

Wetenschappelijke doorbraken de klas in!

Waarnemen en bewegen, **Onder invloed** en **Gevaarlijke ideeën**

Marieke Peeters, Winnie Meijer & Roald Verhoeff (redactie)

Hoofdstuk 3: Onder invloed



Colofon

Redactie: dr. Marieke Peeters, Winnie Meijer MSc & dr. Roald Verhoeff

Ontwerp cover en binnenwerk: Elke Jacobs

Opmaak binnenwerk: Inhoud & Vorm, Madelon van Honk, Nathan Tax

Druk en afwerking: Drukkerij Efficiënt Nijmegen

Eerste druk, januari 2014

ISBN : 978-90-818461-2-7

Wilt u een exemplaar bestellen?

Ga naar: www.wkru.nl/boek

Uitgave:

Wetenschapsknooppunt Radboud Universiteit Nijmegen

Heyendaalseweg 135 – postvak 77

Postbus 9010

6500 GL Nijmegen

Nederland



E-mail: infowkru@ru.nl

Telefoon: (024) 366 72 22

Internet: www.wkru.nl



2014 Wetenschapsknooppunt Radboud Universiteit Nijmegen

Dit werk is gelicenseerd onder de licentie Creative Commons Naamsvermelding-GelijkDelen 4.0 Internationaal. Ga naar <http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/deed.nl> om een kopie van de licentie te kunnen lezen.

Voor afbeeldingen gelden andere licentievoorwaarden zie pagina 194 in dit boek.



Hoofdstuk 3. **Onder invloed**

Dit hoofdstuk beschrijft in twee delen het onderzoeksthema 'Onder invloed'. In paragraaf 3.1 wordt dieper ingegaan op het onderzoek van de afdeling Ontwikkelingspsychopathologie dat gedaan wordt op dit gebied. In paragraaf 3.2 worden praktijkvoorbeelden beschreven van hoe dit onderzoek naar de bovenbouwklas van het basisonderwijs vertaald kan worden.

3.1 Onderzoek naar middelengebruik binnen het Behavioural Science Institute

'Onder invloed'

Rutger Engels (hoogleraar), Marloes Kleinjan (universitair docent), Roel Hermans (postdoc), Carmen Voogt (promovenda) en Josje van Onna (docent/beleidsmedewerker). Allen zijn werkzaam op de afdeling Ontwikkelingspsychopathologie van het Behavioural Science Institute van de Radboud Universiteit Nijmegen.

Vroeg, vaak en veel

De adolescentie wordt vaak gekenmerkt door een toename van risicovolle gedragingen, waaronder het experimenteren met middelen zoals alcohol, tabak en softdrugs. In de kranten lezen we bijna wekelijks over 'comazuipende' jongeren, ongelukken veroorzaakt door overmatig alcoholgebruik en andere alcohol gerelateerde excessen. Het alcoholgebruik onder jongeren lijkt inderdaad zorgwekkend toe te nemen. In vergelijking met andere EU-landen drinken jongeren in Nederland niet alleen veel méér, maar beginnen ze ook op jongere leeftijd. Onderzoek uit 2011 laat zien dat op 12-jarige leeftijd 34% van de Nederlandse jongeren al eens alcohol heeft gedronken. Wat voor alcohol geldt, gaat grotendeels ook op voor roken. Ondanks de bekendheid met de schadelijke gevolgen begint een groot aantal jongeren toch op jonge leeftijd met (het experimenteren met) roken.

Alhoewel de meeste jongeren thuis in contact komen met het eerste glas alcohol, vindt de ontwikkeling van hun middelengebruik vooral plaats in aanwezigheid van hun vrienden of leeftijdgenoten. Hoe ouder jongeren worden, des te vaker komen ze in situaties waarin middelen worden gebruikt, zoals op feesten en in cafés, kroegen en clubs. De omgeving heeft vaak een directe invloed op het gedrag van jongeren: binnen de groep bestaan ideeën en normen over wel én niet-gebruikers, ze worden blootgesteld aan rokende of drinkende vrienden of ze krijgen het eerste drankje of sigaretje rechtstreeks aangeboden. Vaak gaan jongeren mee in de



Jongeren drinken en roken vaak in het bijzijn van hun vrienden.

Onderzoek middelengebruik op het Behavioural Science Institute

ideeën en normen van de groep en nemen ze bijvoorbeeld een drankje of sigaret aan terwijl ze dat niet per se zelf willen. Dit noemen we ook wel conformeren of toegeven aan groepsdruk. *Conformiteit* laat zich omschrijven als een proces waarbij jongeren zichzelf met anderen vergelijken en vervolgens hun gedrag en meningen op die anderen afstemmen. Drinken of roken in een niet-sociale context is bij jonge mensen minder gebruikelijk. Vanwege de sociale invloed en het gezelschap waarin jongeren doorgaans roken of drinken, is het belangrijk inzicht te verkrijgen in de processen die bepalen *wanneer* en *hoeveel* jongeren roken en drinken in aanwezigheid van hun leeftijdgenoten.

Naast de sociale omgeving spelen ook de media een steeds grotere rol in het leven van jongeren. Tijdens het kijken naar films of soaps krijgen jongeren aantrekkelijke mannen en vrouwen te zien die roken en/of drinken. Jongeren zijn een interessante doelgroep voor alcoholmarketing. Regelmatige blootstelling aan beelden van drinkende volwassenen zou ertoe kunnen leiden dat jongeren positiever gaan denken over alcohol en sterker geneigd zijn om in de toekomst ook te gaan drinken.

Een groot gedeelte van het onderzoek dat wij uitvoeren, richt zich dan ook op de invloed van leeftijdgenoten en de media op het middelengebruik van jongeren. Door jongeren bloot te stellen aan drinkende of rokende anderen (in real-life of op TV), door hen te confronteren met de mening van anderen over deze middelen en hun eigen ideeën en verwachtingen over het gebruik van middelen te toetsen, kunnen we meer te weten komen over hoe en waarom het middelengebruik van jongeren beïnvloed wordt door hun omgeving.

