is bepaald of er sprake was van een verandering aan de hand van de reliable change index (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 Cronbach's Alpha en de standaarddeviatie van de schaal 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 NT	3.35	.84	1.34	1.89	Steekproef Lammers, 2019
SURPS AS	3.02	.72	1.59	2.25	Steekproef Lammers, 2019
CES-D	11.5	.93	3.04	4.3	Cuijpers, Boluijt & Van Straten, 2008
STAI	7.4	.85	2.87	4.06	Vatasari et al., 2011

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

4 Resultaten

Op de praktijkschool in Noord-Holland zijn alle vier de varianten van *Take it Personal* aangeboden. In elke groep hebben enkele leerlingen een voormeting en een nameting ingevuld, zijn enkele sessies geobserveerd en is met één of enkele leerlingen gesproken over hun ervaring met *Take it Personal*. Omdat elke groep een eigen dynamiek had, worden deze resultaten voor iedere variant apart beschreven. Daarnaast is er gesproken over het gehele proces met beide trainers en de contactpersoon van de school. Deze informatie had betrekking op alle uitvoeringen en wordt daarom apart gerapporteerd.

4.1 *Take it Personal* voor sensatiezoekend gedrag

De eerste uitvoering van *Take it Personal* richtte zich op leerlingen met sensatiezoekend gedrag. Er hebben zes leerlingen deelgenomen, waarvan vijf leerlingen selecteerd werden via het invullen van de screeningsvragenlijst en één leerling door de school is toegevoegd. De training werd gegeven door twee trainers.

4.1.1 Veranderingen bij de leerlingen na deelname

Drie van de zes leerlingen uit de groep leerlingen met sensatiezoekend gedrag hebben vooraf en na afloop van *Take it Personal* een vragenlijst ingevuld. Zij scoorden allen op de voormeting hoog op de schaal sensatiezoekend gedrag van de SURPS (≥ 18). Dit gold ook voor de leerling die door de school aan de groep is toegevoegd. Alle drie de leerlingen hebben voorafgaand aan *Take it Personal* weleens alcohol gedronken. Voor twee van hen geldt dat dit niet in de afgelopen vier weken was. De leerling die wel in de vier weken voorafgaand aan *Take it Personal* alcohol heeft gedronken, heeft ook ervaring met roken en blowen. De andere twee leerlingen hebben dit niet.

Tabel 2: Gemeten veranderingen bij leerlingen sensatiezoekend gedrag

	Leerling 1	Leerling 2	Leerling 3 *
Score SURPS SS	21 > 24	21 > 16	18 > 18
Ziekmelding	2 dagen > 2 dagen	0 dagen > 1 dag	0 dagen > 0 dagen
Afwezig andere reden	2 dagen > 1 dag	1 dag > 0 dagen	0 dagen > 1 dag
Spijbelen	1 uur > 1 uur	0 uur > 7 uur	0 dagen > 0 dagen
Roken (4 weken)	1-2 dagen > 1-2 dagen	0 dagen > 0 dagen	0 dagen > 0 dagen
Intentie roken	Weet niet > misschien	Zeker niet > zeker niet	Weet niet > misschien
Alcohol (4 weken)	1-2 dagen > 1-2 dagen	0 dagen > 0 dagen	0 dagen > 0 dagen
Alcohol hoeveelheid	Meer dan 1 > meer dan 1	-	< 1 glas > < 1 glas
Bingen (4 weken)	3-4 dagen > 2 dagen	0 dagen > 0 dagen	0 dagen > 1 dag
Intentie alcohol	Misschien > misschien	Denkt niet > denkt niet	Zeker wel > zeker wel
Blowen (4 weken)	1-2 dagen > 0 dagen	0 dagen > 0 dagen	0 dagen > 0 dagen
Blowen hoeveelheid	Paar trekjes > paar trekjes	-	-
Blowen intentie	Weet niet > weet niet	Zeker niet > zeker niet	Misschien > misschien
Angst (STAI)	41 > 43	24 > 28	36 > 37
Depressie (CESD)	32 > 36	24 > 30	33 > 32

* Leerling is door de school aan de groep toegevoegd

Na afloop van *Take it Personal* scoren de leerlingen op verschillende punten anders dan voorafgaand aan de training. Leerling 1 was na afloop van *Take it Personal* minder vaak afwezig van school, had op minder dagen vijf of meer glazen alcohol op en had niet meer geblowd. Wel was de intentie om te roken veranderd van 'weet niet' naar 'misschien'.

Leerling 2 was vaker ziek geweest en had vaker gespijgeld, maar was minder vaak om een andere reden afwezig geweest. Ten aanzien van het middelengebruik van deze leerling waren geen veranderingen zichtbaar. Deze leerling hield zich nog niet bezig met het gebruik van middelen. Leerling 3 was vaker afwezig geweest van school en de intentie om te roken was veranderd van 'weet niet' naar 'misschien'.

4.1.2 *Observaties van de sessies*

Bij de uitvoering van *Take it Personal* voor leerlingen met sensatiezoekend gedrag zijn twee sessies geobserveerd, te weten de eerste en de derde sessie. Tijdens de uitvoering van *Take it Personal* hebben de onderzoekers meerdere malen contact gehad met de trainers en de contactpersoon van de school. De eerste twee sessies verliepen moeizaam. Er was veel weerstand bij de leerlingen. Na de tweede sessie hebben de mentoren van de leerlingen een goed gesprek met de deelnemende leerlingen gehad over hun houding tijdens de sessies.

Observatie sessie 1

De zes leerlingen die zijn ingedeeld bij sensatiezoekers waren ontzettend druk tijdens de introductie. De leerlingen testten de trainers en zeiden dit ook hardop: "ja docent, wij gaan helemaal niet luisteren naar u, we hebben ook een andere gastdocent aan het huilen gekregen". Ook maakten de leerlingen telkens opmerkingen over drugs, en maakten zij elkaar belachelijk. Ondanks het geklier vulden leerlingen wel hun doelen in. De leerlingen begrepen de opdracht. Sommige herkenden zich uit voorbeelden uit het werkboek. Bij andere leerlingen is dit niet het geval. Een leerling schreeuwde door de klas dat hij niet begrijpt waarom hij hier zit. De leerlingen maakten de rest van de opdrachten af, maar de trainers moesten hier veel moeite voor doen. Tot het einde van de les bleven de leerlingen klieren en was er zichtbaar sprake van weerstand.

Observatie sessie 3

De sessie startte met een update van de leerlingen: hoe gaat het? En waar ging de vorige les over? De leerlingen waren nog steeds druk, maar vertelden ook waarom ze de vorige keren zulk heftig gedrag vertoonden. Eén leerling bood hiervoor aan het einde van de les zijn excuses aan. Bij het bespreken van voorbeelden koos de trainer voorbeelden die aansloten bij de belevingswereld van de leerlingen. Hierdoor begrepen leerlingen de opdracht goed en waren ze geïnteresseerd. Op het moment dat leerlingen aan het klieren waren, nam de trainer dat als voorbeeld voor de invuloefening. Hierdoor deden de leerlingen uiteindelijk redelijk serieus mee. Er bleef wel veel geroezemoes tijdens de sessie.

4.1.3 *Oordeel van de leerling over Take it Personal*

De ouders van één van de deelnemende leerlingen hebben toestemming gegeven voor deelname aan een interview over *Take it Personal*. Deze leerling vond de sessies een beetje kinderachtig. Dat kwam vooral doordat de trainers op een kinderlijke manier met de leerling omgingen, "alsof we nog in groep 8 zitten". De trainers hebben de inhoud van de training wel goed overgebracht. Ze lieten daarnaast ook zien dat ze zich konden inleven in de leerlingen en toonden interesse in de leerling. De leerling gaf aan de trainers wel te hebben "getest". De eerste sessies waren daardoor een chaos. De trainers waren belerend en waren tegelijkertijd "zacht". "Ze hadden beter hard kunnen zijn tegen de groep leerlingen" gaf de leerling aan. Een kennismaking van tevoren was wel fijn geweest. Dit was misschien ook goed voor de relatie geweest, volgens de leerling. Nu ging de training direct van start zonder dat duidelijk was wat precies het doel was. Ook in

de laatste sessie van de reeks had de leerling geen zin meer, ook omdat het na die week kerstvakantie zou zijn. Leerling gaf aan dat de opdrachten die over middelengebruik gingen, bijdroegen aan de negatieve houding tijdens de sessies. Hij had het idee dat het doel middelgebruik verminderen was en hij vond dat anderen zich daarmee niet moesten bemoeien. Hij vond de sessies wel aansluiten, maar miste het doel. De leerling had aansluiting binnen de groep. Het waren vrienden uit de klas. "Ze hebben wel de drukste uitgekozen." Als je met een groep zit, zijn dit wel allemaal de grootste schreeuwers, gaf de leerling aan.

