

Handboek Unity

Opzetten en uitvoeren van peer-educatie
in het uitgaanscircuit

Judith Noijen

m.m.v.

Floor van Bakkum, Jaap Jamin en Gijs Visser

Colofon

Judith Noijen
Handboek Unity

Opzetten en uitvoeren van peer-educatie in het uitgaanscircuit

Uitvoering Jellinek Kwaliteit en Innovatie in samenwerking met Jellinek preventie
Opdrachtgever Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport.

Jellinek Preventie

Overschiestraat 65
1062 XD Amsterdam
T: (+31) 020 4087775
F: (+31) 020-4087776
E: preventie@jellinek.nl
www.jellinek.nl

Jellinek Kwaliteit en Innovatie

Postbus 3907
1001 AS Amsterdam
T: (+31) 020 4087777
F: (+31) 020 4087862
E: gvisser@jellinek.nl
www.jellinek.nl

Begeleidingscommissie

Floor van Bakkum (Jellinek Preventie)
Jaap Jamin (Jellinek Preventie)
Mark Schramade (Jellinek Kwaliteit en Innovatie)
Gijs Visser (Jellinek Kwaliteit en Innovatie)

Leescommissie

Jan Bevers (Trimbos instituut)
JanHuib Blans (Jellinek Preventie)
Gerjo Kok (Universiteit van Maastricht, faculteit Psychologie)
Theo Sluijs (GG&GD Amsterdam)
Arnoud Verhoeff (GG&GD Amsterdam)

Uitgave

Rozenberg Publishers

Grafische vormgeving Esther van Gameren

Redactie Alfred Bos

Fotografie Andy List & Martin van Es

CIP-GGEVENS KONINKLIJKE BIBLIOTHEEK, DEN HAAG

Handboek Unity, opzetten en uitvoeren van peer-educatie in het uitgaanscircuit/J. Noijen-Amsterdam:
Rozenberg Publishers

ISBN 90 5170 966 8
NUR 740

Trefwoorden: alcohol, dance-drugs, drugs, harm-reduction, peer-educatie, preventie, voorlichting, uitgaan, XTC

Februari 2005 © Jellinek

Voorwoord

Eind jaren tachtig bruist het uitgaansleven in Amsterdam als nooit tevoren. Een unieke samenstelling van trendsetters ontdekt een nieuwe muziekstijl, een onbekend genotmiddel en spannende locaties. Jong en oud, gay en hetero, afkomstig uit alle lagen van de etnisch gevarieerde bevolking dansen samen op de ritmes van acid house, onder invloed van XTC tot in de kleine uurtjes het dak af van loodsen, zwembaden, theaters en soms obscure panden. 'They are having big fun!'

Begin jaren negentig omarmt het reguliere uitgaanscircuit dit fenomeen en is de 'underground' fase voorbij. De housemuziek differentieert en iedere stroming krijgt zijn fervente aanhangers: de *scene* lijkt uiteen te vallen.

De afdeling preventie van de Jellinek heeft vanaf het begin contact met sleutelfiguren uit deze subcultuur, ontwikkelt voorlichtingsmateriaal en experimenteert met het -dan nog illegale- testen van de nieuwe drugs. Ook het monitoringssysteem Antenne Amsterdam gaat van start.

De gegevens uit dit marktonderzoek wijzen op een hoge prevalentie van de consumptie van drank en andere drugs onder uitgaanders, die moeilijk bereikbaar zijn met de tot dan toe gangbare preventieve interventies.

Voldoende redenen om samen met leden van de *dance community* het peer-educatie project Unity op te zetten. Zij nemen verantwoordelijkheid voor hun eigen gezondheid en spreken hun leefstijlgenoten hier direct op aan met als doel de risico's van (combi)-gebruik te minimaliseren.

In eerste instantie financiert de Europese Unie jarenlang deze innovatie in Amsterdam en die van haar partners uit Hamburg en Manchester. Alleen in Amsterdam groeit Unity uit tot een professionele organisatie en tot *best practice*; uiteindelijk overdraagbaar met de publicatie van dit Handboek. Ook de *dance* wordt een volwassen industrie.

Overrompelend is de bijdrage van de peer-educators van Unity aan de *empowerment* van hun eigen *scene*. Hartverwarmend is hun inzet door midden in de nacht gratis en serieus aan het werk te zijn. Indrukwekkend is hun talent, creativiteit en persoonlijke groei. Inspirerend de zelfkritiek waarmee ze deze methode verder vormgeven en inspelen op de trends in het uitgaanscircuit.

Gelukkig waarderen de stappers hun inspanningen, ze vinden hen heel betrouwbaar en de informatie en adviezen zeer relevant. Ook party organisatoren en politici hebben Unity's benadering hoog in het vaandel.

Naast alle peer-coaches en educators wil ik nog enkele andere mensen bedanken die in de loop der jaren een cruciale rol hebben gespeeld in het professionaliseren

van Unity: Annemarieke Bleeker, Rocco Veenboer, Duncan Stutterheim, Irfan van Ewijk, Manfred Rabes, Jan Krul, Alfred Bos, Hans van Oostrum en Gijs Visser.
Als initiator en lid van Unity denk ik dat deze peermethodiek als onderdeel van een integrale aanpak ter bevordering van veilig uitgaan voor alle partijen voordeel oplevert. Veel plezier ermee!

Jaap Jamin
Senior preventiewerker Jellinek

Inhoud

Inleiding handboek	8
Deel I Analyse, theorie en peer-methodiek	13
1 Probleemanalyse	14
1.1 Prevalentie	14
1.2 Beschrijving doelgroep	18
1.2.1 <i>Dance</i>	18
1.2.2 Evenementen	19
1.2.3 Leeftijd	20
1.3 Gezondheidsrisico's	20
1.3.1 Drugs, set, setting	21
1.3.2 Indirecte gezondheidsrisico's	23
1.3.3 Incidenten	24
1.4 Tot slot	25
2 Gedragsdeterminanten van middelengebruik onder jongeren	25
2.1 Sociale leertheorie	25
2.2 Sociale identiteitstheorie	26
2.3 <i>Diffusion of Innovation</i> theorie	26
2.4 Cognitieve dissonantie theorie	27
2.5 <i>Health Belief Model</i>	27
2.6 Theorie van beredeneerd en gepland gedrag	28
2.7 Transtheoretische model van verandering	30
2.8 Het Attitude-Sociale invloed-Eigen effectiviteit (ASE)-model	31
2.9 Samenvatting gedragsdeterminanten	32
2.10 Peer-methode	33
3 Peer-educatie	37
3.1 Peer en peer-educator	37
3.2 Peer-support en peer-educatie	37
4 Rationale	39
4.1. Kritisch perspectief	39
4.2. Effectiviteit	41
4.3. Rationale	42

Deel II Stappenplan en invoeren peer-methodiek	43	7.6.2 Voorlichting op andere locaties	71
Inleiding	44	7.6.3 Monitoren	71
5 Oriëntatiefase	46	8 Evaluatiefase	72
5.1 Probleemanalyse	46	Lijst van afkortingen	74
5.1.1 Alcohol en druggebruik in de regio	47	Geraadpleegde literatuur	75
5.1.2 Uitgaanscircuit en doelgroep	48	Geraadpleegde websites	81
5.1.3 Beleid op het gebied van veilig uitgaan	49		
5.2 Projectdoelstelling formuleren	49	Deel III Training Peer-educators: draaiboek voor de trainers	
6 Projectorganisatiefase	50	Te gebruiken als los deel met eigen inhoudsopgave vanaf pagina	82
6.1 Organisatiestructuur	51	Deel IV Bijlagen	1
6.2 Budget	52	B1 Praktische handleidingen	2
6.3 Projectplan	52	B2 Intake/evaluatie formulier peer-educator	23
6.4 Netwerken	53	B3 Formulier exit-gesprek peer-educator	25
6.4.1 De samenwerkingspartners	53	B4 Pre-test en post-test Drugs en Alcohol	26
6.4.2 Netwerk opbouwen en onderhouden	55	B5 Alcohol kennistest en antwoorden	36
6.4.3 Integrale aanpak	56	B6 Drugs kennistest en antwoorden	41
7 Uitvoeringsfase	57	B7 Achterkant kennistest	46
7.1 Werving en selectie	57	B8 Registratieformulier gesprekken tijdens feesten	48
7.1.1 Werving	57	B9 Registratieformulier gesprekken buiten feesten om	50
7.1.2 Intake	58		
7.1.3 Vergoeding	58		
7.1.4 Exit	59		
7.2 Ontwikkeling van de boodschap	60		
7.2.1 Uitwerking doelstelling	60		
7.2.2 Inhoud van de boodschap	61		
7.2.3 Vorm van de boodschap	62		
7.3 Training	63		
7.3.1 Basis training	64		
7.3.2 Expertmeetings	64		
7.3.3 Eerste Hulp bij Drank- en drugsongevallen (EHBD)	65		
7.4 Uitvoering preventieactiviteiten	65		
7.4.1 De voorlichting	66		
7.5 Begeleiding	69		
7.5.1 Individuele begeleiding	69		
7.5.2 Begeleiding op groepsniveau	70		
7.6 Andere activiteiten	70		
7.6.1 Werkgroepen	70		

Inleiding

Na de opkomst van de *dance* eind jaren tachtig heeft deze muziekstroming zich enorm ontwikkeld en gedifferentieerd en is nu de dominante muziekstroming in het op dansen gerichte uitgaanscircuit. De groei in populariteit is onder andere terug te vinden in de opkomst van grootschalige *dance*-evenementen vanaf de jaren negentig. Het betreft evenementen in de reguliere horeca of in bijvoorbeeld sporthallen of veilinghallen. *Dance* is echter niet alleen een muziekstroming of industrietak maar staat ook voor een wijze van leven die synoniem is voor uitgaan, genieten en een bepaalde stijl en manier van doen en laten. Gaandeweg de ontwikkeling van de *dance*-cultuur werd deze meer en meer geassocieerd met alcohol- en met name druggebruik. Het fenomeen *dance-drugs* deed zijn intrede en het gebruik van met name XTC en speed nam toe. Vanuit de verschillende maatschappelijke organisaties werd deze ontwikkeling met enige argwaan en ongerustheid gadeslagen. Het opnemen van XTC (1988) en later ook GHB (2002) in de opiumwet heeft niet geleid tot een vermindering van de consumptie van deze middelen, integendeel.

Om de risico's die samengaan met het gebruik van deze zogenaamde *dance-drugs* zo veel mogelijk te beperken stelt de regering in 2001 het volgende:

De primaire doelstelling van het Nederlandse drugsbeleid is het ontmoedigen van druggebruik. Er zijn niettemin jongeren die, ondanks alle inspanningen op preventief en repressief terrein, toch (synthetische) drugs gebruiken. Het is daarom eveneens van belang de gezondheidsrisico's van het gebruik van deze middelen te beperken. Naast bijvoorbeeld het nemen van veiligheidsmaatregelen op grote evenementen en het aanbieden van testfaciliteiten in kantoorsettings zijn er meer inspanningen nodig om contact te kunnen leggen met de (potentiële) consumenten en de voorlichtingsboodschap van risico- en schadebeperking effectiever te laten zijn. Dit vereist een innovatieve en trendgevoelige attitude (Korthals, 2001).

Een opkomende preventiestrategie met een dergelijke trendgevoelige attitude is de peer-educatiemethode. Dit is een werkwijze waarbij leden uit de doelgroep methodisch worden ingezet bij preventieactiviteiten en waarbij zij de preventieboodschap (kennis, inzicht, vaardigheden, houding) communiceren met anderen uit de doelgroep. Bovendien worden zij nauw betrokken bij het ontwikkelen en vormgeven van de preventieboodschap en spelen ze een actieve en sturende rol in het project. Het is bekend dat jongeren veel tijd met elkaar doorbrengen en dat de groepsnormen, onder andere met betrekking tot druggebruik, enorm veel invloed hebben. Volgens Nabben (2000) zijn met name voor alcohol en drugsconsumenten leefstijlgenoten een belangrijke en ook betrouwbare bron van informatie.

Een peer-educatie project speelt hier op in en kan verschillende doelen hebben. Wanneer het druggerelateerde preventieprojecten betreft kunnen de projecten wat betreft doelstelling geplaatst worden langs een continuüm van onthouding tot risico-reductie.

In 1996 ontwikkelde Jellinek Preventie Amsterdam een peer-educatie project in samenwerking met leden uit de *dance-scene*, Unity genaamd. Het Unity project is gebaseerd op de principes van risicoreductie en heeft als doel het minimaliseren van schade door alcohol en/of druggebruik onder jongeren in het *dance*-circuit. Unity als project is gericht op de bezoekers van de grootschalige *dance*-evenementen in Amsterdam en omstreken.

Sinds 1996 is het project steeds verder uitontwikkeld en uitgegroeid tot een voorbeeld van *best-practice* op het gebied van peer-educatie in de *dance-scene*. Dit was de reden voor de initiators een voorstel in te dienen bij het Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS) voor het opstellen van een 'Handboek Unity'. Het handboek heeft primair tot doel het overdraagbaar maken van de methode buiten de Amsterdamse regio. Professionals binnen de Verslavingszorg of elders binnen de Geestelijke Gezondheidszorg (GGZ) of Jeugdzorg die voornemens hebben een dergelijk project te starten kunnen dit handboek goed gebruiken als leidraad voor het opzetten van dat project. Daarnaast is het handboek ook goed te lezen voor ieder die, om wat voor reden dan ook, geïnteresseerd is in de peer-methodiek zoals deze door Unity in de praktijk wordt gebracht.

Het handboek bestaat uit twee delen. Het eerste deel omvat een probleemanalyse, een beschrijving van de gedragsdeterminanten, een uitleg van de peer-educatie methode en de rationale. In het tweede gedeelte van het handboek wordt stap voor stap beschreven welke onderwerpen van belang zijn bij het opzetten van een peer-educatie project. Wat kenmerkend is voor een dergelijk project is dat het op verschillende manieren kan worden uitgewerkt en uitgevoerd. De invloed van de deelnemers van het project op de inhoud van de voorlichtingsboodschap en op de werkvormen is groot en van wezenlijk belang. In dit handboek wordt Unity als project gebruikt als voorbeeld, aan de hand waarvan ideeën opgedaan kunnen worden voor het opzetten van een eigen peer-educatie project. Het tweede gedeelte van het handboek bestaat uit een procesbeschrijving en een aantal handige tips en adviezen.

Deel I Analyse, theorie en peer-methodiek

Hoofdstuk 1 Probleemanalyse

De probleemanalyse bevat onder meer een weergave van recente prevelantiecijfers omtrent het alcohol- en druggebruik onder de Nederlandse bevolking in het algemeen en onder jongeren en uitgaande jongeren in het bijzonder. Naast deze cijfers wordt de

doelgroep omschreven waar Unity zich als project op richt en worden de gezondheidsrisico's die gepaard gaan met alcohol- en druggebruik beschreven. Getracht wordt een duidelijk beeld te schetsen van de huidige aard, omvang en ernst van de problematiek.

Hoofdstuk 2 Gedragsdeterminanten van alcohol- en druggebruik onder jongeren

In dit hoofdstuk worden een aantal relevante sociaal-psychologische theorieën en verklaringsmodellen beschreven die inzicht geven in de manier waarop gedrag tot *stand* komt en de oorzaken (determinanten) die daaraan ten grondslag liggen. De theorieën worden kort besproken, de determinanten van gedrag worden eruit gelicht en vervolgens wordt toegelicht hoe de peer-educatiemethode op deze determinanten inspeelt.

De volgende theorieën komen aan de orde:

- Sociale leertheorie
- Sociale identiteitstheorie
- *Diffusion of Innovation* theorie
- Cognitieve dissonantie theorie
- *Health Belief Model*
- Theorie van beredeneerd en gepland gedrag
- Transtheoretische model van verandering
- Het Attitude-Sociale invloed- Eigen-effectiviteit (ASE)- model

Hoofdstuk 3 Peer-educatie

In dit hoofdstuk komt aan de orde wat peer-educatie inhoudt. De betekenis van de verschillende termen die kenmerkend zijn voor deze methode worden toegelicht en er wordt een definitie gegeven van de term 'peer-methode'. Het hoofdstuk eindigt met een handig overzicht van deze begrippen.

Hoofdstuk 4 Rationale

Hoofdstuk 4 exploreert de motieven voor het gebruik van de peer-educatie methode. Er wordt aandacht besteed aan de kritische kanttekeningen die geplaatst kunnen worden bij deze methodiek. Het hoofdstuk beschrijft vervolgens de uitkomsten van enkele effectiviteitsonderzoeken en eindigt met een tiental argumenten om het gebruik van peerinterventies te rechtvaardigen.

Deel II Stappenplan en invoering peer-methodiek

Het tweede gedeelte van het handboek begint met een overzichtelijk stroomschema waarin alle stappen die ondernomen moeten worden bij het opzetten van een peer-educatie project beschreven staan. In dit stroomschema is terug te vinden in welk hoofdstuk of paragraaf desbetreffende stap in het proces wordt toegelicht.

Deel 2 is ingedeeld in fasen:

- Oriëntatiefase (hoofdstuk 5)
- Projectorganisatiefase (hoofdstuk 6)
- Uitvoeringsfase (hoofdstuk 7)
- Evaluatiefase (hoofdstuk 8)

Hoofdstuk 5 Oriëntatiefase

In de oriëntatiefase komen het opstellen van een probleemanalyse en het formuleren van een projectdoelstelling aan bod. De probleemanalyse bestaat uit gegevens omtrent het alcohol en druggebruik in de regio, het uitgaanscircuit en de doelgroep en het beleid op het gebied van veilig uitgaan. Beschreven wordt welke gegevens relevant zijn en waar en hoe men deze gegevens kan verkrijgen.

Hoofdstuk 6 Projectorganisatiefase

Het tweede hoofdstuk van dit gedeelte beschrijft de projectorganisatiefase. Het hoofdstuk begint met een voorbeeld van een organisatiestructuur. Vervolgens komt aan bod met welke mogelijke inkomsten en uitgaven men rekening moet houden bij het opstellen van een begroting. Een ander belangrijk onderdeel van de projectorganisatiefase is het opbouwen van een netwerk. De verschillende, voorwaardelijke, samenwerkingspartners zijn op een rijtje gezet en er wordt uitleg gegeven over hoe men een netwerk kan opbouwen en hoe men een eenmaal opgebouwd netwerk kan onderhouden. Tot slot wordt aandacht besteed aan het belang van een integrale aanpak van het thema veilig uitgaan.

Hoofdstuk 7 Uitvoeringsfase

De volgende fase is de uitvoeringsfase. In dit hoofdstuk komen alle aspecten aan de orde die van belang zijn wanneer men een peer-educatie project wil gaan uitvoeren. De uitvoering begint bij de werving en selectie van de peer-educators. Vervolgens wordt samen met de geselecteerde peer-educators de boodschap ontwikkeld en worden ze getraind. Hoe dit in zijn werk gaat en wat er allemaal bij deze stappen komt kijken staat in dit hoofdstuk beschreven. Wat ook in dit hoofdstuk beschreven staat is de praktische uitvoering van de preventieactiviteiten: de voorlichting tijdens *dance*-evenementen. Tot slot komt de begeleiding aan de orde die gedurende het project ook een belangrijke rol speelt en de eventuele andere activiteiten die binnen een peer-educatie project ondernomen kunnen worden.

Hoofdstuk 8 Evaluatiefase

De evaluatie van het project komt in hoofdstuk 8 aan de orde. Bij een peer-educatie-project is continue productevaluatie van groot belang. De boodschap die het project uitdraagt is afhankelijk van trends en ontwikkelingen binnen de *scene* en dus aan verandering onderhevig. Daarnaast moet het project als geheel geëvalueerd worden. In deze evaluatie moet onder andere een satisfactieonderzoek uitgevoerd worden

onder zowel de doelgroep als de *stakeholders*, de partyorganisatoren.

Deel III Training Peer-educators - draaiboek voor de trainers

Het derde deel van dit handboek is de training voor peer-educators. De gehele tweedaagse training zoals deze bij Unity wordt gegeven is in dit gedeelte opgenomen. Het heeft de vorm van een draaiboek en is gebruiksklaar. De training bestaat uit twee onderdelen: Kennis over middelen en Gespreksvaardigheden.

Deel IV Bijlagen

Het laatste gedeelte bestaat uit een aantal bijlagen. De eerste bijlage is een praktische handleiding voor zowel de peer-educator, de peer-coach en de projectleiding. Verder zijn allerlei formulieren, kennistestjes en registratieformulieren als bijlage aan dit handboek toegevoegd.

Deel I

Analyse, theorie en peer-methodiek

Analyse, theorie en peer-methodiek

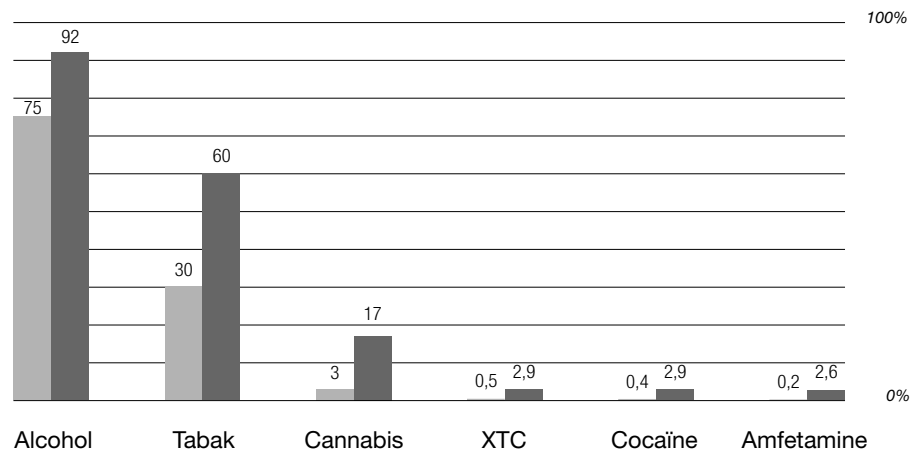
1 Probleemanalyse

Deze probleemanalyse bevat onder andere een weergave van recente prevalentiecijfers omtrent het alcohol- en druggebruik. Hierbij wordt onderscheid gemaakt tussen de Nederlandse bevolking als geheel, jongeren en uitgaande jongeren. Daarnaast zijn de gezondheidsrisico's van alcohol- en druggebruik en een beschrijving van de doelgroep in de probleemanalyse opgenomen. Getracht wordt een duidelijk beeld te schetsen van de huidige aard, omvang en ernst van de problematiek. Belangrijk hierbij te vermelden is dat deze cijfers en andere gegevens geen volledig beeld schetsen en voortdurend aan verandering onderhevig zijn. Het is onduidelijk in hoeverre de verschillende gepresenteerde onderzoeken een representatief beeld geven.

1.1 Prevalentie

In Nederland zijn tabak en alcohol de meest gebruikte genotmiddelen. Zoals in figuur 1.1 staat weergegeven ligt het percentage cannabis, ecstasy (XTC), cocaïne en amfetamine gebruikers veel lager. Van de illegale drugs wordt cannabis het meest gebruikt.

NEDERLANDSE BEVOLKING (2001) / ■ ACTUEEL ■ OOIIT

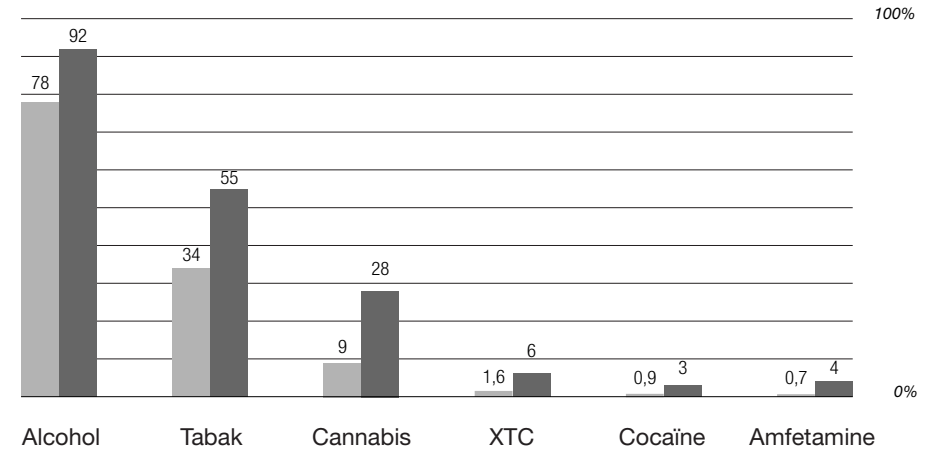


Figuur 1.1: Percentage actuele gebruikers (in de laatste maand) en ooitgebruikers van de Nederlandse bevolking van twaalf jaar en ouder in 2001. Bron: Abraham, 2002

In bovenstaande figuur staat het percentage gebruikers van alcohol en drugs onder de totale bevolking van Nederland van twaalf jaar en ouder. Bezoekers van de grotere

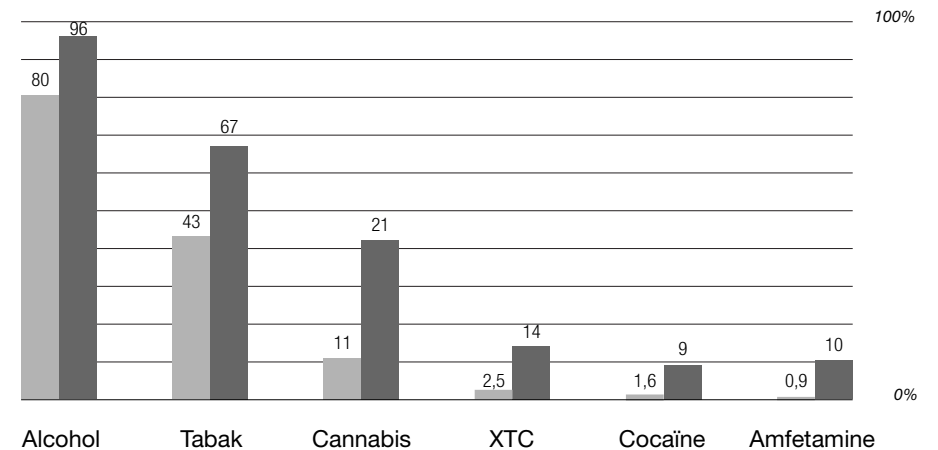
dance-evenementen zijn veelal jongeren en jongvolwassenen. Figuur 1.2 en 1.3 geven de percentages alcohol- en druggebruikers onder Nederlandse jongeren in twee leeftijdscategorieën weer.

JONGEREN 16-19 JAAR / ■ ACTUEEL ■ OOIIT



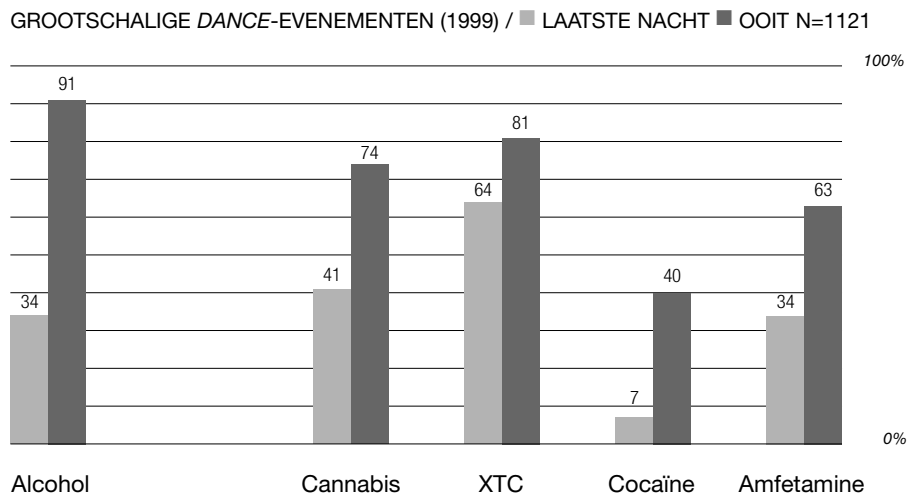
Figuur 1.2: Percentage actuele gebruikers (in de laatste maand) en ooitgebruikers van 16 tot 19 jaar. Bron: Abraham, 2002

JONGEREN 20-24 JAAR / ■ ACTUEEL ■ OOIIT



Figuur 1.3: Percentage actuele gebruikers (in de laatste maand) en ooitgebruikers van 20 tot 24 jaar. Bron: Abraham, 2002

Uit bovenstaande figuren blijkt dat vergeleken met de totale bevolking jongeren in verhouding meer (uitgaans)drugs gebruiken. Uitgaansdrugs zijn genotmiddelen die gebruikt worden om het plezier van het uitgaan te vergroten. De piek ligt bij jongeren tussen 20 en 24 jaar (van Laar et al., 2003). In het kader van dit handboek worden in figuur 1.4 de percentages alcohol- en druggebruik onder bezoekers van grootschalige *dance*-evenementen gepresenteerd.

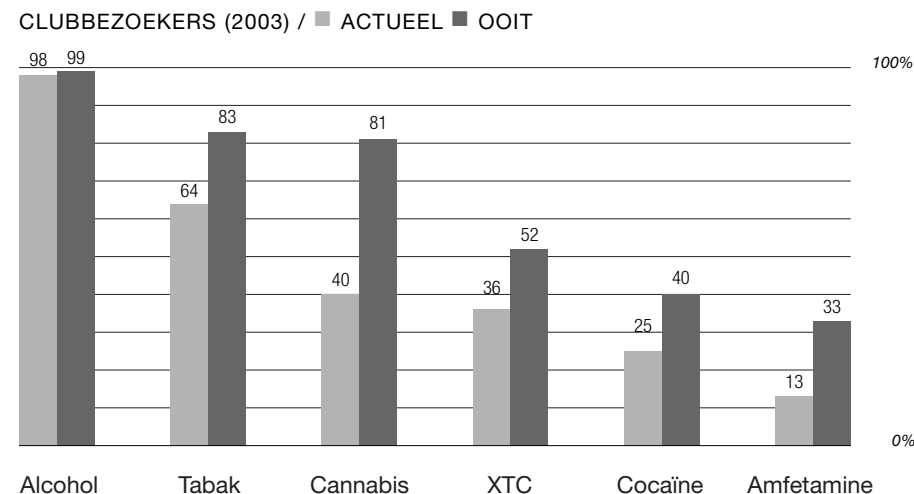


Figuur 1.4: Percentage gebruikers laatste nacht en ooitgebruikers op grootschalige *dance*-evenementen 1999.
Bron: Van de Wijngaart et al., 1999

Het lijkt erop dat op grootschalige *dance*-evenementen het gebruik van XTC hoog is. In twee Nederlandse onderzoeken bleek dat circa tweederde van de respondenten in de nacht dat het onderzoek plaatsvond, XTC had gebruikt (Van de Wijngaart et al. 1999; Ter Bogt, 2003).

Niet op alle *dance*-evenementen wordt evenveel en in dezelfde verhouding gebruikt. Zo is er bijvoorbeeld een relatie tussen de muziekstroming die gedraaid wordt en de omvang van gebruik en ook het soort middelen dat gebruikt wordt. Verder is er een verschil tussen het gebruik tijdens de grootschalige evenementen en tijdens de veel bezochte clubavonden in de grote steden.

De percentages in de laatste figuur (1.5) zijn gebaseerd op 404 ingevulde vragenlijsten die zijn ingevuld door de bezoekers van een aantal Amsterdamse clubs voor het jaarlijks Antenne onderzoek dat wordt uitgevoerd door de Universiteit van Amsterdam in opdracht van Jellinek Preventie.



Figuur 1.5: Percentage actuele gebruikers (in de laatste maand) en ooitgebruikers onder bezoekers van de Amsterdamse clubs in 2003. Bron: Antenne 2003

Deze cijfers geven samen met de cijfers van het gebruik van bezoekers van grootschalige *dance*-evenementen een beeld van het alcohol- en druggebruik tijdens het uitgaan. Duidelijk wordt dat jongeren die zich in het uitgaanscircuit bevinden veel meer alcohol- en drugs gebruiken in vergelijking met de gehele groep jongeren in de Nederlandse bevolking. De belangrijkste uitgaansdrug blijft alcohol. Van de illegale uitgaansdrugs is, na cannabis, XTC de meest gebruikte drug, gevolgd door cocaïne en amfetamine.

Combigebruik

Prevalentie-onderzoek onder uitgaanders in Amsterdam toont aan dat het uitgaansdrugspakket genotmiddelen omvat als alcohol, tabak, cannabis, ecstasy (XTC), cocaïne, amfetamine, ephedra en GHB (Antenne, 2003). Afhankelijk van het type evenement, de duur, de sfeer en de muziekstijl, kiezen bezoekers voor het gebruik van bepaalde middelen. Uitgaande jongeren experimenteren relatief vaak met (nieuwe) drugs en alcohol. Daarbij worden per gelegenheid dikwijls meer middelen tegelijk of vlak na elkaar genomen (van Laar et al., 2003). Uit Nederlands en buitenlands onderzoek blijkt dat er in vergelijking met begin jaren negentig steeds vaker sprake is van combinatiegebruik. Combinatiegebruik of polydruggebruik is het tegelijkertijd nuttigen van twee of meer middelen. Drugs die tijdens het uitgaan veel worden gecombineerd zijn: alcohol, XTC, cannabis, cocaïne, GHB en speed. Recent onderzoek laat zien dat het alcoholgebruik en het combineren van alcohol met diverse uitgaansdrugs toeneemt (Nabben & Korf., 2000, Antenne 2003, Pijlman et al., 2003).

1.2 Beschrijving doelgroep

Een tweede stap in de probleemanalyse is het beschrijven van de doelgroep. Hoe groot is de groep jongeren die de *dance*-evenementen bezoekt en wat is kenmerkend voor deze jongeren?

1.2.1 Dance

Dance is een verzamelnaam voor verschillende aspecten. Allereerst omvat de term de elektronische, dansbare muziek die gemixt wordt door een DJ die de entertainer is in plaats van bijvoorbeeld een band. Onder de noemer *dance* bevinden zich een aantal soorten elektronische muziek zoals Techno, Trance, Hardstyle, Hardcore, House, Clubtrance, Progressive, Garage, Lounge, Drum & Bass en Electro. Deze stromingen zijn voortdurend in ontwikkeling en aan verandering onderhevig, ook wat betreft populariteit. *Dance* staat echter niet alleen voor de muziek maar ook voor 'een wijze van leven die synoniem is voor uitgaan, genieten en een bepaalde stijl en manier van doen en laten' (KPMG, 2000, p.4). Belangrijke elementen binnen de *dance* als leefstijl zijn onder andere individualiteit en het maken van eigen keuzes. Wat kenmerkend is, is dat de jongeren die deel uitmaken van deze *scene* bereid zijn hard te werken, maar in het weekend dan ook 'stevig uitgaan' en daarin zelf beslissingen willen nemen. Op *dance*-evenementen wordt de vrijheid in individuele ontplooiing en profilering geboden waar de jongeren behoefte aan hebben. Jongeren kunnen nieuwe contacten maken, hun grenzen verruimen en nieuwe grenzen ontdekken. (KPMG, 2000) Voor veel jongeren is het dan ook een geweldige uitlaatklep om dagelijkse dingen te laten voor wat ze zijn en geheel in een feest op te gaan. Dit uit zich onder meer in de grote experimenteerbereidheid met onder andere alcohol en/of drugs.

Een ander element dat deel uitmaakt van *dance* als leefstijl is het onderdeel zijn van een groep. Het aspect van het gezamenlijk naar een feest gaan is erg belangrijk en gemeenschappelijk voor alle stijlen van *dance*; jongeren willen geen meeloper zijn. Als vanouds zonderen jongeren zich af van de rest en groeperen ze zich. Bij leeftijds- en leefstijl genoten zullen zij in aanzien stijgen, terwijl ze bij anderen eerder afgunst opwekken. Dit uit zich in een bepaalde levensstijl, de kleding die gedragen wordt, waar men wat gaat eten en wat men kan doen en vooral moet laten. Steeds meer jongeren sluiten zich bij de verschillende groepen binnen de *dance-scene* aan mede omdat jongeren in hun vrije tijd nu eenmaal het liefst met gelijken optrekken en graag deel uitmaken van een hechte groep. Dit betekent dat de eigen identiteit collectief wordt vormgegeven. De keuze voor het *dance*-evenement waar jongeren naar toe gaan spiegelt zich ook aan de jongerencultuur waar zij deel van uitmaken (KPMG, 2002).

Belangrijk is verder te vermelden dat *dance*, net als iedere andere culturele stroming, niet statisch is maar zeer dynamisch en dus ook door de tijd heen verder ontwikkeld zal worden en onderhevig is aan verandering.

1.2.2 Evenementen

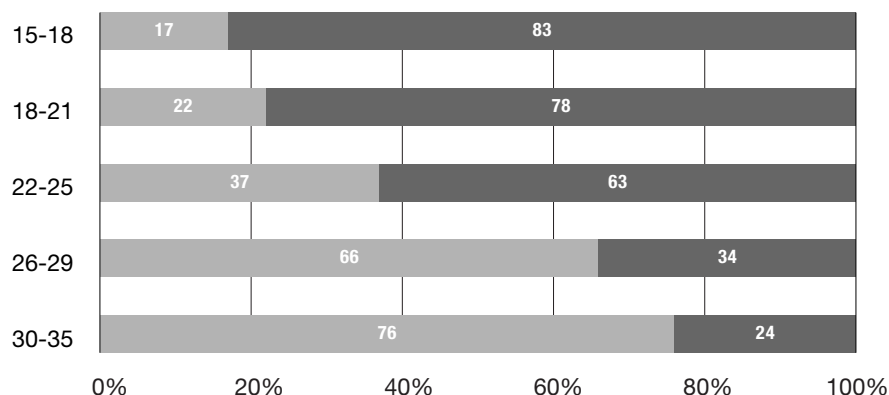
Het Unity project richt zich met name op de bezoekers van de grotere *dance*-evenementen. Vanaf de jaren negentig worden er regelmatig grootschalige *dance*-evenementen georganiseerd. Het betreft evenementen in de reguliere horeca of in bijvoorbeeld sporthallen of veilinghallen. Evenementen van veel grotere omvang vinden plaats in bijvoorbeeld de openlucht (outdoor *dance*-festivals) of in grote hallen zoals de Jaarbeurs Utrecht of Amsterdam RAI, waar voor de liefhebbers van alle soorten *dance* een aanbod te vinden is. Dergelijke evenementen trekken zo'n 30.000 (Jaarbeurs Utrecht) tot 45.000 (Amsterdam RAI) bezoekers. Bezoekers van dit soort evenementen zijn tussen de 18 en 35 jaar. Op grond van Nederlands marktonderzoek (KPMG, 2002) mag worden verondersteld dat meer dan 2,3 miljoen jongeren en jongvolwassenen (15-36 jaar) geïnteresseerd zijn in *dance*. Het gaat dan over mensen die regelmatig *dance*-evenementen bezoeken en bijvoorbeeld *dance* cd's kopen. Jaarlijks worden zo'n 700 á 800.000 bezoekers geteld aan de toegangspoorten van de grotere evenementen, waarvan er 17 worden gehouden met meer dan 15.000 bezoekers. KPMG heeft 81 *danceclubs* geteld, waar elk weekeinde enkele tienduizenden bezoekers komen (KPMG, 2002). De leden van deze *dance-scene* reizen heel Nederland door om de *dance*-evenementen te bezoeken. Er is dus meer sprake van een nationale dan een lokale *scene*.



Eén 'area' van een groot outdoor *dance* festival in Nederland

1.2.3 Leeftijd

Uit marktonderzoek (De Vos & Jansen, 2002, KPMG, 2002) blijkt dat vooral jongeren in de leeftijdscategorie 15 tot en met 25 jaar geïnteresseerd zijn in *dance*. In de leeftijdscategorie 26 tot en met 35 jaar neemt de intensiteit van de interesse en het bezoek aan *dance*-evenementen af. In de volgende figuur wordt de leeftijdsopbouw beknopt weergegeven.



Figuur 1.6: Interesse in Dance. Bron: De Vos & Jansen Marktonderzoek, Algemeen ID&T onderzoek, maart 2002

UNITY

De doelgroep van Unity is het *dance* en uitgaanspubliek in de regio Amsterdam. Unity richt zich voornamelijk op de groep in de leeftijd van ±16 tot 35 jaar die alcohol en/of andere drugs gebruiken, met name in het *dance*-circuit.