Hieronder volgen twee voorbeelden van onderzoek dat wij hebben uitgevoerd naar de invloed van leeftijdgenoten en de media op alcoholgebruik.

Onderzoek naar middelengebruik: hoe doen wij dat?

Onderzoek 1. *Zien drinken, doet drinken? De invloed van leeftijdgenoten en vrienden op het alcoholgebruik van jongeren.*

Aangezien alcoholgebruik van jongeren een sociale aangelegenheid is, is het aannemelijk dat jongeren hun drinkgedrag afstemmen op dat van hun leeftijdgenoten. Een mogelijke verklaring hiervoor is dat het drinkgedrag van anderen dient als een belangrijke sociale norm voor de individuele drankkeuze, voor de snelheid van drinken en voor de hoeveelheid die gedronken wordt. Omdat afwijken van deze norm zou kunnen leiden tot een negatieve beoordeling of uitsluiting van de groep zijn jongeren doorgaans geneigd om zich te conformeren aan de geldende groepsnorm. Het gedrag van anderen in een bar of kroeg zou dus gebruikt kunnen worden als voorbeeld voor het eigen gedrag, waarbij jongeren hun drinkgedrag aanpassen aan dat van de andere jongeren om hen heen.

Wij onderzochten hoe deze aanpassing aan elkaars drinkgedrag verloopt. We stelden ons hierbij ten doel een zo realistisch mogelijke drinksituatie na te bootsen; daarom richtten we een laboratoriumruimte in als een echte kroeg, het zogenaamde Barlab.

Om de vorm van beïnvloeding zo zuiver mogelijk te houden, focusten we eerst op imitatie van het drinkgedrag bij drinkpartners die elkaar nog niet kenden. Omdat ze elkaar nog niet kennen, zijn er nog geen patronen in hun gezamenlijk drinkgedrag ontwikkeld. Hierdoor is het makkelijker om conclusies te trekken over de invloed die de jongeren op elkaar hebben. In dit soort onderzoek

Onder invloed

kiezen we nadrukkelijk voor jongeren ouder dan 18 jaar, omdat gratis drank verschaffen aan jongeren tussen de 12 en 18 jaar om ethische (en juridische) redenen niet mogelijk is. Het is echter aannemelijk dat onderstaande resultaten ook verkregen zouden worden wanneer we drinkende pubers zouden observeren.



Het Barlab van de Radboud Universiteit Nijmegen. In deze ruimte wordt het drinkgedrag van jongeren geobserveerd door middel van geheime camera's.

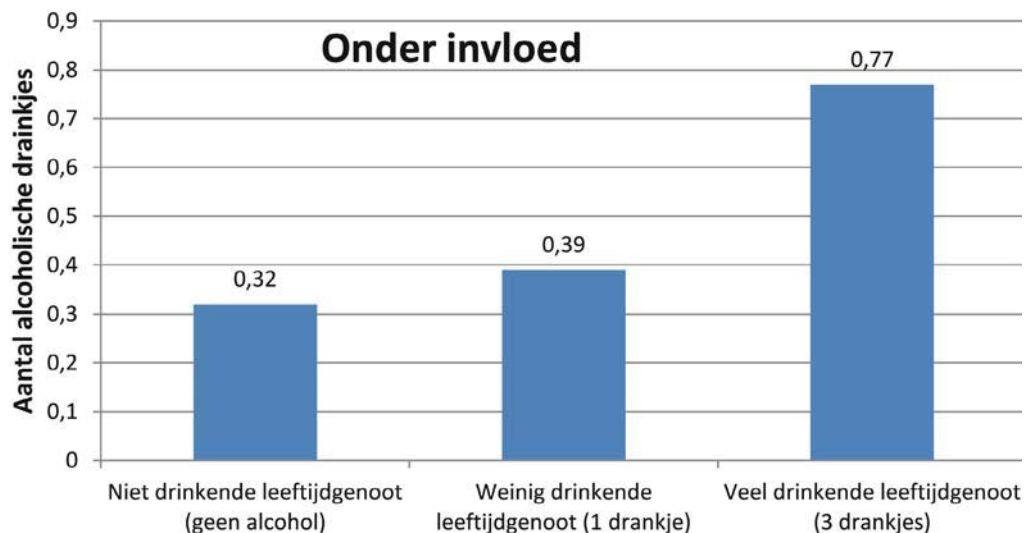


De observatieruimte die verbonden is aan het Barlab. Hier kan de onderzoeker meekijken met wat er gebeurt in het Barlab en het gedrag van de proefpersonen nauwkeurig observeren.

We nodigden jongeren in de leeftijd van 18 tot 25 jaar uit in onze kroeg en koppelden hen aan een acteur of actrice die vooraf instructies had gekregen over de keuze en het aantal drankjes dat hij of zij moest drinken. We gaven de acteur bijvoorbeeld de opdracht om weinig (1 biertje) of veel (3 biertjes) alcohol te drinken tijdens een half uur durende 'pauze', of juist helemaal geen alcohol, maar een cola te nemen. Om te voorkomen dat jongeren zich ervan bewust werden dat hun drinkgedrag geobserveerd werd, leidden we hen af door ze voorafgaand en na afloop van de 'pauze' verschillende taken uit te laten voeren. Zo moesten ze bijvoorbeeld reclames beoordelen of discussiëren over allerlei onderwerpen.

Uit onze observaties bleek dat jongeren meer dronken in gezelschap van een acteur of actrice die veel alcohol dronk dan in gezelschap van een matige of niet-alcohol drinkende acteur, waarbij zowel mannen als vrouwen hun drinkgedrag aanpasten aan dat van de ander (zie grafiek). Het maakte daarbij niet uit of zij aan een acteur of aan een actrice gekoppeld waren. Daarnaast vonden we dat jongeren niet alleen de hoeveelheid die zij dronken op de ander afstemden, maar dat zij ook de slokjes die ze namen aanpasten aan die van de acteur of actrice. Ze waren meer geneigd om een slokje te nemen van hun drankje als de ander dit deed dan dat zij hun eigen drinktempo bepaalden. Dit imiteren gebeurde vaker wanneer beide personen alcohol dronken, dan wanneer ze beide een non-alcoholisch drankje dronken of wanneer maar één van de twee personen alcohol dronk. Dit onderzoek leert ons dat het drinkgedrag van jongeren beïnvloed wordt door dat van hun leeftijdgenoten en dat het overnemen van elkaars gedrag vooral alcohol-gerelateerd is.