4.2 Take it Personal voor impulsief gedrag

De tweede uitvoering van *Take it Personal* richtte zich op leerlingen met impulsief gedrag. Er hebben vijf leerlingen deelgenomen, waarvan drie leerlingen selecteerd werden via het invullen van de screeningsvragenlijst en twee leerlingen door de school zijn toegevoegd. De training werd gegeven door één trainer.

4.2.1 Veranderingen bij de leerlingen na deelname

Vier van de vijf leerlingen uit de groep leerlingen met impulsief gedrag hebben vooraf en na afloop van *Take it Personal* een vragenlijst ingevuld. Op de voormeting scoorden slechts twee van hen hoog op de schaal voor impulsiviteit van de SURPS (≥ 13). De andere twee leerlingen scoorden gemiddeld, terwijl één van hen tijdens de screening wel een hoge score had. Geen van de leerlingen heeft aangegeven ervaring te hebben met middelengebruik.

Tabel 3: Gemeten veranderingen bij leerlingen impulsief gedrag

	Leerling 1	Leerling 2	Leerling 3 *	Leerling 4 *
Score SURPS IMP	13 > 14	9 > 10	9 > 7	14 > 14
Ziekmelding	2 dagen > 2 dagen	0 dagen > 0 dagen	1 dag > 3-4 dagen	0 dagen > 1 dag
Anders afwezig	0 dagen > 1 dag	0 dagen > 0 dagen	0 dagen > 3-4 dagen	1 dag > 0 dagen
Spijbelen	0 dagen > 0 dagen	0 dagen > 0 dagen	0 dagen > 0 dagen	0 dagen > 1 dag
Roken (4 weken)	0 dagen > 0 dagen	0 dagen > 0 dagen	0 dagen > 0 dagen	0 dagen > 0 dagen
Intentie roken	Zeker niet > zeker niet	Zeker niet > zeker niet	Denkt niet > zeker niet	Zeker niet > zeker niet
Alcohol (4 weken)	0 dagen > 0 dagen	0 dagen > 0 dagen	0 dagen > 0 dagen	0 dagen > 0 dagen
Alcohol hoeveelheid	-	-	-	-
Bingen (4 weken)	0 dagen > 0 dagen	0 dagen > 0 dagen	0 dagen > 0 dagen	0 dagen > 0 dagen
Intentie alcohol	Denkt niet > zeker niet	Zeker niet > zeker niet	Misschien > misschien	misschien > weet niet
Blowen (4 weken)	0 dagen > 0 dagen	0 dagen > 0 dagen	0 dagen > 0 dagen	0 dagen > 0 dagen
Blowen hoeveelheid	-	-	-	-
Blowen intentie	Zeker niet > zeker niet	Zeker niet > zeker niet	Zeker niet > zeker niet	Zeker niet > zeker niet
Angst (STAI)	34 > 34	38 > 39	30 > 23	29 > 25
Depressie (CESD)	33 > 31	36 > 33	24 > 26	30 > 25

* Leerling is door de school toegevoegd

Na afloop van *take it Personal* zijn verschillende veranderingen zichtbaar bij de leerlingen, ten opzichte van de antwoorden die zij in de eerste vragenlijst gaven. Leerling 1 heeft na afloop van de lessen een sterkere overtuiging om geen alcohol te gaan drinken. Bij leerling 2 zijn geen veranderingen opgetreden. Leerling 3 is vaker ziek geweest en heeft ook vaker om een andere reden verzuimd. Wel heeft deze leerling een sterkere overtuiging om niet te gaan roken. Leerling 4 is vaker ziek geweest en heeft vaker gespijbeld, maar heeft minder vaak verzuimd om een andere reden. Ook is de intentie om alcohol te drinken veranderd van 'misschien' naar 'weet niet'.

4.2.2 Observaties van de sessies

Bij de uitvoering van *Take it Personal* voor leerlingen met impulsief gedrag is één sessie geobserveerd, te weten de derde sessie. Tijdens de uitvoering van *Take it Personal* hebben de onderzoekers meerdere malen contact gehad met de trainer en de contactpersoon van de school. Uit contacten met de school en de trainer bleek dat de trainer de groep redelijk goed onder controle had. Wel bleek het lastig om de oefeningen uit de psychomotorische therapie in te passen. Hier werd pas tijdens de derde bijeenkomst ruimte voor gevonden.

Observatie sessie 3

De sessie begon met de vraag wat de leerlingen hebben meegekregen van de vorige sessie. Dit was bij verschillende leerlingen ver weggezaakt, maar na een paar tips lukte het de leerlingen om dit terug te halen. De meeste leerlingen herkenden zich in de voorbeelden uit het werkboek, met name de lichamelijke reacties. Leerlingen deden goed mee, ze lazen mee als dat gevraagd werd en gaven antwoord op de gestelde vragen. Heel af en toe was er wat geklier, maar dit stoorde de les niet echt. Sommige leerlingen vonden het lastig om de invulopdracht zelfstandig te maken, omdat ze niks konden bedenken. De hulp van de trainer was hierbij noodzakelijk. Met deze hulp lukte het de leerlingen de opdracht te begrijpen en te maken. Als afronding van de les werd een oefening gedaan uit de psychomotorische therapie (bakjes stapelen). Leerlingen deden hier serieus aan mee, en vonden het een leuke opdracht.

4.2.3 Oordeel van de leerlingen over *Take it Personal*

Twee van de leerlingen uit de groep met impulsieve leerlingen hadden toestemming van hun ouders gekregen om mee te werken aan een interview over *Take it Personal*. De eerste leerling vond zowel de trainer als de opdrachten saai: "Het ging alleen maar over impulsiviteit, en de trainer bracht de oefeningen saai". De leerling was wel van mening dat de lesboekjes aansloten qua taal en afbeeldingen. "De opdrachten waren verder wel goed. Misschien dat de lessen met een andere trainer leuker waren". De leerling vond de oefeningen / spelletjes uit de psychomotorische therapie wel oké, maar de leerling begreep niet wat deze oefeningen bijdroegen aan het geheel. De leerling vroeg zich af wat het nut ervan was. De leerling vond de groep rustig, grappig en leuk. De groep paste wel bij elkaar. De leerling herkende zich niet in de groep, maar er zat wel één vriendin bij. De leerling gaf aan op school niet over thuis te willen spreken. Ook gaf de leerling aan dat het een goed idee zou zijn om van tevoren kennis te maken met de trainers.

De tweede leerling vond het werkboekje wel oké, het was niet te moeilijk en niet te makkelijk. Het taalgebruik was normaal en de opdrachten waren goed te doen. De leerling gaf aan niet echt zin te hebben gehad in de training, maar gaf aan dat het niet aan de inhoud lag. De trainer was wel streng, maar ook weer niet te streng. En er was verder wel een goede klik. Ook de groep vond de leerling verder prima, al was een grotere groep misschien prettiger geweest. Verder gaf de leerling aan zich niet in de groep te herkennen. De leerling vond het een goed idee als de trainer van tevoren langs zou komen om kennis te maken, zodat het doel van de training duidelijk zou zijn. De leerling vroeg zich nu af waarvoor de training precies was: "waarom zijn we hier?". "Het zou fijn zijn als het doel van de lessen duidelijk gemaakt wordt." De leerling begreep niet goed wat de oefeningen uit de psychomotorische therapie bijdroegen aan de sessies.

4.3 Take it Personal voor negatief denken

De derde uitvoering van *Take it Personal* richtte zich op leerlingen die gevoelig zijn voor negatieve gedachten. Er hebben zes leerlingen deelgenomen. Allemaal zijn zij geselecteerd op basis van de screeningsvragenlijst. De training werd gegeven door één trainer.

4.3.1 Veranderingen bij de leerlingen na deelname

Twee van de zes leerlingen uit de groep leerlingen die gevoelig zijn voor negatief denken hebben vooraf en na afloop van *Take it Personal* een vragenlijst ingevuld. Op de voormeting scoorden één van hen hoog op de schaal voor negatief denken van de SURPS (≥ 14). De andere leerling scoorde op de voormeting gemiddeld, terwijl deze tijdens de screening wel een hoge score had. Op de nameting had deze leerling wel weer een hoge score. Beide leerlingen hebben nog nooit gerookt of geblowd. Wel heeft één van de leerlingen wel eens alcohol gedronken.