Box 1.1: Doelgroep Unity

1.3 Gezondheidsrisico's

De 700.000 a 800.000 bezoekers van *dance*-evenementen en *danceclubs* zijn uitgaanders en zoals aan de hand van de prevalentiecijfers kan worden gesteld, experimenteert een relatief groot deel van deze doelgroep met (nieuwe) drugs en alcohol. Naast plezier en genot voor de gebruiker brengt het gebruik van middelen ook gevaren met zich mee voor de gezondheid. Bij deze gevaren wordt vaak alleen gedacht aan de risico's van het middel zelf. Bij de bepaling van gezondheidsrisico's welke verbonden zijn aan alcohol en/of druggebruik gaat het volgens de theorie van Norman Zinberg (1984) om een interactie van drie factoren. Het middel zelf (drug), de kenmerken van de persoon (set) en de omstandigheden (setting). De relatie tussen deze drie factoren kan complex zijn. Ook in de uitgave van het Trimbos instituut en

Educare, *Uitgaan en Veiligheid*, wordt met nadruk vermeld dat deze verschillende factoren de kans beïnvloeden dat iemand een EHBO-post zal moeten bezoeken tijdens een evenement (Pijlman et al., 2003). Hieronder worden de drie factoren kort besproken en wordt een overzicht gegeven van de meest relevante determinanten van riskant gebruik¹.

1.3.1 Drug, set, setting

Drug

Het beschrijven van de gezondheidsrisico's per middel is een lastige opgave. De gegevens hierover zijn niet compleet en constant aan verandering onderhevig. Van sommige middelen zijn de gezondheidsrisico's, met name op lange termijn, simpelweg nog niet bekend of er bestaan verschillende ideeën over. Voor de meest recente gegevens omtrent de gezondheidsrisico's van de verschillende middelen kunt u de informatie op de Unity website (www.unitydrugs.nl), de Jellinek website en de onlangs in het leven geroepen website *Uitgaan en drugs* van het Trimbos instituut raadplegen. Niet alleen de stof, maar ook de hoeveelheden, de wijze waarop deze wordt ingenomen (slikken, snuiven, roken) en eventuele vervuiling van het middel zijn van belang voor het effect en de risico's.

Combigebruik

Ook combinaties met andere stoffen kunnen de werking van een middel beïnvloeden. Als er op een feest gezondheidsproblemen optreden door het gebruik van drugs, dan komt dit regelmatig door het gebruik van alcohol, XTC, GHB en combinaties hiervan. Zo constateert Educare² dat steeds meer acute gezondheidsverstoringen het gevolg zijn van combinaties met (overwegend) alcohol. Polydruggebruik, oftewel combinatiegebruik, kan ervoor zorgen dat effecten sterker worden en/of langer aanhouden, maar ook dat ze elkaar juist tegenwerken of afzwakken (Pijlman et al., 2003).

Set

Of iemand gezondheidsklachten krijgt (tijdens een *dance*-evenement) hangt vaak af van de lichamelijke en geestelijke toestand van de persoon. Persoonlijke factoren die van invloed zijn, zijn vermoeidheid, ziekte, stress, gemoedstoestand en psychische klachten. Daarnaast spelen leeftijd, ervaring met middelen, kennis van middelen, medicijngebruik en zwangerschap een rol. Maar ook wat iemand de twee dagen voorafgaand aan het gebruik heeft gegeten en gedronken en of iemand wel of geen ademende kleding draagt. Verder zijn ook de verwachtingen van iemand die alcohol of drugs gebruikt belangrijk voor de uitwerking ervan. Mensen die voor het eerst gaan gebruiken of die een nare ervaring met gebruik hebben gehad zullen vaak angstiger zijn en zich minder prettig voelen. Wanneer iemand een meer ervaren gebruiker is, zal hij of zij wellicht voorzichtiger zijn en meer voorbereid op onverwachte gevoelens en ervaringen (Pijlman et al., 2003).

1. Voor een volledig overzicht zie Bolier, Lemmers, Sannen & van Hasselt (2004).

2. Een organisatie met veel ervaring met EHBO en EHBD tijdens grote *dance*-evenementen.

Setting

Omstandigheden in de omgeving kunnen bijdragen aan het al dan niet optreden van gezondheidsklachten. Van invloed zijn onder andere de locatie, de faciliteiten, de sfeer en het aantal mensen in een bepaalde ruimte (Pijlman et al., 2003, p. 17). Dit maakt dat een goede organisatie heel erg belangrijk is. Urenlang dansen in de zon of een door regen modderig terrein vergroten de gezondheidsrisico's. Naast neerslag en temperatuur is ook de luchtvochtigheid van belang. Een tekort aan lichaamsvocht door teveel transpiratie en te weinig drinken (of het drinken van alcohol wat vocht aan het lichaam onttrekt) in combinatie met een hoge luchtvochtigheid, kan de ongewenste effecten van XTC en andere stimulantia versterken, wat zich bijvoorbeeld kan uiten in oververhitting (Stadhuis en House, 1995; Pijlman, et al., 2003). Ook de sociale invloed van de uitgaansgroep hoort bij de setting. Dat uit zich in de druk om te gebruiken, het waargenomen gebruik en de acceptatie van gebruik binnen de groep.

Drug	Set (persoon)	Setting (omgeving)
<ul style="list-style-type: none"> • Toxische eigenschappen van het middel • Dosis • Polydruggebruik • Vervuiling in het middel 	<ul style="list-style-type: none"> • Kennis van de risico's • Kennis van risicoreductie • Attitude ten aanzien van risicoreductie • Positieve en negatieve uitkomstverwachtingen van het gebruik van drugs • Positieve en negatieve uitkomstverwachting van risicoreductie • Perceptie van normen ten aanzien van risicoreductie • Gewoontegedrag • Kennis en vaardigheden (self-efficacy) risicoreductie • Kennis en vaardigheden om te weigeren (self-efficacy) • Eerdere ervaringen met middelengebruik • Sensation seeking, impulsiviteit (persoonseigenschappen) • Lichamelijke en psychische gesteldheid, incl. zwangerschap • Medicijngebruik • Demografischekenmerken, zoals opleiding, leeftijd, etniciteit, seksuele voorkeur en geslacht 	<ul style="list-style-type: none"> • Omgevingsstressoren zoals geluidsniveau, drukte en temperatuur • Gezonde en veilige omgeving: goede ventilatie, gratis drinkwater, chill outs, etc. • Training personeel • Openbaar vervoerregelingen • Beschikbaarheid condoms • Aanwezigheid voorlichtingsmateriaal • Prijs en beschikbaarheid van de middelen • Sociale invloed van de uitgaansgroep (druk om te gebruiken, waargenomen gebruik en acceptatie van gebruik) • Muziekstijl en subcultuur • Gevoel van Time-out

Box 1.2: Determinanten van riskant gebruik ingedeeld in de factoren drug, set, setting. Bron: Bolier et al. (2004)

1.3.2 Indirecte gezondheidsrisico's

Naast de reeds genoemde gezondheidsrisico's van de verschillende middelen zijn er ook een aantal indirecte gezondheidsrisico's aan het gebruik verbonden. Belangrijke thema's omtrent de indirecte gezondheidsrisico's van alcohol- en/of druggebruik zijn deelname aan het verkeer, veilig rijden en agressie.

Deelname aan het verkeer

Eén van de belangrijkste indirecte gezondheidsrisico's van alcohol en druggebruik is de invloed die de verschillende middelen hebben op het rijgedrag. Over het algemeen kan gesteld worden dat het altijd risicovol is wanneer een persoon onder invloed is, van welk middel dan ook, en toch deelneemt aan het verkeer. Zo neemt het beoordelings- en reactievermogen bij drankgebruik zeer snel af en wordt de motoriek verstoord, wat zeer gevaarlijk is in het verkeer. Daarbij komt dat men overmoedig wordt en denkt juist beter te kunnen rijden. In 2002 telde de Stichting Wetenschappelijk Onderzoek Verkeersveiligheid (SWOV) ruim 2800 geregistreerde doden en gewonden (al dan niet in het ziekenhuis opgenomen) in het verkeer waarbij alcohol in het spel was (van Laar et al., 2003). Naast ongelukken door autobestuurders onder invloed van alcohol gebeuren er veel ongelukken door valpartijen op de fiets. Bij cannabisgebruik vermindert het concentratie- en reactievermogen en verandert bovendien de zintuiglijke waarneming. GHB en deelnemen aan verkeer gaan ook niet samen. Het reactie- en coördinatievermogen blijven na inname nog een aantal uren verstoord. Maar ook amfetamine en cocaïne zijn gevaarlijk aangezien zij kunnen leiden tot zelfoverschatting wat aanleiding kan geven tot gevaarlijke situaties in het verkeer. Ook wat betreft de risico's van combinatiegebruik wordt gewaarschuwd voor de invloed op het rijgedrag. Wanneer iemand een combinatie van alcohol en drugs heeft gebruikt, of verschillende soorten drugs, zijn de effecten op het rijgedrag namelijk onvoorspelbaar. Combigebruik in het verkeer leidt tot grote risico's, omdat vooraf niet te zeggen is welke effecten de boventoon zullen voeren. Een voorbeeld van zeer risicovol combigebruik is het gebruik van XTC, cocaïne of amfetamine in combinatie met alcohol. Door de XTC, cocaïne of amfetamine, heeft men namelijk het idee dat de alcohol de rijvaardigheid niet heeft aangetast, omdat men de dronkenschap niet zo sterk voelt. De werking van de alcohol op de psychomotorische vaardigheden is echter niet opgeheven door de 'uppers' (Lecesse et al., 2000).

Veilig rijden

Een ander indirect risico voor de gezondheid heeft te maken met (on)veilig rijden en de kans op het oplopen van seksueel overdraagbare aandoeningen. Over het algemeen wordt aangenomen dat het nemen van alcohol en/of drugs het voornemen om veilig te rijden onder druk zet doordat men niet meer helder nadenkt. De ontremmende of lustopwekkende effecten spelen hierbij een rol. Zo kan bijvoorbeeld het gebruik van GHB of XTC en de sfeer er omheen, aanleiding geven tot onveilig seksueel gedrag.

Agressie

Het laatste thema in het kader van de indirecte gezondheidsrisico's is agressie. Agressie en geweld in het uitgaanscircuit hangen vaak samen met middelengebruik. De relatie tussen alcohol en geweld is niet geheel duidelijk. In een studie van het WODC (de Haan & de Bie, 2002) naar uitgaansgeweld noemen jongeren en horeca-ondernemers alcohol als belangrijkste factor voor het ontstaan van agressie tijdens het uitgaan. Naast de invloed van alcohol op agressief gedrag tijdens het uitgaan wordt agressie in toenemende mate toegeschreven aan druggebruik. Zo kan zwaar gebruik van cocaïne leiden tot waanvoorstellingen die beangstigend zijn. De gebruiker wordt achterdochtig en voelt zich bedreigd. Dat kan omslaan in agressie. Uit het onderzoek van Bieleman et al. (1998) naar jongeren, alcohol, drugs en agressie tijdens het uitgaan blijkt dat eerder de combinatie van alcohol en drugs en niet zozeer het druggebruik op zichzelf als oorzaak van agressie te noemen is. Het zou met name gaan om personen die een combinatie van alcohol en XTC, amfetamine of cocaïne gebruiken. De exacte relatie tussen alcohol en/of drugs en agressie is moeilijk aan te tonen. In het kort komt het erop neer dat het veelal om een combinatie van verschillende factoren gaat die ertoe bijdragen dat iemand agressief wordt. Drugs hebben net als alcohol een ontremmende werking. Bij het gebruik van de combinatie van alcohol met bijvoorbeeld XTC of amfetamine is dit effect zo mogelijk nog sterker (Bieleman et al., 1998).

1.3.3 Incidenten

De gezondheidsrisico's die gepaard gaan met het gebruik van alcohol en/of drugs zijn hierboven in beeld gebracht. Het is interessant vervolgens te kijken naar het aantal geregistreerde incidenten tijdens de *dance*-evenementen om een duidelijker beeld te krijgen van de acute gezondheidsrisico's. Educare, een landelijke organisatie die medische zorg verleent op grote *dance*-evenementen, registreert sinds medio 1996 de gezondheidsproblemen die zich voordoen op *dance*-evenementen. Deze gegevens zijn samen met medewerkers van het DIMS-bureau³ op het Trimbosinstituut geanalyseerd. In het rapport *Uitgaan en Veiligheid* (2002) worden deze gegevens gepresenteerd.

IN HET KORT

In de periode 1996-2002 heeft Educare op 134 dansvenementen hulp verleend aan ongeveer 15.000 mensen. Minder dan 10 op de 1000 uitgaanders had EHBO nodig. In de meeste gevallen ging het om mensen met lichte verwondingen, zoals blaren of verstuikingen, of om mensen die zich niet zo goed voelden, zonder dat er andere problemen waren. Ze hadden bijvoorbeeld hoofdpijn of waren misselijk of duizelig (Pijlman et al., 2003).

De gegevens van Educare laten zien dat het aantal ongevallen op grote *dance*-evenementen de afgelopen jaren afneemt. In de beginperiode van de Educare-registratie

3. DIMS: Om gebruik en gezondheidsrisico's voor illegale uitgaansdrugs in beeld te brengen is in 1992 in opdracht van het ministerie van VWS het Drugs Informatie en Monitoring Systeem opgezet.

kwamen bijvoorbeeld veel meer ongevallen voor waarbij XTC of amfetamine een rol speelden dan in 2002. Zo kwamen in 1996 de ernstige drugsgerelateerde problemen vooral voor bij XTC-gebruikers. Uit de cijfers blijkt dat in 2002 het merendeel van de ernstige middelengerelateerde incidenten toe te schrijven is aan het gebruik van alcohol. Het aantal EHBO-bezoekers dat aangaf alcohol of drugs gebruikt te hebben is afgenomen van 60% in 1996 naar 40% in 2002. Opvallend is dat gegevens over het druggebruik van jongeren tussen 16 en 24 jaar aangeven dat de prevalentie van XTC-gebruik van 1997 tot 2001 niet is afgenomen (Abraham et al., 2002). Trendonderzoek Antenne (2001, 2002) wijst erop dat er meer gematigd omgegaan wordt met XTC, wat een bijdrage kan hebben geleverd aan de afname van het aantal druggerelateerde ongevallen op grote *dance*-evenementen. Daarnaast zal de professionalisering van feestorganisaties, Educare en preventie- en voorlichtingsactiviteiten een belangrijke bijdrage hebben geleverd aan deze positieve trend. Tot slot wordt duidelijk dat er sprake is van een toename van het alcoholgebruik op feesten, wat gepaard gaat met een stijging van het aantal alcoholgerelateerde gezondheidsverstoringen.

1.4 Tot slot

Uit de hierboven beschreven probleemanalyse komt naar voren dat een grote groep jongeren en jongvolwassenen, in de leeftijdscategorie 15 tot en met 35 jaar, kleine en grote *dance*-evenementen bezoeken en dat zij relatief vaak alcohol- en/of drugs gebruiken. Ondanks de nog altijd aanwezige onduidelijkheid omtrent schadelijkheid van bepaalde middelen op lange termijn is het duidelijk dat voorzichtigheid geboden is om de risico's te beperken. De voornaamste boodschap voor de gebruiker lijkt te zijn: niet te vaak, niet te veel, niet mixen van verschillende middelen en een goede geestelijke en lichamelijke voorbereiding. Daarnaast is het van groot belang dat de organisatoren van *dance*-evenementen aandacht besteden aan de setting, dus aan de locatie, de faciliteiten, de temperatuur, de luchtvochtigheid, voldoende drinkwater en de bereikbaarheid van beveiliging en EHBO.

2 Gedragsdeterminanten van middelengebruik onder jongeren

Er zijn een flink aantal theorieën en verklaringsmodellen die inzicht proberen te geven in de manier waarop gedrag tot stand komt en de oorzaken (determinanten) die daar aan ten grondslag liggen (zie de Vries, 1998). In deze paragraaf zullen verschillende relevante theorieën en modellen en de daarbij behorende gedragsdeterminanten kort beschreven worden. Voor nadere informatie en beschrijvingen van de theorieën wordt u verwezen naar de desbetreffende literatuur.

2.1 Sociale leertheorie

De sociale leertheorie van Albert Bandura (1977) heeft betrekking op de invloed van de sociale omgeving op het gedrag van een individu. Bandura onderscheidt drie

factoren die het gedrag kunnen verklaren: omgevings-, persoonsgebonden- en gedragsfactoren. De omgevingsfactoren nemen bij de sociale leertheorie een belangrijke plaats in. Het gedrag van mensen wordt voor een belangrijk deel beïnvloed door de observatie van het gedrag van belangrijke anderen binnen de sociale groep, het zogenaamde *modelling*. Door het waarnemen van het gedrag van anderen verkrijgt men informatie over de mogelijke positieve en negatieve resultaten van dat gedrag.

VOORBEELD 1

Wanneer vrienden of andere interessante mensen in de omgeving op een meer verantwoorde wijze drugs gebruiken, zich bewust zijn van de risico's en aan die factoren toeschrijven dat zij weinig negatieve gevolgen van het gebruik ervaren, zal de persoon in kwestie ook eerder geneigd zijn om meer verantwoord te gebruiken.

Een individu maakt, alvorens bepaald gedrag te vertonen, onbewust een kosten-baten analyse. Aan de hand van deze analyse zal hij of zij het gedrag vertonen (Mc Donald et al., 2003). Wanneer iemand alle nadelen van (regelmatig) gebruik op een rijtje zet (gezondheidsrisico's, achterblijvende schoolprestaties etc.), maar ook de voordelen (acceptatie van de groep, lang kunnen dansen etc.) kan hij of zij bepalen of het belangrijk is om minder of misschien meer verantwoord te gebruiken. Wanneer de gebruiker na deze kosten-baten analyse beseft dat de nadelen zwaarder wegen dan de voordelen zal hij of zij overeenkomstig gedrag vertonen.

2.2 Sociale identiteitstheorie

De sociale identiteitstheorie is gebaseerd op de concepten in-group en out-group beïnvloeding. Mensen raken meer beïnvloed door individuen met (ongeveer) dezelfde sociale identiteit (geslacht, cultuur, werk, hobby's). Deze gedeelde sociale identiteit vormt de basis voor het behoren tot de in-group. Groepslidmaatschap beïnvloedt het gedrag op twee manieren: sociale invloed (normen en verwachtingen) en informatieve invloed. Binnen een groep heersen altijd groepsnormen over wat gewenst en ongewenst gedrag is. De mate waarin een individu zich conformeert aan de groepsnormen is afhankelijk van het verlangen om geaccepteerd te worden door de groep, een bepaalde status te verwerven binnen de groep en om afwijzing te voorkomen. De invloed van informatie binnen de in-group is ook een belangrijke gedragsdeterminant. Het gaat hier om de inhoud van de boodschap (Wilder, 1990). De invloed die een boodschap kan hebben is het sterkst wanneer hij afkomstig is van een lid van de in-group omdat er meer aandacht voor is en meer waarde aan wordt gehecht (Mackie et al., 1990).

2.3 Diffusion of Innovation theorie

Een andere theorie is de Diffusion of Innovations van Rogers (1983). Deze theorie behandelt de wijze waarop nieuwe ideeën en rolgedrag zich verspreiden en opgenomen worden in gemeenschappen en subculturen. Volgens deze theorie opereren *change*

agents binnen een bepaalde setting of gemeenschap en beïnvloeden zij belangrijke opinieleiders om bepaalde gedragsveranderingen over te nemen. Door een domino effect kan de informatie (gedrag) door deze opinieleiders op hun beurt worden doorgegeven aan anderen, met dezelfde waarden en normen binnen een sociaal systeem. Volgens *Diffusion of Innovations* kiezen mensen zelf de opinieleiders uit omdat men deze meer competent acht dan henzelf. (Turner & Shepherd, 1999 in: Bleeker & Jamin, 2003).

2.4 Cognitieve dissonantietheorie

De cognitieve dissonantie theorie is een balanstheorie, ontwikkeld door Festinger (1957). Het uitgangspunt van deze theorie is dat mensen ernaar streven dat de cognities die ze hebben over een bepaald onderwerp met elkaar in overeenstemming (consistent) zijn. Inconsistentie tussen cognities is een onplezierige psychologische toestand en leidt tot gedrag dat erop is gericht inconsistentie te vermijden of op te heffen, dus consistentie te bereiken. Onder cognities wordt verstaan; de kennis, opinies, opvattingen of gevoelens die een persoon heeft over zichzelf of over zijn omgeving. Wanneer dissonantie plaatsvindt, kan een persoon de ongewenste gevoelens verminderen door de nieuwe informatie te ontwijken of te accepteren. Wanneer men de nieuwe informatie accepteert zal men de eigen houding en gedrag veranderen en aanpassen. Maar men kan het ook negeren door bijvoorbeeld te twijfelen aan de betrouwbaarheid van de nieuwe informatie. Individuen kunnen bijvoorbeeld ook wel inzien dat de informatie klopt tot op bepaalde hoogte, maar dat het niet geldt voor henzelf. De theorie verklaart waarom mensen zich soms zo weinig aantrekken van informatie. Wanneer de informatie namelijk niet overeenstemt met hun gedrag zijn zij eerder geneigd de informatie te negeren dan hun gedrag aan te passen aan de informatie. Het is dus belangrijk zoveel mogelijk aan te sluiten bij de bestaande ideeën van de doelgroep.

2.5 Health Belief Model

Het *Health Belief Model* is ontwikkeld in de jaren zestig door Rosentock et al. (1966) vanuit de behoefte gezondheidsgedrag te verklaren. De theorie gaat ervan uit dat mensen hun gezondheid kunnen beïnvloeden en dat ze handelen vanuit het verlangen niet ziek te willen worden of gezond te blijven. Het gezondheidsgedrag is dan afhankelijk van de dreiging die een persoon ervaart dat zijn gezondheid wordt aangetast, de effecten die hij verwacht van nieuw gedrag en de barrières die hij moet overwinnen (Janz & Becker, 1984). De effecten die men verwacht van het nieuwe gedrag kunnen positief en negatief zijn. Onbewust weegt men deze effecten af en volgens het *Health Belief Model* zal men het nieuwe gedrag alleen aannemen als de positieve effecten zwaarder wegen dan de negatieve effecten.

VOORBEELD 2

In het geval van druggebruik onder jongeren zijn mogelijke verwachte negatieve effecten van het gebruik onder andere de afwijzing door leden uit de eigen doelgroep en de angst voor korte of lange termijn gevolgen voor de gezondheid.

Later is het concept van “eigeneffectiviteit” toegevoegd aan het model. Dit betekent dat men eerder nieuw gedrag aanneemt wanneer men gelooft in de eigen mogelijkheden om dit succesvol te doen (Rosentock, 1990). Andere variabelen die later aan het model zijn toegevoegd zijn demografische, socio-psychologische en structurele variabelen die invloed kunnen hebben op de percepties van een individu en daarmee op het gedrag.

2.6 Theorie van beredeneerd en gepland gedrag

De theorie van gepland gedrag is een uitbreiding van de theorie van beredeneerd gedrag. De laatste is ontwikkeld door Fishbein en Azjen (1975). Zij wilden met deze theorie aantonen dat men menselijk gedrag kan begrijpen en voorspellen. Volgens de theorie staat gedrag onder controle van een bewuste wil om een bepaald gedrag te vertonen en wordt daarmee bepaald door de intentie die iemand heeft om het bepaalde gedrag te vertonen. Kortom, wanneer iemand van plan is om iets te gaan doen, dan is de kans groot dat hij of zij het ook daadwerkelijk gaat doen.

Iemands intentie om gedrag te vertonen is de beste voorspeller voor zijn of haar gedrag.

Waardoor worden intenties dan bepaald? Volgens Fishbein en Azjen ten eerste door de attitude die iemand heeft ten opzichte van het gedrag, en ten tweede door de subjectieve normen.

De attitude is volgens de theorie een functie van ‘behavioral beliefs’, dat vertaald zou kunnen worden als gedragsopvattingen. Het heeft in feite betrekking op de beoordeling die iemand geeft aan bepaald gedrag. Deze beoordeling wordt bepaald door de opvattingen die men heeft over de implicaties van dat gedrag.

VOORBEELD 3

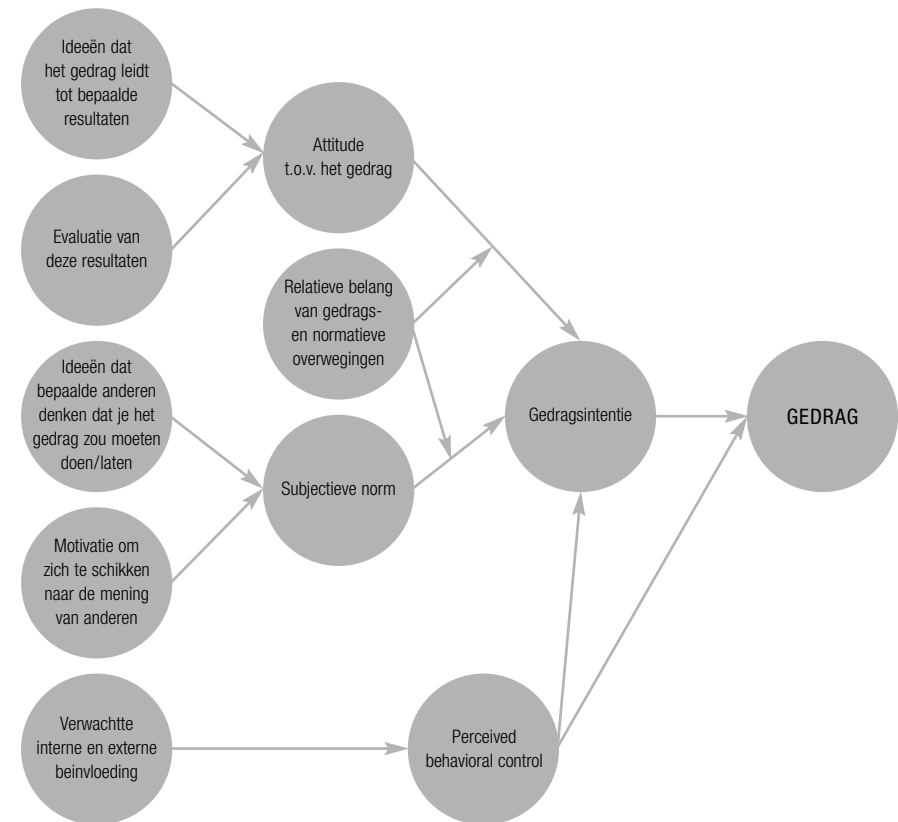
Wanneer iemand ervan uitgaat dat het veiliger is voor de gezondheid om een pil te laten testen, om alleen XTC te gebruiken wanneer hij zich geestelijk en lichamelijk fit voelt en om geen alcohol te drinken wanneer hij XTC slikt (dit zijn ‘behavioral beliefs’), dan heeft hij een positieve attitude ten opzichte van “meer verantwoord gebruik”. Deze positieve attitude beïnvloedt de intentie tot meer verantwoord gebruik en de intentie op haar beurt beïnvloedt het gedrag (het gebruik) zelf.

De tweede determinant van intentie, naast de attitude, wordt de subjectieve norm genoemd. Deze is opgebouwd uit twee componenten: de *normative beliefs* en de *motivation to comply*. *Normative beliefs* zijn de opvattingen die iemand heeft over wat belangrijke anderen van het gedrag in kwestie vinden. Hoe belangrijker een persoon voor hem of haar is, des te groter de kans dat hij of zij zich wat aantrekt van de mening van deze ‘belangrijke ander’, ofwel des te groter de *motivation to comply*.

VOORBEELD 4

Wanneer de vrienden heel belangrijk zijn voor een bezoeker van een *dance*-evenement en zij zouden zich negatief uitlaten over meer verantwoord druggebruik (in tegenstelling tot onverantwoord) en van de bezoeker niet verwachten dat hij of zij meer verantwoord zal gebruiken, dan is de subjectieve norm negatief ten opzichte van meer verantwoord gebruik. Dit betekent dat de intentie tot meer verantwoord gebruik kleiner wordt en daarmee ook de kans toeneemt dat een bezoeker van een *dance*-evenement onverantwoord gebruikt.

De verschillende componenten hebben dus invloed op de gedragsintentie. Hieronder staat het een en ander in een model weergegeven. Binnen dit model is kennis het beste terug te vinden onder “ideeën dat het gedrag leidt tot bepaalde resultaten”. In schema ziet het er als volgt uit:



Figuur 2.1: De theorie van beredeneerd gedrag van Ajzen en Fishbein.

Omdat hij onderkende dat niet elk gedrag geheel en alleen bepaald wordt door de wil om het te vertonen, breidde Azjen in 1991 het model van deze theorie uit met een derde determinant van intentie, de *perceived behavioral control*. Deze wordt ook wel de *self-efficacy* of eigeneffectiviteit genoemd. Naast de intentie om een gedrag te vertonen moet ook de mogelijkheid bestaan om het gedrag te vertonen. *Perceived behavioral control* verwijst naar hoe makkelijk of moeilijk iemand het inschat om bepaald gedrag te vertonen.

VOORBEELD 5

Men moet bijvoorbeeld geld hebben om drugs te kopen of om drugs te laten testen. Wanneer iemand zijn mogelijkheden om meer verantwoord te gebruiken bijvoorbeeld hoog inschat, dan versterkt dit diens intentie om daadwerkelijk meer verantwoord te gebruiken.

2.7 Het transtheoretische model van verandering

Dit model is ontwikkeld om te verklaren hoe problematisch gedrag verzwakt kan worden. Het individu is niet zonder meer bereid tot een gedragsverandering, hij of zij moet gemotiveerd zijn. Volgens het *Stages of change model* van Prochaska en Diclemente (1982) verloopt het individuele proces via vijf stadia wanneer men bepaald gedrag probeert veranderen:

1. Voorstadium (*Precontemplation*)

Het individu heeft niet de intentie om het gedrag te veranderen en ziet het gedrag ook niet als problematisch

2. Overweging (*Contemplation*)

Het individu raakt zich ervan bewust dat er een probleem is en denkt eraan om het gedrag in de toekomst te veranderen

3. Beslissing (*Determination*)

Het individu maakt plannen en neemt positieve stappen richting de verandering van het gedrag

4. Uitvoering (*Action*)

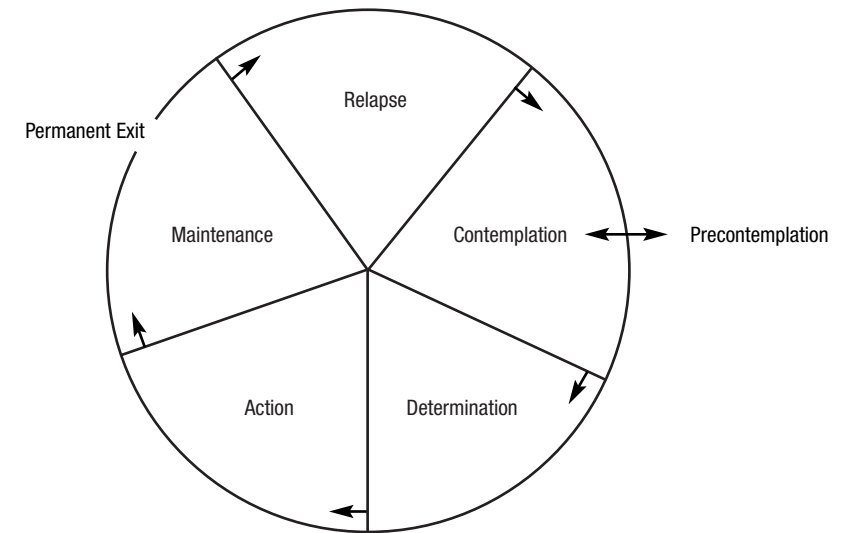
Het individu implementeert de geplande veranderingen

5. Volhouden (*Maintenance*)

Het individu doet pogingen om de verandering te behouden en een terugval te voorkomen

6. Terugvallen (*Relapse*)

Terugval naar het problematische gedrag



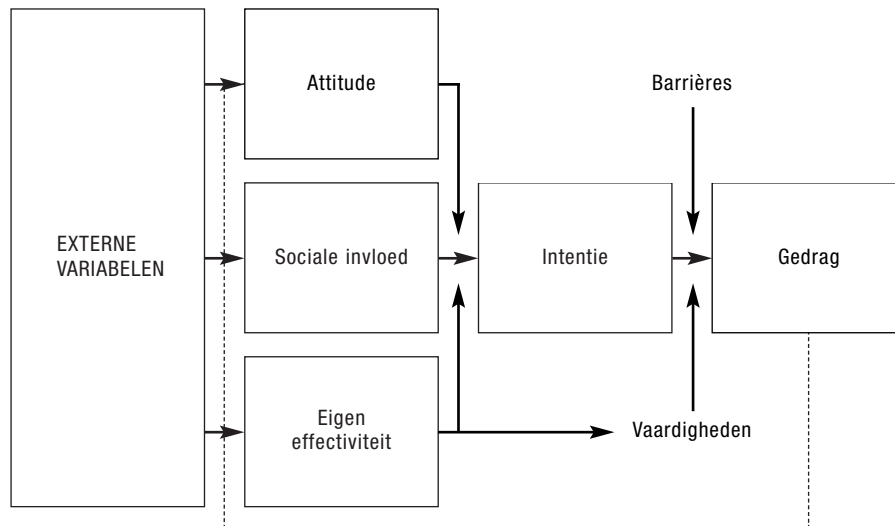
Figuur 2.2: 'Stages of change'- model van Prochaska en Diclemente (1982)

Het is belangrijk om te erkennen dat succesvolle pogingen om het gedrag te veranderen regelmatig gevolgd worden door periodes van terugval. Het model laat verder zien dat het aanbieden van kennis weinig invloed heeft op de daadwerkelijke gedragsverandering. Het gaat er dus niet alleen om mensen te vertellen over de risico's van gebruik. In veel gevallen weet men dit ook wel. Het gaat erom dat mensen moeten snappen dat ze een risico lopen, dat het hen zelf kan overkomen. Door het aanreiken van kennis kan een individu vanuit de voorbeschouwing naar de fase van overpeinzing gaan, maar een verandering in de attitude zal de persoon richting de beslissing sturen en alleen blijvende ondersteuning en versterking kan vervolgens resulteren in een gedragsverandering.

2.8 Het Attitude- Sociale invloed- Eigeneffectiviteit (ASE) model

In het ASE-model (de Vries, Dijkstra & Kuhlman, 1988) worden de verschillende bevindingen uit de eerder beschreven modellen geïntegreerd. Het ASE-model is een model om met name beredeneerd gedrag te verklaren. De twee gedragsmodellen waarop het gebaseerd is zijn dan ook de 'Theory of Reasoned Action' (Fishbein en Ajzen, 1975) en de 'Theory of Planned Behavior' (Ajzen, 1988). Volgens het ASE-model is een belangrijke determinant van gedrag de intentie die men heeft om het gedrag wel of niet uit te voeren. Op zijn beurt wordt de intentie beïnvloed door: de attitude ten aanzien van een bepaald gedrag; de sociale normen die men in de omgeving waarneemt; en de eigeneffectiviteit, de mate waarin men zichzelf in staat acht om een gedrag wél of níét uit te voeren. De determinanten attitude, sociale invloed en eigeneffectiviteit worden door achtergrondkenmerken zoals geslacht, leeftijd, culturele waarden en normen,

sociaal- economische status etc. beïnvloed. De verwachtingen omtrent de sociale invloed worden in dit model bepaald door de sociale normen, het waargenomen gedrag van anderen en de directe druk of de ervaren steun voor het gedrag. Met betrekking tot de eigeneffectiviteit wordt een onderscheid gemaakt tussen de gedragseffectiviteit (kan ik het), de sociale effectiviteitsverwachting (weerstand bieden aan sociale druk) en de spanningseffectiviteit (inschatting om het gewenste gedrag te kunnen blijven vertonen tijdens spanning). Andere elementen uit het model zijn: vaardigheden (iemand moet in staat zijn om het gedrag te kunnen uitvoeren) en barrières (naarmate er meer barrières of belemmeringen zijn zal het moeilijker of makkelijker zijn om het gedrag uit te voeren). Als men de intentie heeft het gewenste gedrag te vertonen, dan hangt het ervan af in welk stadium van verandering men is (zie *stages of change-model*) of men daadwerkelijk tot het gewenste gedrag overgaat. Er is altijd sprake van *feedback*. Het gedrag beïnvloedt de determinanten en verandert de ideeën over het gedrag. Het is een dynamisch proces.



Figuur 2.3: ASE-model

2.9 Samenvatting gedragsdeterminanten

Het voorgaande geeft een overzicht van een aantal gevestigde sociaal-psychologische theorieën omtrent de determinanten en mechanismen van verandering, geassocieerd met druggereleerde attitudes en gedrag. Eén van de belangrijkste conclusies is dat het gedrag van een individu het resultaat is van een complex van sociale en individuele factoren.

De sociale leertheorie legt de nadruk op de omgevingsfactoren en dus op determinanten op het sociale niveau. Van groot belang voor het verklaren van gedrag zijn belangrijke anderen binnen de groep. De sociale identiteitstheorie noemt als determinanten van gedrag de groepsnormen binnen de *in-group*. en de informatie die verspreid wordt binnen de *in-group*. Een boodschap komt het beste over als deze afkomstig is van iemand die lid is van de *in-group*. Ook deze determinanten kunnen geplaatst worden op het niveau van de sociale invloed. Een derde theorie die de nadruk legt op het belang van de omgeving en de groepsnorm bij het verklaren van gedrag, is de *Diffusion of Innovation* theorie. In dit geval gaat het om de belangrijke opinieleiders die invloed hebben op de gedragsveranderingen van andere leden van een groep.

De cognitieve dissonantietheorie zit daarentegen meer op het cognitieve niveau. Inconsistenties tussen cognities leiden tot gedragsverandering om weer consistentie te bereiken. Ook het *Health Belief Model* kan geplaatst worden op het cognitieve niveau. De persoon weegt de positieve en negatieve effecten van gedragsverandering af en men neemt nieuw gedrag eerder aan wanneer men gelooft in de eigen mogelijkheden om dit succesvol te doen. Dit wordt ook wel de eigeneffectiviteit genoemd.

Gedragsdeterminanten op individueel niveau vinden we terug bij de theorieën van gepland en beredeneerd gedrag. Determinanten die genoemd worden zijn kennis, attitude en intentie. De intentie om gedrag te vertonen wordt beïnvloed door de attitude, de subjectieve norm en de ingeschatte mogelijkheid om het gedrag te vertonen (*percieved behavioral control*). Het transtheoretische model van verandering beschrijft de verschillende stadia van gedragsverandering en dat het afhankelijk is van in welk stadium een persoon zich bevindt of men zal overgaan tot daadwerkelijke verandering. Het ASE-model tenslotte integreert de verschillende theorieën en noemt de attitude, sociale invloed en eigeneffectiviteit als belangrijkste determinanten van gedrag. Verder zijn barrières en vaardigheden aan dit model toegevoegd. Om het gewenste gedrag te vertonen moet men eventuele belemmeringen uit de weg kunnen gaan en over de juiste vaardigheden beschikken.

2.10 Peer-methode

In veel voorlichtingsprojecten is het hoofddoel het veranderen van specifiek gedrag. Er wordt vaak gedacht dat het aanbieden van informatie en het vergoten van kennis de attitude en daarmee het gedrag zal beïnvloeden. Uit de verschillende theorieën komt naar voren dat zo'n lineaire kennis-attitude-gedrag relatie in het geheel niet opgaat. Een effectieve voorlichtingsmethode houdt hier rekening mee. Uit de volgende paragraaf zal blijken dat de peer-methode inspeelt op de hierboven besproken determinanten van gedrag en consistent is met de sociaal-psychologische theorieën en modellen.

Sociale leertheorie

In de sociale leertheorie wordt een groot belang gehecht aan betrouwbare rolmodellen die gepast gedrag kunnen laten en zien en zo leersituaties voor anderen kunnen creëren.

Bekend is dat jongeren veel tijd met elkaar doorbrengen en dat de groepsnormen, onder andere met betrekking tot alcohol- en druggebruik, enorm veel invloed hebben. De jongeren zullen in hun keuze om alcohol en/of drugs te gebruiken en de manier waarop ze dat zullen doen beïnvloed worden door de groepsnorm en door het gedrag van belangrijke anderen binnen die groep (Bleeker & Jamin, 2003). Binnen de peer-methode wordt gebruik gemaakt van deze rolmodellen. Er worden jongeren ingezet die fungeren als betrouwbare bronnen van informatie en die kunnen optreden als positief rolmodel (peer-educators) voor andere jongeren (peers) uit de eigen doelgroep. Daarnaast kunnen deze peer-educators een belangrijke rol spelen bij het opmaken van een kosten-baten analyse. Vaak is men zich zelf niet bewust van de verschillende positieve en negatieve aspecten van het gedrag en door samen met de jongeren een balans op te maken kan een begin gemaakt worden met een bewustwordingsproces van eventueel problematisch gedrag. Vanuit de sociale leertheorie blijkt verder dat het van groot belang is dat de peer-educators sociaal contact behouden met en deel uitmaken van de doelgroep (Mc Donald et al., 2003). Dit aspect moet goed geïntegreerd zijn in het project. Wanneer een peer-educator geen deel meer uitmaakt van de doelgroep kan deze persoon geen voorlichting meer geven.