Onderzoek middelengebruik op het Behavioural Science Institute



De invloed van de acteur op het alcoholgebruik van proefpersonen in een grafiek. Op de verticale as staat het gemiddelde aantal drankjes, op de horizontale as staan de drie verschillende drinkcondities (niet-weinig-veel drinkende leeftijdgenoot). Wanneer proefpersonen samen drinken met een acteur die veel drinkt, drinken zij gemiddeld twee keer zoveel dan wanneer zij samen drinken met iemand die weinig of geen alcohol drinkt.

Het is natuurlijk zo dat wanneer jongeren alcohol drinken, zij dit meestal doen met hun vrienden en niet met acteurs die ze niet kennen. We hebben daarom ook onderzocht hoe vrienden elkaars alcoholgebruik beïnvloeden. Om dit goed te kunnen doen, nodigden we vriendengroepen van circa acht personen uit in ons Barlab. De gemiddelde leeftijd van de groepsleden was 20 jaar. Om hen weer af te leiden van het eigenlijke onderzoeksdoel vulden zij eerst enkele vragenlijsten in met vragen over vriendschap, relaties en het drinkgedrag van de andere groepsleden. Daarnaast werd hen gevraagd een aantal gezichten te beoordelen en hier met elkaar over te discussiëren. Na deze taken kregen ze een één uur durende 'pauze', waarin ze een drankje konden nemen, muziek konden luisteren en een spelletje spelen. Tijdens deze pauze observeerden we hun gedrag nauwkeurig met behulp van geheime camera's.

Nadat we alle data hadden verzameld en geanalyseerd, bleek dat vrienden in vriendengroepen elkaar onderling sterk beïnvloeden. De beste vriend bleek geen grotere invloed te hebben op het alcoholgebruik dan de andere aanwezigen. Anders gezegd, jongeren werden net zoveel (of weinig) beïnvloed door hun beste vriend als door de rest van de leden van de vriendengroep. De mate van dominantie, populariteit of leiderschap binnen de groep bleek geen effect te hebben op de invloed die uitgeoefend werd door de groepsleden. De sociale invloed op drinkgedrag in de groep lijkt dus onafhankelijk te zijn van de status van de groepsleden. De verdeling van mannen en vrouwen in de groep bleek echter wel bepalend voor het alcoholgebruik: hoe groter het aandeel mannen, hoe meer er gedronken werd door zowel mannen als vrouwen.

Onder invloed

Onderzoek 2. *Zien drinken doet drinken? De invloed van films en reclames op het alcoholgebruik van jongeren.*

Tijdens het kijken naar films of soaps krijgen jongeren aantrekkelijke mannen en vrouwen die drinken te zien. Ook producenten van alcoholische drankjes richten zich vaak bewust op een jonge doelgroep en laten daarbij beelden van alcoholdrinkende en feestende mensen zien.

Doorgaans wordt aangenomen dat de effecten van deze films of reclames op gedrag niet direct zichtbaar zijn, omdat de boodschap eerst moet bezinken. Dat wil zeggen, jongeren zouden eerst de beelden op zich in moeten laten werken, waarna een positievere houding ten opzichte van alcohol zou kunnen leiden tot alcoholgebruik. Wij wilden echter weten wat het directe effect is van blootstelling aan alcoholbeelden in de media op de consumptie van alcohol. Leidt het zien van deze beelden direct tot méér alcoholconsumptie?

Tachtig mannelijke studenten kregen daarom in ons barlab in koppels van twee een speelfilm te zien. De ene helft bekeek *American Pie 2*, een komische film, waarin veel gefeest en gedronken wordt. De andere helft bekeek *40 Days and 40 Nights*, een qua genre vergelijkbare film, maar er komt geen overmatig alcoholgebruik in voor. De films bevatten bovendien twee reclameblokken, bestaande uit alléén neutrale reclames (bijvoorbeeld reclames voor auto's of elektronische producten) of neutrale reclames én alcoholreclames. Zo ontstonden vier verschillende films, die allemaal even lang duurden, maar waarin alleen de consumptie van alcohol varieerde van (bijna) geen alcohol tot heel veel alcohol.

De studenten werd verteld dat ze deelnamen aan een proef om hun TV kijkgedrag te observeren. Hen werd verteld dat ze gewoon naar de film konden kijken en dat ze, wanneer ze daar zin in hadden, zoveel drankjes en nootjes konden pakken als ze wilden. Wat zij echter niet wisten, was dat wij hun alcoholconsumptie nauwkeurig observeerden met verborgen camera's en dat wij precies bijhielden wat en wanneer ze dronken. Het is belangrijk om hier te vermelden dat alle deelnemers toestemming gegeven hebben om de opnames te gebruiken voor het onderzoek.

Het onderzoek toonde aan dat de kijkers van de film waarin veel gedronken werd en die bovendien was aangevuld met alcoholreclames, twee keer zoveel dronken als de kijkers van de film waarin niet werd gedronken en waarin geen alcoholreclames te zien waren. Met andere woorden, de mannelijke studenten dronken meer alcohol wanneer zij waren blootgesteld aan alcoholgerelateerde beelden in film en reclame. In tegenstelling tot de algemene opvatting bleek dus dat deze beelden een direct effect kunnen hebben op de alcoholinname. De alcoholinname van jongeren kan dus beïnvloed worden door het alcoholgebruik van personen (in films en reclames) die ze helemaal niet kennen of waar ze zelfs helemaal geen contact mee hebben. Eén mogelijke verklaring hiervoor is dat jongeren zich verbonden voelen met de hoofdpersonages uit de film en daarom hun gedrag kopiëren; een andere verklaring is dat het zien van drinkende mensen een signaal is om zelf ook alcohol te gaan drinken.