Tabel 4: Gemeten veranderingen bij leerlingen negatief denken

	Leerling 1	Leerling 2
Score SURPS NT	16 > 14	12 > 17
Ziekmelding	1 dag > 0 dagen	2 dagen > 0 dagen
Afwezig andere reden	0 dagen > 0 dagen	0 dagen > 0 dagen
Spijbelen	0 dagen > 0 dagen	0 dagen > 0 dagen
Roken (4 weken)	0 dagen > 0 dagen	0 dagen > 0 dagen
Intentie roken	Zeker niet > zeker niet	Zeker niet > zeker niet
Alcohol (4 weken)	0 dagen > 0 dagen	1-2 dagen > 0 dagen
Alcohol hoeveelheid	-	< 1 glas > < 1 glas
Bingen (4 weken)	0 dagen > 0 dagen	1 dag > 1 dag
Intentie alcohol	Zeker niet > zeker niet	Misschien > drinkt al
Blowen (4 weken)	0 dagen > 0 dagen	0 dagen > 0 dagen
Blowen hoeveelheid	-	-
Blowen intentie	Zeker niet > zeker niet	Zeker niet > zeker niet
Angst (STAI)	41 > 31	35 > 49
Depressie (CESD)	41 > 30	35 > 44

Na afloop van *Take it Personal* zijn verschillende veranderingen zichtbaar in de antwoorden die leerlingen hebben gegeven. Leerling 1 is na afloop van de training minder ziek geweest en laat een klinisch relevante verbetering zien in angstklachten en depressieve klachten. Leerling 2 is ook minder vaak ziek geweest en heeft in de afgelopen 4 weken minder vaak alcohol gedronken. Wel is de intentie om alcohol te drinken veranderd van 'misschien' naar 'ik drink al'. Daarnaast is bij deze leerling sprake van een klinisch relevante verslechtering in angstklachten en depressieve klachten.

4.3.2 Observaties van de sessies

Bij de uitvoering van *Take it Personal* voor leerlingen die gevoelig zijn voor negatief denken is één sessie geobserveerd, te weten de eerste sessie. Tijdens de uitvoering van *Take it Personal* hebben de onderzoekers meerdere malen contact gehad met de trainers en de contactpersoon van de school. De eerste twee sessies verliepen moeizaam. Er was veel weerstand bij de leerlingen. Na de tweede sessie hebben de mentoren van de leerlingen een goed gesprek met de deelnemende leerlingen gehad over hun houding tijdens de sessies. Ook hebben de trainers in overleg met de school besloten om één van de leerlingen

uit de groep te verwijderen. Dit heeft een positieve uitwerking gehad op de rest van de groep.

Observatie sessie 1

De trainer startte de sessie met vertellen wat de gemene deler van de groep is. De groep bestond uit zeven leerlingen, al bleek aan het einde van de sessie dat één leerling niet bij deze groep hoorde, maar eigenlijk was ingedeeld in de groep voor angstgevoeligheid. De leerlingen waren het niet eens met de indeling bij negatieve denkers. Ook bij het invullen van de leerdoelen waren de leerlingen negatief en hadden zij geen zin om mee te doen. De leerlingen vroegen zich ook af wat er gedaan wordt met de informatie die is verzameld. Een leerling gaf aan dat voorbeelden van doelen privé zijn, deze leerling wilde klassikaal ook geen voorbeeld noemen. Het is lastig om in te schatten of leerlingen zich identificeerden met het persoonlijkheidsprofiel, omdat de leerlingen niet echt antwoord gaven, en zich vooral verzetten tegen de trainer. Er werden bijvoorbeeld opmerkingen gemaakt als: "niemand neemt deze les serieus". De sessie werd eerder afgesloten, omdat het de trainer niet meer lukte om de leerlingen over het onderwerp van de sessie te laten praten. Niemand deed nog mee, en leerlingen vroegen of ze weg mogen.

4.3.3 Oordeel van de leerling over Take it Personal

Eén van de leerlingen uit de groep die gevoelig is voor negatieve gedachten, heeft van de ouders toestemming gekregen om mee te werken aan een interview over de training. Deze leerling gaf aan de training leuk te vinden. Ze hebben in deze groep niet veel uit het boekje gewerkt, maar wel veel gepraat. Hierdoor kan de leerling niet veel zeggen over de taligheid en afbeeldingen in het boekje. De trainer heeft veel zaken klassikaal behandeld. De leerling vond de trainer wel grappig, het klikte goed en er konden vragen worden gesteld. De leerling vond het prettig dat de groep klein was. Het is dan rustiger waardoor de leerling zich beter kan concentreren. De groep sloot volgens deze leerling goed bij elkaar aan, ondanks dat het niet per se vrienden van elkaar waren. In de groep zat één herrieschopper, hier had de leerling last van. De leerling gaf aan de oefeningen uit de psychomotorische therapie leuk te vinden. Ze sloten aan bij het programma en de leerling vond ze grappig. In de laatste les hebben ze het spel '30 seconds' gedaan. Hierin zaten soms wel moeilijke woorden.

4.4 Take it Personal voor angstgevoeligheid

De laatste uitvoering van *Take it Personal* richtte zich op leerlingen die gevoelig zijn voor angst en paniek. Er hebben zes leerlingen deelgenomen, waarvan vier leerlingen zijn geselecteerd op advies van de school. De training werd gegeven door twee trainers.

4.4.1 Veranderingen bij de leerlingen na deelname

Eén van de zes leerlingen uit de groep leerlingen die gevoelig zijn voor angst en paniek heeft vooraf en na afloop van *Take it Personal* een vragenlijst ingevuld. Op de voormeting scoorde deze leerling gemiddeld op de schaal voor negatief denken van de SURPS (8 tot 13). De leerling heeft geen ervaring met middelengebruik.

Na afloop van de training zijn er verschillende veranderingen zichtbaar in de antwoorden van de leerling op de vragenlijst. De leerling is minder ziek geweest en heeft minder gespijbeld, maar wel meer om een andere reden verzuimd. De intentie om te roken is

veranderd van 'ik denk het niet' naar 'zeker niet'. Daarnaast is er sprake van een klinisch relevante verslechtering in angstklachten en depressieve klachten.

Tabel 5: Gemeten veranderingen bij leerling angstgevoeligheid

	Leerling 1 *
Score SURPS AS	9 > 7
Ziekmelding	3-4 dagen > 2 dagen
Afwezig andere reden	0 dagen > 1 dag
Spijbelen	7 uur > 0 uur
Roken (4 weken)	0 dagen > 0 dagen
Intentie roken	Denkt niet > zeker niet
Alcohol (4 weken)	0 dagen > 0 dagen
Alcohol hoeveelheid	-
Bingen (4 weken)	0 dagen > 0 dagen
Intentie alcohol	Weet niet > weet niet
Blowen (4 weken)	0 dagen > 0 dagen
Blowen hoeveelheid	-
Blowen intentie	Zeker niet > zeker niet
Angst (STAI)	26 > 39
Depressie (CESD)	29 > 41

* Leerling is door de school geselecteerd.

4.4.2 Observaties van de sessies

Bij de uitvoering van *Take it Personal* voor leerlingen die gevoelig zijn voor angst en paniek zijn drie sessies geobserveerd, te weten de eerste sessie, de derde sessie en de laatste sessie.

Observatie sessie 1

Hoewel er zes leerlingen waren ingedeeld bij angstgevoeligheid, waren er vijf leerlingen aanwezig. Deze vijf leerlingen gedroegen zich rustig tijdens de introductie. Vier van de vijf leerlingen zijn bevriend met elkaar. Toen de trainers aangaven dat angstgevoeligheid de bindende factor van de leerlingen is, werd hier niet negatief op gereageerd. De eerste opdracht, doelen formuleren, begrepen de leerlingen. De trainers hielpen de leerlingen om zo concreet mogelijke doelen te formuleren. Een leerling had de eerste sessie in de groep leerlingen met negatieve gedachten al meegedaan, omdat deze leerling per ongeluk bij de verkeerde groep was aangesloten. Deze leerling vond de nieuwe groep stom en vertoonde storend gedrag. De trainer nam de leerling daarom apart om dit te bespreken. Na dit gesprek bleef de leerling rustig zitten en deed de leerling mee, al wilde de leerling niet hardop in de groep spreken. De leerling was wel bereid om de opdrachten samen met de trainer doen. De trainer gaf aan dat de leerling de andere groep leuker vond, omdat in de andere groep ook bevriende leerlingen deelnamen. In de huidige groep is deze leerling de enige die niet bij dezelfde vriendengroep hoort. De leerlingen konden zich deels identificeren met het persoonlijkheidsprofiel. Niet elke leerling kon zich identificeren met de voorbeelden die bij de persoonlijkheidsprofielen passen. De leerlingen konden wel een ander lichamelijk voorbeeld bedenken dat beter aansloot, waardoor wel herkenning ontstond. Doordat de meeste leerlingen vrienden waren, herkenden zij ook het persoonlijkheidsprofiel bij hun vrienden.