Sociale identiteitstheorie

Ook de sociale identiteitstheorie gaat uit van beïnvloeding door belangrijke anderen. In dit geval wordt de nadruk gelegd op de sociale identiteit. Mensen raken eerder beïnvloed door mensen uit de *in-group*, met dezelfde sociale identiteit. De peer-educator wordt door de peers, de doelgroep, eerder gezien als een lid van de *in-group* dan bijvoorbeeld een professionele preventiewerker met een heel andere leefstijl en leeftijd. Het is belangrijk dat de peer-educator ongeveer dezelfde sociale identiteit heeft als de doelgroep en niet bijvoorbeeld alleen wat betreft leeftijd op de doelgroep lijkt. Vanuit deze theorie kan gesteld worden dat de informatie die wordt overgedragen door iemand uit de *in-group* eerder aangenomen wordt. Dit betekent dat de werving en selectie van peer-educators van groot belang is voor de effectiviteit van de peer-methode (Mc Donald et al., 2003). Dat de mate waarin iemand zich conformeert aan de groepsnormen afhangt van het verlangen om bij de *in-group* te horen, is een ander interessant aspect van deze theorie. De *dance-scene* (de doelgroep waar Unity zich als project op richt) is een hele hechte groep en jongeren vinden het erg belangrijk om binnen deze groep geaccepteerd te worden en een bepaalde status te verwerven. De hechtheid van de community draagt bij aan de effectiviteit van een peerproject.

Diffusion of Innovation theorie

De theorie van Rogers, *Diffusion of innovation*, heeft betrekking op het verspreiden en overnemen van bepaald rolgedrag en informatie. Een belangrijke rol is hierin weggelegd voor de zogenaamde *change agents* en opinieleiders. In een peerproject wordt tijdens de werving en selectie goed gezocht naar deze opinieleiders. De opinieleiders kunnen getraind worden tot peer-educator en zo het gedrag beïnvloeden van de andere leden

van de doelgroep. Met name in deze doelgroep spelen opinieleiders een belangrijke rol en hebben veel invloed. Adolescenten zijn gedurende deze fase van hun leven zeer beïnvloedbaar. Jongeren zijn geneigd trends te volgen en bovendien beschikken ze over goede communicatiesystemen. Via deze communicatiesystemen, waarvan in de *dance-scene* ook veelvuldig gebruik gemaakt wordt, zal de boodschap zich zeer snel verspreiden binnen de doelgroep.

Cognitieve dissonantietheorie

De cognitieve dissonantietheorie laat zien hoe belangrijk het is om gebruik te maken van de ervaringen en verwachtingen van de doelgroep. Dit kan inzicht opleveren over hoe acceptabel de inhoud van de voorlichting is binnen de *peer-group*. Een *peer-group* is een groep leeftijds- en leefstijlgenoten. Door de peer-educators tevens in te zetten bij het vormen van de boodschap en de inhoud hiervan wordt de boodschap zeer acceptabel voor de *peer-group*. Vanuit de cognitieve dissonantie theorie kan beredeneerd worden dat het van belang is om informatie te verstrekken die relevant is, consistent met de persoonlijke ervaringen van de doelgroep en die zo objectief mogelijk is en zowel de negatieve als de positieve kanten van druggebruik laat zien. De peer-educator moet geloofwaardig zijn en dus op basis van zoveel mogelijk eigenschappen zelf tot de doelgroep behoren (Mc Donald et al., 2003).

Health Belief Model

Het *Health Belief Model* suggereert dat de boodschap die tijdens de voorlichting uitgedragen wordt onder andere gericht moet zijn op de mogelijke negatieve effecten van het druggebruik (ziektes, moeheid, maar ook afwijzing door peers en moeilijkheden op school). Dit omdat men ervan uit gaat dat mensen altijd zullen handelen uit het verlangen niet ziek te willen worden. Daarnaast moet de voorlichting zich niet alleen richten op effectief gedrag om zo de risico's van het gebruik te beperken. Het geven van informatie en het bieden van steun bij het overkomen van eventuele barrières die het nieuwe gedrag (geen of meer verantwoord druggebruik) in de weg staan (*peer-pressure*, afhankelijkheid, etc) is ook zeer belangrijk. Bovendien moet aandacht besteed worden aan de eigeneffectiviteit van de jongeren, het geloof in de eigen mogelijkheid om het positieve gedrag aan te nemen.

Theorie van beredeneerd en gepland gedrag

In deze theorie wordt aan de orde gesteld dat zowel de intentie als de attitude belangrijke gedragsdeterminanten zijn. De intentie wordt bepaald door de attitude en de attitude heeft te maken met de beoordeling die iemand geeft aan bepaald gedrag. Door de kennis te verhogen over risico's van (combi) gebruik kan de attitude beïnvloed worden en kan men een positieve attitude ontwikkelen ten opzichte van meer verantwoord gebruik. Een positieve attitude beïnvloedt vervolgens de intentie tot meer verantwoord gebruik. Een andere gedragsdeterminant is de subjectieve norm. In het geval van de subjectieve norm komen de belangrijke anderen weer aan de orde. Peers

worden als significant gezien in het leven van een individu, met name in het leven van een adolescent. Zij spelen dan ook een sleutelrol in het bepalen van normatief gedrag. Door het inzetten van peer-educators kan de subjectieve norm beïnvloed worden en daarmee wordt het meer verantwoord gebruik bevorderd. Wanneer de belangrijke anderen namelijk veel waarde hechten aan meer verantwoord gebruik en verwachten dat men meer verantwoord zal gebruiken, dan wordt de intentie tot meer verantwoord gebruik ook groter. Later is de eigeneffectiviteit als determinant van gedrag toegevoegd. Wanneer de bezoeker van de *stand* zijn mogelijkheden om meer verantwoord te gebruiken hoog inschat, dan beïnvloedt dit de intentie die iemand heeft daadwerkelijk meer verantwoord te gebruiken.

Transtheoretische model van verandering

Wat betreft de peer-methode laat dit model duidelijk zien dat slechts het verstrekken van informatie met betrekking tot alcohol- en druggerelateerde onderwerpen aan jongeren geen significante invloed zal hebben op het gedrag. Vanuit het model kan gezegd worden dat het belangrijk is om praktische tactieken aan te reiken om een daadwerkelijke gedragsverandering te bewerkstelligen, gebruik te maken van betrouwbare peer-educators en informatie die aansluit bij de ervaringen van de doelgroep om de attitude te beïnvloeden en om constante versterking en steun te bieden om tot een gedragsverandering op lange termijn te komen.

Het Attitude- Sociale invloed- Eigeneffectiviteit (ASE)- model

Tot slot het ASE-model. De determinanten attitude, sociale invloed en eigeneffectiviteit en de manier waarop de peer-methode hierop kan inspelen zijn reeds aan de orde gekomen. Wat betreft de sociale invloed komt er in dit model bij dat dit beïnvloed wordt, naast de subjectieve norm, door het waargenomen gedrag van anderen en de directe druk of ervaren steun voor gedrag. In de voorlichtingsmethode waarbij gebruik gemaakt wordt van 'gelijken' die tijdens evenementen voorlichting geven is het direct waargenomen gedrag van de peer-educators niet relevant. Peer-educators mogen tijdens het voorlichten geen drugs gebruiken en in het korte contact met de bezoeker kunnen zij niet laten zien hoe men verantwoord zou kunnen gebruiken. Wel kunnen zij vertellen over hun eigen (meer verantwoord) gebruik en aangeven dat zij een groot voorstander zijn van het zoveel mogelijk beperken van de risico's van gebruik en harm-reduction tips geven. Verder komen ook in dit model de barrières aan de orde. Zoals gezegd kunnen de peer-educators steun bieden bij het overkomen van eventuele barrières. Omdat de daadwerkelijke gedragsverandering afhankelijk is van het stadium van gedragsverandering waarin de persoon zich bevindt is het zinvol wanneer de peer-educator in het gesprek probeert te achterhalen in welk stadium de persoon zit. In principe kan men ervan uitgaan dat de meeste bezoekers van *dance*-evenementen ofwel in het voorstadium zitten ofwel in het stadium van de overweging. Hier kan tijdens de voorlichting rekening mee gehouden worden en op worden ingespeeld.

3 Peer-educatie

3.1 Peer en peer-educator

Peer betekent letterlijk 'gelijke' en is in dit geval iemand met een aantal overeenkomstige eigenschappen zoals leeftijd, geslacht, etniciteit, cultuur, subcultuur en taalgebruik. Daarnaast is een peer iemand die ervaringen deelt, inclusief de druggerelateerde ervaringen, leefstijl en opleidingsniveau en verder afkomstig is uit dezelfde sociale groep (Shiner, 1999 in: Mc. Donald et al., 2003). Zoals uit de verschillende sociaal-psychologische theorieën is gebleken zijn peers de meest geschikte personen om als model te fungeren en de benodigde voorlichting te geven. Eén van de kenmerken van een invloedrijk rolmodel is namelijk dat men zich kan identificeren met deze persoon. Het is aannemelijk dat een jongere zich eerder identificeert met iemand uit dezelfde doelgroep, uit de *dance-scene* en van ongeveer dezelfde leeftijd, dan met bijvoorbeeld een veel oudere professionele hulpverlener. Een peer-educator is een jongere die de nodige eigenschappen bezit om gezien te worden als peer, alswel geloofwaardig en invloedrijk is. Daarnaast heeft een peer-educator een deugdelijke training genoten.



Peer-educator Maren van Unity bespreekt de kennistest met een bezoeker van de stand

3.2 Peer-support en peer-educatie

De term peer-educatie wordt in verschillende bronnen op verschillende manieren gebruikt. Veel auteurs definiëren niet expliciet wat zij bedoelen wanneer zij een peer-educatie project beschrijven. In feite is de term peer-educatie een overkoepelende

term voor een aantal activiteiten (Shiner, 1999). Er zijn wel een aantal thema's te vinden die steeds terugkomen in de verschillende definities, namelijk dat peer-educatie:

- betrekking heeft op het delen van informatie en informatie overdracht;
- tracht kennis, attitudes en gedrag te beïnvloeden;
- voorkomt tussen mensen die dezelfde eigenschappen delen (voornamelijk leeftijd, maar ook bijvoorbeeld geslacht en culturele achtergrond);
- gebruik maakt van de invloedrijke leden van een sociale groep of categorie.

In 2001 hebben GGZ Nederland en het Trimbos instituut een beperkte inventarisatie gehouden naar actuele peer-projecten in de preventiesector van de verslavingszorg. Dit resulteerde in 2002 in een nota en deze nota wil een einde maken aan de vage begripsomschrijving van de peer-methode door een duidelijke definitie te geven:

De peer-methode is een werkwijze waarbij leden uit de doelgroep methodisch worden ingezet bij preventieactiviteiten en waarbij zij de preventieboodschap (kennis, inzicht, vaardigheden, houding) communiceren met anderen uit de doelgroep. Deze werkwijze vereist een actieve participatie van de peers in het project, zowel in de formulering van de boodschap als de wijze waarop deze door de peers zal worden overgebracht (Ter Holt et al., 2002, p. 9).

Box 3.1: Definitie peer-methode

Sommige auteurs maken een onderscheid in peer-support en peer-educatie. Zo definiëren De Maere et al. (1998) peer-support als de 'onderlinge steun van en door peers'. Deze steun kan zowel sociaal-emotioneel (begrip en waardering) zijn als instrumenteel (informatie en advies). De peer-support methode gaat uit van een egalitaire verhouding tussen de peervoorlichters en de peers die deel uit maken van de doelgroep. Dit uitgangspunt van gelijke verhoudingen geeft aldus deze auteurs een belangrijk onderscheid aan met de peer-educatie methode. Binnen deze laatste methode is er volgens sommigen in grote mate sprake van een leraar-leerling verhouding (Trautman & Barendregt, 1994). In deze methode weet de peer-educator iets wat de ontvanger niet weet.

In het geval van Unity wordt gebruik gemaakt van de peer-educatie methode, zonder de gelijkwaardigheid tussen de peer-educators en de peers te verliezen. De peer-educators hebben kennis over middelen en vaak zal deze kennis groter zijn dan die van de ontvanger. Eén van de belangrijkste doelen van Unity is dan ook het verschaffen van kennis en het aanreiken van handelingsstrategieën. De informele sfeer waarin de voorlichting plaatsvindt en het feit dat de voorlichter leefstijl- en leeftijdgenoot is neigt meer naar peer-support. Ondanks deze informele sfeer en het uitgangspunt van Unity dat de voorlichter, buiten de extra verworven kennis en vaardigheden, een 'gelijke' is van zijn of haar 'peers' is Unity op de eerste plaats een peer-educatie project.

BEGRIPPENOVERZICHT

Peer

Leeftijd-, leefstijl- en ervaringsgenoot

Peer-group

Een peer-group is dus een groep leeftijdgenoten met wie jongeren zich kunnen meten, op wie ze zich kunnen oriënteren, door wie ze beïnvloed worden en met wie ze in maatschappelijke positie en leeftijd overeenkomen (Kroneman et al., 2003).

Peer-educator

Een getrainde peer die voorlichting geeft aan zijn of haar peers

Peer-coach

Een getrainde peer met meer ervaring die de peer-educators begeleidt

Peer-educatie

Vorm van peer-methodiek waarbij de nadruk ligt op kennisoverdracht tussen peervoorlichter/boodschapdrager en leden van de doelgroep (Kroneman et al., 2003).

Peer-support

Vorm van peer-methodiek waarbij de nadruk ligt op de wederzijdse uitwisseling van deskundigheid tussen de boodschapper/peer-voorlichter en leden uit de doelgroep (Kroneman et al., 2003).

Box 3.2: Begrippenoverzicht peer-methode

4 Rationale

Uit hoofdstuk 2 blijkt dat er bij een aantal theorieën en modellen van gedragsverandering duidelijk factoren te vinden zijn die doen veronderstellen dat voorlichting door peers aan adolescenten een gunstig effect kan hebben. In dit hoofdstuk wordt aandacht besteed aan bewijzen uit de literatuur waaruit blijkt dat projecten die gericht zijn op het bevorderen van gezond gedrag of op het voorkomen van risicogedrag door adolescenten en die van peers gebruik maken meer resultaat opleveren dan projecten die uitsluitend door volwassenen worden uitgevoerd. Ook wordt er aandacht besteed aan de kritische kanttekeningen die geplaatst kunnen worden bij de methode.

4.1 Kritisch perspectief

Turner en Shepherd (1999) geven aan dat de theorieën en modellen die gebruikt worden om de werking van peer-educatie te verklaren (zie Hoofdstuk 2) geen van alle met dit doel ontwikkeld zijn. Als we achteraf gaan kijken of een bestaand model de effecten

kan verklaren dan wil dat nog niet zeggen dat er van enige causaliteit sprake is. Er wordt dan alleen gekeken naar tot op welke hoogte met dit model effecten verklaard kunnen worden zonder daarbij te kijken naar de beperkte toepassing van dit model. Zij zijn op zoek gegaan naar bewijzen van de werking van peer-educatie. Bewijzen van gunstige effecten hebben zij grotendeels gevonden bij de peer-educators zelf en niet zozeer bij de doelgroep. De peer-educators profiteren zelf wat betreft hun persoonlijke ontwikkeling. Zij ontwikkelen sociale vaardigheden en bereiken een grote mate van eigeneffectiviteit. Dit laatste is natuurlijk ook noodzakelijk om in staat te zijn bij je eigen peers interventies te kunnen plegen. Het is ook aangetoond dat geloofwaardige peer-educators gezond gedrag kunnen beïnvloeden en dit gedrag ook naderhand kunnen versterken door hun blijvende aanwezigheid. Dat de effecten door *role modeling* volgens de sociale leertheorie tot stand komen achten Turner en Shepherd echter niet bewezen. Toch pleiten zij ervoor veel aandacht te besteden aan de karakteristieken waaraan opinieliders moeten voldoen zodat de *diffusion of innovation* theorie (zie 2.1.3) van toepassing kan zijn.

Sloane en Zimmer (1993) halen in hun artikel 'The power of peer health education' een onderzoek van Botvin (1987) aan waarbij een programma met als doel het uitstellen van roken en het gebruik van alcohol en cannabis is onderzocht. In dit onderzoek wordt bewezen dat er meer effectieve resultaten zijn als leiders van sociale groepen aangetoond als *role models* worden ingezet dan wanneer alleen docenten ingezet worden. Uit een ander onderzoek (Rickert, Jay & Gottlieb, 1991) blijkt volgens hen dat er aan peer-educators meer vragen worden gesteld tijdens een voorlichting dan wanneer dezelfde voorlichting door volwassenen wordt gegeven. Zij trekken hieruit de conclusie dat jongeren meer geneigd zijn om de informatie te vertalen tot persoonlijk risico. Frankham (1998) maakt de kanttekening dat het niet eenvoudig is om een correct rolmodel te vinden. Jongeren behoren vaak niet tot één specifieke *peer-group*, ze behoren niet automatisch tot een bepaalde groep. Is dat wel het geval, dan kiezen zij die *peer-group* actief, ze maken zelf de selectie op grond van attitudes en gedragskenmerken die met hun eigen opvattingen overeen komen. Het is dus niet vanzelfsprekend dat peer-invloeden krachtig zijn.

Volgens Milburn (1995) is er meestal bij de *health education* programma's sprake van een 'volwassen' agenda wat betreft de behoeften van jongeren en is men slecht geïnformeerd wat betreft de perspectieven van de jongeren zelf. Men begrijpt nog niet veel van de werkelijke processen die zich afspelen tijdens peer-educatie, aangezien er een gebrek is aan heldere bewijzen. Zij heeft met name gekeken naar projecten die zich richten op de seksualiteit. De verschillende projecten zijn moeilijk met elkaar te vergelijken omdat ze zich richten op verschillende gezondheidsgedragingen van individuen die plaatsvinden binnen zeer verschillende betekenisgevingen en omstandigheden. Men kan niet automatisch aannemen dat er in verschillende sociale settingen dezelfde processen plaatsvinden. Het is vaak onduidelijk wanneer men van succes kan spreken.

Voor vaststaande uitkomsten wat betreft kennis, attitude en gedragsverandering zijn vaak geen bewijzen te vinden.

Belangrijk is dat specifieke interventies voor specifieke groepen op maat moeten worden gesneden.

4.2 Effectiviteit

Waar men het in alle artikelen omtrent deze methodiek over eens is, is dat het inzetten van peers financieel gunstig is. De jongeren worden niet of nauwelijks betaald voor het werk dat ze doen. Ook als de jongeren een grondige training en begeleiding door professionals krijgen pakt het financieel nog gunstig uit. Bruikbare onderzoeken die effecten willen aantonen van peer-educatie zijn nauwelijks te vinden. Er zijn slechts twee onderzoeken gevonden die bruikbaar zijn om inzicht te geven in de effecten van peer-educatie. In 1995 hebben Rijke en De Vries een vergelijkend onderzoek gepubliceerd: 'Peers doen het beter...! Peervoorlichting bij jongeren'. Mellanby, Rees en Tripp hebben in 2000 eveneens een vergelijkend onderzoek gepubliceerd: 'Peer-led and adult-led school health education: a critical review of available comparative research'.

Interessant is dat Rijke en De Vries op basis van hun vergelijkend onderzoek een aantal factoren definiëren die de effectiviteit van de peer-educatie beïnvloeden:

- Ondersteuning door een belangrijke volwassene. De functies van de peer-voorlichter en de volwassen voorlichter (bijvoorbeeld een leerkracht) kunnen elkaar aanvullen. De peer-educator kan dienen als betrouwbare bron van normen en mogelijkheden van gedrag, en de leerkracht kan dienen voor de feitelijke informatie.
- Vanuit de theorie wordt verondersteld dat de peer-educator een net iets hogere status moet hebben.
- De peer moet uit dezelfde groep komen als waaraan hij voorlicht. Dit is vooral ook van belang bij verschillen in etniciteit.
- Het maakt voor het effect niet uit hoe de peer-educator geselecteerd wordt.

Rijke en De Vries (1995) concluderen dat peer-educatie in sommige projecten tot betere resultaten heeft geleid dan wanneer er gebruik gemaakt werd van leerkrachten of externe voorlichters. De kenmerken van een effectieve peer-educator zijn geloofwaardigheid (bepaald door sociale status, professionele deskundigheid, intelligentie en betrouwbaarheid), attractiviteit (biedt identificatiemogelijkheid, fysiek aantrekkelijk, populair, inlevingsvermogen) en het beschikken over vaardigheden om het project uit te kunnen voeren. Peer-educators kunnen fungeren als positieve rolmodellen en het beoogde gedrag demonstreren. Jongeren moeten zich wel kunnen herkennen en het doel van de preventie mag niet botsen met de normen en waarden van de ontvangende groep. De voorlichtingsboodschap moet duidelijk en eenduidig zijn. Rijke en de Vries concluderen in hun artikel dat er nog meer systematisch onderzoek moet komen om

achter de factoren te komen die van wezenlijk belang zijn voor de effectiviteit van peer-educatie.

Ook Mellanby et al. (2000) concluderen dat peer-educatie effectiever kan zijn en kan resulteren in grotere positieve veranderingen in het gezondheidsgedrag van jongeren dan bij volwassen interventies. Er zijn echter nog steeds analytische en methodologische problemen bij de onderzochte studies die aangeven dat het nog niet geheel bewezen is.

Alcohol- en drugsconsumenten

Volgens Nabben (2000) wordt de acceptatie van de boodschap door drugsconsumenten groter als de voorlichting objectief is, niet inspeelt op angsten, ook de positieve kanten belicht, duidelijk is over de risico's, specifieke en concrete informatie geeft (inclusief gebruikerstips) en er aantrekkelijk uitziet. Met name voor deze drugconsumenten zijn leefstijlgenoten een belangrijker en ook betrouwbaarder bron voor informatie dan voor niet-gebruikers. Voorlichting over risicoreductie en gecontroleerd gebruik door peers en verspreiding van voorlichtingsmateriaal op locaties als feesten, coffee- en smartshops zijn voor hen een geschikte aanpak (Korf, 2000).

4.3 Rationale

In de literatuur worden verschillende argumenten aangedragen om het gebruik van peer-interventies te rechtvaardigen. Turner en Shepherd (1999, p. 236-7 in: Bleeker & Jamin, 2003) hebben de 10 meest genoemde argumenten voor het gebruik van peer-educatie in het algemeen op een rijtje gezet:

1. Het is meer kosten-effectief dan andere methoden
2. Peers zijn een betrouwbare bron van informatie
3. Peer-educatie bereikt de doelgroep
4. Het maakt gebruik van gevestigde middelen voor informatie- en adviesverstrekking
5. Peer-educators zijn succesvoller in het verstrekken van informatie omdat ze zich beter kunnen identificeren met de doelgroep
6. Peer-educators fungeren als een rolmodel voor de doelgroep
7. Peer-educatie biedt de peer-educator de mogelijkheid om deel te nemen in betekenisvolle rollen en om voordelen te halen uit het helpen zelf.
Peer-educators vinden dat ze zowel persoonlijk als professioneel groeien.
8. Voorlichting door peers kan acceptabel zijn wanneer andere voorlichting dat niet is
9. Peer-educatie kan ingezet worden voor het geven van voorlichting aan mensen die moeilijk bereikbaar zijn middels conventionele wegen
10. Peer-educators kunnen het leerproces bevorderen door het in stand houden van contact met de doelgroep

Box 4.1: Rationale Bron: Turner & Shepherd (1999)

Deel II

Stappenplan en invoeren peer-methodiek

Stappenplan en invoeren peer-methodiek

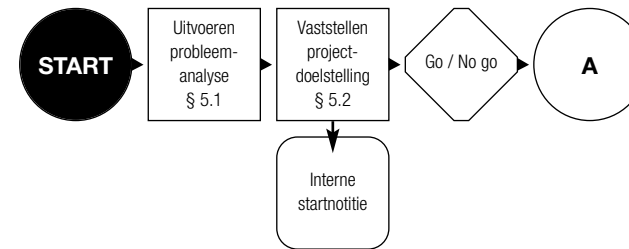
Inleiding

In dit tweede gedeelte van het Handboek worden allerlei onderwerpen aan de orde gesteld die van belang zijn bij het opzetten van een peer-educatie project. Unity als project wordt hierbij gebruikt als praktijkvoorbeeld. In diverse boxen zal geïllustreerd worden hoe in het Unity project de verschillende onderwerpen uitgewerkt zijn.

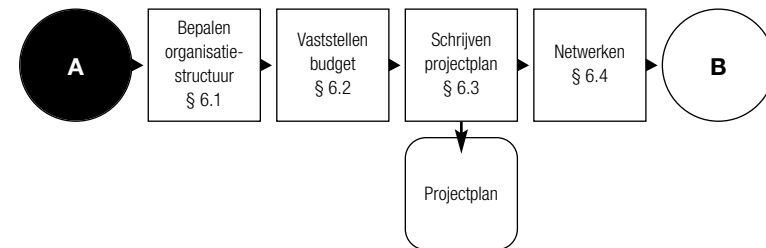
De invloed van de peers op de inhoud van het project en tevens op het verloop is kenmerkend voor een peer-educatie project en hier moet dan ook veel belang aan gehecht worden. Dit betekent dat de precieze werkvormen en processen niet vast staan en in de loop van het project gevormd zullen worden. Deze handleiding beoogt een aantal bruikbare tips en adviezen te geven in de vorm van een stroomdiagram dat het gehele proces weergeeft van het opzetten en uitvoeren van een dergelijk project als ook een aantal handige checklists, tips en adviezen.

Zoals in het stroomdiagram op de volgende pagina te zien is bestaat het opzetten en uitvoeren van een peer-educatie project uit een aantal fasen. De eerste fase is de oriëntatiefase waarin een probleemanalyse gemaakt wordt. Vervolgens wordt aan de hand van deze probleemanalyse een projectdoelstelling geformuleerd. Wanneer de interne startnotitie die hier uit voortkomt goedgekeurd wordt, kan men van start gaan met de organisatie van het project. In deze tweede fase, de projectorganisatiefase, wordt de organisatiestructuur bepaald, het budget vastgesteld en moet er een voorwaardelijk netwerk samengesteld worden. Dit netwerk zal gedurende het project verder uitgebreid worden. Aan het eind van deze fase wordt een projectplan opgesteld. Dan is het tijd voor de uitvoeringsfase en kan de werving en selectie van de peer-educators plaatsvinden, wat een heel belangrijke rol speelt bij het opzetten van een dergelijk project. Samen met de peer-educators wordt de voorlichtingsboodschap verder ontwikkeld. Dan moeten de peer-educators getraind worden en kan de praktische uitvoering van het project van start gaan. (In de bijlagen van de handleiding zijn praktische handleidingen en checklists opgenomen voor de verschillende functies binnen het project: de peer-educator, de peer-coach en de projectleiding.) Tot slot is er de evaluatiefase waarin wordt beschreven hoe het project geëvalueerd wordt.

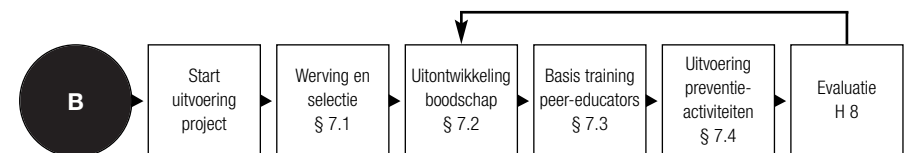
1. Oriëntatiefase (Hoofdstuk 5)



2. Projectorganisatiefase (Hoofdstuk 6)



3. Uitvoeringsfase (Hoofdstuk 7) en 4. Evaluatie (Hoofdstuk 8)



Figuur: Stroomschema opzetten en uitvoeren peer-educatie project

5 Oriëntatiefase

Het opzetten van een peer-educatie project om voorlichting te geven in het uitgaanscircuit begint met een degelijke voorbereiding en verkenning. Zeker wanneer men nog niet thuis is in het uitgaanscircuit is het aan te raden hier de nodige tijd voor uit te trekken.

5.1 Probleemanalyse

In deze voorbereidingsfase is het van belang een aantal stappen te ondernemen. De eerste stap is het opstellen van een probleemanalyse. In de probleemanalyse spelen feitelijke, cijfermatige gegevens een rol, alsook betrokkenheid en motieven van verschillende partijen. Het doel is zicht te krijgen in de aard en omvang van het probleem, wat er onder de doelgroep leeft en waar aanknopingspunten voor een peer-educatie project liggen. De belangrijkste vragen hierbij zijn⁴:

1. Wat is er bekend over alcohol- en druggebruik in de regio?
2. Hoe ziet het uitgaanscircuit en de doelgroep eruit?
3. Wat is het beleid en welke inspanningen doen (mogelijke) netwerkpartners op het gebied van veilig uitgaan?

SLEUTELFIGUREN

Heel belangrijk bij het opstellen van een probleemanalyse is dat reeds in dit vroege stadium sleutelfiguren betrokken worden bij het project. Het kan zijn dat het project wordt opgezet door mensen met de nodige ervaring binnen het circuit, zoals dit bij Unity het geval is geweest. In andere gevallen kan het zijn dat men het uitgaanscircuit niet zo goed kent. Het kan in beide gevallen zeer zinvol zijn om contact te zoeken met een aantal belangrijke sleutelfiguren c.q. poortwachters. Hierbij kan gedacht worden aan een portier van een horecagelegenheid, horecapersoneel of iemand die dicht bij de organisatie van een *dance*-evenement betrokken is. Vraag rond binnen de eigen organisatie of er mensen in huis zijn die het uitgaanscircuit wel kennen en ga met hen bijvoorbeeld een avond op stap. Om in deze oriëntatiefase over de juiste informatie te beschikken is het betrekken van het netwerk van groot belang. Naast contact met deze zogenaamde 'poortwachters' is het belangrijk contact te hebben met enkele leden van de doelgroep die geïnteresseerd zijn in hun eigen doelgroep, alcohol- en druggebruik en in een dergelijk voorlichtingsproject.

Deze peers hebben gemakkelijk toegang tot het netwerk en zijn goed op de hoogte van het uitgaanscircuit, de trends, de leefstijl, het alcohol- en druggebruik van de doelgroep etc.

Box 5.1: Sleutelfiguren

4. Zie ook: Handreiking Buitenstaander of Bondgenoot, Trimbos Instituut, 2003

5.1.1 Alcohol en druggebruik in de regio

Landelijke prevalentiecijfers over het middelengebruik in het algemeen en specifiek over middelengebruik in het uitgaanscircuit zijn in verschillende publicaties en op verschillende websites te vinden. Voor een groot deel zijn deze gegevens verwerkt in dit handboek in de probleemanalyse. De landelijke informatie moet zoveel mogelijk vertaald worden naar regionale cijfers. Bij het verzamelen van gegevens kan gelet worden op;

- Het gebruik van alcohol en drugs onder de plaatselijke jeugd: scholieren, buurtjongeren, horeca- en clubbezoekers
- Nieuwe ontwikkelingen en trends: nieuwe drugs of combinaties, informatie uit de pillentest, DIMS⁵, Educare
- Gegevens over incidenten: krantenberichten, statistieken van ongevallen: EHBO, Educare, jaarverslagen van GGD en ziekenhuizen

QUICKSCAN

Om aan deze gegevens te komen bestaan verschillende methoden. Zo heeft het Trimbos instituut een instrument ontwikkeld waarmee Instellingen voor Verslavingszorg (IVZ) en de Gemeentelijke Gezondheidsdienst (GGD) de aard en omvang van middelengebruik en de mogelijkheden voor preventiebeleid in een bepaalde discotheek of uitgaansregio in kaart kunnen brengen, de Scanner Uitgaan en Drugs. Dit instrument geeft ook inzicht in de rol die verschillende partijen spelen in het preventiebeleid.

ANTENNE

Unity maakt voor de achtergrondinformatie gebruik van de gegevens van Antenne. Antenne is een jaarlijks terugkerend onderzoek naar alcohol- en druggebruik onder jongeren. Er worden scholieren ondervraagd, maar ook jongeren die deel uitmaken van groepen waar een hoger gebruik verwacht mag worden zoals bezoekers van de jeugdhulpverlening, coffeeshops of jongeren die uitgaan. Daarnaast maakt Antenne gebruik van een panel. Het panel bestaat uit mensen die een sleutelpositie innemen in een bepaalde scene en nieuwe trends in alcohol- en druggebruik kunnen waarnemen. Bijvoorbeeld een portier van een discotheek, een DJ of iemand die regelmatig uitgaat.

UITGAAN EN VEILIGHEID

Hoe veilig of onveilig het gebruik van uitgaansdrugs is blijkt uit de publicatie *Uitgaan en veiligheid*, die gewijd is aan 'feiten en fictie over alcohol, drugs en gezondheidsverstoringen'. Het boekje is uitgegeven door het Trimbos-instituut samen met Educare, één van de grootste aanbieders van medische zorg op *dance*-evenementen. In de publicatie wordt de balans opgemaakt van de activiteiten van zowel Educare als DIMS (Drugs Informatie en Monitoring Systeem). Het geeft een beeld van de ontwikkelingen op de markt van uitgaansdrugs en van de gezondheidsproblemen die zich de afgelopen tien jaar hebben voorgedaan op grote dansfeesten.

Box 5.2: Gegevens verzamelen

5. Drugs Informatie en Monitoring Systeem. Het DIMS verzamelt en verspreidt actuele kwalitatieve informatie over de Nederlandse markt van uitgaansdrugs.

5.1.2 Uitgaanscircuit en doelgroep

Met het verzamelen van de hierboven beschreven gegevens is een beeld geschetst van de aard en omvang van het gebruik van alcohol- en drugs in de uitgaansscene in de regio. Maar hoe ziet die *scene* er uit? Het duidelijk krijgen hiervan is een volgende belangrijke stap in de fase van de probleemanalyse. Het gebruik van alcohol en/of drugs onder jongeren komt niet alleen voor tijdens de grote *dance*-evenementen. Er wordt ook gedronken en gebruikt in de reguliere horeca. Er moet een duidelijke keuze gemaakt worden op welke doelgroep en op welke *scene* het project zich richt. Een duidelijke afbakening is noodzakelijk. Ook voor deze stap kan goed gebruik gemaakt worden van de sleutelfiguren en de peers. De handreiking Buitenstaander of Bondgenoot van het Trimbos instituut (2003) geeft een handig overzicht van de te verzamelen gegevens:

- Aantal café's, coffeeshops, clubs, partylocaties en de plaats waar deze zijn bevestigd
- Doelgroep: het specifieke uitgaanspubliek dat deze locaties bezoekt. Denk aan aspecten zoals leeftijd, geslacht, opleiding, etnische achtergrond en jongerencultuur
- Sfeer in de diverse uitgaansgelegenheden: welke soort muziek wordt gedraaid, is het druk of rustig, is er wel of geen agressie, wordt er gedanst, gelounged, gestaan...
- Populariteit van diverse locaties (bezoekersaantallen)
- Mate van mobiliteit van bezoekers

ANTENNE

Unity maakt ook voor deze informatie gebruik van het trendonderzoek Antenne. Het panel wordt niet alleen ondervraagd met betrekking tot gebruik maar ook met betrekking tot de hierboven genoemde punten. Al deze punten zijn gevoelig voor constant veranderende ontwikkelingen en trends en het is belangrijk om hier rekening mee te houden en gedurende het project deze informatie zoveel mogelijk up to date te houden.

Box 5.3: Beschrijving uitgaanscircuit aan de hand van Antenne

Nadat deze informatie verzameld is kan er een keuze gemaakt worden voor een bepaalde doelgroep waar men zich als preventieproject op wil richten.

DOELGROEP UNITY

De doelgroep van Unity is het uitgaanspubliek in de regio Amsterdam. Unity richt zich voornamelijk op de groep in de leeftijd van +/- 16 tot 35 jaar die alcohol en/of andere drugs gebruiken, met name in het *dance*-circuit. Hiermee heeft Unity een vrij brede doelgroep.

Box 5.4: Doelgroep Unity



Een groot *dance*-evenement in de Amsterdam Arena

5.1.3 Beleid op het gebied van veilig uitgaan

Nog voordat men gaat beginnen met het daadwerkelijk opstellen van een projectplan is het zinvol te inventariseren of en wat voor (lokaal) beleid er reeds bestaat omtrent drugspreventie en/of veilig uitgaan. Het is goed mogelijk dat er al inspanningen geleverd worden op dit gebied. Inventariseer deze inspanningen, met welke potentiële netwerkpartners heeft men te maken? Daarnaast zijn ook de financiering, beleid en regelgeving van de eigen organisatie van belang. Bovendien moet er zorg gedragen worden voor het creëren van een intern draagvlak.

5.2 Projectdoelstelling formuleren

Aan de hand van de probleemanalyse is er een beeld gevormd van het uitgaanscircuit en de eventuele uitgaansproblematiek. Naar aanleiding daarvan en in goed overleg met de geselecteerde poortwachters en peers moet het eerste hoofddoel van het project vastgesteld worden.

Het doel van een peer-educatie project kan verschillen en wordt in feite gevormd door de onderliggende ideologie. Druggerelateerde ideologieën kunnen geplaatst worden langs een continuüm van onthouding tot risicoreductie. Een initiatief dat gebaseerd is op onthouding heeft als doel het geheel voorkomen van elke vorm van alcohol of druggebruik. Een interventie die gebaseerd is op de principes van risicoreductie heeft als doel de schade van het middelengebruik te verminderen.

Unity heeft als uitgangspunt het verminderen van schade door alcohol- of druggebruik.

Box 5.5: Projectdoelstelling Unity

Harm reduction

Veel interventies in het uitgaanscircuit zijn gebaseerd op risicoreductie, ook wel *harm reduction* genoemd. Een deel van de jongeren zal namelijk middelen blijven gebruiken, ondanks het advies om dit niet te doen. De praktijkervaringen van *harm reduction* in het uitgaanscircuit zijn positief, ook al moet nog verder onderzoek worden gedaan naar effectiviteit (Factsheet Uitgaan en Drugs, Trimbos, 2004). Het doel is om niet zozeer alcohol- of druggebruik te voorkomen maar om de alcohol- en druggerelateerde risico's zoveel mogelijk te verminderen.

INTERNE STARTNOTITIE

De bevindingen die in de eerste stappen verkregen zijn kunnen samen met een aantal eerste voorstellen voorgelegd worden in een interne startnotitie.

Box 5.6: Interne startnotitie

6 Projectorganisatiefase

In de projectorganisatiefase moet een eerste opzet gemaakt worden voor een projectplan, spelen geld en tijd een belangrijke rol en zal veel overlegd, genetwerkt en gerapporteerd worden. Het projectplan moet opgesteld worden aan de hand van het thema, de probleemanalyse en de doelstelling. In deze fase wordt de inhoud van het peer-educatie project voor een groot deel bepaald en duidelijk beschreven. Het project heeft de vorm van een peer-educatie project. Dit betekent dat de strategie, de rationale en de werkwijze vast staan. Deze zijn beschreven in het eerste deel van dit handboek. De uitontwikkeling van de boodschap, precieze werkvormen en dergelijke worden echter pas vastgesteld en beschreven nadat de peer-educators zijn geselecteerd. Binnen een *community* project worden de peer-educators hier namelijk bij betrokken.

