

Helder op School: Frisse Start

Werkblad beschrijving interventie

Gebruik de HANDLEIDING bij dit werkblad

Werkblad erkenningscommissie, versie mei 2015

Dit is een gezamenlijk werkblad van de volgende kennisinstututen:



Colofon

Ontwikkelaar / licentiehouder van de interventie

Naam organisatie: Trimbos-instituut
Postadres: Da Costakade 45 3521 VS Utrecht
E-mail: info@trimbos.nl
Telefoon: 030-2971100

Website (van de interventie): [Trimbos.nl | Educatieaanbod voor het voortgezet onderwijs](https://www.trimbos.nl/educatieaanbod-voor-het-voortgezet-onderwijs)

Contactpersoon

Vul hier de contactpersoon voor de interventie in.

Naam: Ester Speth
E-mail : espeth@trimbos.nl
Telefoon : 030 29 59 358

Referentie in verband met publicatie

Naam auteur interventiebeschrijving:
Titel interventie: Helder op School: Frisse Start
Databank(en):
Plaats, instituut: Utrecht, Trimbos-instituut
Datum: oktober 2021

Het werkblad is een invulformulier voor het maken van een interventiebeschrijving, geordend naar onderwerp (doelgroep, doel, enzovoort). De onderwerpen volgen de criteria voor beoordeling. De interventiebeschrijving is een samenvatting van de beschikbare schriftelijke informatie over de interventie voor de bezoeker van de databanken effectieve interventies en voor de erkenningscommissie interventies. De informatie is van belang voor de beoordeling van de kwaliteit, effectiviteit en randvoorwaarden van de interventie.

Dit werkblad wordt na erkenning, inclusief contactgegevens gepubliceerd op [Loketgezondleven.nl](https://www.loketgezondleven.nl) en in indien relevant ook in de databases van onze samenwerkingspartners.

[Kijk bij het invullen in de handleiding die bij dit werkblad hoort.](#)

Inhoud

Colofon	2
Inhoud	3
Samenvatting	4
<i>Korte samenvatting van de interventie</i>	4
Doelgroep	4
Doel.....	4
Aanpak.....	4
Materiaal.....	4
Onderbouwing.....	5
Onderzoek.....	5
1. Uitgebreide beschrijving	6
Beschrijving interventie	6
1.1 Doelgroep.....	6
1.2 Doel.....	8
1.3 Aanpak.....	9
2. Uitvoering.....	13
3. Onderbouwing	16
4. Onderzoek	21
4.1 Onderzoek naar de uitvoering.....	21
4.2 Onderzoek naar de behaalde effecten	22
5. Samenvatting Werkzame elementen	24
6. Aangehaalde literatuur	25
7. Praktijkvoorbeeld	27

Samenvatting

Eén A-4tje, max 600 woorden

Korte samenvatting van de interventie – max 150 woorden

Helder op School: Frisse Start is een lesprogramma voor de brugklas op het Voortgezet Onderwijs (VO). Het is ontwikkelend met als doel het voorkomen dat jongeren gaan roken en blowen en het moment waarop jongeren beginnen met alcoholgebruik zo lang mogelijk uitstellen.

Helder op School: Frisse Start bestaat uit vier lessen:

Les 1: De overgang naar de brugklas en groepsvorming wordt besproken.

Les 2: Keuzes leren maken aan de hand van een stappenplan.

Les 3: Smartquiz over middelengebruik.

Les 4: Kloppen voor- en nadelen van keuzes wel, of kan er een denkfout in zitten?

Verder bevat Helder op School: Frisse Start een ouderavond, een voorafgaande train-de-trainer en een docententraining. De interventie focust zich op de volgende determinanten: kennis / risicoperceptie, attituden, verwachtingen (ervaren sociale norm), eigen-effectiviteit / vaardigheden (verstandige keuzes maken).

Doelgroep – max 50 woorden

Helder op School: Frisse Start is ontwikkeld voor leerlingen in de brugklas op het VO.

Doel – max 50 woorden

Het doel van Helder op School: Frisse Start is het voorkomen dat jongeren gaan roken en blowen en het moment waarop jongeren beginnen met alcoholgebruik zo lang mogelijk uitstellen.

Aanpak – max 50 woorden

Voorafgaand aan de lessen moet een docent een docententraining (duur: drie uur) volgen. De trainers van deze docententraining moeten daarvoor een train-de-trainer (duur: vier uur) voorafgaand hebben gevolgd.

Het lesprogramma bevat vier lessen (van één lesuur) en een ouderavond (twee uur).

Les 1: De overgang naar de brugklas en groepsvorming wordt besproken.

Les 2: Keuzes leren maken aan de hand van een stappenplan.

Les 3: Smartquiz over middelengebruik.

Les 4: Kloppen voor- en nadelen van keuzes wel, of kan er een denkfout in zitten?

Ouderavond: over de overgang van het basisonderwijs naar het VO.

Materiaal – max 50 woorden

Werving

- Voorbeeldbrief uitnodiging ouderavond
- Factsheet over Helder op School: Frisse Start: achtergrondinformatie

Uitvoering

- Docentenhandleiding (ook in Engels)
 - Werkboek voor de leerlingen (ook in Engels)
 - Handleiding PowerPoint: instructies voor ouderavond
 - PowerPoint voor de ouderavond
 - Smartquiz (Kahoot!) (ook in het Engels)
-

Onderbouwing – max 150 woorden

Let op: dit onderdeel hoeft niet ingevuld te worden voor erkenning op niveau 'Goed beschreven'.

Naar de brugklas gaan zorgt voor veel veranderingen: een nieuwe school, wisseling van klassen en docenten, en afname van persoonlijke aandacht van docenten. Meer tijd doorbrengen met leeftijdsgenoten, vatbaarder worden voor de invloed van deze leeftijdsgenoten en een veranderende houding ten opzichte van tabak, alcohol en drugs verandert. De meeste leerlingen hebben aan het einde van het basisonderwijs nog een overwegend negatieve houding ten opzichte van roken, alcohol drinken en blowen. In de loop van de brugklas kan dit veranderen. Helder op School: Frisse Start is ontwikkeld om het eerste middelengebruik zo lang mogelijk uit te stellen door het zo lang mogelijk vasthouden van een negatieve attitude ten opzichte van middelengebruik. Dit kan worden bereikt door beïnvloeding van verschillende determinanten. Een uitgebreide meta-analyse geeft aan op welke determinanten gelet moet worden bij de vroege adolescentie. De belangrijkste persoonlijke determinanten waarop een Helder op School: Frisse Start zich richt zijn: kennis / risicoperceptie, attitude, sociale norm en probleemoplossende vaardigheden / keuzes maken.

Onderzoek – max 100 woorden

Er is een procesevaluatie (2016) gedaan naar de drie onderdelen (train-de-trainer, docententraining en lessenserie) van het lesprogramma Helder op School: Frisse Start. Deze zijn onderzocht aan de hand van vragenlijsten bij preventiewerkers (n=20), docenten (n=10) en leerlingen (n=996). Hierin werd de uitvoerbaarheid en tevredenheid van de gebruikers op de verschillende onderdelen bevraagd. Daarnaast zijn verschillende gesprekken gevoerd met preventiewerkers en docenten en zijn verschillende lessen geobserveerd.

In 2017 is het effectonderzoek naar Helder op School: Frisse Start gepubliceerd. Dit onderzoek geeft een indicatie dat Helder op School: Frisse Start gebruikt kan worden om de negatieve houding ten opzichte van middelengebruik zo lang mogelijk vast te houden. Helder op School: Frisse Start kan een goed startpunt zijn voor een preventieve aanpak afgestemd op de ontwikkelingsbehoeften van middelbare scholieren.

1. Uitgebreide beschrijving

Beschrijving interventie

Het werkblad is ook geschikt voor een samenvattende beschrijving van complexe of samengestelde interventies. Dit zijn interventies die uit twee of meer afzonderlijke onderdelen bestaan. Denk aan interventies met aparte onderdelen voor verschillende doelgroepen, zoals een leefstijlinterventie die zowel gericht is op de community als op de school als op de individuele docent. Of aan interventies met verschillende modules die bij een doelgroep 'op maat' worden toegepast.

Naarmate er meer onderdelen zijn is het aan te bevelen de structuur visueel weer te geven in een schema. Dit geldt met name voor de subdoelen en voor de aanpak van de interventie. Zie ook de aanwijzingen in de handleiding.

1.1 Doelgroep

Uiteindelijke doelgroep – max 100 woorden

Wat is de uiteindelijke doelgroep van de interventie?

Helder op School: Frisse Start is specifiek ontwikkeld voor brugklasleerlingen op het Voortgezet Onderwijs (VO) in Nederland. Het lesprogramma is geschikt voor leerlingen van het vmbo, havo en vwo. Het materiaal is op simpel en begrijpelijk niveau beschreven. Indien nodig kan de docent het passender maken voor zijn leerlingen tijdens de klassikale uitleg. Dit wordt tijdens de docententraining besproken.

In de brugklas is het aantal leerlingen dat ooit middelen heeft gebruikt relatief laag, er wordt daarom geen onderscheid gemaakt voor leerlingen die geëxperimenteerd hebben. Echter is het van belang dat de focus blijft op de negatieve sociale norm t.o.v. middelengebruik die de meeste leerlingen in de brugklas nog hebben.

Intermediaire doelgroep – max 100 woorden

Zijn er intermediaire doelgroepen? Zo ja, welke?

Er zijn drie verschillende intermediaire doelgroepen: docenten, ouders en preventiewerkers. Helder op School: Frisse Start bestaat uit een lesprogramma dat wordt aangeboden door docenten. De preventiewerkers trainen de docenten voorafgaand aan de uitvoering van Helder op School: Frisse Start. Voordat preventiewerkers docenten trainen volgens ze zelf een train-de-trainer over het lesprogramma. Naast het lesprogramma is er ook een ouderavond ontwikkeld voor de ouders van de brugklasleerlingen. Deze ouderavond wordt aangeboden door preventiewerkers van Instellingen voor Verslavingszorg (IVZ) of de GGD. In 2021 is Helder op School gestart met het ontwikkelen voor een digitaal oudermagazine voor ouders waarvan de kinderen Helder op School: Frisse Start krijgen. Zodat gedurende het gehele lesprogramma er ook thuis meer kennis en ruimte is om hierover in gesprek te gaan.