Observatie sessie 3

De sessie startte met wat de leerlingen is bijgebleven van de vorige sessies. Er was een nieuwe leerling bij de groep, dus aan de leerlingen werd gevraagd uit te leggen waarom de groep samen zit. Een leerling vertelde dat leerlingen in deze groep wat gevoeliger en

angstiger kunnen zijn dan andere kinderen. De leerlingen herkenden zich in de voorbeelden uit het werkboek, en dan met name in de beschreven lichamelijke reacties. De trainer gaf voorbeelden en vroeg of de leerlingen zich hierin herkenden. Dit ging de meeste leerlingen goed af. Twee van de leerlingen deden uitsluitend passief mee. Bij de uitvoering van de oefening uit de psychomotorische therapie wilden twee leerlingen aanvankelijk niet meedoen. Nadat één leerling toch besloot om mee te doen, volgde de andere leerling dit voorbeeld. Vervolgens waren de leerlingen enthousiast over de oefening en deden erg serieus mee. Hierna was er te weinig ruimte om de laatste opdracht klassikaal te bespreken.

Observatie sessie 6

De laatste sessie van de training wordt gegeven tijdens de laatste les van de dag. Alle andere leerlingen waren al naar huis. De leerlingen gaven aan het begin van de sessie aan er niet veel zin in te hebben. De trainers begrepen dit aangezien het bijna vakantie was. Ze gaven aan dat ze daarom een aangepaste variant van de sessie aanbieden. De trainers vroegen hoe het de afgelopen week is gegaan. Leerlingen reageerden niet of nauwelijks. Twee leerlingen "hingen" op hun tafel en leken niet mee te doen. Eén leerling gaf aan naar het Amsterdam Light Festival geweest te zijn. Vervolgens maakten de trainers gebruik van dit voorbeeld om het G-schema in te vullen. Drie leerlingen deden hier actief aan mee en begrepen de opdracht. De andere twee deden niet mee. Eén van deze leerlingen gaf aan er geen zin in te hebben, de andere leerling voelde zich rot en gaf aan hier na afloop alleen met de trainers over te willen praten. Beide leerlingen verstoorden de sfeer niet. Aan de hand van het gezamenlijk invullen van het G-schema werd terug gekeken op de afgelopen week. De trainers gaven aan verder te gaan met het spel '30 Seconds'. Hier deden alle leerlingen aan mee. Ze gaven aan het spel eerst spannend te vinden, maar vonden het later steeds leuker. De sessie wordt afgesloten met de vraag hoe de leerlingen de training vonden. De leerlingen gaven aan dat ze het "wel leuk" vonden.

4.4.3 Oordeel van de leerling over Take it Personal

Eén van de leerlingen uit de groep angstgevoeligheid had toestemming om deel te nemen aan het afsluitende interview over de training. De leerling vond de training leuk. De leerling had niet echt een mening over de werkboekjes: "de lesboekjes waren gewoon normaal, de taal sluit aan, was goed". Ook de groepsgrootte vond de leerling prima. De leerling zat bij vrienden. Maar toch herkende de leerling zich niet per se in de groep. De leerling was positief over de trainers, "ze waren leuk en hebben goede lessen gegeven". Er was een rustige sfeer tijdens de lessen en het klikte goed met de trainers. De leerling kon bij hen terecht met vragen. De oefeningen / spelletjes uit de psychomotorische therapie werden ook positief beoordeeld.

4.5 Terugblik op de eerste uitvoeringen van Take it Personal

Na afloop van de eerste vier uitvoeringen van Take it Personal op de praktijkschool in Noord-Holland, is het proces geëvalueerd met beide betrokken trainers en de contactpersoon van de school. 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.

4.5.1 Interview met de trainers

Beide trainers gaven aan dat zij het best een pittig traject vonden. Uit het interview kwamen verschillende knelpunten naar voren die in een volgende uitvoering van *Take it Personal* op een andere manier aangepakt zouden kunnen worden.

Werken met de doelgroep

De trainers gaven aan dat zij het best lastig vonden om de training te geven aan leerlingen van het praktijkonderwijs. Dit had onder meer te maken met de heftige reacties van de leerlingen uit verschillende groepjes. Voorafgaand aan de uitvoering op de praktijkschool waren de trainers opgeleid in het werken met *Take it Personal* voor het praktijkonderwijs, maar hierbij was onvoldoende aandacht geweest voor het werken met deze doelgroep. De trainers hadden het prettig gevonden als tijdens de training meer aandacht was besteed aan de manier waarop leerlingen uit het praktijkonderwijs en voortgezet speciaal onderwijs het beste benaderd kunnen worden. Daarbij kan worden gedacht aan extra uitleg over manieren om informatie en opdrachten begrijpelijk uit te leggen. Daarnaast is het belangrijk om stil te staan bij thema's als weerstand en rumoer in de klas. De trainers hadden bijvoorbeeld behoefte aan handvatten voor de omgang met leerlingen die niet mee willen doen of de sessies proberen te saboteren. Daarnaast had meer aandacht besteed kunnen worden aan het opbouwen van een band met de leerlingen. Het ontwikkelen van herkenning en een groepsgevoel tussen de leerlingen is immers een belangrijke randvoorwaarde voor een goede uitvoering van *Take it Personal*.

Introductie van Take it Personal bij de leerlingen

Leerlingen waren niet goed ingelicht over de inhoud van de training, het doel van de training en de reden waarom ze in een bepaalde groep waren geplaatst. De trainers merkten hierbij op dat de school niet goed wist hoe ze het thema moesten introduceren. Zij vinden het belangrijk dat trainers voldoende worden toegerust om de scholen beter kunnen instrueren. Als leerlingen voorafgaand aan de training beter begrijpen waarom ze de training volgen, dan neemt dit mogelijk al een deel van de ervaren weerstand weg en wordt het opstarten van de training zelf makkelijker.

Uitleg over het risicoprofiel

De eerste sessie verliep in verschillende groepen moeizaam. Enerzijds was dit een gevolg van het ontbreken van een goede voorbereiding van de leerlingen op de te volgen training. Anderzijds hing dit ook samen met de wijze waarop uitleg werd gegeven over het risicoprofiel in de eerste sessie. De eerste sessie begint met een korte uitleg over het risicoprofiel, maar er worden in de trainershandleiding weinig handvatten gegeven om dit op een goede manier bij de leerlingen te introduceren. Dit leverde met name bij de leerlingen die geselecteerd waren voor de groep negatief denken behoorlijke weerstand op. De trainers vinden het belangrijk dat wordt nagedacht over een manier waarop aan de leerlingen kan worden uitgelegd waarom zij in een bepaalde groep zijn geplaatst, zonder dat dit stigmatiserend werkt.

Veiligheid in de groepen

Het is voor een goede uitvoering van *Take it Personal* belangrijk dat er in de groep sprake is van een veilige sfeer. De voorbereidende training en trainershandleiding bieden onvoldoende handvatten voor het creëren van een veilige sfeer. Het zou helpen als er meer toelichting wordt gegeven over hoe om te gaan met drukke groepen, of groepen met een lage vertrouwensband. "Je wilt voorkomen dat leerlingen door alle drukte geen inbreng meer durven te geven." "Voor leerlingen die wel mee wilden doen was de groep te onveilig". Vooral in de groepen voor leerlingen met negatieve gedachten en angstgevoeligheid is dit lastig, omdat leerlingen dit niet altijd durven toegeven. In de eerste sessie vullen de

leerlingen de schaal van de SURPS met hun risicoprofiel nogmaals in, waarna de uitkomsten klassikaal worden besproken. Dit heeft als doel om een gevoel van herkenning te creëren. Maar hiervoor is het wel noodzakelijk dat er een veilige sfeer is in de groep. "Door klassikaal de test te bespreken is er een mogelijkheid dat leerlingen zich schamen om eerlijk te antwoorden". Ook vinden de trainers het fijn als er een kennismakingsonderdeel aan het begin van de training zou worden toegevoegd, zodat de band tussen de leerlingen verbeterd en/of versterkt kan worden.