COMMUNITY PROJECT

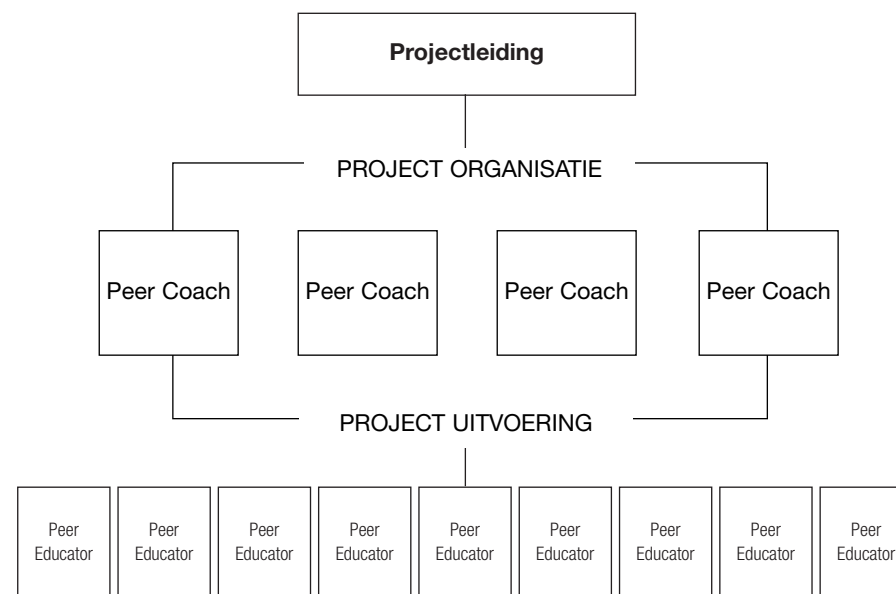
Unity is een *community* project wat inhoudt dat de *community* zelf deelneemt aan het project en onder andere meebeslist over de inhoud van de voorlichtingsboodschap (op basis van feiten). De relatie met de *community* (in dit geval de *dance-scene*) is van groot belang aangezien het de mogelijkheden van de individuele leden van de *scene*, om invloed uit te oefenen op de gedragsdeterminanten van het risico gedrag, vergroot. De betrokkenheid van de doelgroep en het vormen van goede relaties met de doelgroep dragen bij aan de risico beperkingen voor zowel de peers die getraind worden als de peers waarbij de interventie gepleegd wordt. Het is van groot belang dat het peer-educatie project inspeelt op de behoefte vanuit de doelgroep en dat het een project is van de doelgroep zelf.

Deze betrokkenheid van de doelgroep moet expliciet onderkend worden tijdens de ontwikkeling, implementatie en evaluatie van het project.

Box 6.1: Unity als community project

6.1 Organisatiestructuur

De peer-educators moeten nog geselecteerd worden maar het is wel mogelijk een organogram op te stellen. Deze zal in een latere fase verder ingevuld worden. Een organogram kan helpen om structuur in de organisatie en het projectplan te brengen door duidelijkheid te verschaffen over wie welke verantwoordelijkheden heeft. Hieronder staat het organogram van Unity beschreven. Hoe het organogram er precies uitziet is afhankelijk van de grootte van het project. In het beginstadium van een dergelijk project is het denkbaar dat er minder mensen bij het project betrokken zijn waardoor er minder niveaus in het organogram worden onderscheiden.



Figuur 6.1: Organogram Unity

In het organogram zijn drie verschillende niveaus aangegeven. Bovenaan staat de projectleiding. De projectleiding kan uit één of twee personen bestaan, afhankelijk van de grootte van het project. Bij Unity bestaat de projectleiding uit een projectcoördinator en een projectleider. Daaronder staan de peer-coaches. De peer-coaches worden begeleidt door de projectcoördinator en geven zelf begeleiding aan de peer-educators. De peer-educators zijn getrainde peers en zij geven voorlichting tijdens de *dance*-evenementen aan hun leeftijds- en leefstijlgenoten. Zoals in het organogram staat aangegeven zijn de peer-educators en de peer-coaches verantwoordelijk voor de uitvoering van het project en is de projectleiding samen met de peer-coaches verantwoordelijk voor de projectorganisatie. In de bijlagen staan de uitgewerkte taakomschrijvingen van de verschillende functies binnen Unity.

6.2 Budget

Hoe de begroting voor een dergelijk project er uit komt te zien is vanzelfsprekend afhankelijk van de uitgewerkte doelstellingen. Hieronder zijn een aantal uitgaven en mogelijke inkomsten beschreven waar men rekening mee kan houden:

1. Salariskosten voor personeel (projectleiding, peer-coach, preventiewerker)
2. Vrijwilligersvergoedingen (reisvergoeding)
3. Kosten voor de trainingen/expertmeetings (materiaal, ruimte, experts/trainers en catering)
4. Kosten voor de evenementen (transport, catering, gadgets, decor, T-shirts)
5. Kosten voor het produceren van voorlichtingsmateriaal
6. Kosten voor het ontwikkelen en bijhouden van de website
7. Activiteitengeld voor uitstapjes met de peer-educators

Inkomsten:

1. Budget voor project eigen instelling
2. Extra subsidie gemeente
3. Fondsen, bijvoorbeeld op het gebied van cultuur en jongerenactiviteiten
4. Eventueel sponsors (drukken van T-shirts, gadgets etc.)

6.3 Projectplan

Een belangrijke stap in deze fase is het opstellen van een projectplan. De volgende onderdelen moeten in een projectplan worden opgenomen:

- Aanleiding
- Thema en doelstelling
- Doelgroep
- Methode & werkwijze
- 'Boodschap'
- Beoogd bereik (aantal te bezoeken evenementen, aantal contacten: kwantitatief)
- Werkgebied (mogelijke evenementen, locaties)
- Projectorganisatie en structuur;
- organogram, met taken en verantwoordelijkheden
- taken en verantwoordelijkheden van de samenwerkingspartners
- begeleiding van de medewerkers en peers tijdens de uitvoeringsfase
- Budget
- Planning (training, bijeenkomsten, voorlichtingsactiviteiten)
- Evaluatie
- Draaiboek

Het thema, de doelstelling en de doelgroep zijn reeds aan de orde gekomen. De inhoudelijke boodschap en de werkvormen worden samen met de geselecteerde peer-educators verder ingevuld. De organisatiestructuur en het budget kunnen grotendeels al aan het projectplan worden toegevoegd, zonder betrokkenheid van de peer-educators.

6.4 Netwerken

Bij het opzetten van een dergelijk project zal men niet ver komen zonder een goed netwerk. Uiteraard maken de peers zelf deel uit van dit netwerk. In de oriëntatiefase is reeds een kleine inventarisatie gemaakt van de andere potentiële netwerkpartners, in deze fase moet er een netwerk opgericht worden. (Voor een gedetailleerde beschrijving met checklist voor het ontwikkelen van een netwerk rond preventie van riskant middelengebruik in het uitgaanscircuit zie: Buitenstaander of bondgenoot, Trimbos-instituut, 2003).

6.4.1 De samenwerkingspartners

Er zal samenwerking gezocht moeten worden met uiteenlopende organisaties.

VZ en GGD

Aangezien het gaat om preventieactiviteiten omtrent middelengebruik zijn de regionale instanties voor verslavingszorg en de plaatselijke GGD onontbeerlijk als samenwerkingspartners. Indien dit niet het geval is kan het veel opleveren een instelling voor de verslavingszorg als vaste partner te zoeken waarmee zoveel mogelijk overeenstemming en overleg wordt gezocht.

Gemeente en politie

De gemeente heeft de regie over het lokale gezondheidsbeleid (inclusief verslavingszorg en preventie). Voordat men daadwerkelijk aan de slag gaat met het project moet dit zijn afgestemd met de gemeente.

Alle gemeenten moeten elke vier jaar een lokale nota gezondheidsbeleid opstellen. Verslavingspreventie c.q. het bevorderen van een gezonde leefstijl krijgt daarin meestal een plaats. IVZ en GGD kunnen samen de gemeente adviseren over (de onderbouwing van) beleidsvoornemens en de concrete uitvoering daarvan. Daarmee komt preventie in het uitgaanscircuit vanuit gezondheidsperspectief hoger op de lokale agenda. Ook is er dan al draagvlak bij de gemeente op het moment dat men samenwerking zoekt met het uitgaanscircuit.

Box 6.2: Lokale nota gezondheidsbeleid

Verder is de gemeente verantwoordelijk voor het vergunningenbeleid ten aanzien van de horeca. De vergunning stelt eisen aan de openingstijden, de inrichting, het aantal bezoekers, geluid, brandveiligheid en hygiëne. In de meeste gevallen is de GGD betrokken bij het opstellen van de voorwaarden waaronder de vergunning wordt verleend voor *dance*-evenementen en andere grootschalige feesten. Hier gaat het bijvoorbeeld om bepalingen over de inrichting van EHBO-posten, klimaatbeheersing en ambulancevervoer. Ambtenaren die met handhaving zijn belast en de politie controleren

en handhaven de horecaregels. Het kan dan ook zinvol zijn om de politie als samenwerkingspartner bij het project te betrekken (Handreiking Buitenstaander en Bondgenoot, Trimbos, 2003).

Uit bovenstaande blijkt wel dat een goed contact met de gemeente erg belangrijk is. Wanneer het onderwerp 'Veilig Uitgaan' of 'Uitgaan en drugs' hoog op de politieke agenda staat, kan het peer-educatie project steun van de gemeente verwachten bij de uitvoering.

Unity heeft in samenwerking met ID&T een aantal Amsterdamse raadsleden in 2003 uitgenodigd om een groot *dance*-evenement bij te wonen. Dit heeft het contact tussen de gemeente en de instelling makkelijker gemaakt. Unity geeft gevraagd en ongevraagd advies aan de gemeente en neemt deel aan relevant politieke discussies.

Box 6.3: Unity en de gemeente

Horecacircuit

Een ander belangrijk onderdeel van het netwerk zijn horecaondernemers en/of partyorganisatoren. Horecaondernemers zijn veelal georganiseerd in een branchevereniging. Zo zijn de meeste clubs en discotheken aangesloten bij Koninklijk Horeca Nederland. In sommige gevallen kiest een club er echter voor om voor de eigen belangen op te komen.

Partyorganisaties

Wat betreft de partyorganisatoren kan het zijn dat ze hun eigen belangen behartigen of dat ze in een eigen branchevereniging zijn verenigd. Het is echter belangrijk om in beide gevallen zelf direct contact op te bouwen met de partyorganisatoren. Zij bepalen uiteindelijk of het project toelichting mag geven op de door hen georganiseerde evenementen. Wanneer goed contact bestaat met de belangenvereniging wordt de toegang wel vergemakkelijkt. In sommige regio's bestaan initiatieven die de belangen van het uitgaanscircuit in een bepaalde stad behartigen. Dit kan uitgezocht worden om een beeld van het netwerk te schetsen. In onderstaande box wordt het netwerk van Unity beschreven, onderdeel hiervan zijn dergelijke landelijke verenigingen.

HET NETWERK VAN UNITY

Unity heeft ten eerste een goed contact met de gemeente. Daarnaast heeft Unity een samenwerkingsverband ontwikkeld met een aantal belangrijke partyorganisaties, namelijk ID&T, Q-dance, Monumental en UDC. Unity geeft voorlichting tijdens de feesten van deze organisaties en schrijft een maandelijkse column in het ID&T magazine, 'Release'. Een ander onderdeel van deze samenwerking is dat Unity na afloop van een feest terug rapporteert naar de organisatie over wat men aan de stand is tegengekomen. >

Daarnaast wordt ook inhoudelijke informatie over alcohol en drugs zoveel mogelijk doorgespeeld naar de medewerkers van de feestorganisaties. Uit een evaluatieonderzoek is gebleken dat de organisaties dit zeer op prijs stellen (Ouwekerk, 2003). Naast deze samenwerking zijn relaties opgebouwd met De Nachtwacht (Nachtburgemeesters van Amsterdam, een collectief dat zich inzet voor het verbeteren van het uitgaan in Amsterdam) en de Belangen Vereniging Dance⁶(BVD) (van Bakkum, 2003). Naast de feestorganisaties wordt er vanuit Unity intensief samengewerkt met Educare, andere CAD's, het gelijkgestemde project Drugsinfoteam van de Brijderstichting, het nationale project AVP (Alcoholvoorlichtingsplan, NIGZ), het project *Uitgaan en drugs* (Trimbos-instituut) en het Trimbosinstituut. Daarnaast is Unity een vaste partner van Jellinek preventie. Unity ondersteunt ieder jaar een aantal projecten van Jellinek preventie waaronder waarschuwingscampagnes en het jaarlijkse trendonderzoek Antenne.

BEGELEIDINGSCOMMISSIE

Unity heeft een begeleidingscommissie die ongeveer drie keer per jaar bij elkaar komt om over lopende activiteiten en toekomstplannen te adviseren. In deze commissie zitten ID&T, een dance journalist, een vertegenwoordiger van Educare, een onderzoeker, een preventiewerker van de Jellinek en een vertegenwoordiger van de Nachtwacht.

Box 6.4: Het netwerk van Unity

6.4.2 Netwerk opbouwen en onderhouden

Wanneer men opereert binnen een netwerk is het van groot belang om de verantwoordelijkheden van iedere samenwerkingspartner vast te stellen. In veel situaties is het bereiken van de juiste contactpersoon een belangrijke succesfactor. Het kan veel inspanning vergen voordat een juiste contactpersoon is gevonden. Contact leggen met iemand met een bepaald gezag, of met iemand die veel andere spelers in het veld kent, kan heel wat opleveren. Een voorbeeld hiervan is dat sinds Unity met de directeur van ID&T is gaan samenwerken, het samenwerken met andere organisaties ook beter verliep. Het maken van regelmatige afspraken helpt te voorkomen dat contacten verwateren.

In een netwerk is de manier waarop men zich profileert ook van groot belang. Unity probeert mee te denken met de andere partijen en is regelmatig bereid iets extra's te doen om het contact met de netwerkpartners te vergemakkelijken. Deze zullen dan ook eerder bereid zijn iets terug te doen. Een belangrijk knelpunt bij de netwerkontwikkeling is het negatieve imago van de verslavingszorg bij de organisatoren. De verslavingszorg wordt veelal geassocieerd met 'zwaar verslaafden' en de organisatoren zijn bang dat wanneer er interventies op het gebied van middelengebruik in hun uitgaansgelegenheid gedaan worden, ze als 'drugs tent' bestempeld worden en bijvoorbeeld een politie inval kunnen krijgen. Ook wordt wel eens gedacht dat voorlichting over drugs kan leiden tot meer gebruik. Hiernaast worden de organisatoren overstelpt

6. De BVD is de een branchevereniging voor belangenbehartiging van de dance sector.

door regelgeving en wetten waaraan ze moeten voldoen en hebben ze met veel instanties te maken. Een instelling voor verslavingszorg concurreert dus met deze instanties. Zelf initiatieven nemen en een goed verhaal klaar hebben over het doel van de samenwerking en wat deze voor hen kan betekenen is noodzakelijk bij het contact zoeken met de organisatoren van *dance*-evenementen (Bolier et al., 2004).

NIEUWSBRIEF

Om de contacten met het netwerk te onderhouden en te intensiveren schrijft Unity een nieuwsbrief die bedoeld is voor zowel de regionale als de landelijke politiek en andere relaties zoals feestorganisatoren, EHBO en politie. De nieuwsbrief gaat over Unity, over nieuwe onderzoeken, over de actualiteit etc.

Box 6.5: Nieuwsbrief

VALKUIL

Bij het samenstellen van het netwerk moet stilgestaan worden bij de motieven voor samenwerking. Het kan zijn dat er tegenstrijdige belangen in het spel zijn. Zo kunnen organisatoren verschillende redenen hebben om hun medewerking toe te zeggen aan een peer-educatieproject: omdat ze zelf ook de gezondheid van de aanwezigen voor ogen hebben, om goed voor de dag te komen bij aanvragen, ter voorkoming van reputatieschade als er iets mis gaat, om te kunnen zeggen dat ze van hun zijde alles doen aan preventie, enz. Een mix ligt voor de hand. Het project zelf heeft ook de eigen belangen bij de contacten met de organisatoren. Het is belangrijk om heldere regels op te stellen (*rules of engagement*), onder andere over wie welke verantwoordelijkheden draagt en over het gebruik van de naam van het project of de verslavingszorginstantie vooraf, tijdens of na afloop van het evenement. Bovendien moeten alle samenwerkingspartners hetzelfde doel voor ogen hebben. De peer-methode, de participatie van de peers en de positie en invloed die zij hebben, moet voor iedereen duidelijk zijn.

Box 6.6: Valkuil netwerken

6.4.3 Integrale aanpak

Wanneer we de risico's van alcohol- en ander druggebruik en de determinanten van het risicogedrag op een rijtje zetten, blijkt dat dit op verschillende niveaus in te delen is. Het middel zelf brengt risico's met zich mee maar het gaat altijd om een combinatie met de persoon en de omgeving. Bovendien blijkt uit de verschillende theorieën omtrent gedragsverandering dat alleen het bieden van voorlichting niet voldoende is om gedragsverandering in gang te zetten en risicovol gedrag te verminderen. Dit alles wijst op het belang van een integrale aanpak van deze problematiek. Om de effectiviteit van de preventie te vergroten moet het probleem op meerdere fronten aangepakt worden. Met een peer-educatie project kan met behulp van informatie en voorlichting een bewustwordingsproces op gang gebracht worden op individueel niveau. Deze

aanpak wordt versterkt wanneer het ingebed is in een bredere aanpak met andere interventiemethoden. Voorbeelden hiervan zijn:

- Een pillentestservice waar jongeren informatie krijgen over de dosering en aanwezigheid van mogelijke schadelijke stoffen in drugs
- Deskundigheidsbevordering van horecapersoneel, bijvoorbeeld in de vorm van een EHBD training
- Optimaliseren van omgevingsfactoren die bijdragen aan het verminderen van risico's bijvoorbeeld door middel van (gratis) water, goede ventilatie en klimaatbeheersing. Ook *chill-outs*, beschikbaarheid van condooms en het verzorgen van goed openbaar vervoer dragen hieraan bij.
- Educare/ EHBO

UITGAAN EN DRUGS: EEN INTEGRALE PREVENTIE-AANPAK

In het project *Uitgaan en Drugs* van het Trimbos-instituut zijn een aantal verschillende interventies opgenomen. Dit project is ontwikkeld in samenwerking met instellingen voor verslavingszorg en GGD-en, in opdracht van het Ministerie van VWS. *Uitgaan en Drugs* is gericht op de beïnvloeding van jongeren door middel van voorlichting, lokale monitoring, samenwerking, en de versterking van ondersteunende omgevingsfactoren.

Box 6.7: Uitgaan en drugs; een integrale aanpak

7 Uitvoeringsfase

7.1 Werving en selectie

Wanneer het projectplan gereed is en goed gekeurd kan men beginnen aan de volgende fase: de werving en selectie van de peer-educators.

7.1.1 Werving

Om effectieve voorlichting te bewerkstelligen dient de groep peer-educators een goede afspiegeling te zijn van de doelgroep waaraan voorlichting wordt gegeven. De werving van peer-educators vindt in eerste instantie voornamelijk plaats via de eigen netwerken van de peer-educators en de andere sleutelfiguren die reeds bij het project betrokken zijn. In een later stadium, wanneer men begonnen is met het geven van voorlichting, kunnen peers geworven worden via de *stand* op *dance*-evenementen. Daarnaast kunnen aanmeldingen ook via andere wegen plaatsvinden. Het is belangrijk om een gemengde groep peer-educators te werven om de diverse subculturen binnen de hedendaagse *dance-scene* te reflecteren. Het uitgangspunt is dat de samenstelling van de groep peer-educators een afspiegeling is van de doelgroep. Dit moet ook naar de toekomstige peer-educators toe gecommuniceerd worden. Bij het selecteren van peer-educators kan op een aantal zaken gelet worden:

EEN GESCHIKTE PEER-EDUCATOR BIJ UNITY;

- is ouder dan 18 jaar en jonger dan 36 jaar;
- beschikt over goede sociale en communicatieve vaardigheden;
- heeft affiniteit met de *dance-scene* en de leefstijl die daarmee gepaard gaat;
- is in staat zijn om een 'professionele' afstand tot de scene te kunnen nemen;
- heeft interesse in het leren over drugs en drugsgerelateerde onderwerpen;
- heeft een open houding ten opzichte van alcohol en drugs en van alcohol- en druggebruikers;
- is zelf geen excessief gebruiker of betrokken bij dealen;
- is enthousiast, coöperatief en kan goed in teamverband werken;
- kan assisteren bij het verlenen van hulp in het geval van noodsituaties (contact opnemen met de eerste hulp of met beveiligingspersoneel, etc);
- is bereid om 's nachts te werken

Box 7.1: Profielschets Peer-educator Unity⁷**7.1.2 Intake**

Een vrijwilliger die zich aanmeldt, krijgt een intakegesprek waarin hij of zij meer inzicht krijgt in het project en zijn of haar rol in deze (zie het intake formulier, bijlage 2). De kwaliteit van de peer-educator als zender van een voorlichtingsboodschap is erg belangrijk, anders zullen de jongeren de peer-educator en de boodschap niet serieus nemen. Het intakegesprek is dan ook van groot belang. Tijdens het intake gesprek komen de persoonlijke visie, attitude en ervaring aan de orde evenals interesse, inzet en motivatie. Zo kan tijdens het intakegesprek gevraagd worden naar het eigen gebruik van de toekomstige peer-educator. Indien hij of zij gebruikt kan vervolgens verder gevraagd worden naar welke middelen, hoe vaak en tijdens welke gelegenheden. De persoon die het intakegesprek voert moet vervolgens op basis van de eigen deskundigheid kunnen inschatten of iemand geschikt is en geselecteerd kan worden. Een excessief gebruiker is niet geschikt. Iemand is een excessief gebruiker wanneer het dagelijks functioneren negatief beïnvloedt wordt door alcohol- en/of druggebruik.

7.1.3 Vergoeding

Een geselecteerde peer-educator moet een vrijwilligerscontract tekenen voor een minimaal aantal uur werk per week.

Het motto is: Vrijwillig maar niet vrijblijvend

Geselecteerde peer-educators hebben zich aangemeld uit betrokkenheid met de doelgroep en interesse in de *dance-scene*. Deze betrokkenheid is een belangrijke meerwaarde van een peer-educatie project. Vanwege de indirecte beloning die de

peer-educators krijgen voor hun inzet blijven zij bij het project betrokken. Zo krijgen ze de kans te functioneren in een goed werkend team, ze genieten een hogere status binnen de eigen leefstijlgroep door de verhoogde kennis van alcohol en drugs en kunnen ze invloed uitoefenen op het gedrag van anderen. Verder kunnen ze ook blijven op een evenement na de voorlichting en ze ervaren een evenement waar ze voorheen als bezoeker kwamen, tijdens de voorlichting vanuit een andere rol en krijgen de mogelijkheid een kijkje achter de schermen te nemen.

7.1.4 Exit

Wanneer een peer-educator op den duur zelf geen deel meer uitmaakt van de doelgroep, doordat hij of zij bijvoorbeeld te oud wordt, kan hij of zij in principe geen voorlichting meer geven en kan dus niet meer werkzaam zijn bij het project als peer-educator. Deze persoon kan wel betrokken blijven bij het project maar dan op een andere manier, bijvoorbeeld in de rol van peer-coach. Voor sommige gemotiveerde en ervaren peer-educators kan de betrokkenheid bij het project leiden tot verdere werkmogelijkheden bij desbetreffende instantie. Vertrekkende peer-educators krijgen een exitgesprek waarin onder andere gevraagd kan worden naar de peer-educators' ervaringen met het project (zie bijlage 3). De peer-coördinator is verantwoordelijk voor dit continue proces.

VALKUIL

Er moet rekening gehouden worden met het feit dat bij een succesvol peer-educatie project de peer-educators zeer gemotiveerd zijn en ook zelf met initiatieven en ideeën komen. Dit moet uiteraard gestimuleerd worden en er moet aandacht aan deze ideeën besteed worden. Men loopt echter het risico dat wanneer de groep te groot is de project-leiding de situatie niet meer kan beheersen. Dit betekent dat men niet voortdurend kan blijven werven. Waar men rekening mee moet houden bij het bepalen van de maximale grootte van de groep is de volgende rekensom:

$$\frac{\text{Aantal feesten} \times \text{Aantal peer-educators per feest (12 incl. peer-coach)}}{\text{Aantal feesten per peer per jaar (10)}}$$

Box 7.2: Valkuil werving en selectieprocedure

7. Het is de bedoeling dat de groep peer-educators van Unity een goede afspiegeling vormt van de doelgroep, de bezoekers van de *dance*-evenementen. Afhankelijk van de samenstelling van de doelgroep van de evenementen en van de samenstelling van de groep peer-educators is Unity op zoek naar peer-educators binnen een bepaalde leeftijdscategorie.



Peer-educators van Unity

7.2 Ontwikkeling van de boodschap

In deze fase is de eerste groep peer-educators geselecteerd. Samen met hen moet nu de voorlichtingsboodschap verder uitontwikkeld worden.

7.2.1 Uitwerking doelstelling

Samen met de geselecteerde peer-educators kan in de beginfase van het project nagedacht worden over een uitwerking van de projectdoelstelling. Zoals in paragraaf 5.2. geformuleerd, is de projectdoelstelling het verminderen van schade door alcohol en/of druggebruik. De doelstellingen moeten aansluiten op de in de oriëntatiefase gemaakte probleemanalyse. Bovendien moeten de doelstellingen consistent zijn met de in het eerste deel van dit handboek beschreven theorieën en verklaringsmodellen met betrekking tot de determinanten van gedrag (alcohol- en/of druggebruik onder jongeren). In de navolgende box staan de doelstellingen van Unity.

DOELSTELLINGEN UNITY

1. Bevorderen eigen verantwoordelijkheid, eigen keuzes maken en empowerment
2. Toegankelijk maken van informatie
3. Verhogen van kennis over de risico's van (combinatie) gebruik
4. Bevorderen meer verantwoord gebruik
5. Verhogen van eigeneffectiviteit door het ondersteunen van vaardigheden voor risicoreductie en schadebeperking
6. Bevorderen van vroegherkenning

>

7. Verwijzen naar minimale interventies en verlagen van drempel naar (digitale) zelfhulp en zorg

Box 7.3: Doelstellingen Unity

7.2.2 Inhoud van de boodschap

Wat betreft de inhoud van de boodschap moet rekening gehouden worden met de doelstellingen die het project nastreeft.

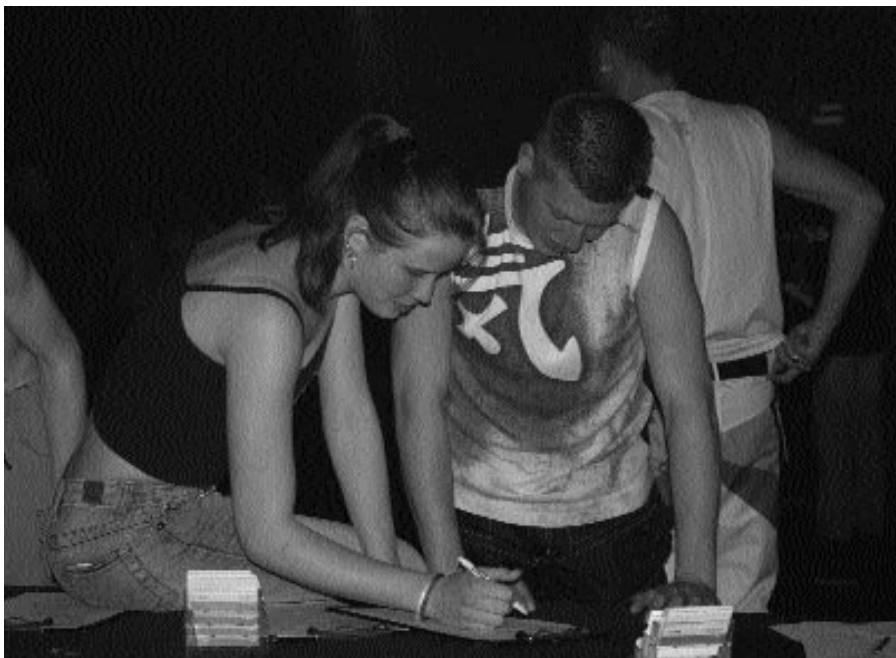
De boodschap moet helder, objectief en zonder moreel oordeel zijn. Gericht op de minimalisering van de risico's. Uitgangspunt van dit project is veiliger, meer verantwoord gebruik.

De inhoud van de boodschap is voortdurend in ontwikkeling en aan verandering onderhevig en het is van groot belang dat de peer-educators een grote betrokkenheid hebben bij het vormen van deze inhoud. Het is de bedoeling dat zij zich nauw betrokken voelen bij het project en dat ze ingezet worden als een focusgroep. Al het materiaal dat gebruikt wordt, zoals de folders, de flyers en de kennistestjes, kunnen in concept aan de groep peer-educators als focusgroep worden voorgelegd. De peer-educators weten welke vragen er bestaan binnen de doelgroep, zijn experts op het gebied van trends en ontwikkelingen in gebruik en kunnen zo aangeven wat belangrijke en relevante informatie is om over te dragen in de voorlichting. De peer-coach of project-coördinator zal de inhoud van de boodschap verder moeten toetsen aan bestaande informatie van landelijke kenniscentra zoals het Trimbos instituut.

KENNISTEST

Zoals gezegd moet men bij het bepalen van de boodschap de doelstellingen van het project voor ogen houden. Een belangrijk doel is het verhogen van de kennis van de consument. Dit kan onder andere door het verstrekken van flyers en foldermateriaal tijdens het voorlichten. Een andere manier is gebruik te maken van een kennistest. Door de bezoekers van de *stand* een alcohol- of drugskennistestje in te laten vullen wordt de kennis getest van de bezoeker. In deze kennistest staan vragen die betrekking hebben op de belangrijkste kennis die men wil overdragen. De peer-educator kijkt de test samen met de bezoeker van de *stand* na en kan op deze manier feedback en aanvullende informatie geven. Het nakijken van zo'n test resulteert veelal in een gesprek over alcohol of drugs. Door een aantal bestaande mythes in de test op te nemen worden ook deze bespreekbaar gemaakt. Naast deze informatieve functie heeft de kennistest ook als functie het vergemakkelijken van het eerste contact. Aan de bezoekers van de *stand* wordt gevraagd of zij zo'n testje willen invullen en daarmee is het eerste contact gelegd. Het is voor bezoekers vaak lastig om direct met een concrete vraag te komen en dat probleem wordt met de kennistest ondervangen.

Box 7.4: Kennistest



Peer-educator Joanna bespreekt de ingevulde kennistest met een bezoeker

Verder bestaat een belangrijk deel van de boodschap uit het overbrengen van informatie over de concrete maatregelen die iemand kan nemen om de risico's van het gebruik van alcohol en/of drugs te verminderen. Via het netwerk zou het project eventueel de mogelijkheid kunnen hebben, net als Unity, om waarschuwingscampagnes uit te voeren omtrent gevaarlijke middelen die in de omloop zijn. De peer-educators dragen de boodschap uit dat het belangrijk is om drugs te laten testen en promoten zo de test-services. Tevens kunnen onderwerpen aangehaald worden die de positie van consumenten benadrukken, zoals de rechten en plichten van de consument bij toegangscontroles en bij visitatie, wat er gebeurt wanneer er drugs gevonden wordt bij de consument en het recht op gratis drinkwater op feesten.

7.2.3 Vorm van de boodschap

De vorm van de voorlichtingsboodschap moet aansluiten bij de leefstijl van jongeren uit de *dance-scene*. Het materiaal moet er goed uitzien en het taalgebruik moet gericht zijn op jongeren. Jongeren vinden het ook altijd leuk om iets te krijgen. Leuke hebbedingetjes, zoals een pen, aansteker of waaier, met daarop een aansprekende tekst of een goed uitzijende flyer met tips. Tevens is dit een vorm van *marketing* van het voorlichtingsproduct. Daarnaast is het werken met herkenbare logo's en slogans prettig voor jongeren, omdat het herkenningpunten kunnen worden.

Bij Unity krijgen bezoekers van de *stand* die een kennistest foutloos hebben ingevuld een aansteker waarop het logo van Unity en het adres van de website vermeld staat. Dit maakt het invullen van een testje aantrekkelijker en bovendien nemen de bezoekers van de *stand* de test hierdoor serieus omdat ze het testje graag foutloos willen invullen.

Box 7.5: Gadgets

WEBSITE

Naast de voorlichting tijdens het evenement is de voorlichting via de website steeds belangrijker geworden. Het inzetten van het internet (www.unitydrugs.nl) als voorlichtingsactiviteit sluit goed aan bij de doelgroep die in steeds hogere mate het internet gebruikt als belangrijke informatiebron en communicatiemiddel.

Om het peer-karakter van de interventie te behouden is het van groot belang om de peer-educators de inhoud van deze website (grotendeels) zelf te laten bepalen en indien mogelijk beheren. Het gebruik van een forum, *chatboard* en foto's van evenementen zal het gebruik van de website door zowel de peer-educators als door de doelgroep vergroten.

WWW.UNITYDRUGS.NL

Op de website van Unity is verschillende informatie over alcohol en drugs te vinden, er staan foto's op die genomen zijn tijdens de feesten en er is een open en gesloten forum waar gediscussieerd kan worden over onderwerpen gerelateerd aan uitgaan en alcohol en drugs. Deze website wordt actief gepromoot op feesten. De website staat op de verschillende flyers en folders vermeld en er worden foto's van bezoekers gemaakt die op de website geplaatst worden. De gefotografeerde bezoekers krijgen van de fotograaf een flyer mee waar het adres van de website op staat. Verder kunnen bezoekers van de *stand* ook doorverwezen worden naar de website voor nadere informatie. Er wordt actief gebruikt gemaakt van het open en gesloten forum door zowel peer-educators als bezoekers van feesten. Op het forum kunnen beiden vragen stellen omtrent alcohol en drugs. Hiermee is het forum een belangrijke manier van voorlichten geworden voor Unity. Vragenstellers kunnen naast het forum tevens een e-mail sturen en dan zal hun vraag door de projectcoördinator in een e-mail beantwoord worden.

Box 7.6: Website Unity

7.3 Training

Binnen het project moeten de peer-educators onder andere informatie overdragen en in sommige gevallen de attitude en het risicogedrag van de doelgroep beïnvloeden. Om dit goed te kunnen doen moeten de peer-educators over kennis en een aantal vaardigheden beschikken.

7.3.1 Basis training

Voorafgaand aan het actieve voorlichten neemt de peer-educator deel aan een professionele basistraining op het gebied van feitenkennis met betrekking tot alcohol en drugs en op het gebied van gespreksvaardigheden. De training verhoogt de geloofwaardigheid van de peer-educators in de ogen van de doelgroep omdat ze een betrouwbare bron worden voor feitelijke informatie, zoals fysieke, sociale en wettelijke consequenties van alcohol- en druggebruik. Naast het verhogen van de kennis en het aanleren van gespreksvaardigheden heeft de training als functie een teambuildingsproces in gang te zetten. De peer-educators en de peer-coaches en projectleiding zijn voor een aantal uren bij elkaar en het is belangrijk aandacht te besteden aan de kennismaking. Er kan aandacht besteed worden aan ieders ervaringen, interesses en ideeën met betrekking tot het project. De training wordt georganiseerd door de peer-coördinator en hij of zij wordt hierin ondersteund door de peer-coaches. De training wordt gegeven door professionele trainers. Wanneer er geen geschikte trainers aanwezig zijn binnen het project kunnen externe trainers ingezet worden. In het geval van een succesvolle afronding van de training krijgen de peer-educators een trainingsmap waarin kopieën staan van al het trainingsmateriaal, alcohol- en drugsinformatie folders, achtergrond informatie over het project, etc.

TRAININGSCURRICULUM

Unity heeft op basis van de jarenlange ervaring in het trainen van de peer-educators een trainingscurriculum opgesteld voor de basistraining waarin de verschillende onderdelen aan bod komen. Het trainingscurriculum is gebruiksklaar en te vinden in deel III.

Box 7.7: Trainingscurriculum

Het is belangrijk om een balans te vinden tussen het geven van te veel informatie en de zekerheid dat de peer-educators zelfverzekerd zijn over hun eigen kennis. Het kan zijn dat nieuwe peer-educators bezorgd zijn over of ze wel genoeg weten over drugs, met name over een groot aantal soorten drugs, en dat ze geen antwoord zullen hebben op de gestelde vragen. In werkelijkheid zullen de meeste vragen aan de *stand* te maken hebben met alcohol, tabak, cannabis, XTC, cocaïne en speed. Belangrijker is het dat de peer-educator weet hoe hij of zij toegang krijgt tot informatie en hoe hij kan vaststellen wat de kwaliteit van deze informatie is. Op deze manier kan men een bezoeker van de *stand* doorverwijzen naar de juiste informatiebron zoals een website waar men het antwoord op de vraag kan vinden. Het is verder belangrijk dat ze zich realiseren dat het niet erg is wanneer ze een antwoord niet hebben.

7.3.2 Expertmeetings

De peer-educators behoren goed en regelmatig bijgeschoold te worden zodat hun inhoudelijke kennis over drugs optimaal is. De peer-educators moeten op de hoogte zijn van de laatste feiten, trends en ontwikkelingen met betrekking tot alcohol en drugs

en een eenduidige boodschap uitdragen. Om dit te bereiken kunnen er expertmeetings georganiseerd worden. In deze expertmeetings kan bijvoorbeeld één middel uitvoerig besproken worden; wetenschappelijke onderzoeken omtrent dit middel en een verdere uitdieping van het onderwerp kunnen hiertoe bijdragen. Het is belangrijk om ook aandacht te besteden aan wat de deelnemers zelf graag willen leren door bijvoorbeeld te vragen welke middelen zij zelf interessant vinden. Door daar aandacht aan te besteden wordt de motivatie van de jongeren versterkt

7.3.3 Eerste Hulp Bij Drank- en Drugsongevallen (EHBD)

Tot slot kan het zinvol zijn om geïnteresseerde peer-educators een korte training te laten volgen waarbij ze de beginselen van Eerste Hulp Bij Drank- en Drugsongevallen leren. In dit onderdeel leren de peer-educators hoe ze alcohol- en drugsongevallen kunnen herkennen en krijgen ze een aantal algemene tips over hoe te handelen in het geval ze dit tegenkomen tijdens het voorlichten. Uiteraard moeten de peer-educators tijdens ongevallen op evenementen de consument altijd doorverwijzen of begeleiden naar de EHBO.

7.4 Uitvoering preventieactiviteiten

In het schema zijn we nu aangekomen bij de uitvoering van de preventieactiviteiten. De inhoud en de vorm van de boodschap zijn ontwikkeld en in de training is geoefend met de verschillende gespreksvaardigheden. De peer-educators zijn geselecteerd en getraind en kunnen in het veld aan de slag met hun preventieactiviteiten.

EEN CASUS UIT DE DAGELIJKSE PRAKTIJK (1)

Unity staat met een voorlichtingsstand op *Dance valley*, een *dance* festival met zo'n 50.000 bezoekers. Patrick is een jongen van 23 en komt bij de Unitystand om te kijken wat er te doen is omdat er allemaal mensen bij de *stand* staan. Dave, de Unitymedewerker, legt dat uit ze van Unity zijn en dat ze daar staan om alcohol- en drugsvoorlichting te geven, en vraagt aan Patrick of hij een quizje wil invullen waarmee hij zijn eigen kennis kan testen. Als hij alle vragen goed beantwoord krijgt hij een Unity aansteker. Patrick lacht en zegt dat hij wel zo'n alcoholtestje wil invullen. Patrick gebruikt geen drugs en houdt het heel 'verstandig', aldus Patrick zelf, bij alcohol. Hij vult het testje in en vervolgens kijkt Dave samen met hem de test vraag voor vraag na. Bij ieder antwoord vraagt Dave waarom Patrick denkt dat dit het goede antwoord is en zo worden de vragen uitgebreid besproken. Bij de foute antwoorden wordt iets langer stil gestaan en Dave geeft uitleg. Naar aanleiding van een van de vragen blijkt dat Patrick veel last heeft van katers nadat hij heeft gedronken. Dave verteld dat het het beste is om niet of minder te drinken en geeft adviezen om de kater zoveel mogelijk te beperken. Patrick is blij met deze adviezen en zegt dat hij weer verder gaat feesten. Dave vraagt of hij nog een folder mee wil om alles thuis nog eens na te lezen en geeft hem het adres van zowel de Unity als de Jellinek website.

Box 7.8: Casus (1)



Peer-educator Marloes, Nino en Wim aan het werk

7.4.1 De voorlichting

Hoe de uitvoering van de preventieactiviteiten in zijn werk gaat wordt in dit hoofdstuk kort besproken. Voor een uitgebreid en praktisch stappenplan voor zowel de peer-educator als de peer-coach kunt u terecht bij bijlage 1 praktische handleidingen.

Vorbereiding

Alvorens men kan gaan voorlichten tijdens een evenement moeten uiteraard eerst afspraken gemaakt zijn met desbetreffende feest organisatie. De peer-coach of projectleiding neemt contact met de contactpersoon van deze organisatie en maakt duidelijke afspraken. De peer-coach maakt vervolgens een draaiboek voor de Unity activiteiten tijdens het evenement en de peer-educators kunnen zich inschrijven voor het feest of evenement waar zij graag zouden willen werken.