Onderzoek naar preventieprogramma's voor middelengebruik

Vanwege de schadelijke gevolgen voor de gezondheid van het beginnen met drinken of roken onder de 18 jaar is preventie van groot belang. In Nederland zijn verschillende preventieactiviteiten die proberen te voorkomen dat kinderen al op vroege leeftijd deze ongezonde middelen gaan gebruiken. De preventie maatregelen kennen verschillende vormen, gericht op groepen met olopend risico. Zo kan er onderscheid gemaakt worden tussen universele en selectieve preventie.

Onderzoek middelengebruik op het Behavioural Science Institute

Universele versus selectieve preventie

- *Universele preventie* is gericht op de algemene bevolking of subgroepen zonder problemen, bijvoorbeeld door massamediale campagnes of algemene voorlichting op scholen. Een voorbeeld van een campagne gericht op ouders is de campagne 'Voorkom alcoholische schade bij uw opgroeiende kind'. Voorbeelden van recente campagnes direct gericht op jongeren zelf zijn bijvoorbeeld 'Drank: de Kater komt Later' of 'Maar ik rook niet!'.
- *Selectieve preventie* is gericht op groepen met een verhoogd risico op middelengebruik, bijvoorbeeld kinderen van ouders met alcohol- of drugsproblemen of kinderen die in probleemwijken wonen.

Er bestaan dus verschillende vormen van preventie met een specifieke aanpak tegen experimenteel gedrag en excessief middelengebruik. Hieronder beschrijven we twee preventieprogramma's die wij onderzoeken. Om te bepalen of een preventieprogramma succesvol is, dient het onderzocht te worden op de werkzaamheid, dus of het programma doet wat het moet doen. De werkzaamheid van preventieprogramma's kan met verschillende typen onderzoek worden gemeten. Een gerandomiseerd vergelijkend onderzoek, ook wel aangeduid als *randomized controlled trial* (RCT), wordt vaak gezien als het type onderzoek met de grootste bewijskracht. In zo'n soort onderzoek selecteren we proefpersonen die we vervolgens willekeurig verdelen over de programmaconditie of de controleconditie. Proefpersonen (mensen die meedoen aan het experiment) in de programmaconditie krijgen het preventieprogramma; proefpersonen in de controleconditie krijgen dit programma niet. We volgen deze twee groepen dan door de tijd om te kijken of de proefpersonen die het programma volgen hun gedrag veranderen (bijvoorbeeld jongeren gaan minder alcohol drinken, of ouders worden strenger in hun communicatie en regels over roken) in vergelijking met de controlegroep.

Het eerste programma dat we onderzochten, is een universeel preventieprogramma dat zich richt op ouders van kinderen op de basisschool om te voorkomen dat kinderen beginnen met roken. Dit programma heet 'Rookvrije Kids'. Het tweede programma dat we onderzochten, is 'Preventure'. Preventure is een selectief preventieprogramma dat zich richt op het tegengaan van overmatig middelengebruik bij jongeren met persoonlijkheidskenmerken waarvan we weten dat die een verhoogd risico op middelengebruik met zich meebrengen. Dit programma wordt via scholen aangeboden. Hieronder beschrijven we beide programma's.

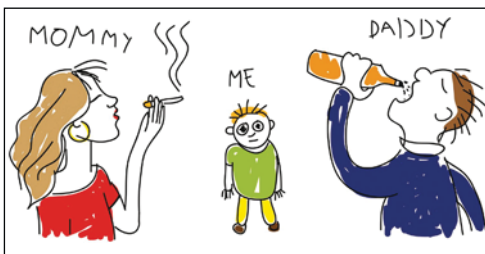


De universele oudercampagne Voorkom alcoholische schade bij uw opgroeiende kind wordt uitgevoerd door het Trimbos Instituut en gefinancierd door onder andere het ministerie van VWS.

Onder invloed

Onderzoek 3. Werkt het universele preventieprogramma 'Rookvrije Kids' bij jongeren?

Ouders spelen een belangrijke rol bij het middelengebruik van hun kinderen. Ouders kunnen zowel een risico- als een beschermende factor vormen in het middelengebruik van hun kinderen. Ouders hebben bepaalde normen of attitudes die de basis vormen voor hun opvoeding. Het uiten van deze normen is van invloed op het gedrag van hun kinderen. Ouders hebben ook normen of meningen over het roken van hun kinderen. Zo kunnen ouders het middelengebruik van hun kinderen bijvoorbeeld stimuleren door het uiten van een te positieve norm over roken. Daarnaast kunnen kinderen gaan roken doordat zij hun ouders imiteren of doordat, wanneer de ouders zelf roken, sigaretten makkelijker beschikbaar zijn in de directe omgeving van hun kinderen. De invloed van ouders kan echter ook aangewend worden om het gebruik van middelen door jongeren te voorkomen of te verminderen. Het programma 'Rookvrije Kids' maakt gebruik van dit laatste principe en is gericht op leerlingen en ouders van groep 8. Het project bestaat uit vijf magazines die ouders en hun kind thuis ontvangen. 'Rookvrije Kids' helpt ouders om met hun kind in gesprek te gaan over roken en heldere regels te stellen. De effectiviteit van het programma wordt getest door middel van een RCT, waarin twee groepen met elkaar vergeleken worden. Eén groep krijgt het preventieprogramma en de andere groep krijgt het programma niet. Door proefpersonen willekeurig aan een groep toe te wijzen, zorgen we ervoor dat deze twee groepen niet van elkaar verschillen op essentiële punten als leeftijd, geslacht, sociaal-economische status en andere factoren waarvan we weten dat ze invloed kunnen hebben op roken. Aan het eind van het onderzoek wordt gekeken of de groep kinderen die hebben deelgenomen aan het preventieprogramma minder heeft geëxperimenteerd met roken dan de groep kinderen die het preventieprogramma niet gehad heeft. We hebben tot 36 maanden na afloop van het programma via vragenlijsten en telefonische interviews bij de kinderen gemeten of ze gingen roken of niet. Echter, het programma bleek niet effectief. Er gingen dus niet minder kinderen die het programma met hun ouders volgden roken in vergelijking tot de controlegroep. Bij zo'n negatief resultaat van een programma gaan we, samen met onze partners, in overleg over hoe we het programma moeten aanpassen of zelfs een andere aanpak moeten kiezen. Daarna begint de evaluatiecyclus opnieuw en testen we een nieuw of aangepast programma wederom op effectiviteit.