Selectie van doelgroepen – max 250 woorden

Hoe wordt de (intermediaire)doelgroep geselecteerd? Zijn er contra-indicaties? Zo ja, welke?

Leerlingen:

Toelatingscriteria:

- Brugklasleerlingen van het regulier VO.

Contra-indicaties:

- Leerlingen uit andere leerjaren en leerlingen die geen regulier VO volgen.

Selectie:

Er zijn verschillende aspecten die ervoor zorgen dat de lessen aan de juiste doelgroep worden gegeven. Preventiewerkers informeren scholen over Helder op School: Frisse Start. Hierbij wordt door de preventiewerkers aangegeven dat het gaat om een programma voor brugklasleerlingen. Wanneer scholen kiezen voor Helder op School: Frisse Start, worden docenten gevraagd om een docententraining van het lesprogramma te volgen. Bij deze training wordt ook aangegeven dat het om een lesprogramma gaat dat

speciaal is ontwikkeld voor brugklassers. Dit staat tevens in het lesmateriaal aangegeven. Indien het programma op een later moment wordt aangeboden, sluit het niet aan op het niveau van de leerlingen. Deze aspecten zorgen ervoor dat de lessen op worden aangeboden aan de juiste doelgroep. Ze ondersteunen de toelatingscriteria.

Intermediair docent:

Toelatingscriteria

- Docent zijn van de brugklas in het regulier VO

- Docenten volgen een verplichte docententraining voorafgaand aan het geven van de lessen.

De lessen kunnen gegeven worden door elke docent van de brugklas. Er wordt geadviseerd om de lessen te geven tijdens een mentorles. De reden hiervoor is dat mentoren doorgaans een goede vertrouwens- en persoonlijke band met de leerlingen hebben. Dit is echter geen criterium. In de verplichte docententraining wordt aangegeven dat docenten niet hun eigen mening over middelengebruik moeten verkondigen en de negatieve norm moeten benadrukken. Verder zijn goede didactische vaardigheden ook een vanzelfsprekende criteria voor het uitvoeren van Helder op School: Frisse Start. Gezien dit noodzakelijk is om als docent te functioneren, is dit punt niet opgenomen in de verplichte toelatingscriteria.

Intermediair ouders:

Toelatingscriteria:

- Ouder zijn van een kind dat Helder op School: Frisse Start volgt.

Intermediair preventiewerker:

Toelatingscriteria:

- Preventiewerker is werkzaam bij een IVZ of GGD.

- Preventiewerker volgt een verplichte train-de-trainer voordat zij Helder op School: Frisse Start implementeren op scholen.

Er zijn geen verplichtingen gesteld aan competenties, aangezien ervan uit gegaan kan worden dat een preventiewerker voldoende didactische vaardigheden heeft.

Betrokkenheid doelgroep – max 150 woorden

Was de doelgroep betrokken bij de (door)ontwikkeling van de interventie, en op welke manier?

Ontwikkeling:

Er zijn verschillende docenten en preventiewerkers betrokken bij de ontwikkeling van de interventie. Zij hebben input geleverd voor de leerdoelen en werkvormen, en feedback gegeven op de conceptmaterialen. Zo heeft bijvoorbeeld een docent meegekeken op het formuleren van de leerdoelen. Om deze zo concreter te maken, zodat deze voor andere docenten begrijpbaar en goed uitvoerbaar zouden zijn. De leerlingen zijn niet direct betrokken geweest bij de ontwikkeling, maar door de kennis van de docenten over de doelgroep is hier wel rekening mee gehouden.

Doorontwikkeling:

De brugklasleerlingen, docenten en preventiewerkers zijn betrokken bij de doorontwikkeling van Helder op School: Frisse Start. Er is een procesevaluatie uitgevoerd om inzicht te krijgen in de uitvoerbaarheid en waardering van Helder op School: Frisse Start. Hiervoor zijn schriftelijke vragenlijsten en logboeken ingevuld door preventiewerkers, docenten en leerlingen. Daarnaast is er met verschillende preventiewerkers en docenten gesproken over hun ervaringen met de uitvoering van Helder op School: Frisse Start. Hierbij zijn ook mogelijke verbeterpunten verzameld. Daarnaast zijn verschillende lessen geobserveerd. Op basis van deze ervaringen met zijn verschillende aanbevelingen geformuleerd, die vervolgens gebruikt zijn om Helder op School: Frisse Start aan te passen. Hierbij zijn opnieuw preventiewerkers en docenten betrokken.

1.2 Doel

Hoofddoel – max 100 woorden

Wat is het hoofddoel van de interventie?

Het hoofddoel van Helder op School: Frisse Start is het zo lang mogelijk vasthouden van een negatieve houding ten opzichte van middelengebruik. Deze negatieve houding moet bijdragen aan het zo lang mogelijk uitstellen van experimenteergedrag.

Subdoelen – max 350 woorden

Wat zijn de subdoelen van de interventie? Indien van toepassing: welke subdoelen horen bij welke intermediaire doelgroepen of subdoelgroep(en)?

Leerlingen:

Helder op School: Frisse Start richt zich op verschillende determinanten van middelengebruik door leerlingen: kennis / risicoperceptie, attituden, verwachtingen (ervaren sociale norm), eigen-effectiviteit / vaardigheden (verstandige keuzes maken). Per determinant zijn verschillende veranderdoelen geformuleerd.

Kennis / risicoperceptie:

- Leerlingen zijn zich bewust van de negatieve gevolgen van middelengebruik.
- Leerlingen weten dat de meeste jongeren van hun leeftijd geen middelen gebruiken.

Attituden:

- Leerlingen laten zich negatief uit over middelengebruik.
- Leerlingen laten zich positief uit over gezond gedrag.

Verwachtingen (ervaren sociale norm):

- Leerlingen verwachten dat middelengebruik niet wordt geaccepteerd door ouders of peers.
- Leerlingen verwachten dat peers niet van hen verwachten dat zij middelen gebruiken.

Eigen-effectiviteit / vaardigheden (verstandige keuzes maken):

- Leerlingen laten zien dat zij voor- en nadelen van middelengebruik kunnen afwegen.
- Leerlingen hebben er vertrouwen in dat zij gezonde keuzes kunnen maken.
- Leerlingen laten zien dat zij gezonde keuzes maken.

Intermediaire doelgroep docenten:

- De docenten zijn na de training goed in staat het lesprogramma goed en volledig uit te voeren.
- De docenten evalueren de training met een voldoende of goed.

Helder op School: Frisse Start heeft als doel de negatieve houding ten opzichte van middelengebruik zo lang mogelijk vast te houden. Om dit te bereiken wordt op verschillende manieren de norm uitgedragen dat middelengebruik op jonge leeftijd niet sociaal geaccepteerd is. Docenten spelen hierin een belangrijke rol. Het is de bedoeling dat zij deze negatieve sociale norm actief uitdragen en discussies zodanig begeleiden dat deze negatieve sociale norm de boventoon voert. Om zo leerlingen te laten zien dat de negatieve sociale norm in de klas de norm is. Docenten krijgen tijdens de training te horen hoe ze met hun eigen norm om moeten gaan in dit lesprogramma. De (mogelijk positieve) persoonlijke norm van de docent komt niet aan bod in de lessen.

Intermediaire doelgroep ouders:

Doel huiswerkopdracht

- In gesprek gaan met hun kind over alcohol, roken en blowen.
 - Ouder en kind maken samen de NIX afspraak.
-

Doel ouderavond

- Inzicht geven in de belangrijkste veranderingen van groep 8 naar de brugklas.
- Kennis vergroten over de puberteit.
- Kennis vergroten over de verschillende opvoedstijlen.
- Kennis geven over communiceren met pubers.

Uit onderzoek blijkt dat schoolprogramma's effectiever zijn als ouders betrokken worden bij een lesprogramma. Het belangrijkste doel van het betrekken van ouders bij Helder op School: Frisse Start is dat deze negatieve sociale norm ten opzichte van middelengebruik door thuis wordt bevestigd. Ouders worden vanaf het begin van Helder op School: Frisse Start betrokken om zo de negatieve sociale norm uit te dragen. Om dit doel verder uit te dragen en te zorgen dat ouders gelijk vanaf het begin van de lessenserie betrokken worden, is het Helder op Schoolteam in 2021 begonnen met het ontwikkelen van een digitaal oudermagazine als onderdeel van deze lessenserie. Dit wordt in 2022 afgerond.

1.3 Aanpak

Opzet van de interventie – max 200 woorden

Hoe is de opzet van de interventie en wat is de omvang (duur, aantal contacten – indien van toepassing)?

Voeg eventueel een schema toe als bijlage.

1. Werving GGD en IVZ door Trimbos

Het Trimbos-instituut werft preventiewerkers van de IVZ en Gezonde School-adviseurs van de GGD zowel proactief als reactief. Proactieve werving gebeurt door contact te zoeken met trainers als er een training is ingepland. Bijvoorbeeld aan de hand van nieuwsbrieven en voorlichting. Het Trimbos-instituut biedt minstens twee trainingen aan per jaar (begin en einde van het schooljaar). Reactief werft het Trimbos-instituut door preventiewerkers en Gezonde School-adviseurs die aan geven behoefte te hebben aan een training te bundelen en een training aan te bieden.

2. Train de Trainer door Trimbos

Voordat docenten worden getraind voor Helder op School: Frisse Start is er een verplichte train-de-trainer van vier uur. Hierbij worden preventiewerkers van de IVZ en Gezonde School-adviseurs van de GGD getraind in hoe ze docenten moeten trainen om het lesprogramma te geven. Deze training is verplicht om de kwaliteit van de interventie te bewaken.