Op locatie

De peer-educators en peer-coach spreken af op een overeen gekomen *meeting-point*, gaan naar binnen en bouwen gezamenlijk de *stand* op. De peer-coach houdt een *pep-talk* en legt uit hoe de avond zal verlopen, waar de EHBO-post zich bevindt en herinnert de peer-educators aan de gemaakte afspraken.



De Unity stand

Voorlichting

Over het algemeen beginnen bezoekers van de *stand* met het invullen van een kennis-test. Dat is een vragenlijst met 10 vragen over alcohol of drugs. Aan de achterkant van deze vragenlijst wordt gevraagd naar geslacht, leeftijd, eigen gebruik en de waardering van de informatie en het advies van de peer-educator. De kennistestjes en de bijbehorende antwoorden zoals Unity deze gebruikt, zijn terug te vinden in bijlage 5 en 6 achter in dit handboek. Wanneer de bezoeker de test rustig en voor zichzelf heeft ingevuld, kijkt de peer-educator deze samen met hem of haar na. Alle vragen worden behandeld, ook de goed beantwoorde vragen. Mensen kunnen namelijk een goed antwoord hebben gegeven maar een andere beredenering ervoor hebben. Behalve het afnemen en beantwoorden van deze kennistest zullen de bezoekers vragen stellen, al of niet naar aanleiding van de test. De peer-educator probeert zo goed mogelijk deze vragen te beantwoorden maar moet bij twijfel nooit antwoorden. Indien de peer-educator het antwoord niet weet of twijfelt kan hij of zij advies vragen aan een andere peer-educator of de peer-coach of mensen verwijzen naar de drugsinfolijn of naar een relevante website. De peer-educator probeert na afloop van het gesprek altijd een flyer of folder mee te geven over het onderwerp van gesprek zodat de bezoeker het thuis nog eens rustig door kan lezen.

EEN CASUS UIT DE DAGELIJKSE PRAKTIJK (2)

Maartje is 19 jaar en stapt af op een medewerker van Unity omdat ze zich zorgen maakt over het XTC-gebruik van haar vriend. De Unity medewerker, Daniel, vraagt aan Maartje of ze weet hoeveel haar vriend gebruikt. Maartje vertelt dat hij de afgelopen maanden elke week minstens drie pillen gebruikt. Maartje wil graag weten of hij te veel gebruikt en of hij misschien verslaafd is. Daniel vertelt haar wat de gezondheidsrisico's van XTC-gebruik zijn en hoe ze eventueel problematisch gebruik en verslavingsgedrag kan herkennen. Maartje vertelt Daniel dat ze haar vriend eigenlijk wel wil waarschuwen maar dat ze niet zo goed weet hoe ze dat moet aanpakken. Daniel vraagt of haar vriend op het feest aanwezig is en stelt voor dat ze eens aan hem vraagt om langs te komen bij de *stand* om met hem te praten of om gewoon een kennistestje in te vullen. Ook vertelt hij dat haar vriend op de site van de Jellinek zijn eigen gebruik kan testen en dat ze hier veel verdere informatie kunnen vinden. Vervolgens geeft hij haar wat informatiemateriaal mee in de vorm van een folder en het adres van de website van Unity en van de Jellinek.

Box 7.9: Casus (2)

Peer-coach

Tijdens de voorlichting is de taak van de peer-coach niet zozeer het beantwoorden van vragen, al moet de peer-coach altijd inzetbaar zijn wanneer het druk is aan de *stand*. De peer-coach heeft als taak het in de gaten houden van het verloop van de avond en dan met name van de voorlichting. Hij of zij houdt onder andere in de gaten of iedereen geholpen wordt, of alle vragen beantwoord worden en of er mensen zijn van andere organisaties/instanties die te woord gestaan moeten worden. De peer-coach heeft ook een belangrijke taak bij het inwerken en op het gemak stellen van nieuwe peer-educators.

EEN CASUS UIT DE DAGELIJKSE PRAKTIJK (3)

Rutger is 18 jaar en blowt regelmatig. Hij moet binnenkort ergens solliciteren en hij is bang dat hij daar een urinetest moet doen en dat ze dan kunnen zien dat hij heeft geblowd. Hij stapt op de medewerker van Unity, Michiel, af en vraagt hoelang cannabis aantoonbaar is in urine. Michiel werkt nog niet zo lang als vrijwilliger bij Unity en weet niet helemaal zeker of hij het juiste antwoord kan geven. Hij vraagt of Rutger een momentje heeft en stapt op een van zijn collega's af met de vraag of zij het antwoord wel weet. Sara, de collega van Rutger, weet het wel en samen gaan ze naar Rutger om hem antwoord te geven op zijn vraag. Wanneer Rutger antwoord op zijn vraag heeft, is hij tevreden en hij hoeft verder niets te weten en wil ook geen foldertje meenemen. Michiel wenst hem nog veel plezier tijdens het feest en succes bij zijn sollicitatie.

Box 7.10: Casus (3)



Peer-educator Marloes geeft antwoord op de vraag van een bezoeker

7.5 Begeleiding

Tijdens de uitvoering van het project is goede begeleiding zeer belangrijk. De begeleiding vindt zowel op individueel als op groepsniveau plaats.

7.5.1 Individuele begeleiding

De eerste paar keer dat de peer-educators voorlichting geven tijdens een evenement zijn nog een soort 'oefeningen'. Nadat de peer-educators drie keer aanwezig zijn geweest bij een evenement en daar ook hebben voorgelicht, is het verstandig een evaluatiegesprek te laten plaatsvinden met één van de peer-coaches. Tijdens dit evaluatiegesprek kan het functioneren en de ervaringen van de peer-educator besproken worden en moet de peer-educator net als na de training een kennistest afnemen. Aan de hand van dit gesprek en van de score op de test wordt besloten of de peer-educator definitief als vrijwilliger bij het project werkzaam kan blijven.

Ieder jaar houdt de peer-coach een functioneringsgesprek met de peer-educators waarin wordt besproken hoe het gaat met de peer-educator binnen het project en eventuele onduidelijkheden opgehelderd worden. In het functioneringsgesprek wordt zowel het eigen functioneren van de peer-educator als het functioneren van de organisatie volgens de peer-educator besproken. Verder kunnen individuele begeleidingsmomenten plaatsvinden naar aanleiding van bepaalde gebeurtenissen of gedrag van de peer-educator tijdens de evenementen of vergaderingen.

7.5.2 Begeleiding op groepsniveau

Op groepsniveau kunnen vaste overlegmomenten afgesproken worden waarop de gehele groep bijeen komt. Na een bepaalde periode is het verstandig om het verloop van de voorlichtingsactiviteiten met de peer-educators als groep te bespreken en te evalueren. Belangrijk is om na te gaan of de peer-educators het idee hebben dat de boodschap overkomt bij de doelgroep. Aan de hand van deze nabespreking kan de vorm van de boodschap of de werkwijze eventueel nog aangepast worden. Verder is het belangrijk om het functioneren als groep tijdens deze bijeenkomsten ter sprake te brengen, zoals de onderlinge samenwerking en interactie. Tot slot bieden deze bijeenkomsten de mogelijkheid om actuele kennis en onderzoeken, een efficiënte taakverdeling en eventuele knelpuntente bespreken. Zo kan tijdens iedere vergadering een vraag die gesteld is tijdens de voorlichting, uitgebreid besproken worden. In kleine groepjes kunnen de peer-educators het antwoord op de vraag voorbereiden en vervolgens presenteren. Het is wel belangrijk dat één van de peer-coaches het antwoord heeft voorbereid en dit plenair kan behandelen.

Tot slot moet hierbij vermeld worden dat er naast de formele kant van de begeleiding ook ruimte moet zijn voor gezamenlijke ontspanning. De peer-educators moeten zich serieus inzetten voor het project maar dit kan goed gepaard gaan met momenten van ontspanning. Zo kunnen er diverse uitjes of activiteiten gepland worden. De jongeren kunnen dit veelal zelf bedenken en organiseren. Deze momenten van ontspanning houden de jongeren gemotiveerd en het draagt bij aan de hechtheid van de groep en de inspanningen die de jongeren bereid zijn te leveren. Het hele project moet bovenal leuk zijn.

7.6 Andere activiteiten

Naast het voorlichten is het mogelijk dat de peer-educators zich ook bezig houden met andere zaken. Of dit gebeurt is afhankelijk van de grootte van het project en van de inzet en motivatie van de peer-educators.

NEVENACTIVITEITEN UNITY

Een aantal van de peer-educators van Unity assisteert bijvoorbeeld bij de wekelijkse testservice van de Jellinek. Hier kunnen consumenten terecht voor het testen van drugs. De peer-educators van Unity worden ingezet als focusgroep bij het ontwikkelen van nieuw voorlichtingsmateriaal van Unity zelf of van de Jellinek. Bovendien kunnen peer-educators (voor een vergoeding) werkzaamheden verrichten, zoals de distributie van promotiemateriaal.

Box 7.11: Nevenactiviteiten Unity

7.6.1 Werkgroepen

Het is een mogelijkheid om verschillende werkgroepjes binnen het project op te zetten. Ieder werkgroepje heeft een eigen thema en gemotiveerde leden van de groep die wat meer tijd en werk in het project willen stoppen, kunnen zich bij een van de werkgroepen

aansluiten. Het creëren van deze werkgroepjes levert een belangrijke bijdrage aan de betrokkenheid van de peer-educators bij het project. Deelname aan een werkgroep is niet verplicht. Iedere werkgroep moet een voorzitter en een vice-voorzitter benoemen, en ze hebben beschikking over een klein budget en er is altijd een peer-coach betrokken bij de werkgroep. De werkgroepen worden aangestuurd door de projectcoördinator.

WERKGROEPEN UNITY

Bij Unity zijn door de jaren heen verschillende werkgroepen opgericht. Welke werkgroepen er bestaan en hoe groot de werkgroepen zijn is afhankelijk van het aantal peer-educators en van de interesses van deze, actieve, peer-educators. Voorbeelden zijn een werkgroep politiek, een werkgroep media, een werkgroep decor en een werkgroep wetenschap.

Box 7.12: Werkgroepen Unity

7.6.2 Voorlichting op andere locaties

Indien het project is uitgegroeid tot een groot peer-educatie project met een grote groep peer-educators is het mogelijk na te denken over het geven van voorlichting op andere locaties. Over al dit soort zaken kan voortdurend gesproken en overlegd worden met de peer-educators. In veel gevallen zullen zij zelf met allerlei enthousiaste ideeën komen.

Naast de voorlichting op de grotere *dance*-evenementen verzorgt Unity onder andere voorlichtingscolleges op de Hogeschool Holland en zijn er een aantal voorlichtingsbijeenkomsten gehouden bij een studentenvereniging. Daarnaast wordt promotie gedaan in verschillende winkels en andere distributiepunten voor tickets en flyers van *dance*-evenementen. Een streep punt is om tevens voorlichting te geven in de Amsterdamse clubs. Deze voorlichting zal een stuk kleinschaliger vorm gegeven moeten worden. Mogelijkheden zijn de plaatsing van een rek met folders, een link naar de site met alcohol- en drugsinfo en een EHBD (eerste hulp bij drank en drugsongevallen) cursus voor het personeel (van Bakkum, 2003).

Box 7.13: Voorlichting op andere locaties; Unity

7.6.3 Monitoren

Door de regelmatige aanwezigheid op evenementen lenen de peer-educators zich uitstekend voor het verzamelen van informatie om zo ontwikkelingen en trends in riskant gedrag te kunnen monitoren. De registratie van de vragen die aan de *stand* gesteld worden, de kennistests die ingevuld worden en het soort folders dat meegenomen wordt, geven een indicatie van trendontwikkelingen. Ook kunnen de peer-educators factoren registreren in de setting die veilig uitgaan al dan niet bevorderen. Deze informatie kan verzameld worden en ingevoerd in een systeem. De data van een dergelijk systeem dragen bij aan het verbeteren van de voorlichting, aan de veiligheid van evenementen en aan het vinger aan de pols houden van trends in genotmiddelengebruik.

8 Evaluatiefase

De evaluatiefase is van groot belang. Er zijn in feite twee soorten evaluatie die van toepassing zijn bij een peer-educatie project. Er is sprake van een continue product-evaluatie en een periodieke, grondige projectevaluatie.

De eerste vorm van evalueren bestaat onder andere uit de interne evaluatie, met behulp van de peer-educators, die ten alle tijden hun mening en tevreden- of ontevredenheid over het project en over de boodschap die het project uitdraagt, kunnen geven. Dit gebeurt tijdens de plenaire vergaderingen, de besprekingen in de werkgroepen en kan via het besloten forum op de website. Omdat het om een community project gaat is het belangrijk dat dit wordt gestimuleerd. De peer-educators zien het project als iets van henzelf en zullen zich dan ook inzetten om de verschillende aspecten van 'hun' project constant te verbeteren.

Daarnaast geeft de registratie van de antwoorden op de kennistest inzicht in het huidige kennisniveau van de doelgroep. Mede aan de hand hiervan kan het voorlichtingsmateriaal constant aangepast worden. Maar ook de waardering van de bezoekers levert interessante gegevens op voor tevredenheids- en evaluatie onderzoek. Daarnaast worden de door de peer-educator geregistreerde gegevens met betrekking tot de gestelde vragen van zowel bezoekers van de *stand* als mensen uit de eigen omgeving bijgehouden en deze kunnen tevens worden geanalyseerd. Dit geeft inzicht in het aantal bereikte personen, de inhoud van de gestelde vragen (trends), de lengte van de gesprekken en de mate van doorverwijzen. Dit alles maakt evaluatie en vervolgens gerichte verbetering mogelijk.

Naast deze continue productevaluatie moet het project jaarlijks worden geëvalueerd aan de hand van een grondig evaluatieonderzoek. In dit onderzoek moet aandacht besteed worden aan de tevredenheid van de bezoekers over het project in zijn geheel. Deze tevredenheid van de bezoekers kan onder andere gemeten worden door de vraag op de achterkant van de kennistest te registeren waarin gevraagd wordt naar de mening van de bezoeker over de informatie en het advies van Unity. Een aanvullende vragenlijst laten invullen door de bezoekers is echter raadzaam. Verder is het raadzaam een satisfactieonderzoek uit te voeren onder de feestorganisaties. Een dergelijk satisfactieonderzoek onder de feestorganisaties kan niet op jaarlijkse basis plaats vinden omdat dat deze personen onnodig zou belasten. Wel kan altijd op informele wijze gevraagd worden naar de ervaringen met het project en naar de tevredenheid van de *stakeholders*.

Tot slot kan aan de hand van de ingevulde kennistestjes de productie worden bijgehouden. Hoeveel mensen hebben een testje ingevuld, maar ook: hoe is de verdeling wat betreft leeftijd, sekse en alcohol-en druggebruik. Deze cijfers kunnen vervolgens onder andere worden opgenomen in het Jaarverslag.

SATISFACTIEONDERZOEK DOELGROEP

Een externe evaluatie van Unity (Geraci, 2000) liet zien dat de bezoekers van *dance* evenementen in Amsterdam de voorkeur gaven aan het ontvangen van informatie over drugs van mensen die daar zelf ervaring mee hadden en die ook uit de *dance-scene* kwamen. Ook dit onderzoek bracht naar voren dat vrienden werden gezien als de belangrijkste bron van informatie, gevolgd door informatiefolders. Een van de belangrijkste onderdelen van het onderzoek was dat 88% van de respondenten de informatie van Unity waardevol vond en dat de respondenten de voorlichting van Unity zeer betrouwbaar vonden.

Box 7.14: Extern evaluatieonderzoek Bron; Geraci, 2000

PARTYORGANISATIES OVER UNITY

“De boodschap die Unity uitdraagt is duidelijk genoeg. Omdat er op een informele manier met de bezoekers om wordt gegaan heerst er geen taboe sfeer over het druggebruik. De bezoekers nemen hierdoor eerder informatie aan van de peer-educators. (Stafmedewerker van een grote feestorganisatie in Nederland)

“Ik vind Unity een goed initiatief en het is heel belangrijk dat haar bezoekers goed voorgelicht worden. Ook de vrijblijvende sfeer die Unity uitstraalt is volgens ID&T belangrijk want zo beslissen de bezoekers zelf wanneer en of zij voorgelicht willen worden. Unity is niet opzichtig aanwezig wat ervoor zorgt dat de drempel niet te hoog ligt voor de bezoekers (...) Je behoort bij onderwerpen als eventuele drugsincidenten niet je kop in het zand te steken. Je kunt beter preventief aan deze voorlichting mee doen.” (Stafmedewerker van een grote feestorganisatie in Nederland)

Box 7.15: Partyorganisaties over Unity. Bron: Ouwekerk, 2003

PRODUCTIE UNITY 2003

In 2003 hebben de peer-educators van Unity op 26 feesten met 5388 mensen gesproken. Dat is gemiddeld 207 personen per feest. Van die 5388 contacten hebben 4306 een kennistest ingevuld en gezamenlijk met een peer nagekeken. 857 mensen kwamen naar Unity met een specifieke vraag waar ze antwoord op zochten en 759 vroegen of Unity hun drugs kon testen. De gemiddelde leeftijd van de bezoekers van de *stand* lag op 22,73 jaar.

Box 7.16: Productie Unity 2003. Bron: Jaarverslag 2003, Bakkum & Jamin, 2003

Lijst van afkortingen

AVP	Alcohol Voorlichtingsplan
BVD	Belangen Vereniging Dance
CAD	Consultatiebureau voor Alcohol en Drugs
CBS	Centraal Bureau voor de Statistiek
CEDRO	Centrum voor Drugsonderzoek
DIMS	Drugs Informatie- en monitoringsysteem
DVP	Drugs voorlichtingsplan
EHBD	Eerste Hulp bij Drank en drugsongevallen
EHBO	Eerste Hulp bij Ongelukken
GGD	Gemeentelijke Gezondheidsdienst
GG&GD	Gemeentelijke Geneeskundige & Gezondheidsdienst
GGZ	Geestelijke Gezondheidszorg
GHB	Gamma-hydroxyboterzuur
ID&T	Irfan van Ewijk, Duncan Stutterheim & Theo Lelie
IVO	Instituut voor Onderzoek naar Leefwijzen & Verslaving
IVV	Stichting Informatievoorziening Verslavingszorg
IVZ	Stichting Informatievoorziening Zorg
LADIS	Landelijk Alcohol en Drugs Informatiesysteem
MDA	Methyleen-dioxyamfetamine
MDEA	Methyleen-dioxyethylamfetamine
MDMA	3,4-methyleen-dioxyamfetamine
NDM	Nationale Drugmonitor
NIGZ	Nationaal Instituut voor Gezondheidsbevordering en Ziektepreventie
SOA	Seksueel Overdraagbare Aandoeningen
SWOV	Stichting Wetenschappelijk Onderzoek Verkeersveiligheid
VWS	Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport
WODC	Wetenschappelijk Onderzoek- en Documentatiecentrum

Geraadpleegde Literatuur

Abraham, M., Cohen, P., Kaal, H. (2002). *Licit and illicit drug use in the Netherlands, 2001*. Amsterdam: Mets

Abraham, M., Kaal, H., Cohen, P. (2003). *Licit and illicit drug use in Amsterdam, 1987 to 2001: development of drug use in Amsterdam, as measured in five population surveys between 1987 and 2001*. Amsterdam: CEDRO/Mets & Schilt.

Van Alem, V., Schippers, G., Van Vlaanderen, J. (2002). *Alcoholgerelateerde problematiek en hulpverlening in Nederland in de periode 1994-2000: trends, informatiebronnen en hulpverleningscarrières*. Houten: IVZ

Azjen, I. (1991). *The theory of Planned Behavior, organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50: 179-211

Azjen, I., Madden, T.J. (1986). *Prediction of goal-directed behavior: Attitudes, intentions, and perceived behavioral control*, *Journal of Experimental Social psychology*, 22(5): 453-474

Bakker, MN. (2001). *Peerprojecten in gezondheidsvoorlichting aan adolescenten: een literatuurstudie naar de effecten*. Literatuurscriptie Pedagogische wetenschappen: Universiteit van Amsterdam

Bandura, A. (1977). *Social Learning theory*. Englewood Cliffs: prentice Hall. In; McDonald, J., Roche, M.a., Durbridge, M., Skinner, N. (2003). *Peer Education: From evidence to practice. An alcohol and other drugs primer*. Adelaide: National Centre for Education and Training on Addiction (NCETA)

Bandura, A. (1997). 'Self-efficacy'. Towards a unifying theory of behavior change'. *Psychological Bulletin*. In: McDonald, J., Roche, M.a., Durbridge, M., Skinner, N. (2003). *Peer Education: From evidence to practice. An alcohol and other drugs primer*. Adelaide: National Centre for Education and Training on Addiction (NCETA)

Bieleman, B., Maarsingh, H., Meijer, G. (1998). *Aangeschoten wild. Onderzoek naar jongeren, alcohol, drugs en agressie tijdens het uitgaan*. Groningen: Stichting Intraval

Bleeker, AM., Jamin, J. (2003). *Peer Education at Dance Events. 'Unity' Do-it-yourself Guide*. Amsterdam: Jellinek Amsterdam

Bogt, T. Ter., Engels, R. (2003). Party style: notice for and effectes of MDMA at Rave parties. *Substance Use & Misuse*, (in press).

Buisman, W.R. et al. (1993). *Handboek verslaving: hulpverlening, preventie en beleid*. Houten: Bohn Stafleu Van Loghum

Bolier, L., van Hoogenhuyze, C., Sannen, A. (2004). *'Buitenstaander of bondgenoot' in de praktijk. Een procesevaluatie*. Utrecht: Trimbos-instituut.

Bouma, H. (1999). *Handboek verslaving: hulpverlening, preventie en beleid. XTC- voorlichting: de consumentenbenadering*. P. 3-21. Houten: Bohn Stafleu Van Loghum

Bovasso, GB. (2001). Cannabis use as a risk factor for depressive symptoms. *American Journal of Psychiatry*, 1058, 2033-2037

Centraal Bureau voor de Statistiek (CBS) (2003). *Jeugd 2003, cijfers en feiten*. Voorburg: CBS

Collaborative Group on Hormonal Factors in Breast Cancer (2002). Alcohol, tobacco and breast cancer-collaborative reanalysis of individual data from 53 epidemiological studies, including 58,515 women with breast cancer and 95,067 women without the disease. *British Journal of Cancer*, 87(11): 1234-1245.

DIMS (2003). *Jaarbericht 2003*. Utrecht: Trimbos-instituut

Van Bakkum, F., Jamin, J. (2003). *Unity Jaarverslag 2003*. Amsterdam

Drugs Informatie en Monitoring Systeem (2003). *Rapportage gegevens 2002*. Utrecht: DIMS/Trimbos-instituut

Festinger, L. (1954). *A theory of social comparison processes*, *Human Relations*, 7:117-140. In: McDonald, J., Roche, M.a., Durbridge, M., Skinner, N. (2003). *Peer Education: From evidence to practice. An alcohol and other drugs primer*. Adelaide: National Centre for Education and Training on Addiction (NCETA)

Festsinger, L. (1964). *Conflict, decision and dissonance*. Stanford: Stanford University Press In: McDonald, J., Roche, M.a., Durbridge, M., Skinner, N. (2003). *Peer Education: From evidence to practice. An alcohol and other drugs primer*. Adelaide: National Centre for Education and Training on Addiction (NCETA)

Fortgens, S. (1997). *Peer-Support. Over de mogelijke effectiviteit van de voorlichtingsmethode peer-support voor de jonge recreatieve gebruiker*. Literatuurscriptie Culturele en Maatschappelijke vorming. Christelijke Hogeschool Rijn-Delfland.

Gageldonk, A. van & Cuijpers, P. (1998). *De effecten van verslavingspreventie. Overzicht van de literatuur*. Utrecht: Trimbos-instituut.

Van Gelder, P., Reinerie, P., Burger, I. (2003). *Uit (je dak) in Den Haag, 2002: uitgaande jongeren en genotmiddelengebruik*. Den Haag: Parnassia

Geraci, D. (2000). *Evaluatie van het peerproject Unity. Een drugsvoorlichtingsproject voor en door jongeren uit de housescene*. Utrecht: Rijksuniversiteit Utrecht.

GG&GD Amsterdam, Maatschappelijke (2002). *Verantwoord uitgaan: integrale aanpak evenementen en party's waarbij middelengebruik een rol speelt*. Amsterdam: GG&GD Amsterdam

Groot, C.,de, Schutte, A., Nabben, T., Sannen, A. (2003). *Buitenstaander of bondgenoot. Netwerkontwikkeling rond preventie van riskant middelengebruik in het uitgaanscircuit*. Utrecht: Trimbos-instituut

Haan, WJM. de., Bie, E.de. (1999). *Jeugd en geweld. Een interdisciplinair perspectief*. Den Haag: Interdepartementale Commissie Jeugdonderzoek (CJO), Ministerie van Volksgezondheid Welzijn en Sport, Directie Jeugdbeleid

Holt, S. ten., (2000). *Jongerenvoorlichting middels de peergroepbenadering. Een verkenning van voorlichtingsmethoden waarbij jongeren andere jongeren voorlichten*. Utrecht: Trimbos-instituut

Janz, N.K., Becker, M.H. (1984). *The health belief model: A decade later. Health Education Quarterly*, 11, 1-47.

Konijn, KZ., Pennings, EJM, Wolff, F.A de. (1997) *XTC. Klinische en toxicologische aspecten*. Leiden: Leids Universitair Medisch Centrum

Korf, D., Nabben, T., Lettink, D., Bouma, H. (1999). *Antenne 98: trend in alcohol, tabak, drugs en gokken bij jonge Amsterdammers*. Amsterdam: Thela Thesis

Korf, DJ., Nabben, T. (2000). *De combiroes, gecombineerd gebruik van alcohol met cannabis, cocaine, XTC en amfetamine*. Amsterdam: Thelathesis

Korf, DJ., Nabben, T., Benschop, A. (2003). *Antenne 2002. Trends in alcohol, tabak en drugs bij jonge Amsterdammers*. Amsterdam: Rozenberg Publishers.

Korf, DJ., Nabben, T., Benschop, A. (2004). *Antenne 2003. Trends in alcohol, tabak en drugs bij jonge Amsterdammers*. Amsterdam: Rozenberg Publishers

KPMG Special services B.V. (2002). *Dance in Nederland. De betekenis en impact van dance op de Nederlandse economie en maatschappij: een verkenning*. Amsterdam

Kroneman, M., Lange, A. de., Holt, S. ten., (2003). *Jeugd met een boodschap. Handleiding peermethode voor preventieactiviteiten met allochtone jongeren*. Utrecht: Forum, Instituut voor multiculturele ontwikkeling.

Laar, M. van, Cruys, G., Rigter, H. (2002). *Nationale Drugmonitor, jaarbericht 2002*. Den Haag: NDM.

Laar, M. van, Cruys, G., Verdurmen, J., Meijer, R., Panhuis, P., Ooyen, M. (2003). *Nationale Drugmonitor, jaarbericht 2003*. Utrecht: Trimbos-instituut

Lecesse, AP, Pennings, EJM., Wolff, FA. de. (2002). *Combined use of alcohol and psychotropic drugs. A review of the literature*. Leiden: Academisch ziekenhuis Leiden

Lemmers, L. (2000). *Effectevaluatie van de zomercampagne 1999 'Ben jij sterker dan drank?'*. Woerden: NIGZ

Mackie, DM., Worth, LT., Asuncion, AG. (1990). Processing of persuasive in-group messages. *Journal of Personality and Social Psychology*, In: McDonald, J., Roche, M.a., Durbridge, M., Skinner, N. (2003). *Peer Education: From evidence to practice. An alcohol and other drugs primer*. Adelaide: National Centre for Education and Training on Addiction (NCETA)

McDonald, J., Roche, M.a., Durbridge, M., Skinner, N. (2003). *Peer Education: From evidence to practice. An alcohol and other drugs primer*. Adelaide: National Centre for Education and Training on Addiction (NCETA)

Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport. (1995). *Stadhuis en House. Handreikingen voor gemeentelijk beleid inzake grootschalige manifestaties en uitgaandruis*.

Os, J van., Bak, M., Hanssen, M., Bijl, R., Graaf, R de., Verdoux, H. (2002). Cannabis use and psychosis: a longitudinal population-based study. *American Journal of Epidemiology*, 156(4): 319-327

Ouwehand, A., Mol, A., Boonzajer Flaes, S. (2003). *Kerncijfers verslavingszorg 2001: Landelijk alcohol en Drugs Informatie Systeem (LADIS)*. Houten: IVZ.

Ouwekerk, H. (2003). *Unity "expansion pack 1.0". Unity goes clubbing*. Afstudeerproject Culturele en Maatschappelijke Vorming. Hogeschool Leiden.

Patton, GC., Goffey, C., Carlin, JB., Degenhart, L., Lynsky, M., Hall, W. (2002). *Cannabis use and mental health in young people: Cohort study*. *British Medical Journal*, 325. 1195-1198

Pennings, EJM, Eilering, JBG, de Wolff, FA (2004). *Lange termijn effecten van XTC*. Leiden: LUMC

Pijlman, F., Krul, J., Niesink, R. (2003). *Uitgaan en veiligheid: feiten en fictie over alcohol, drugs en gezondheidsverstoringen*. Utrecht: trimbos- instituut

Popelier, A., Van de Wiel, A., Van de Mheen, D. (2002). *Overdaad schaadt: een inventarisatie van de lichamelijke gevolgen van sociaal geaccepteerd alcoholgebruik en binge-drinken*. Rotterdam: IVO.

Prochaska, J.O., DiClemente, C.C. (1982). *Transtheoretical therapy: toward a more integrative model of change*, *Psychotherapy: theory, Research and Practice*, 20:161-173

Rijke, B., de Vries, N. (1995). Peers doen het beter.....! Peer-voorlichting bij jongeren. *Tijdschrift Gezondheidsbevordering*, jrg. 16 nr. 3/4 p. 103-114

Rigter, H., Van Laar, M., Rigter, S. (2003). *Cannabis: feiten en cijfers 2003: achtergrondstudie Nationale Drugmonitor NDM*. Utrecht: Bureau NDM.

Rogers, E.M. (1995). *Diffusion of Innovations*. New York: Free Press In: McDonald, J., Roche, M.a., Durbridge, M., Skinner, N. (2003). *Peer Education: From evidence to practice. An alcohol and other drugs primer*. Adelaide: National Centre for Education and Training on Addiction (NCETA)

Rosentock, IM. (1990). The Health Belief Model: Explaining Health behavior Through Expectancies. In: McDonald, J., Roche, M.a., Durbridge, M., Skinner, N. (2003). *Peer Education: From evidence to practice. An alcohol and other drugs primer*. Adelaide: National Centre for Education and Training on Addiction (NCETA)

Shiner, M. (1999). Defining Peer-Education, *Journal of Adolescence*: 22:555-566

Smit, F., Bolier, L., Cuijpers, P. (2003). *Cannabisgebruik waarschijnlijk oorzakelijke factor bij het ontstaan van latere schizofrenie*. *Nederlands tijdschrift voor geneeskunde*, 147 (44): 2178-2183

Ten Holt, S. (1998). *Jongerenvoorlichting middels de peergroepbenadering. Een verkenning van voorlichtingsmethoden waarbij jongeren andere jongeren voorlichten*. Utrecht: Trimbos-instituut

Ten Holt, S., Jezek, R. (2002). *Naar een definitie van peer projecten*. Utrecht: Trimbos-instituut

Turner, G., Sheperd, J. (1999). A method in search of a theory: peer education and health promotion, *Health Education Research*, 14 b(2): 235-247

Trautmann, F. (1992). *Het aidspreventieproject No risk: peer support als methode*. Utrecht: NIAD

Trautmann, F., Barendregt, C.(1994). *Het Europees Peer Support Handboek*. Utrecht: Trimbos-instituut

Trimbos-instituut. (2003). *Handreiking Buitenstaander of Bondgenoot*. Utrecht: Trimbos-instituut

Trimbos-instituut. (2004). *Factsheet Uitgaan en Drugs*. Utrecht: Trimbos-instituut

Trimbos-instituut. (2002). *Naar een definitie van peer projecten*. Utrecht: Trimbos-instituut

Vos, de., & Jansen Marktonderzoek. (2002). *ID&T Algemeen onderzoeksrapport 2002*.

Vries, H. de (1998) *Determinanten van gedrag*. In: Damoiseaux, V., Molen, HT. Van der., Kok, GJ. In: *Gezondheidsvoorlichting en gedragsverandering*. Assen: Van Gorcum

Wiers, RW (2002). *Verslaafd raken: gen en omgeving*. In: De Wied et.al. (red). *Verslaving*. Woerden: Stichting Biowetenschappen en Maatschappij

Wilder, DA. (1990). Some determinants of the Persuasive Power of In-groups and Out-groups: Organization of Information and Attribution of Independence. In: McDonald, J., Roche, M.a., Durbridge, M., Skinner, N. (2003). *Peer Education: From evidence to practice. An alcohol and other drugs primer*. Adelaide: National Centre for Education and Training on Addiction (NCETA)

Zinberg, NE (1984) *Drug, set and setting. The basis for controlled intoxicant use*. New Haven: Yale University Press

Geraadpleegde websites

www.cbs.nl
www.cvo.nl
www.drugsinfo.nl
www.ggdkennisnet.nl
www.intraval.nl
www.ivo.nl
www.jellinek.nl
www.sidv.nl
www.trimbos.nl
www.unitydrugs.nl
www.uitgaanendrugs.nl

Deel III

Training Peer-educators: Draaiboek voor de trainers

Deel 1	Introductie	3
1	Inleiding	3
2	Inhoud van de training	3
3	De trainers	4
4	Materialen	5
Deel 2	Draaiboek voor de training	5
1	Inleiding van de training	5
1.1	Inleiding	5
1.2	Kennismakingsronde	6
1.3	Gedrags- en huisregels	6
1.4	Programma doornemen	6
1.5	Pre-test	7
2	Kennis over middelen	7
2.1	Inleiding	7
2.2	Driedeling drugs	8
2.3	Eigen gebruik en prevalentie	8
2.4	Schadelijkheid en drugs, set, setting	9
2.5	Fasen van gebruik	9
2.6	Soorten drugs	10
2.7	Combigebruik en risico's	10
2.8	Presentatie drugs en de hersenen	11
2.9	Uitleg opdracht	12
2.10	Afsluiting 1 ^e deel	13
2.11	Inleiding	13
2.12	Presentaties	14
3	Gespreksvaardigheden	14
3.1	Inleiding	14
3.2	Programma doornemen	15
	A. GESPREKSVAARDIGHEDEN	
3.3	Vorbereiding van het gesprek	15
3.4	Gesprekstechnieken tijdens de voorlichting	17
3.5	Oefenen aan de hand van een rollenspel	24
	B. MOTIVERENDE GESPREKSVOERING	
3.6	Inleiding motiverende gespreksvoering	24

3.7	Voorwaarden voor verandering	24
3.8	Stadia van gedragsverandering	25
3.9	Oefening stadia van gedragsverandering	26
3.10	Gebruik van motiverende gespreksvoering aan de <i>stand</i>	27
3.11	Rollenspel (1) aan de hand van casuïstiek	27
3.12	Strategieën van motiverende gespreksvoering	28
3.13	Rollenspel (2) aan de hand van casuïstiek	31
4	Leerpunten, evaluatie en afsluiting	31
4.1	Post-test	31
4.2	Leerpunten en evaluatie	32

Deel 1 Introductie

1 Inleiding

De training voor peer-educators bestaat uit twee onderdelen. Het eerste onderdeel gaat over kennis over middelen en het tweede gedeelte van de training heeft betrekking op gespreksvaardigheden waarin een onderdeel is opgenomen over motiverende gespreksvoering. Dit draaiboek geeft een beschrijving van de training. Per onderdeel wordt aangegeven wat het doel en de tijdsduur van de verschillende onderdelen en oefeningen zijn. Tevens wordt aangegeven welke materialen nodig zijn en welke instructies gegeven moeten worden om elk onderdeel goed te kunnen trainen.

2 Inhoud van de training

Deelnemers van de training zijn geselecteerde peers uit de doelgroep van het Unity project¹. Zij zullen na het afronden van de training als peer-educators voorlichting geven aan en gesprekken voeren met jongeren die tijdens dansevenementen de Unitystand bezoeken. Naast theoretische kennis en informatie over middelen bestaat de training uit het oefenen van de vaardigheden die vereist zijn om het protocol te kunnen uitvoeren. Eindtermen van de training zijn de volgende:

Algemeen

1. Ze beschikken over goede communicatieve vaardigheden
2. Ze beschikken over correcte basiskennis over middelen
3. Ze kunnen effectief in een team werken
4. Ze hebben kennis van de mogelijkheden om peers met problemen te steunen en door te verwijzen

1. Kennis over middelen

1. Ze beschikken over kennis over de prevalentie van druggebruik onder jongeren en in de *dance-scene*
2. Ze beschikken over goede en correcte basiskennis van verschillende soorten drugs, over de onderverdeling in drugs, de werking ervan en de risico's
3. Ze beschikken over kennis over combinatiegebruik en de risico's hiervan
4. Ze beschikken over uitgebreide kennis over populaire middelen (XTC, cocaïne, cannabis, speed, GHB, alcohol)
5. Ze beschikken over kennis over de werking van populaire middelen op de hersenen
6. Ze kennen de verschillende fasen van gebruik en herkennen deze ook
7. Ze kennen de basisprincipes en vaardigheden van EHBD en kunnen deze toepassen

¹ De doelgroep van Unity is het dans en uitgaanspubliek in Nederland. Unity richt zich voornamelijk op de groep in de leeftijd van ± 16 tot 35 jaar die alcohol en/of andere drugs gebruiken, met name in het dancecircuit.

2. Gespreksvaardigheden

1. Ze kunnen inschatten in welk stadium van het veranderproces een bezoeker van de *stand* zich bevindt
2. Ze kunnen de juiste, vriendelijke, niet-moraliserende en niet-confronterende houding ten toon spreiden
3. Ze beschikken over de juiste communicatieve vaardigheden om goede voorlichting te geven
4. Ze hebben kennis van de principes van motiverende gespreksvoering
5. Ze kunnen goed (actief) luisteren

Aan het begin en aan het einde van de training wordt een kennistest gemaakt door de deelnemers aan de hand waarvan aan het einde van de training bekeken kan worden of de deelnemer voldoet aan de eindtermen.

3 De trainers

Het verdient aanbeveling de training te geven met op z'n minst twee trainers. De onderdelen kennis over middelen en het onderdeel gespreksvaardigheden worden elk door een andere trainer gegeven. Daarnaast is het van belang iemand als coördinator van de training aan te stellen. De coördinator heeft onder andere als taak de training te organiseren. De trainer van het onderdeel kennis over middelen moet over accurate kennis beschikken. De trainer van het onderdeel gespreksvaardigheden moet ervaring hebben met trainingen gesprekstechnieken en moet de training 'motiverende gespreksvoering' succesvol hebben afgerond. De trainers moeten in staat zijn om:

1. de principes van motiverende gespreksvoering als trainer toe te passen
2. een introductie te geven bij de start van het trainingsonderdeel welke een prettig en goed werkklimaat creëert
3. de verschillende onderdelen van dit protocol te presenteren en uit te leggen
4. 'Boven de stof te staan'
5. een plenaire discussie te begeleiden en structureren
6. op een interactieve wijze een training te geven
7. om te gaan met weerstand in de groep
8. de tijd te structureren
9. een rollenspel op te zetten, te begeleiden en feedback te geven
10. de training te evalueren en af te sluiten

Het is belangrijk dat de trainer zich realiseert dat hij of zij een rolmodel is. De wijze waarop de trainer de training geeft (omgaat met weerstand in de groep, de tijd structureert, afwijkt van het programma indien dat noodzakelijk is) laat zien hoe omgegaan wordt met het protocol en de attitude die daarbij hoort.