Het formuleren van doelen

De trainers geven aan dat het wenselijk is om bepaalde oefeningen aan te passen. De eerste sessie start met het formuleren van doelen. Dit vonden veel leerlingen lastig. De trainers zijn van mening dat een periode van vijf jaar veel te lang is voor deze leerlingen. Hierdoor vinden de leerlingen het lastig om een realistisch doel op te stellen. Het zou helpen als gekozen wordt voor een doel dat dichterbij ligt.

Behoeftte aan meer voorbeelden

Een andere aanpassing die volgens de training zou kunnen bijdragen een betere uitvoering van *Take it Personal*, is de beschikbaarheid van meer voorbeelden. In de materialen van *Take it Personal* staan verschillende voorbeelden waarmee de leerlingen zich kunnen identificeren. Het bespreken van deze voorbeelden moet de leerlingen inzicht bieden in hun risicoprofiel, waarna ze dit ook bij zichzelf leren herkennen. Dit resultaat werd echter niet bij alle groepen bereikt. De trainers gaven daarom aan behoefte te hebben aan meer voorbeelden die de trainer kan gebruiken om het gedragspatroon inzichtelijk te maken.

De behoefte aan meer voorbeelden geldt niet alleen voor de eerste sessies, welke als doel hebben de leerling bewust te maken van het eigen gedrag, maar ook voor de vervolgsessies. Hier moeten leerlingen eigen situaties inbrengen, maar in de praktijk bleek dit niet altijd te gebeuren. "Er komt weinig input vanuit de leerlingen. Dit komt doordat het te moeilijk is voor de leerlingen om met input te komen". Welke opties zijn er dan voor trainers wanneer de groep weinig initiatief toont? Voor een trainer met minder ervaring is het moeilijker om een les in te vullen op het moment dat de leerlingen geen eigen situaties inbrengen. Dit is makkelijker voor een trainer met meer ervaring. Zo heeft één van de trainers er voor gekozen om veel met eigen casuïstiek te werken. Om het uitvoeren van *Take it Personal* makkelijker te maken voor trainers die niet kunnen putten uit allerlei voorbeelden uit de eigen ervaring, kan het helpen als er meer voorbeelden worden beschreven in de trainershandleiding.

Toepassen van de oefeningen uit de psychomotorische therapie

De trainers hadden ook verschillende vragen en opmerkingen over de oefeningen uit de psychomotorische therapie die onderdeel uitmaken van *Take it Personal*. Deze oefeningen zijn niet altijd uitgevoerd. In de groep voor leerlingen met negatieve gedachten zijn nagenoeg geen oefeningen uit de psychomotorische therapie ingezet. Dit had ook te maken met de samenstelling van de groep. De trainers gaven aan dat de eerste lessen werden verstoord door één van de leerlingen. Na het verwijderen van deze leerling uit de groep kon wel worden verder gegaan, maar hebben zij vooral aandacht besteed aan de cognitieve gedragstherapie.

De trainers gaven aan dat zij ook enkele oefeningen hadden aangepast. Dit hebben zij gedaan, omdat ze de materialen die nodig waren voor deze oefeningen niet tot hun beschikking hadden (zoals een basketbalnet of de ruimte om leerlingen te laten rennen). Bovendien zijn niet alle oefeningen uit de psychomotorische therapie even praktisch voor

een onderwijssetting. Verder geven de trainers aan dat sommige oefeningen veel ruis veroorzaken. Voor beide problemen wordt rennen als voorbeeld genomen. Het zou daarom goed zijn om bepaalde oefeningen aan te passen en te beschikken over een "materialenkoffer" om al deze oefeningen te kunnen uitvoeren.

Daarnaast gaven de trainers aan dat er na het volgen van de voorbereidende training toch nog een aantal onderdelen onduidelijk waren. Zij hadden vragen over de onderliggende theorie en over de relatie tussen deze oefeningen en de andere onderdelen uit de sessie. De trainers vonden het vooral lastig om deze relatie te leggen bij leerlingen met sensatiezoekend gedrag en leerlingen met impulsief gedrag. In de beschikbare trainershandleiding wordt hier ook onvoldoende op in gegaan. Het zou bovendien goed zijn om in de training alle oefeningen uit de psychomotorische therapie zelf een keer te doen, voordat de trainer met de uitvoering start. De trainers voelden zich nu onzeker of ze alle oefeningen wel goed hebben uitgevoerd.

De trainers gaven wel aan dat de oefeningen uit de psychomotorische therapie die zij hebben uitgevoerd goed werkten bij de leerlingen. Hierbij werd wel aangegeven dat leerlingen iets moeten kunnen winnen, wil men het succesvol maken.

Volgorde van de opdrachten in de sessies

Een andere behoefte van de trainers heeft betrekking op de opbouw van de sessies. De sessies starten met opdrachten uit de cognitieve gedragstherapie en sluiten af met een oefening uit de psychomotorische therapie. De trainers zouden het fijn vinden wanneer de opbouw van de sessie wordt omgedraaid. De trainers vinden dat er nu te cognitief wordt begonnen en dat het beter zou zijn om dit aan het einde van de sessie te doen. Dit betekent dat de oefeningen uit de psychomotorische therapie naar voren gehaald moeten worden. Dit kan ook helpen om de groepsbinding te bevorderen, zeker in de eerste sessie. "Nu worden leerlingen overvallen met vragen zoals: wat is je doel? en hoe ben jij als persoon?".

Behoeft aan aanvullende opdrachten

De trainers geven ook aan dat de sessies mogelijk beter zouden aansluiten bij de doelgroep als er meer variatie in de opdrachten zou zitten. De sessies van *Take it Personal* volgen een vast stramien waarin de verschillende stappen van de cognitieve gedragstherapie worden afgewerkt; het leren kennen en herkennen van de eigen persoonlijkheid (psycho-educatie), het herkennen van signalen (gedachten en gevoelens) die voorafgaan aan gedrag, het uitdagen van niet-helpende gedachten en het oefenen met nieuw gedrag. In de oefeningen zit veel herhaling. De trainers geven aan dat het goed zou zijn om meer afwisseling in de opdrachten aan te brengen. Zij waren van mening aan dat enkel theorie niet aansluit bij de leerlingen. Zo waren leerlingen niet geïnteresseerd in het G-schema. Ook wordt herhaling als saai ervaren door de leerlingen. Om deze redenen oefenden leerlingen ook niet met gedragsverandering. De laatste drie lessen die vooral gericht zijn op oefenen, werden dan ook als saai ervaren door de leerlingen. Daarnaast geven de trainers aan dat huiswerkopdrachten niet geschikt zijn voor deze doelgroep, omdat huiswerk slecht tot niet gemaakt wordt door de leerlingen.

De onderdelen uit de training die vooral waren blijven hangen bij de leerlingen waren "korte en lange termijn", "gevolgen gebruik" en de oefeningen uit de psychomotorische therapie. De trainers kwamen met verschillende suggesties die mogelijk zouden kunnen bijdragen tot meer afwisseling tijdens de sessies. Zo benoemden ze de mogelijkheid om in de eerste sessie informatie op te nemen over alle persoonlijkheidsprofielen, zodat de leerlingen vervolgens zichzelf kunnen vergelijken met alle profielen en inschatten wat het beste bij

hen past. Op deze manier zouden leerlingen kennis kunnen vergaren en kijken wat de overeenkomsten tussen de leerlingen zijn. Ook zou er bij de kennismaking misschien ingegaan kunnen worden op een veilig onderwerp, zoals de hobby's van de leerlingen. Een tweede suggestie was het werken met videobeelden of clips. Dit omdat de leerlingen vaak zelf niet met voorbeelden komen. Door het laten zien van situaties via deze videobeelden of clips, worden leerlingen gestimuleerd om over een situatie na te denken. Een derde suggestie was het inzetten van Kahoot als werkvorm bij de kennismaking. Leerlingen zouden mogelijk in teams kunnen werken. Wel benoemden de trainers als mogelijk nadeel van deze werkvorm dat er makkelijk ruis kan ontstaan. Mogelijk zou hier ook gebruik gemaakt kunnen worden van video's. Deze video's zouden ook ingezet kunnen worden om een verbinding te maken tussen de verschillende sessies. Leerlingen leken de introductie van de eerste sessie namelijk snel te zijn vergeten.