Ouders kunnen hun kinderen beïnvloeden door het verkeerde voorbeeld te geven.



'Rookvrije Kids' heeft als doel ouders en kinderen met elkaar in gesprek te laten gaan over roken.

Onderzoek middelengebruik op het Behavioural Science Institute

Onderzoek 4. Werkt het selectieve preventieprogramma 'Preventure' bij jongeren?

Selectieve preventieprogramma's richten zich op jongeren die een verhoogd risico lopen op alcohol gerelateerde problemen. Momenteel onderzoeken wij de effectiviteit van het schoolgerichte preventieprogramma 'Preventure'. Dit programma is gericht op jongeren met één van de volgende risicovolle persoonlijkheidskenmerken: angstgevoeligheid, negatief denken, sensatie zoeken en impulsiviteit. Deze persoonlijkheidskenmerken meten we met de 'Substance Use Risk Profile Scale' ook wel SURPS genoemd. Jongeren die hoog scoren op één van deze vier persoonlijkheidskenmerken lopen een groter risico om problemen met middelengebruik te ontwikkelen. In dit onderzoek werden middelbare scholieren van 13 tot 14 jaar die al eens alcohol gedronken hadden én hoog scoorden op een van deze risicovolle persoonlijkheidskenmerken op basis van toeval toegewezen aan het preventieprogramma of aan een controlegroep (die geen programma kreeg). Leerlingen in de groep met het preventieprogramma kregen een interventie gericht op het specifieke persoonlijkheidskenmerk waarop zij hoog scoorden. Het preventieprogramma, dat bestond uit twee groepsessies, is gebaseerd op elementen uit de cognitieve gedragstherapie. Kern van de cognitieve gedragstherapie is de veronderstelling dat zogenaamde *irrationele cognities* (gedachten) zorgen voor disfunctioneel gedrag, zoals vermijdingsgedrag of agressie, maar ook middelengebruik. De technieken die gebruikt worden in de cognitieve gedragstherapie zijn gericht op het veranderen van de inhoud van deze irrationele cognities. We geven enkele reacties van scholieren die het programma hebben doorlopen:

"Ik heb geleerd dat ik niet direct het eerste hoeft te doen wat in me opkomt."

"De oefeningen over de lange- en kortetermijnconsequenties van mijn gedachten en gedrag vond ik heel nuttig."

"De therapeut heeft me laten zien dat het belangrijk is dat ik nadenk over wat ik wil doen, voordat ik ook echt iets doe."

De eerste resultaten van het onderzoek lieten zien dat vooral jongeren die hoog scoren op de persoonlijkheidskenmerken angstgevoeligheid en sensatie zoeken baat hebben bij het preventieprogramma: zij laten een jaar na afloop van het preventieprogramma minder riskant drinkgedrag zien. Voor de andere persoonlijkheidskenmerken werd niet gevonden dat het programma bijdraagt aan minder gevaarlijk drinkgedrag.

Van preventie naar interventie

Als het vroegtijdig voorkómen van middelengebruik onder jongeren niet effectief blijkt te zijn, is interventie soms nodig. Een interventie is een doelbewuste ingreep om een bepaald soort gedrag bij een bepaalde doelgroep te verbeteren. Hieronder volgt een beschrijving van een onderzoek dat wij hebben uitgevoerd om de effectiviteit van de alcoholinterventie genaamd 'Watdrink jij' te meten. De website 'Watdrink jij' heeft als doel het alcoholgebruik van zwaar drinkende studenten in de leeftijd van 18 tot en met 24 jaar te reduceren.

Onder invloed

Onderzoek 5. Interventie: 'Watdrinkjij'

Een groot deel van de Nederlandse jongeren in de leeftijdscategorie van 18 tot en met 24 jaar drinkt veel en vaak alcohol. Met name studenten blijken grote drinkers: zij drinken meer alcohol dan andere jongeren. Studenten drinken gemiddeld 16 glazen alcohol per week, terwijl hun niet-studerende leeftijdgenoten ongeveer 10 glazen per week drinken. Studenten die lid zijn van een studentenvereniging drinken nog meer, gemiddeld 23 glazen per week. Het is bekend dat overmatig alcoholgebruik schadelijke gezondheidsgevolgen heeft. Het is van invloed op bijna alle organen in het lichaam en hangt samen met ongeveer zestig verschillende aandoeningen, zowel chronische aandoeningen zoals kanker, als acute aandoeningen en verwondingen zoals alcoholvergiftiging. Daarnaast geldt: hoe hoger het alcoholgebruik, des te groter het risico op schade en hoe meer alcohol er per keer wordt gedronken, des te ernstiger de schade. Het ontwikkelen van een interventie om het alcoholgebruik van studenten te reduceren, is daarom wenselijk.



Studenten drinken veel en vaak alcohol.

'Watdrinkjij' is een kortdurende online interventie die als doel heeft het alcoholgebruik te reduceren van zwaar drinkende studenten die zelf hebben aangegeven te willen minderen. De alcoholinterventie duurt circa 20 minuten en bestaat uit twee delen. Het eerste deel van de website richt zich op het motiveren van de student om zijn alcoholgebruik daadwerkelijk te veranderen. De student beantwoordt eerst een aantal vragen en ontvangt vervolgens persoonlijke feedback op de gegeven antwoorden. Na het ontvangen van de persoonlijke feedback krijgt de student toegang tot het tweede deel van de website. Dit tweede deel richt zich specifiek op het daadwerkelijk verminderen van het alcoholgebruik. De student stelt persoonlijke doelen en maakt plannen over het aantal glazen alcohol dat hij maximaal per dag en per week wil drinken. Daarnaast kiest de student drie drinksituaties waarin hij het moeilijk vindt om aangeboden alcohol te weigeren. Bij elke gekozen drinksituatie worden tips aangereikt over hoe alcohol geweigerd kan worden. Deze tips kunnen de student helpen om het alcoholgebruik te verminderen.