3. Werving scholen door IVZ en GGD

Preventiewerkers van de IVZ of Gezonde School-adviseur van de GGD werven scholen zowel proactief als reactief voor deelname aan Helder op School: Frisse Start. Proactieve werving gebeurt door zelf contact te zoeken met scholen en lesprogramma's aan te bieden, bijvoorbeeld tijdens een jaarlijks overleg. Reactieve werving gebeurt wanneer scholen die advies vragen over middelengebruik op Helder op School: Frisse Start attenderen.

4. Trainen docenten door IVZ en GGD

Voorafgaand aan de lessen is het voor docenten verplicht om een docententraining te volgen voordat hij/zij start met het lesprogramma. Deze training duurt drie uur. Deze training is verplicht om de kwaliteit van de interventie te bewaken.

5. Uitvoeren lesprogramma

Het lesprogramma van Helder op School: Frisse Start bestaat uit vier lessen, elke les duurt één lesuur. De inhoud van de vier lessen is als volgt:

Les 1: Naar de brugklas. De overgang naar de brugklas en groepsvorming wordt besproken.

Les 2: Keuzes maken. Keuzes leren maken aan de hand van een stappenplan, o.a. door na te denken over voor- en nadelen van keuzes.

Les 3: Smartquiz. Een Kahoot-quiz over de sociale norm rond middelengebruik.

Les 4: Denkt-fout. Kloppen voor- en nadelen van keuzes, of kan er een denkfout in zitten?

6. Ouderavond

De ouderavond wordt door preventiewerkers van de IVZ of Gezonde School-adviseurs van de GGD gegeven en duurt ongeveer twee uur. Idealiter wordt de ouderavond gegeven na afloop van het lesprogramma maar dit is geen vereiste. De avond is afwisselend en interactief en gaat over de overgang van het basisonderwijs naar het VO; wat verandert er dan allemaal in het leven van een kind en dat van zijn of haar ouders?

In 2022 komt er een digitaal oudermagazine voor de ouders van de leerlingen die mee doen aan Frisse Start. Om zo te zorgen dat ouders vanaf het begin en tijdens de gehele lessenserie worden betrokken bij Frisse Start.

Inhoud van de interventie – max 1200 woorden

Welke concrete activiteiten worden uitgevoerd en -eventueel- in welke volgorde? Geef geen uitputtende beschrijving van activiteiten; het is voldoende als de lezer zich een beeld kan vormen van wat er gedaan wordt en hoe dit gedaan wordt.

Indien van toepassing per onderdeel samenvatten. Vergeet niet aandacht te besteden aan de werving. Bij interventies op maat: geef aan wat op basis van welke criteria wanneer wordt uitgevoerd. Geef ook aan wat minimaal moet worden uitgevoerd om de gestelde doelen te behalen.

Achtergrond

Helder op School: Frisse Start is onderdeel van Helder op School (voorheen De Gezonde School en Genotmiddelen). Dit programma is ontwikkeld voor scholen die aandacht willen geven aan de preventie van alcohol, tabak en drugs. Dit preventieprogramma bestaat inmiddels 30 jaar en is ontwikkeld door het Trimbos-instituut. De kracht van Helder op School is de brede opzet. Naast voorlichting aan leerlingen is er aandacht voor een goed schoolbeleid en het betrekken van ouders. Ook is er binnen het programma speciale aandacht voor het signaleren en begeleiden van leerlingen met problematisch alcohol- of drugs gebruik. Deze gezamenlijke aanpak op school maakt jongeren weerbaar op het gebied van alcohol, roken en drugs. De interventies van Helder op School zijn tot stand gekomen door intervention mapping. Ze zijn gebaseerd op determinanten die per adolescentiefase als belangrijk worden beschouwd. Helder op School: Frisse Start is de eerste interventie in een reeks van interventies. Deze is ontwikkeld voor de vroege adolescentie. Helder op School heeft ook interventies voor de midden- en late adolescentie.

Werving en scholing

Werving lesprogramma

Het Trimbos-instituut heeft contact met preventiewerkers van de IVZ en Gezonde School-adviseurs van de GGD. Zij werven scholen voor Helder op School: Frisse Start. Dit gebeurt de werving zowel proactief als reactief.

Train-de-trainer

Bij de train-de-trainer worden preventiewerkers van de IVZ of Gezonde School-adviseur van de GGD door het Trimbos-instituut getraind om docenten te trainen om Helder op School: Frisse Start te geven. Deze training duurt vier uur en wordt gefaciliteerd vanuit de Helder op School. De training wordt gegeven om de kwaliteit van Helder op School: Frisse Start te bewaken en is daarom verplicht.

Docententraining

Aan het lesprogramma is een verplichte docententraining gekoppeld, waarin docenten kennis opdoen over de uitgangspunten, de doelen en de uitvoering van het lesprogramma. Deze training duurt drie uur en wordt in de regio verzorgd door een daartoe getrainde preventiewerker van de IVZ of Gezonde School-adviseurs van de GGD uit de regio. Na het volgen van de training is het voor de school mogelijk de werkboekjes Helder op School: Frisse Start te bestellen en kan de getrainde docent met de leerlingen aan de slag.

Lesserserie

Opbouw en inhoud lessen:

Les 1: Naar de brugklas

In deze introductie les wordt de overgang naar de brugklas besproken. Er wordt ook aandacht besteed aan groepsvorming. De les gaat van start met het creëren van een veilige sfeer in de klas door leerlingen samen regels op te laten stellen. Het tweede deel van de les gaat in op de sociale norm ten opzichte van middelengebruik door minderjarigen. De schoolregels over roken en alcohol worden besproken en ook NIX18 wordt behandeld. Deze les bestaat uit vijf opdrachten en twee huiswerkopdrachten.

- Opdracht 1: leerlingen stellen regels op om ervoor te zorgen dat iedereen zich veilig voelt om ervaringen met elkaar te delen (veilige sfeer creëren).
- Opdracht 2: leerlingen interviewen elkaar over de veranderingen waarmee ze te maken kregen toen ze naar de brugklas gingen (veilige sfeer creëren).
- Opdracht 3: leerlingen hebben een klassikale discussie over groepsvorming. Waaraan herken je een groep? Wat voor soort groepen zijn er? (veilige sfeer creëren).
- Opdracht 4: leerlingen denken na over of ze wel eens iets gedaan hebben om bij een groep te horen, waar ze achteraf spijt van hadden. Dit schrijven zij op in hun werkboekje. (veilige sfeer creëren).
- Opdracht 5: leerlingen hebben een klassikale bespreking van schoolregels over middelengebruik (verwachtingen: ervaren sociale norm).
- Huiswerkopdracht 1: een web wandeling over risico's alcohol, tabak, cannabis (kennis / bewustwording).
- Huiswerkopdracht 2: een gesprek met ouders over roken, alcohol drinken en blowen en het maken van de NIX afspraak (verwachtingen: ervaren sociale norm).

Les 2: Keuzes maken

In de tweede les wordt aandacht besteed aan het aanleren van probleemoplossende vaardigheden. Aan de hand van een stappenplan leren de leerlingen voor- en nadelen van verschillende keuzes afwegen. Deze keuzes gaan niet specifiek over middelengebruik, maar over herkenbare alledaagse situaties. Als voorbeeld wordt de keuze tussen een middag gaan winkelen met een vriendin of werken aan een werkstuk besproken. In de les zijn verschillende opdrachten opgenomen om met dit stappenplan te oefenen aan de hand van verschillende casusbeschrijvingen. Deze les bestaat uit twee opdrachten en een huiswerkopdracht

- Opdracht 1: leerlingen denken na over voor- en nadelen van keuzes aan de hand van een voorgelegde casus over winkelen of huiswerk maken (eigen-effectiviteit / vaardigheid: verstandige keuzes maken).
- Opdracht 2: leerlingen oefenen met het stappenplan aan de hand van een aantal voorgelegde casussen (eigen-effectiviteit / vaardigheid: verstandige keuzes maken).
- Huiswerkopdracht 3: leerlingen oefenen thuis met het stappenplan aan de hand van een zelfgekozen casus (eigen-effectiviteit / vaardigheid: verstandige keuzes maken).

Les 3: Smartquiz

Deze les bestaat uit een smartquiz via Kahoot. Dit is een interactieve quiz met tien vragen over de sociale norm rond roken, alcohol drinken en blowen. Leerlingen gebruiken hun telefoon om de vragen die op het Digibord verschijnen te beantwoorden. Na het beantwoorden van de vragen wordt op het Digibord zichtbaar hoeveel leerlingen voor elke antwoordoptie hebben gekozen. Het doel van de smartquiz is het inzichtelijk maken van de sociale norm. Hierbij wordt zowel aandacht besteed aan de descriptieve norm (hoeveel jongeren gebruiken er middelen) als de injunctieve norm (in hoeverre is middelengebruik geaccepteerd).

- Opdracht 1: Smartquiz (verwachtingen: ervaren sociale norm)

Voorbeeldvraag: hoeveel jongeren van 12 jaar oud drinken géén alcohol?

- a) Ongeveer 50%
 - b) Ongeveer 75%
 - c) Meer dan 90%
-

Les 4: Denkfout

In de vierde les wordt aandacht besteed aan het aanleren van probleemoplossende vaardigheden en aan de sociale norm. In het eerste deel van deze les wordt opnieuw het stappenplan keuzes maken gevolgd aan de hand van een casus. Vervolgens wordt aandacht besteedt aan de aannames die aan bepaalde keuzes ten grondslag liggen. Jongeren denken soms dat bepaald gedrag van hen verwacht wordt terwijl dit helemaal niet het geval hoeft te zijn. Door middel van een casusbespreking en klassikale discussies worden denkfouten inzichtelijk gemaakt en uitgedaagd. Deze les bestaat uit vijf opdrachten.