4 Materialen

De materialen die nodig zijn voor het uitvoeren van deze training zijn:

- Sheets
- PowerPoint bestand
- Casussen en rollenspellen
- Hand-outs
- Pre-test en post-test
- Evaluatieformulier

Verder zijn nodig:

- Overheadprojector
- Laptop en beamer
- Flap-over / white-board, viltstiften
- Genoeg ruimte
- Eventueel naambordjes

Deel 2 Draaiboek voor de training

DAGDEEL 1

Tijd: (15 min)

Inloop en koffie

1 Inleiding van de training

Tijd: (30 min)

Trainer:

1.1 Inleiding

Doel:

Goede samenwerkingsfeer creëren en het project toelichten

Materialen:

> Sheet 1. Doelstellingen: op sheet staan doelstellingen van het project

- Heet alle deelnemers welkom en stel jezelf als trainer voor. Laat eventueel de co-trainer(s) zichzelf voorstellen.
- Introductie en outline van het project: Wat is Unity, geschiedenis, etc.
- Leg kort uit wat de doelgroep is die Unity wil bereiken.
- Presenteer de doelstellingen van het Unity project aan de hand van sheet 1

1.2 Kennismakingsrondje

Doel:

Kennismaking, verwachtingen van de training

Materialen:

> naambordjes, flap-over

- Vraag alle deelnemers zichzelf voor te stellen aan de hand van het volgende (per persoon ongeveer 1 à 2 minuten), geef ze een leeg A4-tje en laat ze een naambordje maken en neerzetten:
 - Naam en leeftijd
 - Opleiding/werk
 - Uitgaan/muziekstijl
 - Hoe in contact gekomen met Unity
 - Eventuele ervaringen met Unity en drugs
 - Verwachtingen van de training
- Bespreek tevens wat de deelnemers denken dat hun allemaal kan overkomen, waar ze tegenop zien, waar twijfelt men over.
- Bedank de deelnemers en geef aan het einde van het rondje een korte samenvatting waarin de meest opvallende zaken genoemd worden.
- Vraag de deelnemers om het naambordje goed te bewaren gedurende de training en telkens neer te zetten.

1.3 Gedrags- en huisregels

Doel:

Het duidelijk maken van de gedrags- en huisregels

Materialen:

> Sheet 2. Gedragsregels: de gedragsregels van Unity

> Sheet 3. Huisregels: sheet met regels wat niet kan of mag bij Unity

- Noem aan de hand van de sheets de gedragsregels en de huisregels. Leg uit dat deze zeer belangrijk zijn om te onthouden en dat bij overtreding van de huisregels onmiddellijke schorsing voor onbepaalde tijd plaatsvindt.

1.4 Programma doornemen

Doel:

Structuur van de training laten zien

Materialen:

> Sheet 4. Programma: uitleg van het programma van vandaag en van de tweede trainings dag met tijden en pauzes

- Geef kort aan dat het om een tweedaagse training gaat en dat er twee onderdelen te onderscheiden zijn: (1) Kennis over middelen en (2) Gespreksvaardigheden, en dat alle onderdelen van de training zeer belangrijk zijn voor het geven van goede voorlichting.
- Neem het programma van de training door aan de hand van de sheet
- Leg daarbij uit wat het doel is van de training
- Geef aan dat de inhoud van de training gebaseerd is op wetenschappelijke kennis omtrent middelen en gesprekstechnieken
- Beantwoord eventuele vragen
- Vertel dat de deelnemers tijdens de training altijd vragen mogen stellen

1.5 Pre-test

Tijd: (10 min)

Doel:

Het testen van de kennis van de peer-educators om later vooruitgang te kunnen testen

Materialen:

> De pre-test

- Deel de pre-test uit aan de deelnemers. Vraag de deelnemers hun naam op de pre-test te schrijven en de test in te vullen. Het is belangrijk dat ze dit zelf doen. Er mag dus niet overlegd of gesproken worden tijdens het invullen van de pre-test.
- Maak duidelijk dat het geen toets of examen is en dat je er dus ook geen onvoldoende voor kunt halen. Vertel dat ze aan het einde van de training nog een keer een test in moeten vullen en dat het is bedoeld om te testen of ze iets hebben opgestoken van de training.

2 Kennis over middelen

Trainer:

2.1 Inleiding

Tijd: (5 min)

Doel:

(Indien nieuwe trainer) goede samenwerking creëren en toelichting van dit onderdeel

Materialen:

> Hand-outs

- (Indien nieuwe trainer) Heet alle deelnemers welkom en stel jezelf als trainer voor. Laat eventueel de co-trainer(s) zichzelf voorstellen.
- Laat de deelnemers zichzelf kort voorstellen en het naambordje voor zich neer zetten

- Deel voorafgaand aan de presentatie de hand-outs uit
- Leg uit dat dit eerste deel van de training gaat over kennis over middelen en welke onderdelen aan de orde komen aan hand van de sheet

2.2 Driedeling drugs

Tijd: (10 min)

Doel:

Huidige kennis van de deelnemers inventariseren

Materialen:

> flap-over

> Sheet 5. Driedeling drugs: de driedeling van drugs in illegaal, legaal en medicinaal plus de definitie van wat een drug is.

- Vraag aan de deelnemers waar ze aan denken bij het woord 'drugs': Schrijf steekwoorden op de flap-over. Niets is fout, alles kan; het gaat om de associatie.
- Laat na ongeveer 5 minuten de sheet zien en leg uit dat er een driedeling gemaakt kan worden in drugs: Legaal, Illegaal, Medicinaal
- Bespreek vervolgens de officiële definitie van drugs

2.3 Eigen gebruik en prevalentie

Tijd: (10 min)

Doel:

Idee krijgen van het eigen gebruik van de deelnemers en het laten zien van de prevalentiecijfers om broodje aap verhalen te ontkrachten

Materialen:

> Sheet 6. Cijfers gebruik totale bevolking

> Sheet 7. Cijfers gebruik van uitgaanders tussen 16-35 jaar

> (Sheet 8. Gebruik uitgaanders voor specifieke regio indien bekend)

- Vraag aan de deelnemers of ze allemaal willen gaan staan. Ga zelf ook staan.
- Stel vervolgens de vraag : "Wil iedereen die de volgende drugs in de laatste maand heeft gebruikt gaan zitten?". Begin dan met het opnoemen van de meest heftige drug en noem steeds een iets minder heftige drug op. Je kunt je bijvoorbeeld houden aan het volgende lijstje:

Heroïne - LSD - Cocaïne - XTC - wiet/hash - alcohol - sigaretten - koffie/thee - chocola

- De trainer(s) doen zelf ook mee en zijn eerlijk over het eigen gebruik
- Neem vervolgens de sheets met de prevalentiecijfers van het druggebruik van de gehele Nederlandse bevolking, licht deze toe en bespreek deze.
- Vervolgens breng je de cijfers van de (Amsterdamse) bevolking en die van de uitgaanders (Antenne) aan de orde.

2.4 Schadelijkheid en drugs, set, setting

Tijd: (10 min)

Doel:

Nagaan hoe de deelnemers over de middelen denken en laten zien dat de mate van schadelijkheid op verschillende wijze kan worden opgevat

Materialen:

> Sheet 9. Risk assessment model: model van Russell Newcombe (1999) die laat zien hoeveel mensen zijn overleden aan verschillende activiteiten, waaronder gebruik van verschillende soorten drugs

> Sheet 10. Veiligheidsmarge vs afhankelijkheidspotentieel: model van Van der Stel (1999) die veiligheidsmarge en afhankelijkheidspotentieel per middel laat zien.

> Sheet 11. Drugs, set, setting: sheet met driehoek met op elke punt een van de woorden drugs, set, setting

- Schrijf op de flap-over de volgende middelen:
Tabak - XTC - Alcohol - LSD - Cannabis - Heroïne
- Vraag de deelnemers deze middelen op volgorde van schadelijkheid op een papertje te zetten. Vraag of ze dit voor zichzelf willen doen, zonder te overleggen en of ze ook willen nadenken over de vraag waarom ze deze volgorde aanhouden.
- Wanneer de deelnemers klaar zijn vraag je aan enkele deelnemers hun rijtje op te noemen en daarbij hun argumentatie te geven. Maak duidelijk dat er geen goed of fout antwoord is.
- Vraag aan de deelnemers of er nog iemand is die een andere volgorde heeft
- Wanneer alle volgordes aan de orde zijn gekomen, vertel je dat er verschillende manieren zijn om schadelijkheid op te vatten. Laat sheet 9 en 10 zien en geef uitleg bij de modellen.
- Laat vervolgens de sheet over drug, set, setting zien en geef een toelichting

KOFFIEPAUZE

Tijd: (10 min)

Doel: Koffie halen en naar de wc

2.5 Fasen van gebruik

Tijd: (10 min)

Doel:

Uitleg van de verschillende fasen van druggebruik

Materialen:

> Sheet 12. Fase en functie van gebruik: sheet met de verschillende fasen van gebruik, kennismaking/experimenteren, sociaal of recreatief gebruik, gewoontegebruik, excessief gebruik, verslaafd gebruik.

- Loop de sheet langs en leg de verschillende fasen en functies toe

2.6 Soorten drugs

Tijd: (40 min)

Doel:

Kennis inventariseren, kennis vergroten, teambuilding

Materialen:

> Sheet 13. Ster upper/downer/tripper: ster met boven in de punt het woord uppers, en op de onderste punten de woorden downers en trippers

> Post-it's met alle middelen (tabak, alcohol, cannabis, cocaïne, speed, GHB, LSD, pado's, ketamine, MDMA, MDA, MDEA, 2cb, heroïne etc)

> Sheet 14-19: uitleg uppers, downers, trippers: sheet bevat per categorie uitleg over wat het inhoudt en wat de belangrijkste effecten van deze categorie middelen zijn. Daarnaast per categorie de belangrijkste middelen.

> Sheet 20-29: middelen: sheets van de middelen alcohol, ketamine, heroïne, GHB, pado's, cannabis, cocaïne, speed, LSD, XTC. Per middel kort de werking, effect, manier van gebruik, recreatieve dosis, korte termijn en lange termijn risico's

- Projecteer ster op de muur (verschil tussen uppers, downers en trippers)
- Leg uit dat je post-it's hebt met daarop allerlei middelen. In deze oefening moeten de deelnemers de verschillende post-it's op de juiste plek op de flap-over plakken
- Vraag de deelnemers bij de flap-over te komen staan
- Geef telkens een post-it met een middel en vraag aan de deelnemers deze op te plakken
- Wanneer alle post-it's opgeplakt zijn leg je uit wat de verschillende soorten zijn, wat precies de verschillen zijn etc. aan de hand van de sheets. Geef steeds eerst een uitleg van het soort middel en dan de middelen die daar onder vallen.
- Daarna loop je kort de belangrijkste middelen na. Vraag bij elk middel kort of iemand het heeft gebruikt en hoe hij/zij het effect zou omschrijven. Geef daarna uitleg van werking, effect, manier van gebruik, recreatieve dosis, korte termijn en lange termijn risico's

2.7 Combigebruik en risico's

Tijd: (20 min)

Doel:

Kennis vergroten

Materialen:

> Sheets 30. Combigebruik: algemene sheet over combigebruik die uitlegt dat er weinig onderzoek is gedaan naar combinatie van middelen en dat het niet alleen effecten optellen is maar ook onvoorspelbaar kan zijn.

> Sheet 31-37. Per categorie de risico's bespreken: uppers + uppers, trippers + trippers, downers + downers, uppers + downers, uppers + trippers, downers + trippers en uppers + downers + trippers

- Leg aan de hand van sheet 30 uit dat er nog maar weinig onderzoek gedaan is naar het mixen van verschillende middelen en dat er nog maar weinig bekend is over de risico's en effecten hiervan.
- Vertel verder dat het niet alleen het optellen van effecten is wanneer je middelen mixt maar dat het mixen van middelen ook onvoorspelbare effecten met zich meebrengt.
- Noem vervolgens van de verschillende combinaties de mogelijke risico's aan de hand van de sheets 31-37.
- Beantwoord eventuele vragen.

PAUZE

Tijd: (40 min)

Doel: Lunchen

2.8 Presentatie drugs en de hersenen

Tijd: (90 min + 10 min pauze)

Doel:

Kennis vergroten over drugs en de werking van drugs in de hersenen

Materialen:

> Sheet 37. Tekening van een hersencel met cellichaam, receptoren, dendriet, axon en axonuiteinde

> Sheet 38. Tekening van ketting van hersencellen met een cirkel om de synaps

> Sheet 39. uitvergroete tekening van synaps met axon uiteinde van de ene cel en dendriet van de andere cel. Schematische voorstellingen van transporters en receptoren en neurotransmitters

> Een pen of muis waarmee op de sheets getekend kan worden

- Vraag aan de deelnemers of zij de hand-outs voor zich willen nemen en dat zij aantekeningen kunnen maken indien mogelijk. Alle informatie die op de sheets staat, staan ook op de hand-outs. De informatie krijgen de deelnemers na afloop van de training mee naar huis in de informatiemap. Maak duidelijk dat het belangrijker is dat de deelnemers goed luisteren en goed begrijpen wat de trainer vertelt in plaats van dat ze alles proberen op te schrijven en daardoor de helft missen.
- Vertel aan de hand van de sheets wat de invloed is van drugs op het lichaam en op de hersenen. Doe dit zo duidelijk en simpel mogelijk, het is een moeilijk onderwerp. Op de sheets kunnen de verschillende drugs schematisch worden ingetekend om te laten zien hoe zij werken op de hersenen.
- Het is bij dit onderwerp zeer belangrijk dat de deelnemers in de gelegenheid gesteld worden om vragen te stellen.
- De volgende onderwerpen moeten aan bod komen:

- Hoe werken de hersenen
- Neurotransmitters
- Hoe werkt XTC?
- Hoe werkt speed?
- Hoe werkt cocaïne?
- Hoe werkt ephedra?
- Hoe werken psychedelica?
- Hoe werkt cannabis?
- Hoe werkt heroïne?
- Hoe werkt alcohol?
- Veroorzaakt XTC hersenschade?

Drugs in het lichaam:

- Leg aan de hand van de sheets uit op welke neurotransmitters de middelen: XTC, cocaïne, speed, GHB, alcohol, cannabis en heroïne voornamelijk werken en hoe die werking eruit ziet.
- Leg aan de hand van de sheets uit wat er bekend is uit wetenschappelijk onderzoek en hersenschade.

KOFFIEPAUZE (Na 45 min. presentatie)

Tijd: (10 min)

Doel: Koffie halen en naar de wc

2.9 Uitleg opdracht

Tijd: (15 min)

Doel:

Kennis vergroten en presentatie-technieken vergroten

Materialen:

> Sheet 40. Uitleg huiswerkopdracht

- Deel de opdracht uit aan de deelnemers
- Deel de groep op in kleine subgroepjes van 2 à 3 personen, afhankelijk van de grootte van de groep.
- Geef ieder subgroepje een middel uit het lijstje: alcohol, cannabis, XTC, cocaïne, speed, GHB (het liefst 6 groepjes zodat alle middelen aan bod komen)
- Leg de huiswerkopdracht uit:
Ze moeten in de namiddag/avond zoveel mogelijk informatie die ze weten of in de trainingsmap kunnen vinden, over dat middel verzamelen. Bij het vinden van de informatie moeten ze zich concentreren op de volgende onderwerpen:
 - Bijnamen
 - Kosten van het middel
 - Manieren van inname

- Recreatieve dosis/ fatale dosis
- Lange termijn effecten/risico's
- Verslavingskans
- *Harm reduction* en tips voor veilig gebruik

Aan de hand van deze onderwerpen moeten de deelnemers een sheet maken. Het is de bedoeling dat ze de volgende dag hun bevindingen kort presenteren aan de groep.

- Beantwoord eventuele vragen

2.10 Afsluiting eerste deel

Tijd: (15 min)

Doel:

Afsluiting van de dag

- Vertel dat dit het einde van dit eerste gedeelte van de training is.
- Vraag of iedereen kort wil vertellen van deze eerste dag en of ze wat geleerd hebben.
- Vat het rondje samen, bedank de deelnemers voor hun aandacht en sluit de training af.
- Leg uit dat het de bedoeling is dat ze nu aan hun huiswerkopdracht werken.
- Maak het programma voor de avond duidelijk (eettijden en eventueel sociaal programma).

DAGDEEL 2

Tijd: (15 min).

Inloop en koffie

2.11 Inleiding

Tijd: (10 min)

Doel:

Structuur van de training laten zien

Materialen:

> Sheet 41. Programma van vandaag

- Heet alle deelnemers welkom.
- Kom kort terug op de onderwerpen van de vorige dag en inventariseer of er nog vragen zijn en beantwoordt deze. De volgende onderwerpen zijn aan bod gekomen:
 - Driedeling drugs
 - Eigen gebruik en prevalentie
 - Schadelijkheid en drugs/set/setting
 - Fasen van gebruik
 - Soorten drugs
 - Combigebruik en risico's

2.12 Presentaties

Tijd: (60 min, 6x 5 min presentatie + 6 x 5 min opmerkingen trainer)

Doel:

Presentatietechnieken oefenen en kennis testen

Materialen:

> Eigen gemaakte sheets van deelnemers

- Dit is het moment waarop de verschillende subgroepjes hun presentatie gaan houden. Noem een middel op en dan kan het groepje dat dit middel heeft voorbereid, en aan de hand van de gemaakte sheet een presentatie van 5 minuten houden. Ze mogen de presentatie alleen of met z'n tweeën of drieën houden.
- Na afloop van iedere presentatie kunt u de informatie aanvullen of eventueel verbeteren. Het is de bedoeling dat u dieper ingaat op de werking van het middel op de hersenen en uitkomsten van recent onderzoek presenteert.
- Na de presentatie mogen de deelnemers vragen stellen en is er ruimte voor een korte discussie.
- Indien de groep deelnemers klein is waardoor niet alle middelen aan bod zijn gekomen geeft de trainer over dit middel een presentatie.

KOFFIEPAUZE

Tijd: (10 min)

Doel: Koffie halen en naar de wc

3 Gespreksvaardigheden

Trainer:

Materialen:

- Voor dit onderdeel van de training is het de bedoeling om een prototype van de *stand* op te bouwen met alle normaal op de *stand* liggende materialen zoals kennisquizen, folders en snoep.

3.1 Inleiding

Tijd: (5 min)

Doel:

Goede samenwerkings sfeer creëren

Materialen:

> Naambordjes, hand-outs

- Heet alle deelnemers welkom en stel jezelf als trainer voor. Laat eventueel de co-trainer(s) zichzelf voorstellen.
- Laat de deelnemers zichzelf kort voorstellen en het naambordje voor zich neer zetten.

- Deel de hand-outs uit. Vertel dat alleen de informatie die niet op sheet staat zou kunnen worden opgeschreven.
- Uitleg van het kader van deze training. Belang van het hebben van de juiste gespreksvaardigheden.
- Geef aan dat in de meeste gevallen de nadruk ligt op het geven van informatie en eventuele praktische richtlijnen om risico's van gebruik te verminderen, maar dat in wat meer problematische gevallen een minimale interventie tot de mogelijkheden behoort. In die gevallen kan men iemand motiveren tot verandering van gebruik door middel van de juiste gesprekstechnieken. Dit komt in de training terug in het gedeelte motiverende gespreksvoering.

3.2 Programma doornemen

Tijd: (10 min)

Doel:

Structuur van dit trainingsonderdeel laten zien en voorbereiden op rollenspel, bereidheid vragen om te oefenen en *stand* uitleggen

Materialen:

> De opgebouwde *stand*

- Doorloop kort het programma van de training.
- Leg uit dat de nadruk zal liggen op het oefenen van de technieken. Geef aan dat dit zal worden gedaan door middel van casussen en rollenspellen. Dit biedt de mogelijkheid om met de vaardigheden en technieken te oefenen. Geef aan dat een rollenspel eng gevonden kan worden en dat er daarom voor gekozen is om in kleine groepjes te werken. Het gaat er niet om een perfect gesprek neer te zetten, maar te oefenen met de technieken. Vraag bereidheid om tijdens de training actief aan de slag te gaan en te oefenen in het rollenspel.
- Uitleggen wat er zoal op de *stand* ligt en wat de peers daarmee moeten. Leg uit dat de kennisquizen bedoeld zijn om een gesprek aan te knopen en leg de verschillende flyers uit.

A. GESPREKSVAARDIGHEDEN

3.3 Voorbereiding van het gesprek

Tijd: (10 min)

Doel:

Duidelijk maken wat belangrijke punten zijn ter voorbereiding van de voorlichting

Materialen:

> Sheet 42. Voorbereiding, met de punten: weet wat je wilt bereiken, ken je informatie, zorg voor aanvullende informatie, oefen gesprekstechnieken, ken je eigen sterke en zwakke kant.

- Ga aan de hand van de sheet de verschillende punten af.

Weet wat je wilt bereiken

- Leg uit dat het belangrijk is dat de deelnemers de doelen van Unity goed kennen, en dat ze geen eigen doelen en verhalen verzinnen. Dit kan immers dwars tegen de boodschap van Unity ingaan en zelfs averechts werken. Vertel dat ze tijdens de inleiding van de training een hand-out gekregen hebben met deze doelen en dat het belangrijk is dat ze deze na afloop van de training regelmatig doornemen.

Ken je informatie

- Vertel de deelnemers dat het belangrijk is dat ze weten waar ze het inhoudelijk over hebben. Indien ze iets niet weten mogen ze geen dingen verzinnen en moeten ze altijd eerlijk zijn tegenover zichzelf en de ander wanneer ze iets niet (zeker) weten. Leg de deelnemers uit dat ze geen experts zijn op het gebied van alle informatie.
- Het is belangrijk om een balans te vinden tussen het geven van te veel informatie en de zekerheid dat de peer-educators zelfverzekerd zijn over hun eigen kennis. Het kan zijn dat nieuwe peer-educators bezorgd zijn over of ze wel genoeg weten over drugs, met name over een groot aantal soorten drugs, en dat ze geen antwoord zullen hebben op de gestelde vragen. Maar in werkelijkheid zullen de meeste vragen aan de *stand* te maken hebben met alcohol, tabak, cannabis, XTC, cocaïne en speed. Belangrijker is het dat de peer-educator weet hoe hij of zij toegang krijgt tot informatie en hoe hij of zij kan vaststellen wat de kwaliteit van de informatie is. Op deze manier kan men een bezoeker van de *stand* doorverwijzen naar de juiste informatiebron, zoals een andere peer-educator, peer-coach of een website waar men het antwoord op de vraag kan vinden. Het is verder belangrijk dat ze zich realiseren dat het OK is wanneer ze een antwoord niet hebben.

Zorg voor aanvullende informatie, weet wanneer je het kunt gebruiken

- Vertel de deelnemers dat ze zich regelmatig op de hoogte moeten stellen van de aanwezige flyers en dat ze deze ook actief moeten uitdelen als ondersteuning van hun verhaal. Het is namelijk mogelijk dat er wijzigingen zijn in de vragenlijsten of flyers en hier moeten ze altijd van op de hoogte zijn.

Oefen de gesprekstechnieken

- De deelnemers van de training kunnen als goede voorbereiding voor het gesprek aan de *stand* de technieken die later in dit gedeelte behandeld worden voor zichzelf oefenen. Zo kunnen ze de technieken uitproberen in gesprekken met familie of vrienden. Leg daarnaast uit dat het ook een goede oefening kan zijn om interviews en dergelijke op televisie te bekijken vanuit het perspectief van gesprekstechnieken.

Ken je eigen sterke en zwakke kanten

- Leg de deelnemers uit dat het belangrijk is om de eigen sterke en zwakke punten te kennen. Vertel dat de één bijvoorbeeld beter kan vertellen en dat de ander misschien sterk is in luisteren. Men beheerst sommige onderwerpen beter dan de andere. Zo kan een gesprek te persoonlijk worden of iemand stelt zich beledigend op. Van belang is dat men weet waar de eigen grenzen liggen en dat men hier niet overheen gaat. Dit is beter voor de deelnemer zelf, de groep en degene aan wie wordt voorgelicht.

3.4 Gesprekstechnieken tijdens de voorlichting

Tijd: (50 min)

Doel:

Het leren en eigen maken van een aantal belangrijke gesprekstechnieken

Materialen:

- > Sheet 43. Non-verbale en verbale communicatie: uitleg wat verbale (actief luisteren, informatieoverdracht) en wat non-verbale communicatie (houding, mimiek) is.
- > Sheet 44. Informatieoverdracht en ruis.
- > Sheet 45. Leiding geven en afkappen.

- Leg uit dat er verschillende gesprekstechnieken zijn en dat in deze training de belangrijkste technieken besproken en geoefend worden. Aan de hand van de sheet worden de verschillende punten toegelicht. De toelichting staat hieronder per punt weergegeven.

1. Non-verbale communicatie

Bij non-verbale communicatie gaat het om communicatie zonder woorden. Bij dit onderdeel gaat het voornamelijk om de lichamelijke houding en de mimiek, oftewel de gezichtsuitdrukking. Een actieve, open en geïnteresseerde houding is van groot belang bij succesvolle voorlichting. Dit kan bereikt worden door actief rechtop te staan en iemand enthousiast aan te kijken. Als de peer-educator zelf enthousiast kijkt terwijl hij of zij voorlicht zal de ander al snel meer interesse in de boodschap tonen. Door op de houding en de mimiek van de ander te letten kan de peer-educator ook beter inschatten of iemand de uitleg begrijpt en of hij of zij werkelijk geïnteresseerd is.

2. Verbale communicatie

Actief luisteren

Goede voorlichting begint eigenlijk bij luisteren. Als de peer-educator weet waar iemands gebrek aan kennis ligt of wat iemand wil weten, is het een stuk makkelijker om de boodschap aan te passen. Het is van belang hier aan te geven dat er een groot verschil is tussen horen en luisteren. Horen is het waarnemen van geluid en (actief) luisteren gaat een stap verder. Luisteren is het waarnemen van geluid, dit vervolgens tot je door laten dringen en beseffen waar het over gaat (of juist niet). Tijdens de

voorlichting is het belangrijk om actief te luisteren en goed te weten wat de ander vertelt of vraagt.

Reflectief luisteren (spiegelen)

Reflectief luisteren is de meest krachtige manier om de bezoeker van de *stand* te laten merken dat je hem of haar volgt en begrijpt. Bij reflectief luisteren kan men de inhoud van dat wat de bezoeker heeft gezegd weergeven door herhaling of door te parafaseren. Door te herhalen wat de bezoeker zegt wordt hij of zij geconfronteerd met wat hij of zij zelf zegt en wordt vervolgens gedwongen weer over de opmerking na te denken. Vaak geeft iemand dan aanvullende informatie, of gaat iemand nuanceren. De bezoeker moet wel altijd in de gelegenheid worden gesteld om te corrigeren.

Voorbeeld:

“In het weekend slik ik vaak een pilletje en drink ik alcohol en doordeweeks drink ik alleen.”

Reactie: “Je zegt dus dat je iedere dag alcohol drinkt.”

Vragen stellen

Het stellen van vragen geeft informatie over de bezoeker: wat vindt hij of zij belangrijk, waar zitten de misverstanden of waar ontbreekt informatie, staat iemand open voor informatie en welke manier van uitleggen past het best bij deze persoon? Er zijn verschillende soorten vragen, namelijk open en gesloten vragen.

Open vraag

Bij een open vraag wordt het antwoord helemaal ingevuld door de gesprekspartner.

Voorbeeld:

Wat wil je weten over drugs?

Welke soorten drugs heb je gebruikt?

Het is een goede methode om het gesprek te beginnen met een open vraag en vervolgens goed (actief) te luisteren naar wat de bezoeker wil weten of waar de bezoeker mee zit.

Gesloten vraag

Bij een gesloten vraag ligt het antwoord van tevoren vast in de vraag.

Voorbeeld:

Heb je wel eens gesnoven? (antwoord ja/nee)

Hou je meer van cannabis of alcohol?

Suggestieve vraag

Bij een suggestieve vraag wordt het antwoord door de manier van vragen gestuurd.

Voorbeeld:

Blow jij ook om relaxed te worden?

Moet je misschien professionele hulp zoeken?

Controle vraag

Alle vragen kunnen gebruikt worden als controle vragen. Het zijn vragen waarmee nagegaan wordt of alles goed is overgekomen, zowel van de voorlichter naar de bezoeker als andersom.

Voorbeeld:

Begrijp je wat ik heb uitgelegd?

Klopt het dat...?

Samenvatten

Samenvatten is tijdens de voorlichting zeer belangrijk. Het kan hierbij gaan om het samenvatten van wat de peer-educator zelf zegt, wat de ander zegt of wat gezamenlijk besproken is. Er zijn verschillende redenen om gedurende het gesprek samen te vatten:

- Makkelijker maken om wat besproken is beter te onthouden. Dit wordt makkelijker doordat in de samenvatting de belangrijkste punten worden benoemd en herhaald.
- Afsluiten van een onderwerp en de overgang naar een volgend onderwerp of de afsluiting van een gesprek.
- Controleren of de informatie helder is overgekomen. Let hierbij goed op verbale/non verbale reacties van de gesprekspartner. Ook kan gebruik gemaakt worden van controle vragen om er zeker van te zijn dat de informatie goed is overgekomen en of jouw samenvatting correct is.
- Het behouden van de structuur in het gesprek.

Voorbeeld:

“Klopt het als ik zeg...”

“Kan ik dit samenvatten als...?”

“Ik begrijp dat...”

Een samenvatting kan bestaan uit

- Een korte opsomming van de belangrijkste punten.
 - Het benoemen van eventuele verbanden tussen die belangrijkste punten.
- Wat hebben die punten met elkaar te maken, hoe beïnvloeden ze elkaar?

Niet doen in een samenvatting

- Nieuwe informatie toevoegen. Dit leidt af van de punten waar het juist om gaat.
- Conclusies trekken.
- Blijf bij de feitelijke inhoud, geef geen subjectieve interpretatie of mening.

Voorbeeld:

“Als ik een slechte dag heb gehad op mijn werk stap ik het liefst op mijn fiets om meteen naar de coffeeshop te rijden. Daar koop ik dan een grammetje skunk, draai een lekkere joint en babbel een beetje met mijn maten uit de shop. Als het lekker gaat op mijn werk, ga ik meestal naar huis om eerst wat te eten.”

Voorbeeld gekleurde samenvatting:

“Doordat je een slechte dag hebt, blow je meer en eet je slechter”

Voorbeeld neutrale samenvatting:

“Op een slechte dag op je werk rook je een joint. Op dagen dat het lekker gaat ga je thuis eerst wat eten.”

3. Informatieoverdracht

- Leg uit dat wanneer het doel van de voorlichting onder andere is het overbrengen van informatie, met de volgende punten rekening gehouden kan worden.

Basisvaardigheden*Articulatie*

Duidelijk spreken maakt dat de ander je makkelijker kan verstaan. Dit is zeker van belang wanneer op de achtergrond muziek klinkt waar bovenuit gepraat moet worden. Bij duidelijke articulatie heeft men minder volume nodig.

Intonatie

Het gebruik van de stem is ook van groot belang. Het kan veel verschil maken hoe je iets zegt. In tegenstelling tot de pure inhoud wordt vaak meer afgegaan op toonhoogte verschillen, vraagtekens die je met het gebruik van je stem overbrengt etc. Spreek niet constant op één toon maar verander de toonhoogte tijdens het spreken.

Voorbeeld:

Een vragende zin eindigt met een toon die omhoog gaat, een antwoord gaat aan het eind van de zin omlaag.

Tempo

Spreek niet te snel of te langzaam. Let hierbij goed op het tempo van de ander. Als de ander sloom praat, misschien omdat hij of zij stoned is, is de kans groot dat de voorlichter niet te volgen is wanneer er snel gesproken wordt.

Taalgebruik

Pas het taalgebruik aan, aan de gesprekspartner.

- Dit is in een groep peers niet moeilijk maar wel belangrijk om in de gaten te houden.

Inhoudelijk

- Om verwarring te voorkomen zijn deze punten belangrijk om in de gaten te houden.
 - Logische opbouw van het verhaal. Een uitleg wordt makkelijker begrepen als de volgorde van behandelen logisch is. Van het ene punt naar het andere springen is moeilijker te volgen.
 - Benadruk de belangrijkste punten. Dit kunnen de peer-educators doen door te benoemen dat iets belangrijk is of door dingen te herhalen.
 - Maak niet teveel zijsprongen naar andere onderwerpen. Dit kan erg afleiden. Soms kan een voorbeeld van een ander onderwerp wel verduidelijkend werken maar let op dat de nadruk daar niet op komt te liggen. Blijf bij het onderwerp waar het echt om gaat.
 - De peer-educator moet de grenzen van zijn of haar kennis kennen en hier eerlijk over zijn naar henzelf en de ander.

4. Ruis

Leg uit dat allerlei dingen invloed hebben op hoe alles wat verteld wordt overkomt op de ander. Een boodschap die verkeerd wordt overgebracht verandert op de dansvloer al snel in een ‘broodje aap’. Er kan onderscheid gemaakt worden tussen interne en externe ruis.

Externe ruis

Alles wat van buitenaf een belemmering vormt. Lawaai, of bijvoorbeeld dronken vrienden die zich ermee bemoeien. Deze vorm van ruis heeft een negatieve invloed op hoe zuiver het verhaal overkomt.

Interne ruis

Interne ruis zijn factoren die van binnenuit de communicatie bemoeilijken. Voorbeelden van interne ruis kunnen zijn dat iemand zich niet lekker voelt waardoor hij of zij er niet helemaal bij is, of de invloed van het middel dat iemand heeft gebruikt op het moment van de communicatie.

Leg uit dat het op zo'n moment goed is om te bedenken wat de voorlichter wil met het gesprek. Hij of zij moet zich dan afvragen of de boodschap wel bij de persoon aankomt. Wanneer dit niet het geval is, is het beter om het voorlichtingsgesprek af te kappen. Het is mogelijk het gesprek voort te zetten met een ander doel. In dat geval kan men vragen hoe de persoon zich voelt en wat hij of zij gebruikt heeft. In zo'n geval is het belangrijk wel wat foldermateriaal mee te geven zodat de persoon dit thuis nog eens rustig door kan lezen.

Selectief waarnemen heeft ook een flinke invloed op wat wel en wat niet overkomt omdat je geen idee hebt wat de ander wel of niet opslaat. Iemand wil niet altijd horen dat aan pillen slikken een risico is verbonden, zeker niet als je er tien op hebt.

Ruis kan beperkt worden door de hiervoor behandelde technieken te gebruiken. Door te vragen om verduidelijking begrijpt de ander de boodschap beter, door samen te vatten, en dan niet gekleurd, kan gecheckt worden of de ander het begrijpt... etc.

5. Leiding geven aan een gesprek

Doel: Leiding geven

- Leg de deelnemers uit dat het belangrijk is om de leiding van het gesprek te behouden, om de informatie zo goed mogelijk over te brengen. Zo kan de peer-educator bepalen wanneer welk onderdeel aan bod komt en kan eventuele afleiding van het onderwerp zoveel mogelijk worden voorkomen.

Hoe de leiding te behouden

De toekomstige peer-educator kan een aantal dingen doen om de leiding van het gesprek te behouden:

- Goede voorbereiding. Door een goede voorbereiding is de peer-educator zeker van zijn of haar zaak.
- Weet wat je wilt vertellen
- Weet hoe je het wilt vertellen
- Wees zeker of je verhaal inhoudelijk/feitelijk klopt
- Wees overtuigd van het doel dat je voor ogen hebt
- Oefen met enkele voorbeelden van vragen/ /samenvatten etc...
- De peer-educator moet niet teveel informatie in één keer geven. Hiermee kan hij of zij voorkomen dat de aandacht van de ander verslapt. Leg uit dat ze zonnodig een onderdeel af kunnen sluiten door samen te vatten en controlevragen te stellen om vervolgens aan een volgend onderdeel te beginnen.
- Structuur in het verhaal. De peer-educator moet opletten dat hij of zij niet van de hak op de tak springt en zorgt voor een logische opbouw.

- De peer-educator moet in de gaten houden dat hij of zij goed bij doelgroep aansluit tijdens het gesprek.
- Leg uit aan de deelnemers van de training dat ze hierbij moeten letten op verbale en non-verbale communicatie van de ander en van henzelf.

BELANGRIJK:

- Leg uit dat discussies ten alle tijden uit de weg gegaan moeten worden. Dit kan gedaan worden door af te leiden van het onderwerp en niet de aandacht alleen te richten op wie nu eigenlijk gelijk heeft.
- Vertel dat het belangrijk is dat de peer-educators respect tonen voor de mening en informatie van de bezoeker van de *stand*. Leg uit dat ze desnoods kunnen zeggen dat ze het standpunt van de bezoeker begrijpen. Verder moeten ze altijd naar de bron van de informatie die de bezoeker gebruikt vragen. Vervolgens kan benadrukt worden wat de peer-educator te zeggen heeft en waar hij of zij de informatie vandaan heeft. Zo kunnen de peer-educators gebruik maken van hun eigen kennis. Leg uit dat de kans immers groot is dat zij meer kennis in huis hebben en dat zij toegang hebben tot betere bronnen.

6. Afkappen

- Leg uit dat de kans groot is dat iemand zijn of haar hele levensverhaal aan de voorlichter kwijt wil. Daarnaast kan het voorkomen dat iemand een discussie aan wil gaan en in die discussie alleen maar gelijk wil hebben. Tot op een bepaalde hoogte kan de peer-educator hier wel naar luisteren, maar als hij of zij het idee krijgt dat het echt geen zin heeft of de peer-educator heeft er echt geen zin meer in, dan kan het gesprek op de volgende manieren afgekapt worden.

Hoe kap je iemand af

7. Toon begrip voor wat wordt verteld.
8. Benoem jouw belang van het beëindigen van het gesprek. Dit gaat makkelijk als het vol staat voor de *stand*.
9. Verwijs iemand door naar een instantie middels de flyers en leg uit dat daar mensen zitten die veel meer met het verhaal kunnen.
10. Kom je er alleen niet uit, zoek contact met andere peers of de coach.

PAUZE

Tijd: (40 min)

3.5 Oefenen aan de hand van een rollenspel

Tijd: (45 min)

Doel:

Gesprekstechnieken oefenen

Materialen:

> Hand-out met rollenspel

B MOTIVERENDE GESPREKSVOERING

3.6 Inleiding Motiverende gespreksvoering

Tijd: (5 min)

Doel:

Duidelijk maken waar dit onderdeel over gaat

Materialen:

- Leg uit dat de training nu verder gaat met het gedeelte motiverende gespreksvoering. Geef aan dat een groot deel van de technieken die hierbij aan de orde komen reeds besproken zijn. Deze technieken worden nogmaals benoemd en voor nadere uitleg van de techniek wordt verwezen naar de hand-outs van deel 1 van de gespreksvaardigheden. In dit gedeelte wordt de theoretische achtergrond van motiverend gespreksvoering kort uitgelegd, komen de principes en strategieën aan de orde en zal worden uitgelegd hoe deze technieken aan de *stand* gehanteerd kunnen worden.

Uit een aantal studies blijkt dat het voornamelijk effectief is voor cliënten die nog niet klaar zijn om te veranderen of die ambivalent zijn over het veranderen van hun gebruikers patronen. Het doel van motiverende gesprekstechnieken is om ambivalentie te onderzoeken en om cliënten aan te moedigen hun zorgen en hun individuele redenen om te veranderen uit te spreken.

3.7 Voorwaarden voor verandering

Tijd: (5 min)

Doel:

Weten wanneer het mogelijk is om iemand te veranderen

Materialen:

> Sheet 46. Voorwaarden voor verandering: ambivalentie en bereidheid

Ambivalentie en het geven van advies

Ambivalentie is een normale ervaring voor bezoekers met drugs en/of alcohol problemen. Er is vaak een intern conflict over hun gebruik. De vraag daarbij is zowel 'wil ik het wel' als 'kan ik het wel' (eigen-effectiviteit).

Meestal reageert men op ambivalentie met het geven van advies. Hoewel het advies heel goed en logisch is voor de peer-educator, wordt er door de bezoeker vaak op gereageerd met tegenargumenten. Als een bezoeker nog niet klaar is om te veranderen, of er ambivalent over is, op het moment van consultatie, zal advies, in de vorm van openlijk willen overtuigen, de bezoeker in een verdedigende positie duwen.

Bereidheid om te veranderen

Beslissingen om te veranderen maak je vaak niet gemakkelijk. Bezoekers zeggen niet gauw openlijk dat ze hun gedrag willen veranderen. Vaak zijn ze ambivalent over hun gebruik en varieert hun motivatie eer ze een keuze maken. Soms wordt een beslissing genomen, maar ook net zo makkelijk weer teruggedraaid.

3.8 De stadia van gedragsverandering

Tijd: (10 min)

Doel:

Inzicht krijgen in verschillende stadia van verandering

Materialen:

> 11. Sheet 47. Stadia van gedragsverandering van Prochaska en DiClemente: cirkel van Prochaska en DiClemente (1982)

- Leg aan de hand van sheet 47 kort uit wat de verschillende fasen in de veranderings cirkel betekenen. De sheets van dit deel staan ook op de hand-outs die aan de deelnemers zijn uitgereikt aan het begin van de gespreksvaardigheden training. Vraag aan de deelnemers of ze de sheet met de veranderingscirkel voor zich willen nemen.

Fase 1 Voorstadium

De 'happy users'. Ze maken zich geen zorgen om hun gebruik. De voordelen van het gebruik overtreffen de nadelen met gemak. Ze negeren of weigeren te geloven dat hun gedrag schadelijk is. Het individu heeft niet de intentie om het gedrag te veranderen en ziet het gedrag ook niet als problematisch.