De website 'Watdrinkjij' biedt persoonlijke feedback over het alcoholgebruik van de student

De effectiviteit van de website 'Watdrinkjij' is gemeten in een onderzoek waarbij twee groepen studenten met elkaar werden vergeleken. De studenten in de experimentele groep werden aan de website 'Watdrinkjij' blootgesteld, terwijl de studenten in de controlegroep geen interventie kregen. Alle studenten van het onderzoek waren tussen de 18 en 24 jaar, waren zware drinkers en waren gemotiveerd om te minderen met drinken. De effectiviteit van alcoholinterventies wordt vaak gemeten op twee momenten, bijvoorbeeld één maand en zes maanden na de interventie. Door te kiezen voor twee meetmomenten wordt er nauwelijks rekening gehouden met het feit dat het alcoholgebruik bij studenten varieert per dag, per weekend en per week. Het unieke aan ons onderzoek is dat wij de effecten van de alcoholinterventie wekelijks hebben onderzocht gedurende een periode van een half jaar. Elke week rapporteerden de studenten in beide groepen hoeveel glazen alcohol zij die week hadden gedronken. Met deze dagboekmethode ontstaat er een gedetailleerd beeld van het alcoholgebruik van studenten. Daarnaast

Onderzoek middelengebruik op het Behavioural Science Institute

wordt de mate waarin de resultaten uit het onderzoek overeenkomen met de alledaagse praktijk vergroot, omdat de metingen op het moment zelf in de natuurlijke omgeving van de student worden verricht, namelijk thuis achter de computer of op een andere plek waar de student op dat moment is. Momenteel worden de dagboekgegevens van de studenten geanalyseerd om uitspraken te kunnen doen over de effectiviteit van de website 'Watdrinkjij'. De eerste – en dus nog voorlopige – resultaten lijken er op te wijzen dat studenten die de website 'Watdrinkjij' hebben gezien een lager alcoholgebruik hebben dan studenten die de alcoholinterventie niet hebben gehad. Dit effect blijft hetzelfde zes maanden na de interventie.

Wil je ook de screeningtest invullen en persoonlijke feedback ontvangen omtrent je alcoholgebruik? Surf dan naar: www.watdrinkjij.nl.

Conclusies

Meer dan ooit wordt middelengebruik bij jongeren onder de 18 beschouwd als een onderwerp dat de volle aandacht verdient. De hoeveelheid onderzoek en ook de kwaliteit van het onderzoek naar middelengebruik bij adolescenten is exponentieel toegenomen in de afgelopen twee decennia. Zo is inmiddels grote vooruitgang geboekt in het ophelderen van de risicofactoren voor middelengebruik. Al deze nieuwe inzichten hebben geleid tot het besef dat middelengebruik onder jongeren het resultaat is van een combinatie van individuele (bijvoorbeeld genen, persoonlijkheid, verwachtingen) en omgevingsfactoren (bijvoorbeeld middelengebruik van ouders en vrienden) en dus gezien moet worden als een complex en veelzijdig probleem. Ons eigen onderzoek heeft zo bijvoorbeeld overtuigend laten zien dat de omgeving van de jongere een sterke invloed heeft op het middelengebruik. Het is dan ook belangrijk dat preventieprogramma's hier op inspelen. Deze programma's zouden zich in ieder geval deels moeten richten op het tegengaan van negatieve invloeden uit de omgeving en/of op het weerbaar maken van jongeren tegen negatieve omgevingsinvloeden en conformiteit. Universele en selectieve preventieprogramma's die zich hier op richten kunnen een belangrijke bijdrage leveren aan het terugdringen van middelengebruik bij jongeren door in te grijpen voordat er daadwerkelijk problemen zijn ontstaan met deze middelen. Echter, omdat een deel van de jongeren ondanks het inzetten van preventieprogramma's toch problematisch gebruik ontwikkelt, is er tevens grote noodzaak voor interventies gericht op jongeren die al overmatig middelen gebruiken. Voor de toekomst is het belangrijk dat nieuwe wetenschappelijke inzichten in het middelengebruik van jongeren op een goede manier naar de praktijk vertaald worden. Met andere woorden, het ontwikkelen en beschikbaar maken van goedwerkende preventie- en interventieprogramma's is noodzakelijk om de kloof tussen onderzoek en praktijk te dichten. Door de resultaten uit ons onderzoek te gebruiken voor de ontwikkeling van preventie- en interventieprogramma's en deze programma's vervolgens te testen op effectiviteit proberen wij hier ons steentje aan bij te dragen.

Wat kunt u als leraar op school doen om middelengebruik te beperken?

Onderstaande is gebaseerd op informatie beschikbaar op www.gezondeschool.info. Besteed op school aandacht aan de risico's van roken en alcohol, bijvoorbeeld door middel van ouderavonden over alcohol en roken. Mocht u een leerling betrappen op het experimenteren met roken of alcohol, dan kunt u het beste rustig een gesprek met hem of haar aangaan. Maak uw leerling duidelijk dat u zich zorgen maakt. Overleg met de leerlingbegeleider of u de ouders zult informeren.

Onder invloed

Als leraar kunt u een alcohol- en rookvrije schoolomgeving stimuleren door niet te roken of alcohol te drinken in het bijzijn van leerlingen, bijvoorbeeld tijdens schoolfeesten of een schoolkamp. Er zijn ook preventieprogramma's beschikbaar voor het basisonderwijs. Een belangrijke kanttekening bij het geven van informatie over middelengebruik op jonge leeftijd is echter dat de mogelijkheid bestaat dat kinderen juist nieuwsgierig worden en eerder enthousiast worden om het uit te proberen. Universele voorlichting en lessen over middelengebruik lang voordat kinderen überhaupt nadenken over middelengebruik kan wel eens onverstandig blijken te zijn. Hiervoor hebben we in ons onderzoek enkele aanwijzingen gevonden. Wellicht is voorlichting aan ouders van basisschoolkinderen, of aan ouders en kinderen samen, een verstandiger aanpak.