- Opdracht 1: leerlingen bekijken een filmpje over roken op een brugklaskamp. Er wordt aan de leerlingen gevraagd aan te geven welke keuzes de hoofdpersoon heeft. Dit wordt gedaan aan de hand van het stappenplan 'keuzes maken' (eigen-effectiviteit / vaardigheid: verstandige keuzes maken).
- Opdracht 2: leerlingen benoemen de voor- en nadelen van de hoofdpersoon om wel of niet mee te roken (eigen-effectiviteit / vaardigheid: verstandige keuzes maken).
- Opdracht 3: leerlingen denken na over de denkfouten die plaatsvinden in de film (verwachtingen: ervaren sociale norm).
- Opdracht 4: leerlingen bespreken met elkaar wat ze vinden van roken, alcohol drinken en blowen, is er een overeenkomst met andere leerlingen? (verwachtingen: ervaren sociale norm).
- Opdracht 5: leerlingen maken een samenvattende opdracht op basis van een casus. De casus gaat over een jongen die naar een nieuwe school gaat en bang is dat hij daar nooit zulke leuke vrienden gaat vinden als op zijn oude school. De leerlingen wordt gevraagd advies te geven, met behulp van de lessen die ze geleerd hebben in dit lesprogramma (eigen-effectiviteit / vaardigheid: verstandige keuzes maken).

Ouderavond

Het lesprogramma Helder op School: Frisse Start bevat een ouderavond. Deze bijeenkomst duurt ongeveer twee uur en is bedoeld om ouders/opvoeders te laten zien wat er tijdens de puberteit gebeurt in het leven van hun kind. Ouders worden uitgenodigd via een brief met informatie. De avond is afwisselend en interactief en gaat over de overgang van het basisonderwijs naar het VO; wat verandert er dan allemaal in het leven van een kind en dat van zijn of haar ouders? Daarnaast wordt aandacht besteed aan de puberteit en wat dat betekent voor ouders en opvoeders. Wat is hun rol en hoe kunnen zij hun kind het beste ondersteunen in deze periode? Er worden opvoedstijlen besproken, opvoedtips gegeven en de NIX18 regel komt ter sprake. De ouderavond wordt idealiter na het lesprogramma gegeven, maar mocht de school een voorkeur hebben voor een ander moment is dat bespreekbaar.

Er is een begeleidende PowerPoint presentatie beschikbaar, waarin ook verschillende discussie opdrachten zijn weergegeven om met de deelnemende ouders in gesprek te gaan. Deze ouderavond wordt uitgevoerd door preventiewerkers van IVZ of de GGD.

In 2021 is Helder op School een ontwikkeltraject gestart om ouders meer te betrekken bij het programma, zodat zij in gesprek gaan met hun kind over dit onderwerp. Dit wordt in de vorm van een digitaal magazine voor de ouders waarin zij worden meegenomen tijdens het lesprogramma en meer informatie krijgen over middelengebruik en opvoeding. Verwacht wordt dat dit in 2022 beschikbaar is.

2. Uitvoering

Materialen – max 200 woorden

Welke materialen zijn beschikbaar voor de uitvoering, werving en evaluatie van de interventie?

Werving

- Informatiebrochure van Helder op School: Frisse Start: achtergrondinformatie voor partijen (scholen, IVZ, GGD) die interesse hebben in Helder op School: Frisse Start. Verkrijgbaar in de [webwinkel](#)
- Voorbeeldbrief uitnodiging ouderavond: halffabricaat om aan te vullen om zo ouders uit te nodigen voor de ouderavond van Helder op School: Frisse Start.

Uitvoering

Train-de-trainer

- Trainershandleiding met o.a. halffabricaten zoals een presentatie voor de docententraining

Docententraining

- Docentenhandleiding: de docentenhandleiding bevat lesinstructies voor de docent. Deze lesinstructies beschrijft het doel van de les, de benodigdheden, de duur van de les, aandachtspunten en werkvormen. Per les is er ook toelichting en omschrijving van de werkwijze. (Ook in het Engels beschikbaar)

Leerlingen

- Werkboek voor de leerlingen: Het werkboek bevat opdrachten en uitleg bij de verschillende lessen. (Ook in het Engels beschikbaar)
- Smartquiz: werkvorm (Kahootquiz) behorend bij les 3. (Ook in het Engels beschikbaar)

Ouders

- PowerPoint voor de ouderavond dia's met informatie en uitleg over opvoeding tijdens de overgangsfase in het VO.

Evaluatie

- Evaluatieformulieren train-de-trainer en docententraining.

Meer informatie over de materialen is te vinden op de Helder op School [website](#).

Voor de werkboekjes wordt een bijdrage gevraagd en deze en de docentenhandleiding worden pas verstrekt na het volgen van de docententraining.

Voor eerder toegang tot de materialen kan contact worden opgenomen met helderopschool@trimbos.nl

Locatie en type organisatie – max 200 woorden

Waar kan de interventie uitgevoerd worden en welk(e) soort(en) organisatie(s) kan/kunnen de interventie uitvoeren?

Helder op School: Frisse Start kan worden uitgevoerd op het regulier VO. De lessen kunnen worden gegeven in ieder klaslokaal. Docenten moeten een beamer/smartboard tot hun beschikking hebben om zo de smartquiz en de film denkfout te kunnen afspelen.

De train-de-trainer wordt uitgevoerd door trainers van het Trimbos-instituut. De training kan zowel fysiek (op het Trimbos instituut) als digitaal worden gegeven (via teams).

De docententraining wordt uitgevoerd door getrainde preventiewerkers van de IVZ en Gezonde School-adviseurs van de GGD. Het lesprogramma wordt uitgevoerd door docenten die de docententraining Helder op School: Frisse Start hebben gevolgd.

Opleiding en competenties van de uitvoerders – max 200 woorden

Wie zijn de uitvoerders en welke opleiding en competenties hebben zij nodig?

De uitvoerders zijn docenten. Deze docenten worden getraind door de preventiewerker van de IVZ of Gezonde School-adviseur van de GGD. Deze professionals worden op hun beurt getraind door het Trimbos-

instituut (een zogenaamde Train-de-Trainer), pas daarna mogen ze de docenten trainen. Dit wordt gefaciliteerd vanuit Helder op School. Voor docenten is een competentie dat deze goede didactische vaardigheden heeft, dit is echter ook noodzakelijk is om te functioneren als docent vandaar dat dit geen verplichten criteria is voor Helder op School: Frisse Start.

Kwaliteitsbewaking – max 200 woorden *Hoe wordt de kwaliteit van de interventie bewaakt?*

De kwaliteit van Helder op School: Frisse Start wordt bewaakt door de verplichtstelling van het volgen van de train-de-trainer (GGD/IVZ) en de docententraining (docenten) voorafgaand aan het geven van de het lesprogramma. Hierdoor kan Helder op School: Frisse Start niet 'zomaar' worden uitgevoerd, maar enkel door medewerkers die bekend zijn met het materiaal.

In de train-de-trainer en de docententraining wordt de gehele interventie doorlopen, de verschillende werkvormen worden besproken, maar ook de wetenschappelijke onderbouwing. Docenten leren omgaan met deviantietraining en hoe ze over middelengebruik moeten praten. Het is voor docenten pas mogelijk om lesboekjes van Helder op School: Frisse Start te bestellen na het afronden van de training. Dit zorgt dat de lessen pas gegeven kunnen worden wanneer de training is afgerond.

Zowel de train-de-trainer als de docententraining wordt na iedere training geëvalueerd met behulp van een evaluatieformulier. Als docenten aanvullingen en/of opmerkingen hebben (welke uit de evaluatie kunnen komen of pas tijdens het uitvoeren van de lessen) kunnen zij dit kenbaar maken bij de trainer. De trainers weten wie zij hiervoor van het Trimbos-instituut kunnen benaderen. Op deze manier wordt Helder op School: Frisse Start regelmatig geactualiseerd. Voor nu is eenmalig de train-de-trainer en docententraining voldoende om Helder op School: Frisse Start te blijven geven. Echter als er grote veranderingen aan het lesprogramma/trainingen worden gedaan (door de evaluaties), dan is het volgen van een nieuwe training realistisch.

Randvoorwaarden – max 200 woorden

Wat zijn de organisatorische en contextuele randvoorwaarden voor een goede uitvoering van de interventie?

De randvoorwaarden voor een goede uitvoering van Helder op School: Frisse Start is dat alle lessen gegeven moeten worden. Docenten moeten dus de tijd hebben om vier lesuren te kunnen besteden aan Helder op School: Frisse Start. Dit wordt vooraf met de school doorgesproken door preventiewerkers van de IVZ en Gezonde School-adviseurs. Ook tijdens de docententraining komt dit aanbod. Tijdens de lessen dient een veilige sfeer voor de leerlingen te worden gecreëerd in de klas. De docenten moeten de docententraining gevolgd hebben, gegeven door preventiewerkers.

Implementatie – max 200 woorden

Is er een systeem voor implementatie? Geef een samenvatting.

Helder op School: Frisse Start wordt geïmplementeerd vanuit het bestaande Helder op School-netwerk. Helder op School is er voor scholen die aandacht willen schenken aan de preventie van alcohol, tabak en drugs. Het is daardoor geen losse, op zichzelf staande interventie. Om grotere effecten en uiteindelijk gedragsverandering te bereiken is van belang om de lessen in te bedden in een integrale aanpak. Naast voorlichting aan leerlingen moet men oog hebben voor een goed schoolbeleid en het betrekken van ouders. Ook moet er speciale aandacht zijn voor het signaleren en begeleiden van leerlingen die problematisch alcohol of drugs gebruiken. Deze gezamenlijke aanpak op school maakt jongeren weerbaar op het gebied van alcohol, roken en drugs. Samenvattend bestaat Helder op School uit vier pijlers:

- Beleid
- Signaleren
- Educatie
- Schoolomgeving en ouders

Helder op School: Frisse Start valt binnen de pijler "educatie". Bij Helder op School wordt sterk geadviseerd om met alle vier de pijlers aan de slag te gaan. Dit wordt ook besproken en geadviseerd door preventiewerkers van de IVZ en Gezonde School-adviseurs.

De contactpersonen uit het Helder op School-netwerk worden geïnformeerd over nieuw ontwikkelde producten en aanpassingen in bestaande materialen door middel van nieuwsbrieven, studiedagen, regiobezoeken en de website. Daarnaast zijn er verschillende productfolders beschikbaar die contactpersonen kunnen gebruiken bij de implementatie in de regio.