Fase 2 Overpeinzing

Deze bezoekers zijn ambivalent over hun gebruik. Ze genieten ervan, maar ervaren ook dat het problemen en kosten met zich meebrengt. Deze groep wil graag dat de problemen verdwijnen, maar dat hun gebruik kan blijven. Het individu is zich er van bewust dat er een probleem is maar hij situeert de problemen buiten zichzelf. Denkt er wel al aan iets aan de problemen te doen. Maar er is aarzeling.

Fase 3 Beslissing

Deze fase begint op het ogenblik dat het individu het besluit heeft genomen om in de nabije toekomst effectief tot een gedragsverandering over te gaan. Het individu maakt plannen en neemt positieve stappen richting de verandering van het gedrag.

Fase 4 Uitvoeren

Het individu gaat over tot actieve verandering van gedrag en zal zelf bepalen hoe, waar en wanneer hij dit doet. Bij succes zal het eigenwaardegevoel van het individu stijgen.

Fase 5 Consolidatie

Deze groep heeft hun gebruik succesvol veranderd en heeft deze verandering voldoende lang volgehouden om te voelen dat ze ex-probleemgebruikers zijn.

Fase 6 Terugvallen

Een eventuele terugval naar het oude gedrag. Dit wordt niet als negatief of als een mislukking bekeken. Het wordt geduid als een belangrijk leermoment om de veranderingscirkel opnieuw te doorlopen en het probleemgedrag te ontleden om er meer inzicht in te krijgen met het oog op de toekomst.

Het is belangrijk om je te realiseren dat mensen zich voor- en achteruit kunnen bewegen in deze fasen. De primaire taak van de peer-educator is om te bepalen in welke fase van verandering de bezoeker zich bevindt en om daar een strategie bij te zoeken die past bij de motivatie van de bezoeker. Als de peer-educator hierin faalt dan is weerstand hoogst waarschijnlijk het gevolg.

Het doel is de motivatie van de bezoeker te vergroten zodat de verandering vanuit de bezoeker komt in plaats van dat hij wordt opgelegd door de peer-educator. Als dit goed gebeurt is de bezoeker degene die met de argumenten komt om te veranderen in plaats van de peer-educator. De bezoeker heeft niet het gevoel dat hem dingen worden opgelegd, ze voelen respect voor hun eigen keuzes en daardoor zal de peer-educator geconfronteerd worden met minder weerstand.

3.9 Oefening ‘Stadia van gedragsverandering’

Tijd: (10 min)

Doel:

Oefenen herkennen stadia van verandering

Materialen:

> Sheet 48: Oefening stadia herkennen: sheet laat uitspraken zien van gebruikers zoals “als ik uitga slik ik altijd”, “ik kap ermee!!”, “ik snuif al jaren niet meer”

- Laat plenair één voor één de uitspraken zien en vraag in welke stadium de persoon zit die deze uitspraken doet. Vraag om uitleg. Het kan namelijk zo zijn dat door uiteenlopende interpretaties de uitspraak in verschillende stadia kan worden ingedeeld.

3.10 Gebruik van motiverende gespreksvoering aan de stand

Tijd: (20 min)

Doel:

Kennis maken met motiverende gespreksvoering. Weten in welke fase de cliënt zit.

Materialen:

> Casus

- Leg aan de deelnemers uit dat tijdens het contact tussen een peer-educator en een bezoeker van de stand we ons met name richten op de eerste twee stadia van de cirkel, namelijk de voorbeschouwing en de overpeinzing. Alleen de gesprekstechnieken die betrekking hebben op deze stadia zullen aan de orde komen.

BELANGRIJK:

de peer-educators zijn geen hulpverleners en er wordt ook niet van hen verwacht dat ze daadwerkelijke gedragsverandering in werking zullen stellen. Het gaat er meer om dat ze iemand kunnen motiveren om over bepaald gedrag na te denken en in sommige gevallen iemand in een eerste fase van problematisch gedrag kunnen laten inzien dat het gedrag problematisch is.

- De allereerste stap is dat de peer-educator kan inschatten in welk stadium van gedragsverandering de bezoeker zich bevindt. De peer-educatie strategie en de te hanteren gesprekstechnieken kunnen zo worden afgestemd op de mogelijkheid en de bereidheid van de bezoeker van de stand om te veranderen. Dit is soms lastig maar kan door het stellen van de juiste vragen en door goed actief te luisteren ingeschat worden. Bovendien is het van belang om te achterhalen of de bezoeker überhaupt wel gebruikt. De nadruk leggen op de motivatie tot verandering is namelijk alleen relevant in het geval van (problematische) gebruikers en niet in het geval van niet-gebruikers of ex-gebruikers. Het veranderen en de motivatie tot het veranderen van gedrag is afhankelijk van het huidige alcohol en/of druggebruik en van de bereidheid om bepaalde aspecten van het gebruikersgedrag te wijzigen.

3.11 Rollenspel 1 aan de hand van de casuïstiek

Tijd: (20 min)

Doel:

Vaststellen van de fase waarin een bezoeker zich bevindt.

Materiaal:

> Casus 1, 2, 3 met verschillende fasen van gebruik

- Maak drietallen. Drie rollen: peer, bezoeker en observator. Ieder groepje krijgt casus 1, 2 en 3. Een ieder van het drietal krijgt een casus en de anderen mogen deze niet lezen. Deze casus beschrijft de rol die je als bezoeker moet spelen. In het rollenspel neemt ieder een rol in. Dit wisselt. Voor drie gesprekken en een korte evaluatie met de observator heeft men twintig minuten. Gebruik de technieken die je in voorgaande deel over gesprekstechnieken hebt gebruikt.
- Bespreek casus 1, 2 en 3 plenair. In welke fase zat men?

3.12 Strategieën van motiverende gespreksvoering

Tijd: (10min)

Doel: Inzicht krijgen in motiverende strategieën

Materialen:

> 12. Sheet 49. Strategieën: Sheet met verschillende strategieën namelijk empathie opbrengen, verwerken van zelfeffectiviteit, discussie en argumentatie vermijden, meegaan in weerstand, discrepantie ontwikkelen.

- Ga verder met de volgende stap. Wanneer, na een juiste inschatting, het doel gesteld is om daadwerkelijk een eerste stap richting gedragsverandering in werking te stellen, is alleen het vergroten van de kennis onvoldoende. Middels de gesprekstechnieken en strategieën dien je dit te bewerkstelligen. Men heeft net de basale technieken geleerd. Nu een aantal strategieën.
- Laat sheet 49 zien. Strategieën MGv

Empathie opbrengen

Je moet altijd proberen je actief te verplaatsen in de belevingswereld van de bezoeker door hem of haar als persoon onvoorwaardelijk te aanvaarden. Verder moet je door goed te luisteren proberen te begrijpen en te achterhalen welke betekenis(sen) het alcohol en/of druggebruik heeft voor de hulpvrager. (Bijv. een middel om tot een groep te behoren; experimenteel gebruik; vlucht voor problemen; verving verdrijven...). Het helpen expliciteren van de betekenis van druggebruik voor de bezoeker is van essentieel belang om de hulpvraag te kunnen situeren. Blijf dus niet te veel stil staan bij vragen rond frequentie en hoeveelheid van gebruik. Het gesprek is acceptierend, niet confronterend en niet bekritiserend. Er wordt gebruik gemaakt van open vragen.

Voorbeeld:

Je vrienden zijn heel belangrijk voor je. Zo belangrijk dat je samen met hen toch XTC neemt, zelfs als je het niet wilt. Wat betekent het voor je om XTC te nemen? Hoe voel je je?

Versterken van zelfeffectiviteit

Zelfeffectiviteit verwijst naar het vertrouwen van de persoon die dingen te kunnen doen die nodig zijn om belangrijke doelen te bereiken. Het gaat hier niet alleen om het geloof en de hoop in verandering maar ook om de positieve verwachtingen van de mogelijkheid om de gestelde doelen te bereiken en van de uitkomsten daarvan. Deze zelfeffectiviteit kan worden verhoogd door aan de ene kant het eigen kunnen te benadrukken, nu en in het verleden, en aan de andere kant door te bedenken wat mogelijke hulpbronnen zouden kunnen zijn. Dit is zeer belangrijk wanneer een bezoeker veel negatieve uitspraken doet over zijn of haar denken, gevoelens en gedrag. Deze negatieve uitspraken moeten dan 'positief geherstructureerd' worden.

Discussie en argumentatie vermijden

Zodra de peer-educator de neiging krijgt de hulpvrager te overtuigen (om bijv. te stoppen met druggebruik) en er een discussie ontstaat, wordt de weerstand tot verandering alleen maar groter. Het komt erop aan om contact te krijgen en te houden en zeker de tijd te nemen. De verantwoordelijkheid blijft bij de bezoeker. De keuze om het gedrag al of niet te veranderen blijft bij hem of haar. Het gaat om beslissingen die zijn of haar eigen leven betreffen. Ga dus geen discussie aan over of het alcohol of druggebruik van de bezoeker wel of geen probleem is en probeer de ander daar ook niet van te overtuigen. Je kunt hooguit suggereren om eens een tijd wat minder te gebruiken om erachter te komen of er een probleem is.

Meegaan met de weerstand

Verder is het belangrijk om soepel en flexibel met weerstand om te gaan. Onder weerstand verstaan we alle interacties en tussenkomsten die (schijnbaar) niet in het voordeel zijn voor de te bereiken doelstelling. Vaak leidt het meedenken met de weerstand, dat wil zeggen het zich geheel verplaatsen in het perspectief van de cliënt, tot een perspectiefwisseling bij de cliënt.

De peer-educator moet blijven geloven in de verandering en niet gaan moraliseren of beschuldigen.

Voorbeeld:

Bezoeker: Ik vind het gewoon moeilijk om minder te gebruiken omdat ik het anders niet vol hou om zo lang achter elkaar te dansen.

Reactie: Inderdaad, je moet natuurlijk wel de hele nacht dansen, daar ga je tenslotte voor naar zo'n feest. Tja, als je daar wat meer speed voor nodig hebt, dan moet je gewoon blijven gebruiken.

Bezoeker: Nou ja, ik weet het niet. Ik hoef natuurlijk ook niet altijd helemaal tot het eind te blijven...en zou misschien ook wel zo nu en dan kunnen gaan zitten.

Weerstand kan ook de vorm aannemen van het ter discussie stellen van de peer-educator, dus het in twijfel trekken van de betrouwbaarheid of kennis van de peer-educator, het onderbreken van de peer-educator, ontkennen en negeren. In die gevallen moet de peer-educator niet heel erg tegen de bezoeker ingaan en al helemaal geen discussie aangaan. Wanneer de peer-educator het idee heeft dat het gesprek geen zin heeft en niet positief verloopt, dan kan hij of zij het gesprek afkappen. Manieren om een gesprek af te kappen zijn eerder in de training aan de orde gekomen.

Discrepantie ontwikkelen

Proberen de bezoeker bewust te maken dat zijn gedrag en houding niet overeenkomen met zijn waarden en opvattingen. Dat kan door de hulpvrager aan te moedigen zijn doelen duidelijk te stellen. Het is dan ook belangrijk dat de peer-educator de waarden en wensen van de hulpvrager leert kennen. Hij moet er zich op toeleggen om de wanklank (dissonantie) bloot te leggen die er heerst tussen het gedrag van de hulpvrager en zijn opvattingen, gevoelens of houdingen. Dat vergroot het gevoel van de eigenwaarde (zelfbeeld) en de competentie van de bezoeker. Juist daardoor neemt de kans toe op een beslissing ten gunste van verandering.

Voorbeeld:

Ik zie dat je sport en gezondheid belangrijk vindt en dat je daar heel veel voor over hebt. Leg mij eens uit hoe XTC je daarbij helpt?

- Bespreek met de deelnemers de fictieve bezoeker uit de casus die nog in de voorbeschouwingfase zit. Leg uit dat wanneer een bezoeker van de *stand* in de voorbeschouwingfase zit, de peer-educator zich vooral zal moeten richten op het versterken van het zelfbeeld van de bezoeker door gebruik te maken van verbale en non-verbale luistertechnieken. (Deze technieken zijn reeds besproken aan de hand van voorbeelden). Dit zorgt ervoor dat de bezoeker zich serieus genomen voelt en geeft hem het gevoel dat hij de moeite waard is. Daardoor is de stap om over zijn eventuele problemen na te denken en om zijn gedrag onder ogen te zien minder moeilijk. De peer-educator lokt als het ware zelf-motiverende uitspraken bij de bezoeker zelf uit die zijn zelfbeeld en bezorgdheid verhogen. Daarnaast is uiteraard het geven van objectieve informatie belangrijk. Vaak komt de bezoeker van de *stand* met een vraag en wil hij of zij graag informatie over een bepaald onderwerp.
- Ga verder met de bezoeker uit de casus die in de overpeinzingfase zit. In de overpeinzingfase krijgt het motiveren van de bezoeker meer concreet gestalte. Een tekort aan bezorgdheid over het probleem, samen met de angst niet in staat te zijn om te veranderen en/of de prettige aspecten van het huidige gedrag te verliezen, verhinderen vaak de overgang naar de effectieve beslissingsfase. Het bewustwordingsproces kan niet alleen ondersteund worden door het

gebruik van luistertechnieken maar moet ook ondersteund worden door vragen te stellen en door te spiegelen. Een ander belangrijke techniek is het laten opstellen van een rijtje met voor- en nadelen van gebruik. Essentieel in deze fase is het op neutrale wijze geven van objectieve informatie. Op basis van deze objectieve informatie helpt de hulpverlener de cliënt inzicht te verwerven in zijn probleem. In deze fase waarin de beslissing nog genomen moet worden om al of niet te veranderen, werkt het bespreken van voor- en nadelen van het oude en nieuwe gedrag vaak verhelderend. Belangrijk is ook dat de peer-educator respect opbrengt voor de persoonlijke keuze van de cliënt, ook wanneer deze beslist om niet te veranderen.

3.13 Rollenspel 2 aan de hand van casuïstiek

Tijd: (20 min)

Doel:

Iemand aanzetten tot verandering

Materiaal:

> Casus 4, 5, 6.

Maak drietallen. Drie rollen: peer, bezoeker en observator. Ieder groepje krijgt casus 4, 5 en 6. Een ieder van het drietal krijgt een casus en de anderen mogen deze niet lezen. Deze casus beschrijft de rol die je als bezoeker moet spelen. In het rollenspel neemt ieder een rol in. Dit wisselt. Voor drie gesprekken en een korte evaluatie met de observator heeft men twintig minuten. Gebruik de technieken en de strategieën die je hebt geleerd.

- Bespreek casus 4, 5 en 6 plenair. Hoe is het gegaan?

4 Leerpunten, evaluatie en afsluiting

Tijd:(20 min)

Doel:

Evalueren training en afsluiting

Materialen:

- Bedank de deelnemers en geef aan dat de training er op zit en dat we toe zijn aan de afsluiting en evaluatie

4.1 Post-test

Tijd: (10 min)

Doel:

Het testen van de kennis van de peer-educators om de vooruitgang te kunnen toetsen

Materialen:

> De post-test

- Deel de post-test uit aan de deelnemers. Vraag de deelnemers hun naam op de post-test te schrijven en de test in te vullen. Het is belangrijk dat ze dit zelf doen. Er mag dus niet overlegd of gesproken worden tijdens het invullen van de post-test.
- De test moet ingeleverd worden bij de trainer.

4.2 Leerpunten en evaluatie

Tijd: (10 min)

Doel:

Evaluatie training

Materialen:

> Evaluatieformulier

- Vraag de deelnemers om de drie belangrijkste dingen op te schrijven die ze geleerd hebben tijdens de training. Op basis daarvan zal een afsluitend rondje gehouden worden.
- Geef ongeveer 5 minuten de tijd voor het opschrijven van deze leerpunten.
- Laat in een rondje iedere deelnemer zijn of haar belangrijkste leerpunt noemen.
- Vraag na afloop of er nog leerpunten waren die nog niet genoemd zijn.
- Vat samen wat je hebt gehoord en licht die punten eruit die door meerdere mensen werden genoemd.
- Vraag de deelnemers tot slot het evaluatieformulier in te vullen.

EINDE TRAINING

Deel IV Bijlagen

Bijlage 1

Praktische handleidingen

In deze bijlage worden de praktische handleidingen voor de medewerkers van het project gepresenteerd. Het eerste deel is zo geschreven dat het afzonderlijk van de rest van het handboek bruikbaar is. In het eerste deel wordt een praktische handleiding gegeven voor de peer-educator, in het tweede deel voor de peer-coach en in het derde deel wordt de taakomschrijving van de projectleiding beschreven. Het zijn handleidingen geschreven voor medewerkers van Unity maar kunnen goed als handvat gebruikt worden bij het opzetten van een ander peer-project. Er zijn tevens checklists in opgenomen voor tijdens de voorlichtingsactiviteit zelf.

Deel 1 Peer-educator

1. Projectomschrijving

Unity is een project dat bestaat uit vrijwilligers die allen afkomstig zijn uit de *dance-scene*. Zij geven voorlichting aan hun leefstijlgenoten op grote *dance*-evenementen. Om de boodschap van Unity over te brengen bij de alcohol- en drugsconsumenten, is gekozen voor de peer-methode. *Peer* betekent letterlijk 'gelijke'. De voorlichters van Unity zijn 'gelijk' aan de doelgroep wat betreft leeftijd en leefstijl. Jongeren zijn eerder bereid informatie aan te nemen van mensen die hetzelfde zijn als zij. In het geval van Unity worden *peers* geworven in de *dance-scene* en getraind om voor te lichten over alcohol, drugs en de effecten daarvan aan bezoekers van *dance*-evenementen in Amsterdam en omgeving. Een getrainde peer bezit de nodige eigenschappen om voor te lichten en noemen we een peer-educator.

De peer-educators zijn niet oordelend tegenover drugs- en alcoholgebruik. Het is niet de bedoeling het gebruiken van drugs tegen te gaan, maar antwoord te bieden op vragen over veiliger gebruik, risicoreductie, voorbereiding en herstel. Iedereen, die drugs gebruikt, behoort te weten, dat het gebruik van welk middel dan ook, een bepaald risico voor de gezondheid oplevert.

DE PROJECTDOELSTELLINGEN VAN UNITY ZIJN DE VOLGENDE

- Bevorderen eigen verantwoordelijkheid, eigen keuzes maken en empowerment
- Toegankelijk maken van informatie
- Verhogen van kennis over de risico's van (combi) gebruik
- Bevorderen verantwoord gebruik
- Verhogen van eigeneffectiviteit door het ondersteunen van vaardigheden voor risicoreductie en schadebeperking
- Bevorderen van vroegherkenning
- Verwijzen naar minimale interventies en verlagen van drempel naar (digitale) zelfhulp en zorg

Box 1.1: Projectdoelstellingen Unity

In deze handleiding wordt uitgelegd aan welke eigenschappen je als een geschikte peer-educator moet voldoen, welke taken je zal uitvoeren en aan welke regels jij je moet houden. Ook is er een uitgebreid stappenplan in de handleiding opgenomen aan de hand waarvan je kunt zien hoe je te werk gaat voor, tijdens en na de voorlichting en waar je aan moet denken.

2. Eigenschappen peer-educator

Het is belangrijk dat je de *dance-scene* goed kent. Ervaring met alcohol en drugs kan nuttig zijn, maar is niet noodzakelijk. Hieronder staat een rijtje met eigenschappen waar je als peer-educator aan moet voldoen:

- Je bent ouder dan 18 jaar en jonger dan 36 jaar;
- Je beschikt over goede sociale en communicatieve vaardigheden;
- Je hebt affiniteit met de *dance-scene* en de leefstijl die daarmee gepaard gaat;
- Je bent in staat om een 'professionele' afstand tot de *scene* te kunnen nemen;
- Je hebt interesse in het leren over alcohol en drugs en alcohol- en drugs-gerelateerde onderwerpen;
- Je hebt een open houding ten opzichte van alcohol en drugs en van alcohol- en druggebruikers;
- Je bent zelf geen excessief gebruiker of betrokken bij dealen;
- Je bent enthousiast, coöperatief en kan goed in teamverband werken;
- Je bent bereid om 's nachts te werken

Box 1.2: Eigenschappen peer-educator

3. Taakomschrijving peer-educator

Voor een peer-educator in het Unity project geldt de volgende taakomschrijving:

- Je neemt deel aan trainingen en sluit deze succesvol af;
- Je neemt deel aan expertmeetings;
- Je neemt deel aan plenaire vergaderingen;
- Je voert preventieactiviteiten uit op het gebied van alcohol en drugs;
- Je legt contacten met de doelgroep;
- Je functioneert als een bron met geloofwaardige, accurate kennis over de positieve en negatieve kanten van alcohol- en druggebruik;
- Je benadert bezoekers van de *stand* en voert met hen een gesprek;
- Je informeert, adviseert en verwijst de doelgroep indien nodig door;
- In geval kennis ontbreekt, geef je aan dat de vraag doorgespeeld kan worden aan een professional;
- Je registreert de gesprekken op een formulier;
- Je voert eventueel taken uit binnen je werkgroep(je);
- Je vertegenwoordigt de belangen van de *dance-scene* in het algemeen en van Unity in het bijzonder;

Box 1.3: Taakomschrijving peer-educator

4. Gedragscode peer-educator

Wat betreft de gedragscode heeft Unity een aantal huisregels opgesteld waar je je als peer-educator aan moet houden.

1. Het is verboden om op feesten wapens, harddrugs en/of drank mee naar binnen te nemen
2. Het is verboden om tijdens het voorlichten onder invloed van drank en/of drugs te verkeren
3. Het is te allen tijde verboden (dus ook buiten werktijd) om te handelen in illegale middelen
4. Het is verboden om je betrokkenheid bij Unity te gebruiken voor andere doeleinden zoals de (gratis) toegang tot een feest terwijl je niet voor Unity aan het werk bent op dat feest
5. Tijdens de feesten houd je je aan de regels zoals voorgeschreven door de feestorganisatie en/of de locatie waar het feest plaatsvindt

Box 1.4: Huisregels Unity

Bij een overtreding van een of meer van deze regels word je per direct geschorst voor onbepaalde tijd.

5. Training

Voorafgaand aan het actieve voorlichten moet je een training volgen. De training bestaat uit professionele kennisoverdracht op het gebied van alcohol en drugs en gespreksvaardigheden. De training moet je succesvol hebben afgerond voordat je begint met voorlichten. Wanneer je de training succesvol hebt afgerond krijg je een Unity map, met kopieën van al het trainingsmateriaal, drugsinformatie folders, achtergrond informatie over het project, etc. Bovendien krijg je een Unity-T-shirt waar het logo van Unity op staat. Dit T-shirt draag je tijdens de voorlichtingsactiviteiten.

Stappenplan van de voorlichting tijdens een *dance*-evenement: peer-educator

In onderstaand stappenplan is een onderscheid gemaakt tussen de stappen die je voor de voorbereiding van het voorlichten moet nemen, de stappen tijdens de voorlichting en een aantal punten waar je naderhand aan moet denken.

A. VOORBEREIDING

1. Inschrijven

Als je naar een *dance*-evenement wilt, moet je je van tevoren inschrijven. Dit kun je doen op een vergadering (of via de website). Zorg dat je er op tijd bij bent. Inschrijving voor een evenement is geen garantie dat je ook daadwerkelijk mee mag. Als je ergens echt graag heen wilt, koop dan zelf een kaartje, want wij kunnen je niets garanderen.

2. Indelen

Minimaal een maand voor het evenement maakt de verantwoordelijke peer-coach een indeling van de mensen die mee gaan. Daarnaast worden de mensen die meegaan ingedeeld in een shift. Deze indeling kun je vinden op het internet en krijg je in de vorm van een draaiboek thuisgestuurd en toegemailed. De indeling wordt gemaakt op basis van ervaring, inzet en indeling op vorige feesten. Verder wordt de indeling zo gemaakt dat de groep peer-educators een goede afspiegeling vormt van de doelgroep van het evenement. Het kan zijn dat je daardoor niet altijd in de shift terecht komt waarin je zou willen zitten. Je kunt met toestemming van de peer-coach proberen te ruilen met collega educators. Indien dit lukt, geef het wel door aan de peer-coach!

3. Afmelden

Mocht het zo zijn dat je plotseling toch niet mee kunt naar een evenement waarvoor je je hebt ingeschreven of waarvoor je bent ingedeeld, meldt dat dan onmiddellijk bij de verantwoordelijke peer-coach of bij de projectcoördinator. Indien je dit tijdig meldt (2 weken voor het feest) kan de peer-coach nog een vervanger voor je zoeken. Meld

je dit korter dan 2 weken van tevoren, dan moet je zelf voor vervanging zorgen. Mocht je ziek zijn op de dag van het evenement, meldt dit dan telefonisch bij de verantwoordelijke peer-coach. Zijn of haar mobiele nummer is te vinden in het draaiboek. Meldt dit nooit via e-mail of internet!

4. Benodigheden

Zorg dat je je Unity T-shirt altijd bij je hebt wanneer je gaat voorlichten. Zorg er ook voor dat je voor een feest de juiste kleding aan hebt of bij je hebt. Denk er aan dat het op een bepaalde locatie erg koud of warm kan zijn. Zorg dus dat je een warme trui bij je hebt. Zorg ook dat je comfortabele schoenen aan hebt zodat je makkelijk de hele avond kunt staan. Als het om een buitenfeest gaat, hou er rekening mee dat het kan regenen. Het kan dan handig zijn om een regenjas en kaplaarzen mee te nemen. Draag dan ook geen mooie kleding die niet vies mag worden.

B. OP LOCATIE

5. Meeting point

Op het draaiboek staat aangegeven hoe laat je waar moet zijn. Zorg dat je daar op tijd bent. Ben je te laat, laat dat dan weten! Het kan zijn dat er wordt afgesproken bij de locatie van het evenement. Indien een evenement verder weg is of moeilijk bereikbaar, wordt er voor vervoer gezorgd. Dan is het *meeting point* een andere dan de locatie van het evenement. Mocht je toch op eigen gelegenheid naar het evenement gaan, laat dat dan ook tijdig weten aan de verantwoordelijke peer-coach.

6. Entree feest

Er wordt gewacht bij het *meeting point* tot de peer-coach aanwezig is. Het is niet toegestaan om op eigen gelegenheid de locatie van het evenement binnen te gaan. Als de peer-coach is gearriveerd zal hij of zij contact opnemen met de contactpersoon van de organisatie en zorgen voor de toegang van de peer-educators. Het kan zijn dat de organisatie ons *workerbandjes* of standhouderbandjes geeft. Deze worden dan verstrekt door de peer-coach. Doe dit bandje onmiddellijk om je pols. Zorg dat je bij het binnengaan van de locatie geen illegale middelen, drank of wapens op zak hebt. Indien dit wel het geval is, wordt je geschorst voor onbepaalde tijd. Volg de instructies op van het beveiligingspersoneel en de organisatie. Ga deze mensen niet onnodig tegenspreken. Mocht er een probleem zijn, blijf vriendelijk en vraag de peer-coach om hulp. Laat de peer-coach zoveel mogelijk het woord doen.

Mocht je om een bepaalde reden te laat zijn bij het *meeting point* en de rest is al naar binnen, probeer dan niet op eigen gelegenheid de locatie binnen te komen, maar neem contact op met de peer-coach en volg zijn/haar instructies op.

Ga bij binnenkomst direct naar de plek waar de Unity *stand* staat, de peer-coach vertelt je waar dat is.

LET OP:

Het is ten strengste verboden om je voor te doen op feesten als Unity medewerker als je die avond niet aan het werk bent. Peer-educators die dat toch doen worden per direct uit het project gezet.

7. Opbouwen

Aangekomen bij de *stand* werkt iedereen mee aan het opbouwen van de *stand*. Luister hierbij goed naar de instructies van de peer-coach. Plak alle over de grond liggende stroomkabels goed af. Zorg dat alle spullen voor het begin van het feest onder of achter de *stand* liggen. Zorg dat de *stand* er netjes en gezellig uit ziet. Ga niet zomaar dingen op de muren plakken of timmeren maar vraag eerst of dit mag.

8. Praatje peer-coach

Voor het begin van de eerste shift houdt de peer-coach een praatje. Hij of zij vertelt wat de bedoeling is van de avond, of er nog nieuwe flyers zijn en of er nog interessante informatie is. Daarnaast vertelt hij/zij wat het verloop van de avond zal zijn, van hoe laat tot hoe laat de shifts zijn en hoe laat er wordt afgebouwd. Na dit praatje kunnen de peer-educators die niet in de eerste shift zitten rond gaan lopen. Het is verstandig om je ook even op de hoogte te stellen waar de EHBO zich precies bevindt, zodat je bezoekers indien nodig snel kunt doorverwijzen.

9. Begin van de shift

Zorg dat je op tijd aanwezig bent voor het begin van jouw shift. De tijden hiervoor kun je vinden in het draaiboek. Mocht je het niet (meer) weten, vraag het dan even aan de peer-coach. Trek je Unity-shirt aan.

10. Houding achter de stand

Zorg dat je geheel nuchter bent als je achter de *stand* staat. Het is niet de bedoeling dat je achter de *stand* een joint rookt of alcohol drinkt. Ook het gebruik van harddrugs achter de *stand* is verboden. Dit geldt ook voor mensen die niet aan het werk zijn. Neem een actieve houding aan achter de *stand*. Ga niet op de *stand* zitten, of met je rug naar het publiek toe staan. Wees alert op mensen die de *stand* benaderen. Groet deze mensen. Wees niet te agressief in je benadering, maar ook weer niet te afwachtend. Zeg bijvoorbeeld tegen mensen die naar de *stand* kijken "Wil je misschien een kennis-testje invullen?"

Als je iemand tegenkomt die je kent, kun je best even met diegene praten, maar doe dat altijd terwijl je de *stand* in de gaten houdt en onderbreek het gesprek als er geïnteresseerde bezoekers aan de *stand* zijn. Als je naar het toilet moet of even een rondje wil lopen, vraag dat dan even aan de peer-coach. De peer-coach geeft dan aan hoelang je weg kunt blijven, naar aanleiding van de drukte op die avond. Zorg dat je niet langer weg blijft dan afgesproken.

11. Voorlichten

Over het algemeen beginnen bezoekers van de *stand* met het invullen van een kennis-test. Dat is een vragenlijst met 10 vragen over alcohol of drugs. Op de achterkant van deze vragenlijst wordt gevraagd naar geslacht, leeftijd, eigen gebruik, de waardering van de informatie en het advies van Unity. Geef bezoekers rustig de tijd om de kennis-test in te vullen, maar laat ze niet meteen de achterkant invullen. Die moeten ze pas invullen als jij de test hebt nagekeken. Als ze de test hebben ingevuld, kijk hem dan gezamenlijk na. Loop ook de goed beantwoorde vragen na. Mensen kunnen namelijk een goed antwoord hebben gegeven maar een andere redenering ervoor hebben. Vraag bijvoorbeeld “Waarom heb je voor dit antwoord gekozen?” dan kun je horen of de redenering achter dit antwoord klopt.

Zorg dat je goed te verstaan bent voor degene waarmee je de kennistest doorneemt. Het kan zijn dat de *stand* er te veel tussen in staat. Loop dan om de *stand* heen en ga naast de persoon in kwestie staan.

Behalve het afnemen en beantwoorden van deze kennistest zullen de bezoekers vragen aan je stellen. Beantwoordt geen vragen waarvan je het antwoord niet zeker weet. Vraag een andere peer-educator of peer-coach om je te helpen of verwijst mensen door naar de drugsinfolijn of naar een relevante website.

Probeer na afloop van je gesprek altijd een flyer of folder mee te geven over het gespreksonderwerp of onderwerpen, zodat de bezoeker het thuis allemaal nog eens rustig kan doorlezen.

Ingevulde kennistestjes doe je in het daarvoor aangewezen krat. Gestelde vragen noteer je op het registratieformulier dat op de *stand* ligt. Noteer zo nauwkeurig mogelijk de tijd dat het gesprek duurde, of het een man of vrouw was, de leeftijd van die persoon, of hij/zij wel of niet een kennistest had ingevuld, over welk middel de vraag ging, wat de vraag was, of je hem/haar advies en/of een folder hebt gegeven en of je hem/haar hebt doorverwezen en zo ja, waarheen. Doe dit direct na je gesprek, anders vergeet je het weer. Neem daarvoor je tijd en zeg tegen anderen die aan de *stand* staan “even een momentje”.

12. Einde van de shift

Je shift is pas afgelopen als degene die het van je overneemt ook werkelijk achter de *stand* aanwezig is. Ga pas weg als de peer-coach zegt dat je kunt gaan. Je bent nu vrij om te gaan feesten. Zorg wel dat je op tijd terug bent bij de *stand* om te helpen met afbouwen. Vraag voor de zekerheid aan de peer-coach hoe laat dit is.

13. Eten en drinken

Achter de *stand* is altijd fris aanwezig voor de peer-educators van Unity. Je kunt dat pakken als je dorst hebt. Indien er blikjes fris zijn kan het verplicht zijn door de orga-

nisator dat je het blikje overschenkt in een plastic bekertje. Er is geen alcohol aanwezig achter de *stand*. Het fris wat achter de *stand* staat is, bedoeld voor medewerkers van Unity. Het is niet de bedoeling dit uit te delen aan vrienden of bekenden. Ook is het niet bedoeld voor peer-educators van Unity die niet aan het werk zijn. Er gaat altijd een krat met kraanwater mee. Water mag je wel aan vrienden en bekenden geven. Doe dit wel altijd in plastic bekertjes en geef geen flessen mee. Flessen altijd achter de *stand* houden. Je kunt ook water geven aan mensen die aangeven heel erg dorst te hebben, maar ga het niet aan iedereen uitdelen.

Op festivals (evenementen die overdag beginnen en tot ‘s avonds doorlopen) wordt er door Unity altijd gezorgd voor lunch en/of avondeten. Meestal is dit in de vorm van brood of kant en klaar maaltijden uit de magnetron. Je mag eten pakken wanneer je dat wilt. Ga niet uitgebreid eten tijdens je shift maar doe dat voor of na je shift. Ruim nadat je hebt gegeten je rommel (bord, etensresten etc) op. Op korter durende evenementen liggen er altijd liga’s en chips achter de *stand* die je gewoon kunt pakken. Het is niet de bedoeling dat je eten en drinken haalt bij de crewcatering, tenzij anders vermeld wordt door de peer-coach.

14. Afbouwen

Aan het afbouwen van de *stand* mag pas worden begonnen als de daarvoor verantwoordelijke peer-coach de opdracht geeft. Het is de bedoeling dat iedereen op de afgesproken tijd, vermeld in het draaiboek, terug is bij de *stand* om hiermee te helpen. Luister goed naar de opdracht die je krijgt van de peer-coach. Pak alles zo netjes mogelijk in, in de daarvoor bestemde kratten. Flyers en folders moeten worden gesorteerd op soort en met een elastiekje eromheen weer worden teruggeplaatst in de daarvoor bestemde krat. Let op dat bakjes en lampen niet zo worden ingepakt dat ze kapot gaan of breken. Als alles is ingepakt zorg dan ook dat je je eigen spullen bij je hebt en help mee met het dragen naar de door de peer-coach aangegeven uitgang.

15. Doorfeesten

Als de spullen bij de bus zijn kunnen de peer-educators die dat willen doorfeesten. Peer-educators die dat niet willen kunnen meerijsen met het busje of op eigen gelegenheid naar huis gaan. Besluit je om te blijven dan ben je vanaf dat moment geen medewerker meer. Als je een bandje hebt gekregen, doe dat dan af. Ga niet meer backstage rondlopen, maar gedraag je als een normale bezoeker. Rondzwervende mensen backstage kunnen problemen geven voor Unity. Klachten hierover van een organisatie worden heel serieus genomen.

16. Naar huis komen

Als je bent gebleven op het evenement, dan is het je eigen verantwoordelijkheid om thuis te komen. Reiskosten hiervoor worden dus niet vergoed. Bedenk van tevoren goed of je nog wel naar huis kunt komen vanaf de locatie.

C. NADERHAND

17. Na thuiskomst

Evalueer na thuiskomst het evenement voor jezelf. Wat vond je van het evenement? Wat vond je van het werk van Unity? Wat ging er wel of niet goed? Wat kon er beter? Waren er nog hele rare vragen of opvallende gebeurtenissen? Zet dit op een papiertje en neem het mee naar de volgende vergadering waar dit feest plenair geëvalueerd wordt. Vul ook de enquête op de website: www.unitydrugs.nl in.

18. Overige vragen

Tot slot is het belangrijk dat je de vragen bijhoudt die in het dagelijks leven aan je gesteld worden met betrekking tot alcohol en/of drugs bijhoudt. Als peer-educator word je gezien als specialist op het gebied van alcohol en drugs. De vragen die gesteld worden kun je schriftelijk op een formulier invullen, maar je kunt ze ook rechtstreeks via de website registreren.

CHECKLIST PEER-EDUCATOR**A. VOORBEREIDING**

- Schrijf je in voor het evenement (via de website of vergadering)
- Lees het draaiboek en check wanneer je bent ingedeeld
- Check waar het *meeting point* is
- Zorg dat je je Unity T-shirt bij je hebt
- Zorg voor geschikte kleding

B. OP LOCATIE

- Zorg dat je op tijd bij het *meeting point* bent
- Ga bij binnenkomst direct naar de plek van de Unity *stand*
- Help mee met het opbouwen van de *stand*
- Volg altijd de instructies van de peer-coach
- Stel je op de hoogte van de locatie van de EHBO post

Tijdens je shift

- Wees op tijd en trek je Unity-shirt aan
- Zorg dat je volledig nuchter bent tijdens de voorlichting
- Neem een actieve houding aan
- Laat bezoekers een kennistest invullen en kijk deze gezamenlijk na
- Beantwoord eventuele andere of aanvullende vragen
- Beantwoord geen vragen waarvan je het antwoord niet zeker weet
- Verwijs door indien nodig
- Geef schriftelijk voorlichtingsmateriaal mee
- Doe ingevulde testjes in het daarvoor bestemde krat
- Noteer gestelde vragen direct na het gesprek op het registratieformulier

Na afloop van je shift

- Wacht met weglopen totdat degene die je overneemt aanwezig is
- Zorg dat je op tijd terug bent bij de *stand* om af te bouwen
- Volg de instructies van de peer-coach
- Indien je op het evenement aanwezig wilt blijven, geef dit dan door aan de peer-coach en doe je bandje af
- Indien je blijft is het vervoer naar huis je eigen verantwoordelijkheid, regel dit

C. NADERHAND

- Evalueer het evenement voor jezelf en schrijf dit op
- Vul de enquête in op de website www.unitydrugs.nl
- Hou de vragen bij die je in het dagelijkse leven gesteld worden m.b.t. alcohol en drugs
- Houd je kennis over alcohol en drugs *up to date*

Wat te doen als...?

In deze bijlage worden een aantal problematische situaties beschreven die een peer-educator kan tegenkomen tijdens de voorlichting op een *dance*-evenement. De situaties die hier beschreven staan, zijn de meest voorkomende. Als peer-educator is het echter mogelijk dat je een andere situatie tegenkomt waarvan je niet weet wat je moet doen of hoe je moet reageren. Raadpleeg in zo'n situatie altijd de aanwezige peer-coach.

1. Agressie

- Als een bezoeker agressief gedrag vertoont, blijf dan vooral kalm.
- Ga niet in discussie en laat de peer-coach het gesprek overnemen.
- Als deëscalatie niet lukt, waarschuw dan de beveiliging.

2. Onwel worden

- Als een bezoeker onwel wordt, creëer dan ruimte en rust.
- Mocht de situatie verslechteren, begeleid hem of haar dan naar de EHBO.
- Raakt iemand bewusteloos, leg hem dan op zijn zij en waarschuw de beveiliging of EHBO.
- Laat iemand nooit alleen.

3. Te zeer onder invloed

- Laat bezoekers die te zeer onder invloed zijn en in paniek raken, even zitten en biedt hen wat te drinken aan.
- Ga een normaal gesprek met hen aan. Niet over hun huidige situatie maar bijv. over het feest of het weer.
- Meestal gaat het na een tijdje weer beter. Blijft iemand panisch, begeleid hem of haar dan naar de EHBO.

4. Afkappen

Sommige bezoekers van de *stand* kunnen niet ophouden met praten en willen hun hele levensverhaal bij je kwijt.