Prof. dr. Rutger Engels

Rutger Engels is hoogleraar Orthopedagogiek bij het Behavioural Science Institute van de Radboud Universiteit Nijmegen. Zijn onderzoek richt zich op de wisselwerking tussen individuele kenmerken (bv., persoonlijkheid, verwachtingen, genen), omgevingsfactoren en sociale interacties met betrekking tot verslavend gedrag, zoals roken, alcoholgebruik, overmatig eten en drugsgebruik.

Rutger Engels ontving meerdere prijzen en beurzen en heeft vele publicaties in toptijdschriften op het gebied van verslaving en psychologie. Zijn onderzoek heeft naast een wetenschappelijke, ook een sterke maatschappelijke impact. Zijn studies kregen in de afgelopen jaren niet alleen aanzienlijke media-aandacht, maar hebben ook geleid tot veranderingen in beleid en preventieprogramma's. Vooral zijn werk over de invloed van ouders op het drinkgedrag van hun kinderen heeft het beleid en de preventie in Nederland sterk beïnvloed. Daarnaast is Engels concrete samenwerkingsverbanden aangegaan met volksgezondheidsorganisaties in Nederland, zoals het Trimbos-instituut, om de koppeling tussen fundamenteel onderzoek en theorie-gestuurde *evidence-based* preventieprogramma's te versterken. Rutger Engels kreeg voor zijn werk in 2011 de Huibregtsprijs voor het meest creatieve toponderzoek dat duidelijke maatschappelijke effecten heeft.



Gebruikte bronnen en aanbevolen literatuur

- Kleinjan, M., & Engels, R.C.M.E. (2010). 'Universele preventie van middelengebruik onder jongeren.' In: *Kind en Adolescent*, 31, 221-233.
- Van Deursen, D.S., Saleming, E., Lammers, J., & Wiers, R. (2010). 'Selectieve en geïndiceerde preventie van problematisch middelengebruik bij jongeren.' In: *Kind en Adolescent*, 31, 234-246.
- Verdurmen, J., Monshouwer, K, van Dorsselaer, S., Lokman, S., Vermeulen-Smit E & Vollebergh, W. (2012) Jeugd en riskant gedrag 2011; Kernegegevens uit het peilstationsonderzoek scholieren. Trimbos-instituut, Utrecht.
- Trimbos Instituut, <http://www.trimbos.nl> (8-7-2013)
- Stivoro voor een rookvrije toekomst, <http://www.stivoro.nl> (8-7-2013)
- Hoe pak jij dat aan? Hoe help ik mijn kind nee te zeggen tegen roken, drinken en blowen? <http://www.hoepakjijdataan.nl> (8-7-2013)

Rutger Engels wint de Huibregtsenprijs 2011²

Datum bericht: 8 november 2011

Rutger Engels, hoogleraar Orthopedagogiek aan de Radboud Universiteit Nijmegen, is winnaar van de Huibregtsenprijs 2011. Engels ontving de prijs voor zijn baanbrekend onderzoek naar de beginfasen van verslaving bij adolescenten.

De prijs, een cheque ter waarde van € 25.000, is hem op 7 november tijdens de Avond van Wetenschap en Maatschappij uitgereikt door Halbe Zijlstra, staatssecretaris van Cultuur en Wetenschap. Het is de zevende keer dat de Huibregtsenprijs is uitgereikt. In 2008 won de Nijmeegse natuurkundige Theo Rasing deze prijs.

Vernieuwend en maatschappelijk belang

De Huibregtsenprijs is bestemd voor het beste Nederlandse onderzoek dat opvallend wetenschappelijk vernieuwend is en dat uitzicht biedt op een waardevol maatschappelijk effect. Een jury onder voorzitterschap van de president van de KNAW Robbert Dijkgraaf selecteerde uit acht voordrachten het onderzoek van Rutger Engels.

Engels was compleet verrast en is erg trots op de prijs. 'Het resultaat van teamwerk. Het gaat om kennis uit fundamenteel en multidisciplinair onderzoek, dat we samen met anderen ontwikkelen tot programma's in de praktijk. Het is onderzoek dat ertoe doet en dat bewezen effectief is. Het is het succes van de groep, anders kun je nooit onderzoek doen op zo'n grote schaal.'

Effectieve preventie

Rutger Engels en zijn groep - momenteel zijn er vijftientig promovendi werkzaam - doen onderzoek naar de beginfasen van verslaving bij adolescenten. Zijn onderzoek draagt bij aan de ontwikkeling van effectieve preventie en interventieprogramma's. Onderzoeksresultaten worden in samenwerking met het Trimbos Instituut en Stivoro (met financiële steun van ZONMW) vertaald naar preventiebeleid, massamediale campagnes en preventie op scholen.

Ouderlijke regels

Rutger Engels doet al bijna tien jaar onderzoek naar beginnende verslaving bij adolescenten en publiceerde daarover in 2010 meer dan vijftig artikelen in wetenschappelijke tijdschriften. Zijn focus ligt sterk op het effect van opvoeding. De houding van ouders heeft veel te maken met de vraag of jongeren al vroeg beginnen met roken of drinken. Kinderen van ouders die op dit punt strenge regels stellen, gaan minder snel roken of drinken. Het effect van opvoeding werkt jarenlang door, zelfs als jongeren de roerige puberteitsperiode ingaan. Genetische aanleg doet daar niet veel aan af, zo blijkt uit recent longitudinaal onderzoek, opgezet samen met genetici en psychiaters. / Tekst: Bets Berntsen.