Contactpersonen kunnen zelf aangeven of zij getraind willen worden. Zij kunnen vervolgens de interventie doorzetten naar scholen. Scholen kunnen ook de regiocontactpersoon benaderen met de vraag naar Helder op School: Frisse Start. Doordat de IVZ en GGD actief zijn op scholen binnen de eigen regio kan er snel geïmplementeerd worden. Ook is het prettig dat er kan worden voortgebouwd op een relatie die al bestaat tussen contactpersoon en school.

Kosten – max 200 woorden

Wat zijn de kosten van de interventie? Benoem daarbij de personele (in aantallen uren) en de materiële kosten.

Het volgen van de train-de-trainer duurt ongeveer vier uur. Voor deze training betalen de contactpersonen van de IVZ en/of GGD €45,-. De docententraining duurt drie uur, deze training is gratis voor docenten/school/gemeente.

Het geven van Helder op School: Frisse Start duurt minimaal vier lessen plus eventuele voorbereidingstijd van een half uur.

De werkboekjes van Helder op School: Frisse Start voor de leerlingen kosten €2,50 per stuk.

3. Onderbouwing

Probleem – max 400 woorden

Voor welk probleem of (mogelijk) risico is de interventie ontwikkeld? Omschrijf aard, ernst, spreiding en gevolgen.

Middelengebruik zorgt vaak voor overlast, geweld, schooluitval en ziekteverzuim. Bovendien geeft middelengebruik gezondheidsrisico's, deze risico's zijn voor jongeren sterker dan voor volwassenen (Lokkerbol, Lokman, Boon en Smit, 2014). Het gebruik op jonge leeftijd vergroot de kans op veelvuldig en problematisch gebruik in de toekomst (USDHHS, 2012). Zo vergroot vroeg en regelmatig gebruik van tabak bij jongeren het risico op levensbedreigende ziektes later in hun leven, zoals longkanker of hartproblemen. Bij veel gebruik van alcohol op jonge leeftijd neemt ook de kans op hersenbeschadiging en functieverlies toe. Voor het gebruik van cannabis bij jongeren is er toenemend bewijs voor een verhoogde kans op het ontstaan van een psychotische stoornis later in het leven (Lokkerbol et al., 2014). Middelengebruik draagt dus bij aan een ongezonde leefstijl van jongeren op korte termijn en kan daarnaast leiden tot ernstige gezondheidsproblemen op de langere termijn (Kleinjan & Engels, 2010). Er is veel gezondheidswinst te behalen bij preventie van middelengebruik door jongeren omdat in deze periode de basis wordt gelegd voor de gezondheid van de rest van het leven (Schrijvers & Pos, 2006).

Als jongeren naar de brugklas gaan krijgen ze te maken met veel veranderingen: een nieuwe school, wisseling van klassen en docenten, en afname van persoonlijke aandacht van docenten. Ze brengen meer tijd door met leeftijdsgenoten, worden vatbaarder voor de invloed van deze leeftijdsgenoten en hun houding ten opzichte van tabak, alcohol en drugs kan veranderen (Onrust, Otten, Lammers en Smit, 2016). Dit komt door de biologische, cognitieve en psychosociale veranderingen die plaatsvinden in de vroege adolescentie (Forehand & Wierson, 1994). Deze jongeren zijn steeds meer bezig met hun peer-relaties en sociale acceptatie wordt belangrijk. Ze ervaren het zogenaamde 'denkbeeldige publiek' (ze geloven dat anderen hen altijd evalueren) en 'persoonlijke fabel' (ze geloven dat ze uniek en onkwetsbaar zijn) (Onrust et al., 2016). Dit zorgt ervoor dat deze adolescenten zichzelf gescheiden van familiebanden zien, hoewel ouders in deze ontwikkelingsfase een belangrijke bron van versterking blijven.

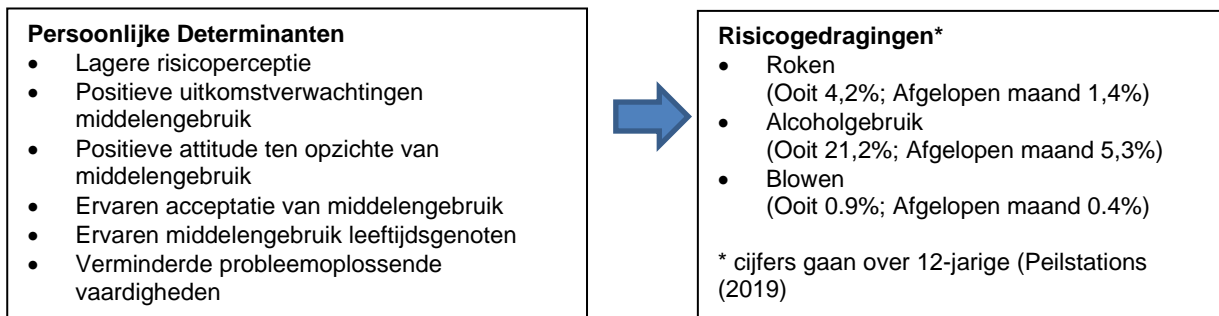
De meeste leerlingen hebben aan het einde van het basisonderwijs nog een overwegend negatieve houding ten opzichte van roken, alcohol drinken en blowen. In de loop van de brugklas kan dit veranderen. Zo heeft 4.2% van de 12-jarigen ooit gerookt, bij 13 jaar is dit 8.5%. Bij alcohol heeft 21.2% van de 12-jarigen ooit gedronken, bij 13-jarigen is dit 31.5%. En 0.9% van de 12-jarigen heeft ooit cannabis gebruikt, bij 13-jarigen is dit 3.5% (Peilstations, 2019). Dit maakt de brugklas een geschikt moment om preventieprogramma's gericht op roken, alcohol drinken en blowen uit te voeren, als sterk wordt ingezet op het zo lang mogelijk vasthouden van de negatieve norm.

Oorzaken – max 400 woorden

Welke factoren veroorzaken het probleem of (mogelijk) risico?

Let op: dit onderdeel hoeft niet ingevuld te worden voor erkenning op niveau 'Goed beschreven'.

In figuur 1 is een schematisch overzicht weergegeven van risicogedragingen door leerlingen aan het begin van het VO (Peilstations, 2019) en de belangrijkste persoonlijke determinanten waarop Helder op School: Frisse Start zich richt. Helder op School: Frisse Start is ontwikkeld om het eerste middelengebruik zo lang mogelijk uit te stellen door het zo lang mogelijk vasthouden van een negatieve attitude ten opzichte van middelengebruik. Dit kan worden bereikt door beïnvloeding van verschillende determinanten.



Figuur 1: risicogedragingen

Kennis / risicoperceptie

Kennis op zichzelf zorgt niet voor gedragsverandering, maar kennis over de risico's van middelengebruik op jonge leeftijd is wel belangrijk. Wat een jongere weet – of denkt te weten- over de effecten van middelen en gevolgen van middelengebruik, beïnvloedt of de jongere een positieve of een negatieve houding heeft ten opzichte van middelengebruik (Brug et al., 2007).

Attitude

Een attitude geeft aan hoe iemand tegenover bepaald gedrag staat. Uit onderzoek blijkt dat attitude een belangrijke voorspeller is voor alcohol- en drugsgebruik. Hoe positiever iemand tegenover alcohol staat, hoe meer deze persoon drinkt (Gorp, Lemmers & Paulussen, 1998). De attitude wordt bepaald door de afweging die iemand maakt tussen verschillende uitkomstverwachtingen (Eagly & Chaiken, 1993).

Sociale norm

De sociale norm verwijst naar wat normaal of gangbaar gedrag is binnen een groep. Deze sociale norm wordt op twee manieren bepaald. Enerzijds door waarneming van het gedrag van anderen (descriptieve sociale norm). Anderzijds is de verwachting van wat andere mensen belangrijk vinden (injunctieve sociale norm). Beide aspecten van de sociale norm zijn van invloed op de bereidheid om bepaald gedrag te vertonen (Ajzen, 1985, 1991). Wanneer jongeren verwachten dat middelengebruik door hun sociale omgeving niet wordt geaccepteerd, dan zijn zij ook minder snel geneigd om zelf middelen te gebruiken (Schrijvers & Schuit, 2010). De ervaren groepsnorm is gebaseerd op veronderstellingen en deze veronderstellingen zijn niet altijd correct. Uit onderzoek van Helms en anderen (2014) bleek dat jongeren veelal geneigd zijn om het middelengebruik van hun leeftijdsgenoten te overschatten. Overschatting van het gebruik van anderen kan vervolgens leiden tot aanzet of toename van het eigen gebruik (Henry, Kobus, & Schoeny, 2011).

Probleemoplossende vaardigheden / keuzes maken

Uit verschillende studies blijkt dat de mate waarin kinderen beschikken over sociale, emotionele en cognitieve vaardigheden van invloed is op de mate waarin zij risicogedrag vertonen (WHO, 2016). Het versterken van deze competenties bij kinderen helpt bij het terugdringen van risicogedrag (Onrust et al., 2016). Bij Helder op School: Frisse Start wordt aan één van deze competenties: probleemoplossende vaardigheden aandacht besteed. Onder probleemoplossende vaardigheden worden verschillende vaardigheden verstaan zoals het herkennen en vaststellen van problemen en het bedenken van oplossingsrichtingen. Een belangrijk onderdeel hierbij is het maken van verstandige keuzes door het

afwegen van voor- en nadelen van verschillende gedragalternatieven. Een negatieve houding ten opzichte van middelengebruik wordt bepaald door de afweging die iemand maakt tussen verschillende uitkomstverwachtingen (Eagly & Chaiken, 1993). Hiervoor is het dus belangrijk dat jongeren goed in staat zijn om hier een verstandige afweging in te maken.

Aan te pakken factoren – max 200 woorden

Welke factoren pakt de interventie aan en welke onder 1.2 benoemde (sub)doelen horen daarbij?