Aandacht voor heftige emoties en gebeurtenissen

Een ander punt dat uit het interview met de trainers naar voren kwam, is de aandacht voor de problematiek van sommige leerlingen. De trainers gaven aan dat *Take it Personal* kan leiden tot gesprekken over gevoelige onderwerpen. Bij bepaalde groepen kwamen erg gevoelige onderwerpen aan bod. De trainers kregen soms het gevoel dat de sessie een groepstherapie werd vanwege de moeilijke onderwerpen die werden ingebracht door de leerlingen. Dit leidde ertoe dat zo'n sessie vervolgens voornamelijk over het probleem van de leerling ging en de geplande opdrachten niet meer voortgezet kunnen worden. De trainers vroegen zich af hoe ze hier het beste mee kunnen omgaan. "Hoe kun je bijvoorbeeld een positieve draai geven aan de sessie wanneer er erg veel ellende wordt gedeeld?" Verder gaven de trainers aan dat de nazorg na de sessies niet voor iedereen duidelijk was. Hier zou meer aandacht aan besteed moeten worden voordat het programma begint.

Aantal trainers

In de huidige pilot is zowel ervaring opgedaan met het aanbieden van *Take it Personal* door één trainers als met twee trainers tegelijk. De trainers gaven de voorkeur aan de uitvoering met twee trainers. Bij een groep met twee trainers was het makkelijker om de groep in de hand te houden. Wanneer twee trainers op één groep staan is het mogelijk voor de eerste trainer om te zorgen voor een goede sfeer, terwijl de tweede trainer zich bezig kan houden met de inhoud van de sessie.

4.5.2 Interview met de contactpersoon van de school

Vanuit de praktijkschool in Noord-Holland was er één contactpersoon verantwoordelijk voor alle organisatie en afstemming over de sessies. Deze contactpersoon had op school de rol van mentor. Deze mentor was verantwoordelijk voor de afname van de screening, het regelen van toestemming van de ouders voor deelname aan *Take it Personal* (en toestemming voor het invullen van de vragenlijsten en interview voor de casestudie), de groepsindeling en het inplannen van de verschillende sessies van de verschillende groepen.

Toestemming voor deelname aan Take it Personal

Voordat leerlingen deel mogen nemen aan *Take it Personal* is het noodzakelijk dat de ouders eerst toestemming geven. Dit bleek een zeer tijdrovende klus. Alle ouders zijn eerst via de mail benaderd. Hierop werd slecht gereageerd door de ouders, waardoor het noodzakelijk was om veel ouders na te bellen of te appen. Dit komt deels doordat veel ouders van kinderen op het praktijkonderwijs zelf ook moeite hebben met het verwerken van schriftelijke informatie. Brieven die niet worden begrepen worden snel ter zijde

geschoven. Ook komt het voor dat ouders wantrouwend zijn als zij een officiële brief ontvangen. Achteraf was het misschien beter geweest om de ouders eerst te bellen voordat de informatie naar hen gemaïld werd, zodat ze in ieder geval op de hoogte waren van wat ze konden verwachten.

Organisatie

De contactpersoon vond de organisatie en inplanning van de groepssessies best lastig. Op de praktijkschool in Noord-Holland is uiteindelijk gekozen voor een rooster waarin de sessies van de verschillende groepen ingepland werden en daarnaast activiteiten werden ingepland voor de leerlingen die niet in een van de groepen waren ingedeeld. Dit om er voor te zorgen dat er geen onderscheid was tussen de leerlingen. Er is gekozen voor een roulerend rooster, waardoor de verschillende groepen van tijdstip wisselden. "Het laatste uur is voor leerlingen lastig om erbij te blijven, maar dat verschilt niet veel van de reguliere lessen." "Wanneer iedere keer dezelfde groep als laatste wordt geplaatst, geeft dit weerstand." Het was een hele klus om de inplanning op deze manier te organiseren. De contactpersoon gaf daarom aan behoefte te hebben aan suggesties voor de organisatie. Zij was vooral benieuwd naar wat andere scholen met de 'rest-groep' doen en hoe de rolatie wordt aangepakt op andere scholen.

Het proces

Tijdens de eerste sessies van *Take it Personal* was het voor de trainers lastig om de training uit te voeren. De trainers waren meer bezig met de sfeer in de groep, dan dat er ruimte was voor de inhoud van de training. De mentor heeft vervolgens haar mentorleerlingen aangesproken op hun gedrag en hen gevraagd om beter hun best te doen. Daarnaast had de mentor besloten om een leerling, die de training continue verstoorde, uit de groep te halen. Deze ingrepen hebben een groot verschil gemaakt voor het vervolg van de training.

Indruk van de training en materialen

De mentor had enkele opmerkingen over *Take it Personal*. Zo gaf ze aan dat de groepsgrootte soms erg klein werd als er leerlingen ziek waren. Ook vond zij de werkboekjes erg talig. Verder is de cyclus van zes sessies een erg lange periode voor de leerlingen. Bij een groep kwamen bovendien uiteenlopende problemen aan het licht tijdens de verloop van de training. Het viel de mentor op dat het lastig is om alle leerlingen de verdiende aandacht en tips te geven tijdens de training.

5 Conclusies en aanbevelingen

Dit hoofdstuk beschrijft de belangrijkste conclusies die kunnen worden getrokken uit de eerste casestudie naar de uitvoerbaarheid en werkzaamheid van *Take it Personal* voor praktijkonderwijs en voortgezet speciaal onderwijs (cluster 4). Allereerst wordt ingegaan op de belangrijkste bevindingen uit de casestudie. Vervolgens wordt beschreven in hoeverre deze resultaten de hypothesen uit de casestudie ondersteunen. Tot slot worden verschillende aanbevelingen geformuleerd voor doorontwikkeling van de training.

5.1 Belangrijkste bevindingen

In de eerste casestudie naar de uitvoerbaarheid en werkzaamheid van *Take it Personal* op een praktijkschool in Noord-Holland, is *Take it Personal* aangeboden aan vier verschillende groepen leerlingen met verschillende persoonlijkheidsprofielen. Elke groep kende een eigen dynamiek, welke in meer of minder mate samenhang met gevonden resultaten bij de deelnemers. Voor elke groep is de relatie gelegd tussen de wijze waarop de uitvoering van *Take it Personal* in de vier groepen is uitgevoerd en de veranderingen die er al dan niet te zien waren bij de leerlingen.

5.1.1 Sensatiezoekend gedrag

De uitvoering van *Take it Personal* voor sensatiezoekende jongeren had gemengde resultaten. Ten aanzien van het middelengebruik van de leerlingen was sprake van twee negatieve effecten en twee positieve effecten. Van de drie leerlingen die een voor- en een nameting hadden ingevuld, was bij twee van hen de intentie om te roken veranderd van 'weet niet' naar 'misschien'. Dit is een negatieve (ongewenste) verandering. Daarnaast was bij één leerling een afname zichtbaar in het aantal dagen dat de leerling vijf of meer glazen alcohol had gedronken tijdens één gelegenheid en het aantal dagen dat de leerling had geblowd. Bij de andere leerlingen was er geen sprake van een verandering, maar deze leerlingen hadden ook nog geen ervaring met binge drinken of blowen. Ook ten aanzien van andere bij het risicoprofiel passende gedragingen werden gemengde effecten gevonden. Eén leerling was vaker afwezig geweest van school, een andere leerling was minder vaak afwezig geweest en de laatste leerling was vaker ziek en had vaker gespijbeld, maar was minder vaak om een andere reden afwezig geweest.

Deze gemengde uitkomsten passen bij de wijze waarop *Take it Personal* in deze groep is uitgevoerd. De training kwam moeizaam op gang. Er was veel weerstand en de leerlingen deden nauwelijks mee. Dit werd deels veroorzaakt door de geselecteerde doelgroep. De groep bestond uit hele drukke leerlingen. Maar ook doordat het voor de leerlingen niet duidelijk was waarom ze aan de training deelnamen. Nadat de mentor met de leerlingen in gesprek is gegaan over hun gedrag verbeterde de houding van de leerlingen en deden ze redelijk serieus mee. Toch is de training maar ten dele uitgevoerd zoals vooraf was bedoeld. De oefeningen uit de psychomotorische therapie zijn lang niet altijd uitgevoerd. De trainers gaven aan dat zij het lastig vonden om de relatie te leggen tussen deze oefeningen en het gedrag van de leerlingen. Daarnaast kwamen de leerlingen ook nauwelijks met eigen voorbeelden. Hierdoor was het voor de trainers erg hard werken.