Verwijzingen

- (1) Website waar je een persoonlijk advies krijgt over jouw alcoholgebruik [http://watdrinkjij.nl](http://watdrink jij.nl), (13-8-2013)
- (2) Radboud Universiteit, Rutger Engels wint de Huibregtsenprijs 2011, <http://www.ru.nl/@829728/pagina/> (13-8-2013)

Wetenschapsknooppunt Radboud Universiteit Nijmegen (WKRU)

Dit boek is een uitgave van het Wetenschapsknooppunt Radboud Universiteit Nijmegen (WKRU). Het WKRU is een knooppunt tussen leraren en kinderen van het basis- en voortgezet onderwijs, onderzoekers van de Radboud Universiteit (RU) en docenten en pabo-studenten van de Hogeschool van Arnhem en Nijmegen (HAN).

Missie

Het WKRU heeft tot doel de relatie tussen de RU en het basis- en voortgezet onderwijs verder te versterken en te komen tot een betere afstemming tussen vraag en aanbod van wetenschappelijke kennis voor het onderwijs. Hiermee wil het WKRU de houding van leerlingen en (toekomstige) leraren ten opzichte van wetenschap en technologie positief beïnvloeden en hun onderzoekende houding stimuleren. Daarnaast wil het WKRU onderzoekers van de RU een podium geven om hun wetenschappelijke resultaten en de implicaties daarvan ten toon te kunnen spreiden aan een breed publiek.

Activiteiten

Het WKRU heeft een gevarieerd palet van activiteiten waaronder: jaarlijkse nascholingsdagen wetenschapseducatie voor pabo-studenten en leraren basis onderwijs (Winterschool), samenwerking in projectteams tussen wetenschappers, pabo-studenten en leraren waarbij een wetenschappelijk onderwerp vertaald wordt naar een project rondom onderzoeksactiviteiten, kinderlezingen (Mystery X), cursussen voor jonge onderzoeker hoe ze hun onderwerp toegankelijk kunnen maken voor kinderen (Onderzoeker in de klas), professionaliseringscursus onderzoekend leren, studiedagen voor docenten uit het voortgezet-onderwijs... en nog veel meer (zie www.wkru.nl).

Organisatie

De organisatie van het Wetenschapsknooppunt bestaat uit vier medewerkers en een stuurgroep. In de stuurgroep zijn verschillende partijen die samenwerken binnen het Wetenschapsknooppunt vertegenwoordigd. De stuurgroep stippelt in samenwerking met de medewerkers het beleid uit en bewaakt op hoofdlijnen de voortgang.

Het uitvoerende deel van het WKRU bestaat uit de volgende medewerkers:

- Dr. Marieke Peeters, projectleider;
- Winnie Meijer MSc (tot 1-11-2013) & drs. Jan van Baren-Nawrocka (per 1-11-2013), projectmedewerkers;
- Drs. Martina van Uum, onderzoeker;
- Elke Jacobs, communicatiemedewerker.

De stuurgroep bestaat uit:

- Prof. dr. Carl Figdor, hoogleraar Immunologie in het Nijmegen Centre for Molecular Life Sciences van het Radboudumc en initiator WKRU.;
- Prof. dr. Ludo Verhoeven, hoogleraar Orthopedagogiek aan de Radboud Universiteit en wetenschappelijk directeur van het Expertisecentrum Nederlands;
- Drs. Karin van Weegen, voorzitter van de instituutdirectie van de HAN Pabo's (Pabo Groenewoud Nijmegen en Pabo Arnhem);
- Dr. Roald Verhoeff, universitair docent bij het Institute for Science, Innovation and Society van de Radboud Universiteit.



KONINKLIJKE NEDERLANDSE
AKADEMIE VAN WETENSCHAPPEN

Radboud Universiteit Nijmegen

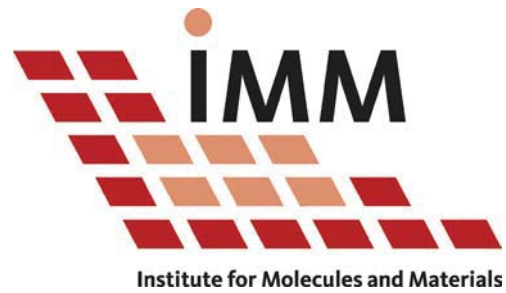


Radboudumc

Hogeschool  van Arnhem en Nijmegen



**Institute for Science,
Innovation and Society**



Faculteit der Letteren

Foto- en illustratieverantwoording

Tenzij anders vermeld zijn de foto's in deze uitgave gemaakt door het Wetenschapsknooppunt Radboud Universiteit. ©WKRU, december 2013

Andrey Kuzmin / 123RF Stockfoto	p. 155
Anilinn / 123RF Stockfoto	p. 88 (Ouders)
Annavee / 123RF Stockfoto	p. 154 (Baruch Spinoza)
Arindambanerjee / 123RF Stockfoto	p. 152
Dick van Aalst	p. 36 en 160
Erik van 't Hullenaar	p. 92
Filipw / 123RF Stockfoto	p. 158 en 168 (hooibalen)
Goldenkb / 123RF Stockfoto	p. 88 (Rookvrije kids)
Hriana / 123RF Stockfoto	p. 138 (Zeg nee tegen sigaretten)
Katatonina / 123RF Stockfoto	p. 42
Lacamerachiara / 123RF Stockfoto	p. 90
Lawren / 123RF Stockfoto	p. 157
Michaeljung / 123RF Stockfoto	p. 96
Pampalini / 123RF Stockfoto	p. 158 en 168 (ezel)
Sparkstudio / 123RF Stockfoto	p. 154 (Gevaarlijke ideeën)
Stockbksts / 123RF Stockfoto	p. 138 (Tabak)
Stockbroker / 123RF Stockfoto	p. 82
Trimbos-instituut	p. 87
Willie Kerkhof – www.siimple.nl	p. 75, 159 en 100
Toestemming voor plaatsen zonder naamsvermelding	p. 34, 35, 37, 38, 39, 40, 41, 43, 54 (Hoe neuronen informatie verwerken in het brein), 55, 84, 85, 102, 131 en 153