Let op: dit onderdeel hoeft niet ingevuld te worden voor erkenning op niveau 'Goed beschreven'.

Determinant	Veranderdoel	Methodiek	Toepassing
Kennis / risicoperceptie	Leerlingen zijn zich bewust van de negatieve gevolgen van middelengebruik.	- Bewustwording (Health Belief Model)	- Uitleg over landelijk en schoolbeleid rondom middelengebruik door jongeren. - Huiswerkopdracht: online informatie zoeken over de risico's van middelengebruik.
	Leerlingen weten dat de meeste leeftijdsgenoten geen middelen gebruiken.	- Feedback (Health Belief Model; Social Cognitive Theory)	- Smartquiz.
Attitude	Leerlingen uiten negatieve gevoelens over middelengebruik.	- Discussie (Elaboration likelihood model) - Argumenten (Elaboration likelihood model)	- Smartquiz. - Nabespreking huiswerkopdrachten.
	Leerlingen uiten positieve gevoelens over gezond gedrag.	- Discussie (Elaboration likelihood model) - Argumenten (Elaboration likelihood model)	- Smartquiz. - Nabespreking huiswerkopdrachten.
Verwachtingen (ervaren sociale norm)	Leerlingen verwachten dat middelengebruik niet wordt geaccepteerd door ouders en leeftijdsgenoten.	- Discussie (Elaboration likelihood model). - Informatie over goedkeuring van anderen (Theory of planned behavior)	- Huiswerkopdracht: bespreken opvattingen over middelengebruik met de ouders. - Smartquiz.
	Leerlingen veronderstellen dat hun leeftijdsgenoten niet van hen verwachten dat zij middelen gebruiken.	- Voorbeeldleren (Social Cognitive theory) - Uitdagen denkfouten (Cognitive behavioral theory)	- Voorbeelden van denkfouten. - Wisselen van perspectief (Wat zou jij hiervan vinden?).
Eigen effectiviteitsverwachting / Vaardigheid (verstandige keuzes maken)	Leerlingen laten zien dat zij voor- en nadelen van middelengebruik kunnen wegen.	- Afwegen van voor- en nadelen (Trans-theoretical Model of Behavior Change) - Oefenen (Social Cognitive Theory)	- Voorbeelden van voordelen en nadelen van middelengebruik. - Oefeningen waarin leerlingen voor- en nadelen moeten afwegen.
	Leerlingen uiten vertrouwen in het maken van gezonde keuzes.	- Voorbeeldleren (Social Cognitive Theory) - Oefenen (Social Cognitive Theory)	- Voorbeelden van voordelen en nadelen van middelengebruik. - Oefeningen waarin leerlingen voor- en nadelen moeten afwegen.
	Leerlingen laten zien dat zij gezonde keuzes kunnen maken.	- Oefenen (Social Cognitive Theory) - Openbare belofte doen (Theory of Planned Behavior / Goalsetting Theory)	- Oefeningen waarin leerlingen voor- en nadelen moeten afwegen. - Klassikale afspraak maken over middelen (NIX18).

Verantwoording – max 1000 woorden

Maak aannemelijk dat met deze aanpak ook daadwerkelijk de doelen bij deze doelgroep bereikt kunnen worden.

Let op: dit onderdeel hoeft niet ingevuld te worden voor erkenning op niveau 'Goed beschreven'.

Bij de ontwikkeling van Helder op School: Frisse Start is gebruik gemaakt van verschillende theorieën voor gedragsverandering. Aan de hand van deze theorieën zijn verschillende methodieken geselecteerd die een bijdrage kunnen leveren aan het behalen van de veranderdoelen per determinant.

Kennis / risicoperceptie

Het Health Belief Model (Abraham & Sheeran, 2005; Champion & Skinner, 2008) gaat ervan uit dat gedrag afhankelijk is van de waarde die iemand hecht aan de uitkomst van het gedrag en de verwachting dat het gedrag zal leiden tot die uitkomst. Volgens dit model wordt de beslissing om gezond gedrag te vertonen bepaald door enerzijds een inschatting te maken van de eigen kwetsbaarheid voor en de ernst van negatieve (gezondheids-) gevolgen van dat gedrag en anderzijds een inschatting te maken de voordelen en barrières van het aanbevolen gedrag. Het maken van deze afweging wordt volgens het model uitgelokt door een 'cue to action'. Deze 'cue to action' kan intern (bijvoorbeeld het aan den lijve ondervinden van bepaalde effecten) of extern (bijvoorbeeld gezondheidsvoorlichting) zijn. Volgens het Health Belief Model is het voor het zo lang mogelijk uitstellen van middelengebruik belangrijk dat jongeren zich bewust zijn van de risico's van het gebruik van middelen. Deze bewustwording kan worden bereikt door het verstrekken van informatie en het geven van feedback. In Helder op School: Frisse Start worden beide methodieken ingezet om de leerlingen bewust te maken van de nadelige gevolgen van middelengebruik.

Attitude

De Theory of Planned Behavior (Ajzen, 1991) stelt dat gedrag voorspeld wordt door de gedragsintentie. Deze gedragsintentie wordt vervolgens bepaald door drie determinanten, waaronder de attitude of houding ten opzichte van dit gedrag. De attitude zegt iets over hoe iemand staat tegenover bepaald gedrag. Bijvoorbeeld: 'roken is duur' of 'roken is stoer'. Deze attitude wordt bepaald door de afweging die iemand maakt tussen de verschillende uitkomstverwachtingen (Eagly & Chaiken, 1993). Door te focussen op specifieke voor- en nadelen kan de attitude worden veranderd (O'Keefe, 2002; Koning, Engels, Verdurmen & Vollebergh, 2010). Verschillende communicatietheorieën, waaronder de Communication Persuasion Matrix (McGuire, Rice, & Atkin, 2001) en het Elaboration Likelihood Model (Petty & Cacioppo, 1986), beschrijven verschillende methodieken die kunnen worden ingezet om de verwachtingen die jongeren hebben bij bepaald gedrag te beïnvloeden. Een verandering in attitude kan bij voorbeeld bereikt worden door overredende communicatie. Hierbij is het wel belangrijk dat de gebruikte argumenten aansluiten bij de belevingswereld, refereren aan korte termijn uitkomsten en gebaseerd zijn op duidelijke causale verbanden tussen het gedrag en de voor- en nadelen (O'Keefe, 2002). In Helder op School: Frisse Start wordt zowel gebruik gemaakt van overredende communicatie vanuit de docent, als van argumenten van klasgenoten tijdens verschillende discussieopdrachten. Discussies zijn een geschikte manier om leerlingen te laten reflecteren op attitudes en opvattingen (Hedgepeth & Helmich, 1996; Höing, & Van Berlo, 2006).

Sociale norm

Een andere determinant die volgens de Theory of Planned Behavior (Ajzen, 1991) bepalend is voor de gedragsintentie is de waargenomen sociale norm. Mensen willen graag bij een groep horen en dit geldt in het bijzonder voor leerlingen uit de brugklas. Aansluiting bij leeftijdsgenoten is voor hen extra belangrijk. Daarom zijn gedragingen en meningen van leeftijdsgenoten erg belangrijk voor hen en kijken ze naar wat anderen wel of niet doen. Normatieve opvattingen (al dan niet juist, bijvoorbeeld 'als ik rook hoor ik erbij'), leiden tot de motivatie om daaraan te voldoen en vervolgens tot de intentie en het gedrag (bijvoorbeeld roken). Uit onderzoek is gebleken dat de opvattingen die jongeren hebben over risicogedrag door andere jongeren niet altijd klopt. Een manier om invloed uit te oefenen op de ervaren sociale norm is het bijstellen van de overschatting van het gebruik van anderen en het corrigeren van misverstanden (Berkowitz, 2005). Verschillende studies naar middelenpreventieprogramma's hebben laten zien dat het bijstellen van sociale normen een effectieve preventiestrategie is (McBride, 2003; Cuijpers, Jonkers, Weerd, & de Jong, 2002) en

dat deze strategie bij uitstek geschikt is voor jonge adolescenten (Onrust et al., 2016). Er zijn verschillende methodieken die hiervoor kunnen worden ingezet. De eerste techniek bestaat uit het geven van informatie over het daadwerkelijke middelengebruik door leeftijdsgenoten (werkt op de descriptieve sociale norm) en het geven van informatie over de sociale acceptatie (werkt op de injunctieve sociale norm). Dit laatste kan bijvoorbeeld worden bereikt door middel van discussieopdrachten. Een andere methodiek betreft het evalueren van gedachten en het nagaan of de veronderstellingen die jongeren hebben over de verwachtingen van anderen wel kloppen. Het evalueren en uitdagen van gedachten is afkomstig uit de cognitieve gedragstherapie (Beck, 1976). Cognitieve gedragstherapie gaat ervan uit dat problemen onder andere in stand worden gehouden door afwijkingen in de informatieverwerking, ook wel 'denkfouten' genoemd. Door je ervan bewust te zijn dat aannames niet altijd kloppen, ontstaat ruimte voor alternatieve gedachten. In Helder op School: Frisse Start wordt dit proces geïllustreerd aan de hand van een beeldfragment waarin een jongere ervanuit gaat dat er van hem wordt verwacht dat hij een sigaret rookt. Vervolgens wordt met behulp van klassikale discussie inzichtelijk gemaakt dat dit beeld niet klopt en worden de leerlingen uitgedaagd om na te denken over hun eigen denkfouten.