5.1.2 Impulsief gedrag

De uitvoering van *Take it Personal* voor impulsieve jongeren had positieve effecten op het middelengebruik van de leerlingen. Van de vier leerlingen die een voor- en een nameting hebben ingevuld is bij één leerling de intentie om te roken afgenomen en bij twee leerlingen is de intentie om alcohol te drinken afgenomen. Geen van de leerlingen had ervaring met het gebruik van middelen. Ten aanzien van andere bij het risicoprofiel passende gedragingen werden gemengde effecten gevonden. Eén leerling was vaker ziek en vaker om een andere reden afwezig van school en een andere leerling was vaker ziek en had vaker gespijbeld, maar was minder vaak om een andere reden afwezig van school.

Take it Personal had een positieve uitwerking op het middelengebruik van de leerlingen en liet gemengde resultaten zien op de overige uitkomsten. Deze uitkomsten sloten aan bij de wijze waarop de training in de praktijk is uitgevoerd. De uitvoering van de training bij de impulsieve leerlingen verliep beter dan bij de sensatiezoekende leerlingen, ondanks het feit dat deze groep maar door één trainer werd gegeven. De groep impulsieve leerlingen was wel druk, maar minder heftig dan de groep sensatiezoekende leerlingen. De leerlingen scoorden ook niet allemaal hoog op de impulsiviteitschaal van de SURPS. De trainer had de groep redelijk goed onder controle en de leerlingen deden meestal goed mee. Ze herkenden zich in de voorbeelden uit het werkboekje. Wel vond de trainer het lastig om alle oefeningen uit de psychomotorische therapie in te passen en was regelmatig de ondersteuning van de trainer nodig bij de verschillende opdrachten.

5.1.3 Negatief denken

De uitvoering van *Take it Personal* voor negatief denken had gemengde resultaten op het middelengebruik van de leerlingen. Bij één van de twee leerlingen die een voor- en nameting hadden ingevuld was sprake van een afname van het alcoholgebruik, maar was de intentie om alcohol te drinken wel positiever geworden (van 'misschien' naar 'drinkt al'). Bij de andere leerling was geen verandering zichtbaar. Deze leerling had ook nog geen ervaring met middelengebruik. Ook ten aanzien van de andere uitkomstmaten die samenhangen met het risicoprofiel zijn gemengde resultaten gevonden. Beide leerlingen zijn minder vaak ziek geweest. Bij één leerling was sprake van een afname van depressieve en angstklachten, terwijl bij de andere leerling juist sprake was van een toename.

De gemengde resultaten passen bij het beeld van de uitvoering van *Take it Personal*. De training kwam erg moeizaam op gang. Dit had verschillende oorzaken. In de groep was aanvankelijk sprake van veel weerstand, waarbij één van de leerlingen de training probeerde te saboteren en bijval kreeg van andere leerlingen. Daarbij speelde het ook mee dat de leerlingen van tevoren niet goed waren geïnformeerd over het doel van de training en de introductie van het risicoprofiel 'negatief denken' bij de leerlingen niet goed viel. De leerlingen herkenden zich niet in het risicoprofiel en stoorden zich aan het begrip 'negatief denken'. Na de eerste twee sessies heeft er een gesprek plaatsgevonden tussen de mentor en de leerlingen over de training. De mentor heeft daarna het besluit genomen om de leerling die de training probeerde te saboteren uit de groep te verwijderen. Dit heeft een positieve uitwerking gehad op het vervolg van de training. De trainer heeft toen ook het werken uit de werkboekjes meer losgelaten en de inhoud meer klassikaal besproken. Hierbij kwamen wel af en toe heftige ervaringen naar boven.

5.1.4 Angstgevoeligheid

Voor de uitvoering van angstgevoeligheid zijn maar bij één leerling uitkomsten gemeten. Bij deze leerling was sprake van een positief effect op het middelengebruik: bij de leerling

was de intentie om te roken negatiever geworden. Ten aanzien van de andere uitkomstmaten die samenhangen met het risicoprofiel zijn gemengde resultaten gevonden. De leerling was minder vaak ziek en heeft minder gespijbeld, maar was wel vaker afwezig om een andere reden. Ook waren de depressieve klachten en angstklachten van de leerling toegenomen.

Doordat er maar van één leerling bekend is of er veranderingen zijn opgetreden, is het lastig om een goede relatie te leggen tussen de resultaten bij de leerlingen en het groepsproces. Tijdens de observatie van de laatste sessie bleek dat één van de leerlingen zich erg rot voelde. Het is niet bekend of dit dezelfde leerling was die de vragenlijsten heeft ingevuld. De uitvoering van de training is redelijk goed verlopen. De groep was rustig, al was er één leerling die bij de start van de training storend gedrag vertoonde. De meeste leerlingen herkenden zich in het risicoprofiel en de voorbeelden uit het werkboek, en de leerlingen deden redelijk goed mee. Ook in deze groep bleek dat er soms heftige ervaringen en emoties loskwamen bij de leerlingen. Dit had tot gevolg dat de trainers soms het gevoel hadden dat ze met een therapieessie bezig waren in plaats van met een preventieve interventie.

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. Hierbij werd in de eerste plaats gekeken naar ontwikkeling in het middelengebruik van de leerlingen en in de tweede plaats naar andere problemen die met het persoonlijkheidsprofiel samenhangen. Ook werd verwacht dat er minder positieve ontwikkelingen zouden zijn naarmate de uitvoering gepaard zou gaan met meer knelpunten.

Uit de resultaten van de casestudie bleek dat er in alle vier de uitvoeringen van *Take it Personal* verschillende problemen en knelpunten waren. In geen enkele groep is de training volledig uitgevoerd zoals vooraf was bedacht. Hierdoor kon de eerste hypothese niet worden bevestigd. De resultaten geven echter ook geen aanleiding om deze hypothese te verwerpen. Voor de tweede hypothese werd wel bewijs gevonden. Uit de resultaten bleek dat de groep met de minste problemen, de groep met impulsieve leerlingen, de beste resultaten liet zien. De groepen die het moeizaamst verliepen, sensatie zoekend gedrag en negatief denken, hadden de minst gunstige resultaten. Hier werden zowel gemengde resultaten gevonden op het middelengebruik van de leerlingen als op de andere uitkomsten.

Naast de algemene conclusies over de uitvoerbaarheid en werkzaamheid van *Take it Personal* kwam uit de analyse ook een punt van zorg naar voren. In de groepen 'negatief denken' en 'angstgevoeligheid' kwamen tijdens de sessies soms heftige ervaringen en emoties naar boven, waarbij de trainers handvatten misten om hier goed mee om te gaan. Zij gaven aan dat het belangrijk is dat hier zowel voorafgaand aan de training als na afloop aandacht voor is. Het belang hiervan werd ook zichtbaar in de resultaten van de leerlingen. In beide groepen rapporteerde één van de leerlingen na afloop van de training meer depressieve klachten en angstklachten.

5.3 Aanbevelingen

Uit de casestudie komen verschillende suggesties voor verbetering naar voren. Er zijn verschillende aanpassingen die kunnen worden doorgevoerd om een volgende uitvoering van *Take it Personal* beter te laten verlopen.

5.3.1 Kennismakingsgesprekken

Het eerste verbeterpunt dat kan bijdragen aan een goede uitvoering van *Take it Personal* op het praktijkonderwijs of voortgezet speciaal onderwijs betreft een organisatorisch punt. Het zou goed zijn als de trainer voorafgaand aan de uitvoering van *Take it Personal* met elke leerling een kort kennismakingsgesprek voert. Hierdoor zijn de leerlingen beter voorbereid op de training en kan rustig worden uitgelegd wat het doel van de training is. Tijdens de huidige casestudie bleek dat het veel leerlingen niet duidelijk was waarom zij de training kregen aangeboden, wat voor veel weerstand zorgde. Kennismakingsgesprekken voorafgaand aan de training kunnen mogelijk een deel van deze weerstand wegnemen.

5.3.2 Uitleg over de risicoprofielen

Het tweede verbeterpunt dat uit de casestudie naar voren komt betreft de wijze waarop de risicoprofielen bij de leerlingen worden geïntroduceerd. In de huidige trainershandleiding staan daar weinig handvatten voor beschreven, terwijl een verkeerde introductie van het risicoprofiel kan leiden tot stigmatisering of weerstand. Dit bleek uit de eerste casestudie, waar met name in de groep 'negatief denken' erg veel weerstand ontstond toen dit risicoprofiel werd besproken in de groep. Het zou kunnen helpen als er bij de uitleg over de verschillende risicoprofielen niet alleen aandacht is voor de risicovolle aspecten van een persoonlijkheidsprofiel, maar ook voor aspecten die geen negatieve lading hebben. Door minder direct de nadruk te leggen op risicovolle gedragingen staan leerlingen mogelijk meer open voor de uitleg.