Probleemoplossende vaardigheden / keuzes maken

Het maken van gezonde keuzes is een belangrijke doelstelling van Helder op School: Frisse Start. Volgens het Trans-theoretisch model van gedragsverandering (Prochaska & DiClemente, 1982) doorlopen mensen verschillende stadia voordat zij bepaald gedrag vertonen: voorbeschouwing, overweging, beslissing, actie, volhouden en terugval. Voordat mensen daadwerkelijk voor gezond gedrag kiezen, wordt eerst (bewust dan wel onbewust) een afweging gemaakt tussen de voor- en nadelen van dit gedrag. In Helder op School: Frisse Start zijn verschillende opdrachten opgenomen die de leerlingen ondersteunen bij het maken van deze afweging. Volgens de Theory of Planned Behavior (Ajzen, 1991) is naast de attitude en de sociale norm ten opzichte van een bepaald gedrag, ook de eigen effectiviteitsverwachting ten opzichte van dit gedrag van belang voor de gedragsintentie. De eigen effectiviteitsverwachting is de mate waarin iemand denkt in staat te zijn om het gedrag daadwerkelijk te vertonen. Deze eigen effectiviteitsverwachting wordt ook beschreven in de Social Cognitive Theory (Bandura, 1986). De Social Cognitive Theory beschrijft bovendien op welke manier deze eigen effectiviteitsverwachting kan worden beïnvloed. Belangrijke methodieken die hiervoor kunnen worden ingezet zijn onder andere voorbeeldleren (modeling), oefenen en het geven van feedback. Al deze methodieken zijn opgenomen in Helder op School: Frisse Start.

4. Onderzoek

4.1 Onderzoek naar de uitvoering – max 600 woorden

Wat is op basis van het beschikbare onderzoek bekend over de uitvoering van de interventie?

Beschrijf kort welke onderzoeken zijn gedaan en wat daarvan de uitkomsten waren. Stuur bij het indienen van het werkblad de volledige publicatie van ieder genoemd onderzoek mee.

Beschrijf per onderzoek:

- a) De titel, auteurs, organisatie en jaar van uitgave (indien gepubliceerd)
 - b) Het type onderzoek, de onderzoeksmethode en de omvang van het onderzoek
 - c) Een samenvatting van de meest relevante uitkomsten met betrekking tot inzicht in de mate waarin activiteiten zijn uitgevoerd volgens plan, het bereik van de interventie, de waardering en ervaring van de uitvoerders en doelgroep, succes- en faalfactoren, en -indien beschikbaar- de uitvoerbaarheid, de randvoorwaarden en de omgevingsvariabelen.
- a) Procesevaluatie Helder op School: Frisse Start (2016), Trimbos-instituut.
 - b) Procesevaluatie, drie onderdelen (train-de-trainer, docententraining en lessenserie) van het lesprogramma Helder op School: Frisse Start zijn onderzocht aan de hand van vragenlijsten bij preventiewerkers (n=20), docenten (n=10) en leerlingen (n=996), verdeeld over zes verschillende scholen. Hierin werd de uitvoerbaarheid en tevredenheid van de gebruikers op de verschillende onderdelen bevraagd. Deze schriftelijke informatie is aangevuld met informatie uit gesprekken die met verschillende preventiewerkers en docenten zijn gevoerd en informatie uit lesobservaties. Alle lessen zijn meerdere keren geobserveerd: les 1 is in drie klassen geobserveerd, les 2 in twee klassen, les 3 in twee klassen en les 4 in vier klassen.
 - c) Uitvoering
De meeste ondervraagde preventiewerkers die aan de train-de-training hebben deelgenomen hebben Helder op School: Frisse Start uiteindelijk op één of meerdere scholen geïmplementeerd. Alle preventiewerkers hebben de train-de-trainer doorlopen voordat zij docenten hebben getraind en de werving van scholen voor Helder op School: Frisse Start verliep in het algemeen goed.

De docententraining werd door de helft van de preventiewerkers gegeven zoals deze ontworpen was. In andere gevallen was er sprake van kleine aanpassingen.

De eerste drie lessen van Helder op School: Frisse Start werden helemaal of grotendeels uitgevoerd zoals in de handleiding beschreven stond. Er hing een goede sfeer in de les en leerlingen luisterden naar elkaar. De uitvoering van de vierde les was wisselend. Het merendeel van de leerdoelen werd volgens de ondervraagde docenten voldoende tot helemaal behaald, al waren er ook vier leerdoelen die onvoldoende scoorden: "leerlingen kennen het stappenplan 'keuzes maken' en weten hoe ze dit moeten toepassen", "leerlingen benoemen hoe middelengebruik is bij leeftijdgenoten", "leerlingen kunnen uitleggen welke afwegingen jongeren maken om wel of niet te gaan roken, drinken of blowen en wat ze hier zelf van vinden" en "leerlingen zijn zich ervan bewust dat hun gedrag beïnvloed wordt door anderen". Uit de logboeken en lesobservaties bleek dat de huiswerkopdracht om met de ouders in gesprek te gaan over middelengebruik maar in een beperkt aantal klassen is meegegeven. Ook bleek de derde les voor sommige vmbo-leerlingen te moeilijk. De vierde les werd het minst vaak uitgevoerd zoals in de handleiding beschreven. Met name de afsluitende opdracht, reflecteren op hetgeen tijdens de lessen geleerd is, was niet in alle klassen een succes.

Tevredenheid

De verschillende onderdelen van Helder op School: Frisse Start scoorden overwegend positief op tevredenheid. Over de train-de-trainer werd door een deel van de preventiewerkers aangegeven dat deze lang was. Wel vonden de meeste preventiewerkers de training duidelijk en de handleiding helder geschreven. De docententraining werd overwegend positief geëvalueerd. De docenten waren

in de evaluatieformulieren overwegend positief over in de inhoud van de docenttraining. Enkele preventiewerkers gaven aan dat er behoefte was aan meer diversiteit in de docenttraining en de lesmaterialen. De docenten waren positief over de lesinstructies en de meeste docenten vonden de lessen leuk om te geven. De vragenlijsten die verspreid waren onder 996 leerlingen die Helder op School: Frisse Start hebben gevolgd lieten zien dat de leerlingen overwegend positief waren over de lessen. Ze begrepen waarom Helder op School: Frisse Start werd aangeboden. Nuttig, leerzaam, leuk en interessant werden het meest genoemd om Helder op School: Frisse Start te omschrijven. Enkele leerlingen gaven aan de lessen (een beetje) saai te vinden. De reden dat het saai gevonden werd, was omdat het niet vernieuwend was, er werden dingen benoemd die leerlingen al wisten.

Conclusie

Uit de evaluatie door de verschillende gebruikers bleek dat Helder op School: Frisse Start in de huidige vorm uitvoerbaar is. Ook werd Helder op School: Frisse Start door de meeste gebruikers positief beoordeeld. Wel kwamen er enkele suggesties voor verbetering naar voren. Deze suggesties voor verbetering hadden zowel betrekking op de lesstof (sommige onderdelen werden moeilijk gevonden door vmbo-leerlingen) als op de wijze waarop de lesstof werd aangeboden (meer behoefte aan diversiteit).

Aanpassing als gevolg van de procesevaluatie.

De aanbevelingen die in de procesevaluatie stonden zijn verwerkt tijdens de aanpassing van Helder op School: Frisse Start. Zo is de volgorde van de lessen aangepast om de interesse van leerlingen langer vast te kunnen houden. Ook zijn de huiswerkopdrachten van les één beter afgestemd op de les, door meer te focussen op normen en regelgeving tijdens het gesprek thuis. De smartquiz is aangepast om zo meer te focussen de norm dat middelengebruik door minderjarigen niet normaal is. Uit de evaluatie kwam naar voren dat les 3 wat lastig kan zijn voor vmbo leerlingen. Les 3 is daarom in kleinere stapjes geknipt zodat deze beter te begrijpen is. Tijdens de docenttraining wordt besproken dat het nodig kan zijn om de klassikale uitleg aan te passen aan de verschillende schooltypes, zodat het goed aansluit op het niveau van de leerlingen. Ook focust de afsluiting van het lessenprogramma zich na aanpassing meer op de geleerde vaardigheden van de lessen. Tot slot zijn de namen in het werkboekje aangepast zodat er meer ruimte is voor diversiteit.

4.2 Onderzoek naar de behaalde effecten – max 600 woorden

Wat is op basis van het beschikbare onderzoek bekend over de behaalde effecten met de interventie?

Let op: dit onderdeel hoeft niet ingevuld te worden voor erkenning op de niveaus 'Goed beschreven' en 'Goed onderbouwd'.

Beschrijf kort welke onderzoeken zijn gedaan en wat daarvan de uitkomsten waren. Stuur bij het indienen van het werkblad de volledige publicatie van iedere genoemde studie mee.

Beschrijf per onderzoek:

- a) De titel, auteurs, organisatie en jaar van uitgave
 - b) Het type onderzoek, de meetinstrumenten en de omvang van het onderzoek
 - c) Een samenvatting van de meest relevante uitkomsten met betrekking tot het bereik van de interventie, de gevonden effecten en -indien beschikbaar- de door de doelgroep ervaren effectiviteit en de mate waarin de veronderstelde werkzame elementen daadwerkelijk zijn uitgevoerd.
- a) Effectiveness of Fresh Start: A Randomized Study of a School-Based Program to Retain a Negative Attitude Toward Substance Use in Secondary School Freshmen, S.A Onrust, A. van der Heijden, A. L. Zschämisch & P. Speetjens, Trimbos-Instituut, 2017.

- b) Cluster RCT-onderzoek met 48 eerstejaars klassen en 1083 leerlingen. Met drie meetmomenten (september 2015, februari 2016 en juni 2016). De experimentele groep kreeg Helder op School: Frisse Start aangeboden tussen het eerste en tweede meetmoment, de wachtlijstcontrole groep kreeg Helder op School: Frisse Start aangeboden tussen het tweede en derde meetmoment. De primaire uitkomstmaten waren de attitude ten opzichte van roken, alcohol drinken en blowen. Secundaire uitkomstmaten waren de gedragsintentie, frequentie van het gedrag, risicoperceptie, sociale normen en de eigen-effectiviteitsverwachting om weerstand te bieden voor de verschillende middelen.
- c) De overgang naar de middelbare school is gekoppeld aan verschuiving naar een positievere houding ten opzichte van middelengebruik (Masten et al., 2008). De bevindingen van dit onderzoek geven aan dat Helder op School: Frisse Start kan helpen om langer de negatieve norm omtrent middelgebruik vast te houden. Er zijn kleine, maar significante effecten gevonden voor de houding ten opzichte van roken, alcoholgebruik en cannabisgebruik. De meeste secundaire uitkomstmaten werden niet beïnvloed door deelname aan Helder op School: Frisse Start. Wel werden er twee kleine effecten gevonden in gewenste richting voor de risicoperceptie ten aanzien van roken en de intentie om te roken. Ook werd er een klein effect gevonden in ongewenste richting voor de waargenomen injunctieve norm ten aanzien van blowen. De timing van Helder op School: Frisse Start had geen invloed op de effectiviteit van het programma. Dit betekent echter niet dat de houding van de studenten gedurende het schooljaar vergelijkbaar was. De controlegroep ontwikkelde een positievere houding ten opzichte van roken en alcoholgebruik in de eerste deel van het schooljaar, terwijl de houding ten opzichte van cannabisgebruik stabiel bleef. Deze ontwikkeling is grotendeels consistent met de literatuur (Masten et al., 2008).
In de experimentele groep kwam de ontwikkeling naar positieve attitudes niet naar voren. De attitudes tegenover roken en cannabisgebruik werden zelfs nog negatiever, terwijl de attitude ten opzichte van alcoholgebruik stabiel bleef. Gedurende het tweede deel van het schooljaar ontwikkelde deze studenten een positievere houding ten opzichte van middelengebruik. De houding ten opzichte van roken en cannabisgebruik waren niet significant vergeleken met de nulmeting. Dit geeft aan dat de negatieve attitudes van het begin van het schooljaar behouden werd. In de controlegroep bleef de attitude ten opzichte van roken en cannabisgebruik stabiel na deelname.
-

5. Samenvatting Werkzame elementen

Wat zijn de werkzame elementen van deze interventie waardoor de gestelde doelen bij de doelgroep gerealiseerd worden? Geef een puntsgewijs overzicht van de belangrijkste werkzame elementen van de interventie. Denk daarbij aan inhoudelijke en praktische elementen. - Max 250 woorden

Let op: dit onderdeel hoeft niet ingevuld te worden voor erkenning op niveau 'Goed beschreven'.

Helder op School: Frisse Start is ontwikkelend met als doel het voorkomen dat jongeren gaan roken en blowen en het moment waarop jongeren beginnen met alcoholgebruik zo lang mogelijk uitstellen.

Algemene werkzame elementen

- Planmatige aanpak van de interventie, waarbij chronologisch door het lesprogramma gelopen wordt.
- Getrainde uitvoerders die tijdens de training extra uitleg hebben gekregen over de werkzame elementen van de interventie.

Specifieke en inhoudelijke elementen

- Bewust maken dat de meeste jongeren van hun leeftijd geen middelen gebruiken door kennisoverdracht aan de hand van verschillende werkvormen (feedback d.m.v. huiswerkopdracht, smartquiz).
- Bewust maken van de negatieve gevolgen van middelengebruik door kennisoverdracht aan de hand van verschillende werkvormen (huiswerkopdracht, smartquiz).
- Beïnvloeden van attitude van leerlingen over middelengebruik (negatief over middelengebruik, positief over gezond gedrag) door kennisoverdracht aan de hand van discussie en argumentatie (huiswerkopdracht, smartquiz).
- Beïnvloeden van de verwachtingen die leerlingen denken dat anderen (ouders en leeftijdsgenoten) hebben aan de hand van voorbeelden van denkfouten, leren wisselen van perspectief, de smartquiz en de huiswerkopdracht praten met ouders.
- Beïnvloeden van vertrouwen in het maken van gezonde keuzes aan de hand van voorbeeldleren, oefenen en afwegen van voor- en nadelen.
- Bewust maken dat leerlingen gezonde keuzes kunnen maken aan de hand van voorbeelden en oefeningen waarin leerlingen voor- en nadelen moeten afwegen.
- Beïnvloeden van negatieve peer processen (deviantietraining). Bij de docententraining worden de docenten geleerd wat deviantietraining inhoudt, hoe ze hier alert op kunnen zijn en hoe ze ermee om kunnen gaan in de praktijk (aan de hand van "do's en don'ts).

Praktische elementen

- Interventie past goed bij de structuur van de school. Hierdoor is het voor scholen makkelijk te implementeren aangezien het om vier lessen past. De lessen zijn even lang als de lessen om school.
 - Train de trainer-bijeenkomst voor de docenten. Docenten krijgen duidelijke handvatten in hoe ze de les moeten geven en waar ze op moeten letten.
-

6. Aangehaalde literatuur

Maak een alfabetische lijst van alle in deze beschrijving aangehaalde literatuur en gebruik hiervoor de APA-normen (variant met kleine letters, zie aanwijzingen in de handleiding).

1. Abraham, C., & Sheeran, P. (2005). The health belief model. *Predicting health behaviour*, 2, 28-80.
 2. Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational behavior and human decision processes*, 50(2), 179-211.
 3. Bandura, A. (1986). *Social Foundations of Thought and Action: a Social Cognitive Theory*. Englewoods Cliff, NJ: Prentice Hall.
 4. Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. New York: International Universities Press.
 5. Berkowitz, A. D. (2005). An overview of the social norms approach. *Changing the culture of college drinking: A socially situated health communication campaign*. Cresskill: Hampton Press.
 6. Brug, J. (2007). *Gezondheidsvoorlichting en gedragsverandering*. Uitgeverij Van Gorcum.
 7. Champion, V. L., & Skinner, C. S. (2008). The health belief model. *Health behavior and health education: Theory, research, and practice*, 4, 45-65.
 8. Cuijpers, P., Jonkers, R., Weerd, I. de, & A. de Jong (2002). *The effects of drug abuse prevention at school: the 'Healthy School and Drugs' project*. *Addiction*, 97(1), 67-73.
 9. Eagly, A. H., & Chaiken, S. (1993). *The psychology of attitudes*. Harcourt Brace Jovanovich College Publishers.
 10. Forehand, R., & Wierson, M. (1994). The role of developmental factors in planning behavioural interventions for children: disruptive behavior as an example. *Behavior Therapy*, 24, 117-141.
 1. Gorp, K. V., Lemmers, L., & Paulussen, T. (1998). *Waarom drinken mensen? Een empirische studie naar (sociaal-) psychologische determinanten van alcoholgebruik*. Woerden: Nationaal instituut voor gezondheidsbevordering en ziektepreventie.
 2. Hedgepeth, E. M., & Helmich, J. (1996). *Teaching about sexuality and HIV: Principles and methods for effective education*. NYU Press.
 3. Helms, S. W., Choukas-Bradley, S., Widman, L., Giletta, M., Cohen, G. L., & Prinstein, M. J. (2014). Youths misperceive and are influenced by high-status peers' health risk, deviant, and adaptive behavior. *Developmental Psychology*, 50(12), 2697.
 4. Henry, D. B., Kobus, K., & Schoeny, M. E. (2011). Accuracy and bias in adolescents' perceptions of friends' substance use. *Psychology of Addictive Behaviors*, 25(1), 80.
 5. Höing, M., Bakker, F., & Vanwesenbeeck, I. (2006). *Girls' Talk: seksuele empowerment voor meiden. Een studie naar de effectiviteit van een counselprogramma voor jonge meiden uit risicogroepen*. Utrecht: Rutgers Nisso Groep.
 6. Peilstations (2019). *Cijfers middelengebruik onder scholieren*.
 7. Kleinjan, M., & Engels, R. C. (2010). Universele preventie van middelengebruik onder jongeren. *Kind & Adolescent*, 31(4), 221-233.
 8. Koning, I. M., Engels, R. C., Verdurmen, J. E., & Vollebergh, W. A. (2010). Alcohol-specific socialization practices and alcohol use in Dutch early adolescents. *Journal of adolescence*, 33(1), 93-100.
 9. Lokkerbol, J., Lokman, S., Boon, B., & Smit, F. (2014). *Kosten en effecten van preventie van eerste middelen gebruik bij jongeren*. Trimbos-instituut, Utrecht.
 10. McBride, N. (2003). A systematic review of school drug education. *Health Education Research*, 18(6): 729-742.
 11. McGuire, W. J., Rice, R. E., & Atkin, C. K. (2001). Input and output variables currently promising for constructing persuasive communications. *Public communication campaigns*, 3, 22-48.
 12. O'keefe, D. J. (2002). Persuasion: theory and research. *The International Encyclopedia of Communication*. Thousand Oaks: Sage.
 13. Onrust, S. A., Otten, R., Lammers, J., & Smit, F. (2016). School-based programmes to reduce and prevent substance use in different age groups: What works for whom? Systematic review and meta-regression analysis. *Clinical Psychology Review*, 44, 45-59.
 14. Petty, R. E., & Cacioppo, J. T. (1986). The elaboration likelihood model of persuasion. In *Communication and persuasion* (pp. 1-24). Springer, New York, NY.
-

15. Prochaska, J. O., & DiClemente, C. C. (1982). Transtheoretical therapy: Toward a more integrative model of change. *Psychotherapy: theory, research & practice*, 19(3), 276.
 16. Schrijvers, C. T. M., & Pos, S. E. (2006). Wat wordt met preventie gericht op de jeugd beoogd. *Volksgezondheid Toekomst Verkenning, Nationaal Kompas Volksgezondheid*.
 17. Schrijvers, C. T. M., & Schuit, A. J. (2010). *Middelengebruik en seksueel gedrag van jongeren met een laag opleidingsniveau*. Bilthoven: RIVM.
 18. USDHHS: U.S. Department of Health and Human Services (2012). *Preventing Tobacco Use Among Youth and Young Adults*. A Report of the Surgeon General. Atlanta, GA: Department of Health and Human Services, Centers for Disease Control and Prevention, National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion, Office on Smoking and Health.
 19. WHO. (2016). *Adolescents: Health risks and solutions*.
-

20. Praktijkvoorbeeld

Beschrijf, indien beschikbaar, in max. 600 woorden een praktijkvoorbeeld van de uitvoering van de interventie: hoe was de situatie voor, tijdens en na de interventie?

Klik hier als u tekst wilt invoeren.