5.3.3 Doelen voor een kortere periode formuleren

Aan het begin van de eerste sessie is het de bedoeling dat leerlingen nadenken over persoonlijke doelstellingen. Op dit moment wordt hierbij gevraagd naar doelen over vijf jaar. Dit blijkt voor de leerlingen een hele lange periode. Mogelijk werkt het beter om de leerlingen na te laten denken over wat zij willen bereiken op kortere termijn, bijvoorbeeld één of twee jaar.

5.3.4 Aanpassing van de oefeningen uit de psychomotorische therapie

Een ander verbeterpunt betreft de oefeningen uit de psychomotorische therapie. Deze oefeningen kunnen ondersteunend werken bij de vertaling van het geleerde naar de eigen situatie. Verschillende van de in de handleiding opgenomen oefeningen waren echter moeilijk toepasbaar. Deze oefeningen waren ontwikkeld voor uitvoering in een gymzaal en moeilijk uit te voeren in een klaslokaal. Het is dus noodzakelijk dat verschillende oefeningen worden aangepast om uitvoering in een klaslokaal mogelijk te maken. Daarnaast was het voor de trainers in de groepen met sensatiezoekend gedrag en impulsief gedrag lastig om de relatie te leggen tussen de oefening en de problemen die voortkomen uit het persoonlijkheidsprofiel. Bij de beschrijving van de oefeningen moet daarom

beter worden uitgewerkt hoe de verschillende oefeningen aansluiten bij de verschillende risicoprofielen.

5.3.5 Volgorde lesonderdelen aanpassen

Naast aanpassing van de oefeningen uit psychomotorische therapie en de uitleg die bij deze oefeningen wordt gegeven in de trainershandleiding, zou ook de plaats die de oefeningen hebben in de training kunnen worden verbeterd. Op dit moment worden de sessies telkens afgesloten met een oefening uit de psychomotorische therapie. Hierdoor komen de oefeningen minder goed tot hun recht, omdat er dan geen ruimte is om de ervaring uit de oefeningen mee te nemen in de sessie. Het lijkt daarom verstandig om de oefeningen uit de psychomotorische therapie naar voren te halen. Op deze manier kan de trainer in het vervolg van de sessie terugrijpen op observaties tijdens de oefeningen uit de psychomotorische therapie. Dit kan ook een oplossing zijn voor opdrachten waarbij leerlingen een eigen ervaring moeten inbrengen, maar dit niet doen.

5.3.6 Alternatieve werkvormen toevoegen

Daarnaast lijkt het zinvol om een aantal alternatieve werkvormen toe te voegen. Op dit moment kent *Take it Personal* veel herhaling. Aan de hand van verschillende voorbeelden en eigen ervaringen moet regelmatig hetzelfde schema ingevuld worden. Hoewel herhaling enerzijds bijdraagt aan het eigen maken van de nieuwe manier van denken, vinden de leerlingen dit saai. Hierdoor zijn ze minder betrokken en komt de informatie minder binnen. Het zou daarom goed zijn als dezelfde denkstappen op verschillende manieren worden toegepast, waardoor de leerlingen minder het gevoel hebben dat zij telkens hetzelfde aan het doen zijn.

5.3.7 Nazorg

Tot slot is het belangrijk dat er voldoende aandacht is voor eventuele problemen die naar voren komen tijdens de uitvoering van de sessies. Uit de eerste casestudie bleek dat zowel in de groep negatieve denkers als in de groep met angstgevoelige leerlingen bij één van de leerlingen sprake was van een toename van angstklachten en depressieve klachten. De leerlingen die voor deze twee groepen geselecteerd worden zijn extra gevoelig voor angst en depressie en de trainers gaven aan dat in deze groepen ook verschillende heftige ervaringen en emoties naar boven kwamen. Het is erg belangrijk dat hier aandacht voor is en dat dit wordt opgepakt. Dit betekent dat hier zowel in de voorbereidende training voor de trainers, als in de afspraken die worden gemaakt met de school, oog voor moet zijn en dat vooraf duidelijk moet zijn welk vervolgtraject er in een dergelijk geval wordt ingezet.

6 Literatuur

- Batty GD, Deary IJ, Schoon I, Emslie C, Hunt K, Gale CR (2008) Childhood mental ability and adult alcohol intake and alcohol problems: the 1970 British cohort study. *Am J Public Health* 98:2237–2243.
- Chapman, S. L. C., & Wu, L. T. (2012). Substance abuse among individuals with intellectual disabilities. *Research in developmental disabilities*, 33(4), 1147-1156.
- 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. *Addict Behav*; 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. (2004a). Learning to deal with sensation seeking. Canada: Javin Creative Inc.
- Conrod, P.J, Comeau, M.N., & Stewart, S.H. (2004a). Learning to deal with impulsivity. Canada: Javin Creative Inc.
- Conrod, P.J, Comeau, M.N., & Stewart, S.H. (2004a). Learning to deal with anxiety sensitivity. Canada: Javin Creative Inc.
- Conrod, P.J, Comeau, M.N., & Stewart, S.H. (2004a). Learning to deal with hopelessness. Canada: Javin Creative Inc.
- Cuijpers, P., Boluijt, P. R., & van Straten, A. (2008). Screening of depression in adolescents through the Internet: Sensitivity and specificity of two screening questionnaires. *European Child and Adolescent Psychiatry*, 17, 32-38.
- 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.
- Duijvenbode, N. van, VanDerNagel, J. E., Didden, R., Engels, R. C., Buitelaar, J. K., Kiewik, M., & de Jong, C. A. (2015). Substance use disorders in individuals with mild to borderline intellectual disability: current status and future directions. *Research in Developmental Disabilities*, 38, 319-328.
- 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.
- Ekens, T. (2003). Het vak Nederlands in het praktijkonderwijs. *Levende Talen Tijdschrift*, 4(1), 3-11.
- 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.
- Johnson, W., Hicks, B. M., McGue, M., & Iacono, W. G. (2009). How intelligence and education contribute to substance use: Hints from the Minnesota Twin Family Study. *Intelligence*, 37(6), 613-624.
- Kepper, A. (2013). Substance use among adolescents in special education and residential youth care (Doctoral dissertation).

- Kepper, A., Monshouwer, K., Van Dorsseleer, 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 Dorsseleer, 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.
- Lammers, J. (2019). Curbing young adolescents' alcohol abuse: Time to revisit the prevention paradox?: Time to revisit the prevention paradox? (Doctoral dissertation, Utrecht University).
- Miller, W.R., & Rollnick, S. (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.
- Schijven, E.P., VanDerNagel, 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. Nijmegen: Pluyn.
- 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.
- Radloff, L.S. (1977). The CES-D scale: A self-report depression scale for research in the general population. *Applied psychological measurement, 1*(3), 385-401.
- Riper, H., Andersson, G., Hunter, S. B., Wit, J. de, 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.
- Schijven, E. P., Nagel, J. van der, 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.
- Shall, M., Kemeny, A., & Maltzman, I. (1992). Factors associated with alcohol use in university students. *Journal of Study Alcohol, 53*, 122-136.
- Spielberger, C.D., Gorsuch, R.L., & Lushene, R.E. (1970). *The State-Trait Anxiety Inventory (Test Manual)*. Palo Alto, California: Consulting Psychologists Press.
- 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.
- Taggart, L., McLaughlin, D., Quinn, B., & Milligan, V. (2006). An exploration of substance misuse in people with intellectual disabilities. *Journal of Intellectual Disability Research, 50*(8), 588-597.

- To, W. T., Neiryck, S., Vanderplasschen, W., Vanheule, S., & Vandeveld, S. (2014). Substance use and misuse in persons with intellectual disabilities (ID): results of a survey in ID and addiction services in Flanders. *Research in developmental disabilities*, 35(1), 1-9.
- Turhan, A., Onrust, S., Ten Klooster, P., & Pieterse, M. (in druk). 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. *Addicti-on*.
- Vatasari, P., Wahab, M.N.A., Herawan, T., Othman, A., & Sinnadurai, S.K. (2011). Re-test of State Trait Anxiety Inventory (STAI) among Engineering Students in Malaysia: Reliability and Validity tests. *Procedia Social en Behavioral Sciences*, 15, 3842-3848.
- Vereenooghe 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 jeugdinstellingen, residentiële jeugdzorg en speciaal onderwijs en het aanbod van interventies in Nederland. Utrecht: Trimbos-Instituut.
- 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. New York: Cambridge University Press.