- Hoor dit alleen aan tot je het zelf nog interessant en leuk vindt.
- Als het druk is aan de stand kun je zeggen dat je weer verder moet werken.
- Als het niet druk is, probeer het gesprek dan af te kappen met de mededeling dat je even iets anders moet gaan doen. Of zeg bijvoorbeeld: "Hé joh, ga ff lekker feesten!".

5. Ongewenste intimiteiten

- Mocht je benaderd worden door iemand die een afspraak met je wil maken of je aanraakt of begint te kussen, laat duidelijk merken dat je er niet van gediend bent.
- Mocht je deze confrontatie moeilijk vinden, roep dan de hulp in van je collega's of de peer-coach. Geef nooit zomaar je telefoonnummer.

6. Functionarissen van andere organisaties aan de stand

- Als iemand zich kenbaar maakt als vertegenwoordiger van een andere organisatie (bijv. politie, pers, GG&GD, etc) verwijst de persoon dan door naar de peer-coach en sta hem of haar niet zelf te woord.

7. Drugs laten zien en naar kwaliteit vragen

Er zijn bezoekers die graag willen weten wat er bijvoorbeeld in hun XTC-pil zit. Soms tonen ze deze.

- Verzoek iemand vriendelijk om de drugs weg te stoppen, laat je geen antwoord ontlokken en zeg dat drugs niet aan de stand getest kunnen worden.
- Geef de testflyer mee met de adressen van alle testservices in Nederland.

8. Advies over combinatie medicijnen en drugs

- Over de combinatie tussen medicijnen en drugs is weinig bekend. Je kunt er dus niet veel over zeggen.
- In principe raden we zo'n combinatie af.
- In het krat ligt een handleiding 'drugs en medicijnen' waarin de meest voorkomende medicijnen en interactie met drugs beschreven staan.
- Maak de vragensteller duidelijk dat de interactie ook afhankelijk is van de ernst van de aandoening en de dosering van beide middelen.
- Raad de persoon aan hierover de huisarts te consulteren.
- Bedenk je goed dat de vragensteller vaak goedkeuring van jouw kant wil horen.

Deel 2 Peer-coach

1. Eigenschappen peer-coach

Een peer-coach geeft begeleiding en ondersteuning aan de peer-educators. De peer-coach moet dan ook in staat zijn om met een groep jongeren te werken. Idealiter wordt de peer-coach geworven uit de groep peer-educators. Een peer-coach heeft op deze manier ervaring met het voorlichten en kennis van het project. Dit betekent dat de peer-coach over dezelfde eigenschappen moet beschikken als de peer-educator. Hier komen echter een aantal eigenschappen bij die specifiek gelden voor een peer-coach. Een geschikte peer-coach:

- Is ouder dan 18 jaar en jonger dan 36 jaar;
- Beschikt over goede sociale en communicatieve vaardigheden;
- Heeft affiniteit met de *dance-scene* en de leefstijl die daarmee gepaard gaat;
- Is in staat om een 'professionele' afstand tot de *scene* te kunnen nemen;
- Heeft interesse in het leren over drugs en drugsgerelateerde onderwerpen;
- Heeft een open houding ten opzichte van alcohol en drugs en van alcohol- en druggebruikers;
- Is zelf geen excessief gebruiker en is niet betrokken bij dealen;
- Is enthousiast, coöperatief en kan goed in teamverband werken;
- Is bereid 's nachts te werken

En:

- beschikt over leidinggevende capaciteiten;
- kan projectmatig werken;
- heeft een groot doorzettingsvermogen;
- is in staat een professionele houding aan te nemen ;
- is in staat planmatig en structureel te werken;
- is in staat een team vrijwilligers aan te sturen.

Box 2.1: Eigenschappen peer-coach

2. Taakomschrijving peer-coach

Voor een peer-coach in het Unity project geldt de volgende taakomschrijving:

- Neemt deel aan trainingen, expertmeetings en plenaire vergaderingen;
- Voert preventieactiviteiten uit op het gebied van alcohol en drugs;
- Legt contacten met de doelgroep;
- Functioneert als een bron van geloofwaardige, accurate kennis over de positieve en negatieve kanten van alcohol- en druggebruik;
- Informeert, adviseert en verwijst de doelgroep indien nodig door;
- Motiveert en stuurt de peer-educators aan;
- Organiseert de voorlichting en bereidt deze voor;
- Informeert bij de organisatie van het evenement naar de regels en draagt deze uit naar de peer-educators en zorgt ervoor dat deze worden nageleefd;
- Is tijdens het evenement de vertegenwoordiger en het aanspreekpunt van Unity;
- Is aanwezig bij de besprekingen van de werkgroep(en);
- Houdt de functioneringsgesprekken met de peer-educators;
- Draagt bij aan de evaluatie van de interventies;
- Rapporteert aan de projectcoördinator;
- Levert bijdragen voor het jaarverslag;
- Vertegenwoordigt de belangen van de *dance-scene* in het algemeen en van Unity in het bijzonder.

Box 2.2: Taakomschrijving peer-coach

3. Gedragscode peer-coach

Wat betreft de gedragscode gelden uiteraard dezelfde regels als voor de peer-educators. Het is belangrijk dat de peer-coach zich realiseert dat hij of zij een rolmodel is.

1. Het is verboden om op feesten harddrugs en/of drank mee naar binnen te nemen
2. Het is verboden om tijdens het voorlichten onder invloed van drank en/of drugs te verkeren
3. Het is te allen tijde verboden (dus ook buiten werktijd) om te handelen in illegale middelen
4. Het is verboden om je op een feest voor te doen als Unity medewerker, terwijl je niet voor Unity aan het werk bent op dat feest
5. Het is verboden de contacten met het netwerk voor eigen doeleinden te gebruiken
6. Tijdens de feesten houden we ons aan de regels zoals voorgeschreven door de feestorganisatie en/of de locatie waar het feest plaatsvindt

Box 2.3: Gedragscode peer-coach

Bij een overtreding van een of meer van deze regels wordt de peer-coach per direct geschorst voor onbepaalde tijd.

Stappenplan van de voorlichting tijdens een *dance*-evenement: peer-coach

A. VOORBEREIDING

1. Contact met party-organisator

De eerste stap voor het organiseren van een voorlichting is natuurlijk het contact met de organisatie van het feest. Met de meeste organisaties (ID&T, Q-dance, Awakenings) is er regelmatig contact. Veel van de aanvragen voor de feesten van deze organisaties gaan via de mail. Er wordt naar gestreefd om ongeveer een maand van tevoren duidelijkheid te hebben over de aanwezigheid van Unity op desbetreffend feest. De peer-coach heeft beschikking over een lijst met contactgegevens van de verschillende contactpersonen van de partyorganisaties. De peer-educators hebben geen beschikking over deze lijst in verband met eventueel gebruik van de gegevens voor persoonlijke doeleinden (zoals het indienen van een gastenlijstaanvraag in naam van het project waarvoor ze werken).

Met de organisatie moeten afspraken gemaakt worden over het aantal peer-educators dat voorlichting zal geven. Het is prettig wanneer met de organisaties waarmee geregeld contact is, een vast aantal personen wordt afgesproken zodat hier niet telkens opnieuw over onderhandeld hoeft te worden. Indien het evenement plaats vindt buiten Amsterdam en omgeving moet eerst contact opgenomen worden met het plaatselijke consultatiebureau voor alcohol en drugs (CAD).

Set-up

De vaste set-up die gevraagd wordt:

- 2 marktkramen
- 1 stroompunt
- 5 stoelen
- 12/15 worker of standhouderbandjes
- een niet te lawaaierige plek in de loop
- 1 parkeerkaart
- eventueel een tent of overkapping (in geval van een buitenfestival)

Verder is het belangrijk dat in het contact met de feestorganisator gevraagd wordt naar de opbouw tijden, naar de ingang die met de auto genomen moet worden en naar de bandjes (worden deze opgestuurd, kunnen ze ergens afgehaald worden?)

2. Maken van een draaiboek

Wanneer alle afspraken met de feestorganisatie rond zijn moet er een draaiboek gemaakt worden. Bij het opstellen van het draaiboek moet rekening gehouden worden

met peer-educators die te laat komen. Verder moeten er genoeg mensen aanwezig zijn voor zowel het opbouwen als het afbouwen en er moet eventueel tijd uitgetrokken worden om te kunnen eten. Bij het selecteren van de peer-educators die mee gaan moet erop gelet worden dat er voldoende mensen mee gaan met de nodige kennis en ervaring. Per feest kunnen er 1 of 2 nieuwe peer-educators mee. Daarnaast moet de groep peer-educators die gaan voorlichten, afgestemd zijn op de doelgroep van het evenement. De groep moet een zo goed mogelijke afspiegeling zijn. Het draaiboek moet tijdig worden verstuurd naar de peer-educators.

3. Materiële voorbereiding

Wat betreft de materiële voorbereiding is het belangrijk dat het vervoer van en naar de locatie tijdig geregeld wordt. Unity maakt gebruik van een vast vervoersbedrijf waar busjes gehuurd kunnen worden. Verder moet er een lijst gemaakt worden van benodigheden en boodschappen die meegenomen moeten worden naar het feest. Hieronder volgt een lijst met benodigheden voor een feest waar Unity met 12 peer-educators voorlicht:

Boodschappen:

- 1 krat fris
- 6 liter kraanwater (lege flessen vullen)
- 12 zakken snoep
- 3 zakken chips
- 4 doosjes liga's of iets dergelijks
- 2 netten sinaasappels
- Indien het een festival betreft of de locatie van het feest buiten Amsterdam en omgeving ligt, dan moet er ook gegeten worden en hier moeten ook boodschappen voor gedaan worden.

Alcohol- en drugs kennistestjes

- minimaal 150 x kennistestjes over drugs
- minimaal 100 x kennistestjes over alcohol

Standaard pakket flyers

Daarnaast:

- een krat met snoeren en drie spotjes
- een krat met snoeppotten, klemborden, Unity ABC, pennen ed.
- de rode zak met Unity bord en andere dingen om op te hangen
- de rode tas met doeken voor over de stand
- de gereedschapskist
- het karretje

B. OP LOCATIE

4. Opbouwen stand

Bij aankomst op de feestlocatie moet eerst contact opgenomen worden met de contactpersoon. De contactpersoon is veelal te vinden in het productiekantoor of is mobiel te bereiken. De contactpersoon verstrekt eventueel de bandjes en de parkeerkaart en zal de plek waar de stand moet komen te staan aanwijzen. De stand kan vervolgens opgebouwd worden. De peer-coach moet voordat het feest begint contact opnemen met het EHBO- en beveiligingspersoneel. Dit is zeer belangrijk aangezien de peer-educators bezoekers die aan de stand komen moeten kunnen doorverwijzen naar de EHBO of naar iemand van de beveiliging. Bovendien kan het beveiligingspersoneel assisteren bij mensen die niet zelf naar de EHBO post kunnen komen.

5. Voorlichting

Voordat het feest begint is het belangrijk dat de peer-coach de peer-educators nog even toespreekt over de precieze bedoeling van de avond, waar zij alles kunnen vinden en het belang van de registratie van de contacten.

Tijdens de voorlichting is de taak van de peer-coach niet zozeer het beantwoorden van vragen, al moet de peer-coach altijd inzetbaar zijn wanneer het druk is aan de stand, maar meer het in de gaten houden van hoe de avond en met name de voorlichting verloopt. Wordt iedereen aan de stand geholpen, kunnen alle vragen beantwoord worden, zijn er mensen van andere instanties/organisaties die te woord gestaan moeten worden, etc. Het is de bedoeling dat de peer-coach de hele avond bij de stand blijft. De peer-coach kan onder andere in de gaten houden of peer-educators niet te lang wegblijven bij de stand, of alle peer-educators even hard werken, nieuwe peer-educators helpen, en opletten of alle vragen geregistreerd worden.

6. Afbouwen

Een uur voordat wordt begonnen met afbouwen moet nagedacht worden over een route naar buiten. Het is prettig om aan de beveiliging te vragen of je bij de dichtstbijzijnde uitgang naar buiten kunt. Het afbouwen moet geordend gaan en met name de registratieformulieren moeten netjes opgeborgen worden. Alle spullen die geleend zijn van de organisatie, moeten terug gebracht worden naar de juiste plek. De peer-coach moet hierop toezien.

C. NADERHAND

7. Resultaten registreren

De resultaten moeten zo goed mogelijk worden geregistreerd. Alle verzamelde informatie moet in een databestand ingevoerd worden. Voor het invoeren van de gegevens kan de peer-coach eventueel peer-educators inzetten die dit geheel vrijblijvend willen doen.

8. Contact met partyorganisatoren

Het is belangrijk feedback te geven aan de contactpersoon van de feestorganisatie over het verloop van het evenement. Meld per e-mail of alles goed is gegaan, of het druk geweest is aan de stand, waar de meeste vragen over gingen en of er nog iets bijzonders is opgevallen.

Meld ook alvast dat Unity op het volgende evenement graag aanwezig zal zijn.

CHECKLIST PEER-COACH

A. VOORBEREIDING

- Leg contact met de plaatselijke CAD (Consultatiebureaus voor Alcohol en Drugs)
- Zorg dat je beschikking hebt over een lijst van contactgegevens van de verschillende contactpersonen van de feestorganisaties
- Leg contact met de organisatie van het feest, via de telefoon of via de mail, met het verzoek voorlichting te geven tijdens het evenement
- Zorg dat ongeveer een maand van tevoren duidelijkheid bestaat over de aanwezigheid van Unity
- Maak met de feestorganisatie afspraken over het volgende:
 - > Aantal peer-educators dat voorlichting zal geven
 - > Aanwezigheid van benodigdheden
 - > Opbouwtijden
 - > Ingang die genomen moet worden
 - > Verkrijgen van polsbandjes
- Maak een draaiboek, werf geschikte peer-educators en deel ze in in shiften
- Zorg dat de peer-educators het draaiboek tijdig ontvangen
- Regel vervoer van en naar de locatie
- Regel eventueel vervoer voor peer-educators naar huis (inventariseer dit tijdig)
- Maak een lijst met benodigdheden en boodschappen en haal deze

B. OP LOCATIE

Voor aanvang evenement

- neem contact op met de contactpersoon van de organisatie
- neem eventueel de bandjes en parkeerkaart in ontvangst (regel dit bij voorkeur in de voorbereiding)
- ga naar de plek van de stand en bouw deze, samen met de peer-educators, op
- neem contact op met het EHBO- en beveiligingspersoneel

Tijdens het evenement

- spreek de peer-educators nog even toe
- blijf inzetbaar in geval van drukte of moeilijke vragen
- houdt in de gaten hoe de avond, de voorlichting en de registratie verloopt
- sta eventueel mensen van andere organisaties te woord

>

C. NADERHAND

Op locatie

- denk na over de route naar buiten
- bouw gezamenlijk de stand af
- zorg dat geleende spullen terug komen bij de organisatie

Naderhand

- evalueer het evenement en de voorlichting met de peer-educators
- zorg dat de registraties van gesprekken en kennistestje worden ingevoerd
- geef feedback aan de contactpersoon van de organisatie over het verloop van het evenement

Deel 3 Projectleiding

Naast de peer-educators en de peer-coaches is er de projectleiding. De projectleiding kan bestaan uit een projectcoördinator en een projectleider, of uit één persoon die alle taken op zich neemt, afhankelijk van de grootte van het project. De projectleiding zorgt voor randvoorwaarden zoals geld, werkruimte en begeleiding. Verder zorgt de projectleiding voor commitment van belangrijke organisaties en personen. In het Unity project is er zowel een projectcoördinator als een projectleider. In deze paragraaf staan van beide functies de taakomschrijvingen beschreven.

1. Projectcoördinator

De projectcoördinator moet een aantal eigenschappen bezitten. Deze eigenschappen staan hieronder beschreven. Een geschikte projectcoördinator heeft:

- inhoudelijke scholing alcohol- en drugsvoorlichting en gezondheidsbevordering
- praktische ervaring in het organiseren en trainen van vrijwilligers
- ervaring in planmatig en structureel werken
- vaardigheden op een ter zake doende wijze te evalueren en te rapporteren
- bereidheid tot het werken op onregelmatige tijden (ook 's avonds)
- kennis van en affiniteit met de *dance-scene* en de daarmee gepaard gaande leefstijl
- goede mondelinge en schriftelijke uitdrukkingsvaardigheden

Box 3.1: Eigenschappen projectcoördinator

De projectcoördinator verricht de volgende taken:

- Het werven en selecteren van peer-educators
- Het begeleiden en motiveren van zowel de peer-educators als de peer-coaches
- Zorgen voor het ontstaan van een hecht team
- Houden van intake- en exitgesprekken met peer-educators
- Organiseren van de trainingen, expertmeetings en plenaire vergaderingen
- Leiding geven aan de peer-coaches
- Aansturen van de werkgroepen
- Onderhouden van de contacten met het netwerk
- Deelnemen aan de begeleidingscommissie
- Evalueren van de interventies (proces en effect)
- Rapporteren aan de projectleider
- Schrijven van het jaarverslag

Box 3.2: Taakomschrijving projectcoördinator

2. Projectleider

De projectleider is een preventiewerker van de Jellinek en moet in die zin voldoen aan de algemene functie-eisen van een preventiewerker. De projectleider:

- analyseert de interne en externe ontwikkelingen
- ontwikkelt en stelt de projectdoelstellingen bij
- schrijft het jaarplan en het jaarverslag
- bewaakt het budget
- geeft leiding aan de projectcoördinator
- heeft overleg met de afdeling preventie en legt intern verantwoording af aan de organisatie
- neemt deel aan de begeleidingscommissie
- onderhoudt de contacten met de media
- houdt overzicht over het project

Box 3.3: Taakomschrijving projectleider

Bijlage 2

Intake/evaluatieformulier peer-educators

Volledige naam:

Adres:

Postcode / Woonplaats:

Tel:

Mobiel:

E-mail:

- Geboortedatum:
- Datum gesprek:
- Wat doe je in het dagelijks leven?

- Hoe ben je aan Unity gekomen?

- Hoeveel uur denk je per week of per maand aan Unity te kunnen besteden?

- Wat is jouw motivatie om actief bij Unity te worden?

- Wat/hoeveel vind jij verantwoord drugs/alcoholgebruik en wat vind je niet meer verantwoord?

- Hoe sta je tegenover mensen die drugs gebruiken?

- Gebruik je zelf ook? Zo ja wat gebruik je en wanneer gebruik je?

- Hoe kom je zelf aan informatie over drugs?

Wat wil jij specifiek binnen Unity doen?**Wat zijn je talenten, en hoe zouden die het best bij Unity kunnen worden ingezet?**

- voorlichting geven op feesten:
 - politiek:
 - pr:
 - EHBO/EHBO training:
 - pillentest:
 - iets anders nl:
-
- Hoe vind je dat het met Unity gaat? Mis je nog iets, bijvoorbeeld?
Wat kan er beter?
-
- Wat zijn je muzikale voorkeuren?
Hou je van grote feesten of ga je liever naar kleine clubs?
-
- Heb je een rijbewijs?
-
- Ben ik nog iets vergeten te vragen? Wil je nog iets toevoegen?

Bijlage 3

Formulier exit gesprek peer-educator

Naam peer-educator:**Datum gesprek:**

- Wat heb je geleerd in je tijd bij Unity aan kennis & vaardigheden?
- Is je eigen gebruik aangepast/veranderd door dingen die je hebt gehoord of meegemaakt bij Unity? Zo ja op welke manier?
- Wat vind je van de begeleiding?
- Wat vind je van het Unity-model (voorlichting op feesten door peer-educators)?
- Kun je een of meerder aspecten noemen van het project dat jij als heel positief hebt ervaren?
- Kun je een of meerdere aspecten noemen van het project die je als negatief hebt ervaren?
- Heb je tips voor verbetering van het project?
- Wil je nog iets vragen of opmerken?

VEEL DANK VOOR JE INZET!!

Bijlage 4

Pre-test Drugs en Alcohol

naam:

1. Cannabis kan bepaalde psychische ziektes uitlokken, die al aanwezig zijn maar zich nog niet hebben geopenbaard.
 a. waar
 b. niet waar
 c. weet ik niet
2. Alcohol is een belangrijke factor bij veel drug overdoses
 a. waar
 b. niet waar
 c. weet ik niet
3. Het is mogelijk om te sterven aan watervergiftiging als je te veel water drinkt tijdens XTC gebruik
 a. waar
 b. niet waar
 c. weet ik niet
4. Chronisch gebruik van cocaïne en amfetamine kan leiden tot psychotische episodes
a. waar
b. niet waar
c. weet ik niet
5. De lever doet er ongeveer 1,5 uur over om een standaard alcoholisch drankje te verwerken
 a. waar
 b. niet waar
 c. weet ik niet
6. Des te langer dat je cannabis in je longen houdt des te meer stoned je wordt
 a. waar
 b. niet waar
 c. weet ik niet
7. Je wordt sneller nuchter als je overgeeft/kotst
 a. waar
 b. niet waar
 c. weet ik niet
8. Je wordt sneller nuchter als je sterke koffie drinkt
 a. waar
 b. niet waar
 c. weet ik niet
9. Meer jongeren sterven aan het gebruik van heroïne dan aan het gebruik van alcohol
 a. waar
 b. niet waar
 c. weet ik niet
10. Alcohol is geen drug
 a. waar
 b. niet waar
 c. weet ik niet
11. Het mixen van drugs kan onvoorspelbare effecten te weeg brengen
 a. waar
 b. niet waar
 c. weet ik niet
12. Middelen uit de smartshop zijn niet schadelijk
 a. waar
 b. niet waar
 c. weet ik niet

13. Downers versnellen de ademhaling en hartslag

- a. waar
- b. niet waar
- c. weet ik niet

14. Mensen die XTC gebruiken kunnen last krijgen van depressies en stemmingswisselingen

- a. waar
- b. niet waar
- c. weet ik niet

15. Je kan een tolerantie opbouwen voor speed en XTC, wat betekent dat je meer nodig hebt om hetzelfde effect te bereiken

- a. waar
- b. niet waar
- c. weet ik niet

16. Ketamine (special K) is een krachtig verdovend middel dat wordt gebruikt om dieren te verdoven

- a. waar
- b. niet waar
- c. weet ik niet

17. Alcohol vermeerderd het verdovende effect van GHB

- a. waar
- b. niet waar
- c. weet ik niet

18. Het is gemakkelijk om te overdoseren met GHB

- a. waar
- b. niet waar
- c. weet ik niet

19. Ephedra is een hallucinogeen middel

- a. waar
- b. niet waar
- c. weet ik niet

20. Als een persoon 70 kg weegt en 350 milligram MDMA neemt, dan zit hij nog onder de neurotoxische dosis

- a. waar
- b. niet waar
- c. weet ik niet

21. Een warme omgeving (zoals een discotheek) vermindert het risico van toxiciteit van XTC

- a. waar
- b. niet waar
- c. weet ik niet

22. Bier is een goede dorstlesser

- a. waar
- b. niet waar
- c. weet ik niet

23. Na een zware avond aan de drugs is het verstandig om wat extra vitamine C te nemen

- a. waar
- b. niet waar
- c. weet ik niet

24. LSD slaat zichzelf op in je lichaam en kan een aantal jaar actief blijven

- a. waar
- b. niet waar
- c. weet ik niet

25. De meeste drugs zijn na 2-3 dagen uit je lichaam verdwenen

- a. waar
- b. niet waar
- c. weet ik niet

26. Als iemand uitflipt op drugs is het verstandig om hem/haar wat zoets te drinken te geven

- a. waar
- b. niet waar
- c. weet ik niet

27. Als je dronken bent, kun je door een lijn coke te nemen, weer redelijk nuchter auto rijden

- a. waar
- b. niet waar
- c. weet ik niet

28. Na een lijn coke is er een explosie van serotonine in je hersenen, waardoor je je goed voelt

- a. waar
- b. niet waar
- c. weet ik niet

29. Vrouwen worden sneller dronken dan mannen

- a. waar
- b. niet waar
- c. weet ik niet

30. Om de risico's op hersenschade zoveel mogelijk te voorkomen, moet je, als je XTC gebruikt, niet meer dan 1 tot 2 milligram MDMA per kilogram lichaamsgewicht nemen

- a. waar
- b. niet waar
- c. weet ik niet

Post-test Drugs en Alcohol

Naam:

1. Cannabis kan bepaalde psychische ziektes uitlokken, die al aanwezig zijn maar zich nog niet hebben geopenbaard.

- a. waar
- b. niet waar
- c. weet ik niet

2. Alcohol is een belangrijke factor bij veel drug overdoses

- a. waar
- b. niet waar
- c. weet ik niet

3. Het is mogelijk om te sterven aan watervergiftiging als je te veel water drinkt tijdens XTC gebruik

- a. waar
- b. niet waar
- c. weet ik niet

4. Chronisch gebruik van cocaïne en amfetamine kan leiden tot psychotische episodes

- a. waar
- b. niet waar
- c. weet ik niet

5. De lever doet er ongeveer 1,5 uur over om een standaard alcoholisch drankje te verwerken

- a. waar
- b. niet waar
- c. weet ik niet

6. Des te langer dat je cannabis in je longen houdt des te meer stoned je wordt

- a. waar
- b. niet waar
- c. weet ik niet

7. Je wordt sneller nuchter als je overgeeft/kotst

- a. waar
- b. niet waar
- c. weet ik niet

8. Je wordt sneller nuchter als je sterke koffie drinkt

- a. waar
- b. niet waar
- c. weet ik niet

9. Meer jongeren sterven aan het gebruik van heroïne dan aan het gebruik van alcohol

- a. waar
- b. niet waar
- c. weet ik niet

10. Alcohol is geen drug

- a. waar
- b. niet waar
- c. weet ik niet

11. Het mixen van drugs kan onvoorspelbare effecten te weeg brengen

- a. waar
- b. niet waar
- c. weet ik niet

12. Middelen uit de smartshop zijn niet schadelijk

- a. waar
- b. niet waar
- c. weet ik niet

13. Downers versnellen de ademhaling en hartslag

- a. waar
- b. niet waar
- c. weet ik niet

14. Mensen die XTC gebruiken kunnen last krijgen van depressies en stemmingswisselingen

- a. waar
- b. niet waar
- c. weet ik niet

15. Je kan een tolerantie opbouwen voor speed en XTC, wat betekent dat je meer nodig hebt om hetzelfde effect te bereiken

- a. waar
- b. niet waar
- c. weet ik niet

16. Ketamine (special K) is een krachtig verdovend middel dat wordt gebruikt om dieren te verdoven

- a. waar
- b. niet waar
- c. weet ik niet

17. Alcohol vermeerderd het verdovende effect van GHB

- a. waar
- b. niet waar
- c. weet ik niet

18. Het is gemakkelijk om te overdoseren met GHB

- a. waar
- b. niet waar
- c. weet ik niet

19. Ephedra is een hallucinogeen middel

- a. waar
- b. niet waar
- c. weet ik niet

20. Als een persoon 70 kg weegt en 350 milligram MDMA neemt, dan zit hij nog onder de neurotoxische dosis

- a. waar
 b. niet waar
 c. weet ik niet
21. Een warme omgeving (zoals een discotheek) vermindert het risico van toxiciteit van XTC
- a. waar
 b. niet waar
 c. weet ik niet
22. Bier is een goede dorstlesser
- a. waar
 b. niet waar
 c. weet ik niet
23. Na een zware avond aan de drugs is het verstandig om wat extra vitamine C te nemen
- a. waar
 b. niet waar
 c. weet ik niet
24. LSD slaat zichzelf op in je lichaam en kan een aantal jaar actief blijven
- a. waar
 b. niet waar
 c. weet ik niet
25. De meeste drugs zijn na 2-3 dagen uit je lichaam verdwenen
- a. waar
 b. niet waar
 c. weet ik niet
26. Als iemand uitflipt op drugs is het verstandig om hem/haar wat zoets te drinken te geven
- a. waar
 b. niet waar
 c. weet ik niet

27. Als je dronken bent, kun je door een lijn coke te nemen, weer redelijk nuchter auto rijden
- a. waar
 b. niet waar
 c. weet ik niet
28. Na een lijn coke is er een explosie van serotonine in je hersenen, waardoor je je goed voelt
- a. waar
 b. niet waar
 c. weet ik niet
29. Vrouwen worden sneller dronken dan mannen
- a. waar
 b. niet waar
 c. weet ik niet
30. Om de risico's op hersenschade zoveel mogelijk te voorkomen, moet je, als je XTC gebruikt, niet meer dan 1 tot 2 milligram MDMA per kilogram lichaamsgewicht nemen
- a. waar
 b. niet waar
 c. weet ik niet

Bijlage 5

Alcohol kennistest en antwoorden alcohol kennistest

ALCOHOL KENNISTEST

1. Als je onder invloed bent van alcohol word je sneller nuchter door:

- a. koffie
- b. een lijntje cocaïne
- c. overgeven
- d. geen van bovenstaande antwoorden.

2. Hoelang doet de lever erover om een standaard alcohol houdend drankje te verwerken?

- a. 15 minuten
- b. 1,5 uur
- c. 3 uur
- d. 10 uur

3. De combinatie van alcohol en cocaïne leidt tot:

- a. minder risico; cocaïne vermindert de werking en schadelijke gevolgen van alcohol
- b. net zoveel risico als wanneer je ze apart van elkaar neemt
- c. meer risico; door de combinatie wordt een stof gevormd die schadelijker en meer verslavend is dan cocaïne of alcohol.

4. Wat is de maximaal toegestane hoeveelheid alcohol bij autorijden?

- a. Niets (0 promille)
- b. 2 á 3 glazen (0,5 promille)
- c. 4 á 6 glazen (0,8 promille)
- d. 7 á 10 glazen (1,3 promille)

5. Is bier een goede dorstlesser?

- a. Ja
- b. Nee

6. Welke oorzaak van een alcoholkater kun je het makkelijkst tegengaan?

- a. Uitdroging
- b. De gevolgen van de afbraakproducten van alcohol (acetaldehyde)
- c. Irritatie van de maagwand door de alcohol
- d. de gevolgen van de kleine hoeveelheid andere alcoholen

7. Waar zit het meeste alcohol in als je uitgaat van een standaard glas?

- a. Glas bier
- b. Glas wijn
- c. Glas jenever
- d. Overal evenveel

8. Vrouwen zijn sneller dronken dan mannen (zelfde aantal drankjes, zelfde gewicht):

- a. waar
- b. niet waar, mannen zijn sneller dronken
- c. niet waar, er is geen verschil

9. Alcohol is een drug:

- a. waar
- b. niet waar

Laat je test nakijken door een vrijwilliger van Unity:

Antwoorden Alcohol kennistest

1. *Als je onder invloed bent van alcohol word je sneller nuchter door:*

d. Geen van bovenstaande antwoorden.

Wat je ook doet, de alcohol zit al in je bloed. Bovenstaande dingen zorgen er niet voor dat de alcohol sneller uit je lichaam is. Koffie pept je wel enigszins op, maar zorgt niet voor een snellere afbraak. Koffie zorgt voor een extra dehydratie: het onttrekt vocht aan je lichaam, met als gevolg: een nog ergere kater de volgende dag. Cocaïne zorgt ervoor dat je je minder dronken voelt, waardoor je het gevoel hebt wel te kunnen rijden (maar ja, de alcohol zit toch echt nog steeds in je bloed). Het kan zijn dat je je beter voelt door over te geven, maar overgeven zorgt er niet voor dat de alcohol sneller uit je bloed verdwijnt, behalve dan het glas dat je zo-even daarvoor hebt gedronken.

2. *Hoelang doet de lever erover om een standaard alcohol houdend drankje te verwerken?*

b. 1,5 uur

Bij een mens doet een lever er gemiddeld anderhalf uur over om een standaard glas alcohol af te breken. Er zijn individuele verschillen, zoals tolerantie voor alcohol of een snellere lever, waardoor er een marge van 5 tot 6 kwartier is. Als je echter zou willen bekijken of je nog mag rijden, hou dan voor de zekerheid 1,5 uur per glas aan. Voorbeeld: Als je op een avond 15 glazen bier gedronken hebt, kun je uitrekenen wanneer je helemaal nuchter bent: van 20.00-02.00 uur 15 glazen bier. 1 glas bier is 1,5 uur, 15 glazen is 22,5 uur. Gerekend vanaf de begintijd 20.00 op zaterdag, ben je zondag rond 18.30 uur weer helemaal nuchter.

3. *De combinatie van alcohol en cocaïne leidt tot:*

c. meer risico; door de combinatie wordt een stof gevormd die schadelijker en meer verslavend is dan cocaïne of alcohol.

Door alcohol en cocaïne te combineren wordt de stof coca-ethyleen aangemaakt. Deze stof op zich is schadelijker voor de lever en meer verslavend dan alcohol of cocaïne op zichzelf. Met als gevolg dat je als je aan het drinken bent eerder zin hebt om te snuiven en als je aan het snuiven bent, weer door wilt drinken. Met alle gevolgen van dien (overmoedig in de auto stappen, risico op verslaving vergroten etc.).

4. *Wat is de maximaal toegestane hoeveelheid alcohol bij autorijden?*

b. 2 á 3 glazen (0,5 promille)

Dit is nu nog steeds de max. toegestane hoeveelheid. Alles hierboven is strafbaar. Zie

onderstaande tabel voor toelichting. 0,5 is voor de een 3 en voor de ander 2 glazen. Wordt waarschijnlijk verlaagd naar 0,2 promille.

5. *Is bier een goede dorstlesser?*

b. Nee

Bier kan inderdaad lekker zijn als je dorst hebt, maar dit is niet hetzelfde als een goede dorstlesser. Bier onttrekt (net als alle andere alcohol) vocht uit je lichaam. Met als gevolg dat je meer verliest dan je opneemt, dit merk je bijvoorbeeld aan het vaak naar het toilet moeten gaan.

6. *Welke oorzaak van een alcoholkater kun je het makkelijkst tegengaan?*

a. Uitdroging

Uitdroging is het makkelijkst tegen te gaan: veel water of frisdrank drinken. Eigenlijk moet je na elk glas alcohol een glas water drinken. Een paar grote glazen voor je gaat slapen doen ook al wonderen! De andere oorzaken hebben direct te maken met (afbraak van) alcohol in je lichaam. Enige wat daar tegen helpt, is minder drinken.

7. *Waar zit het meeste alcohol in als je uitgaat van een standaard glas?*

c. Overal evenveel

In een standaard glas drank (bier, wijn, sterke drank) zit altijd ongeveer evenveel pure alcohol ; 12cc alcohol. Daarom hebben de glazen allemaal een andere grootte.

8. *Vrouwen zijn sneller dronken dan mannen (zelfde aantal drankjes, zelfde gewicht):*

a. Waar

Een mannenlichaam bevat meer water dan een vrouwenlichaam. Een vrouw heeft meer vet van nature en in vet kan alcohol niet worden opgenomen. Hoe minder vocht: hoe hoger de concentratie alcohol in het vocht is. Een man heeft dus meer lichaamsvocht om de alcohol over te verdelen, dus zal hij iets minder effect voelen dan een vrouw. De verhouding ligt ongeveer op 2 glazen voor een vrouw = 3 glazen voor een man, mits ze hetzelfde gewicht hebben. Hierbij laat je buiten beschouwing dat over het algemeen mannen groter en zwaarder zijn en een grotere tolerantie hebben opgebouwd, doordat ze vaker drinken.

9. *Alcohol is een drug:*

c. Waar

Drugs: stoffen die een bepaalde uitwerking hebben op lichaam en geest en om die

reden wordt geconsumeerd. Hoe ingeburgerd drank ook mag zijn, alcohol is net zo goed een (hard)drug als tabak, cocaïne of GHB. Veel gebruik is schadelijk en ook aan alcohol kun je verslaafd raken.

Aantal glazen man 60kg	Promillage	AAG	Transactie	Boete	Rij-ontzegging	Gevangenisstraf
1-2	0,5-0,8	235-350	f 490,-	f 585,-		
2-3,5	0,81-1,00	351-435	f 700,-	f 850,-		
3,5-6	1,01-1,30	436-570	f 900,-	f 1100,-		
6-7	1,31-1,50	571-650	niet mog.	f 1350,-	6 mnd voorw	
7-8	1,51-1,80	651-785		f 1650,-	6 mnd onvw	
8-10	1,81-2,10	786-915		f 1900,-	9 mnd onvw	
10-12	2,11-2,50	916-1090		f 2200,-	9 mnd onvw	2 wkn voorw
> 12	> 2,51	> 1091			12 mnd onvw	2 wkn onvw

Bijlage 6

Drugs kennistest en antwoorden drugs kennistest

DRUGS KENNISTEST

1. Door de rook van een joint langer in je longen te houden:

- a. word je stoneder
- b. krijg je meer beschadiging
- c. beide

2. Als je XTC gebruikt kun je de risico's verminderen door:

- a. 1 glas water per uur te drinken en af en toe rust te nemen in een koele ruimte
- b. 1 glas water per uur te drinken en af en toe rust te nemen maar wel warm blijven
- c. 1 glas water per uur te drinken, af en toe rust te nemen en een biertje drinken

3. Gemiddeld bevat een XTC pil op dit moment:

- a. de helft speed, de helft MDMA
- b. 80mg MDMA, en dit verschilt nauwelijks tussen de diverse pillen
- c. van alles, glasvezel, rattengif en wasmiddel
- d. 80mg MDMA, maar sommige pillen een stuk minder, en andere weer veel meer

4. Om het risico op hersenschade door XTC-gebruik te beperken, kan je het best:

- a. niet vaker dan 1 keer in de 4 tot 6 weken gebruiken
- b. niet meer dan 1 tot 2 mg per kilo lichaamsgewicht nemen (dus: 60 kilo - > 60 mg tot max.120 mg)
- c. zowel a. als b.

5. Hoe kom je erachter wat en hoeveel er in een pil zit?

- a. Goed letten op de uiterlijke kenmerken (kleur, logo etc.)
- b. Anderen naar hun ervaringen met de pil vragen
- c. De pil laten testen bij een testservice voordat je naar het feest gaat
- d. Zelf een sneltest van een smartshop doen

6. De combinatie van cocaïne en alcohol leidt tot:

- a. minder risico omdat cocaïne de werking van alcohol opheft
- b. net zoveel risico als wanneer je ze apart van elkaar neemt
- c. meer risico, combinatie vormt een stof die schadelijker en meer verslavend is.

7. Wat is het grootste gevaar van GHB:

- a. Het is moeilijk te doseren waardoor je snel teveel neemt
- b. Combineren met alcohol, dit zorgt er voor dat je sneller out gaat
- c. Geen van beide, het is makkelijk te doseren en combineert goed met alcohol
- d. Zowel a. als b.

8. Wat kan je het best doen om dat brakke gevoel na drugsgebruik te verminderen?

- a. Opletten welke drugs je combineert, voor en na het feest genoeg en gezond eten
- b. Genoeg water drinken tijdens en genoeg en gezond eten voor en na het feest
- c. Opletten welke drugs je combineert en genoeg water drinken
- d. Geen drugs combineren, genoeg water drinken, genoeg en gezond eten voor en na het feest

9. Het gebruik van XTC, speed en cocaïne is slecht voor je tanden door:

- a. De invloed van de stof op het glazuur
- b. Het knarsen met je tanden
- c. De mindere aanmaak van speeksel
- d. Zowel a., b. en c.

Laat je test nakijken door een vrijwilliger van Unity:

Antwoorden Drugs kennistest

1. *Door de rook van een joint langer in je longen te houden:*

b. krijg je meer beschadiging

Het duurt 1-5 seconden voordat bijna alle THC in je longen is opgenomen. De risico's van het cannabisroken zijn veel groter voor de ademhaling wanneer men diep inhaleert en de adem vasthoudt in een poging meer THC in de longen te kunnen krijgen (zoals met 'bong' roken). Wanneer je maar een paar seconden inhaleert, is bijna 95% van de THC opgenomen. Je adem vast houden vergroot alleen maar de opname van teer en andere kankerverwekkende stoffen.

2. *Als je XTC gebruikt kun je de risico's verminderen door:*

a. 1 glas water per uur te drinken en af en toe rust te nemen in een koelere ruimte

XTC verhoogt de lichaamstemperatuur. Een direct risico van dit effect is oververhitting (ernstig hoge temperaturen, kan de dood tot gevolg hebben). Door in een warme omgeving XTC te nemen, stijgt de lichaamstemperatuur alleen maar meer en sneller. Zodoende is de kans op oververhitting groter, wanneer je in een warme ruimte blijft. Regelmatig de chill out opzoeken is daarom altijd aan te raden wanneer je XTC op hebt, om het lichaam weer enigszins af te laten koelen. Bovendien kun je de uitdroging door XTC (doordat je lichaamstemperatuur stijgt en dus meer zweet en meer vocht verliest) voorkomen door elk uur een glas water te drinken of isotone frisdrank. Drink niet teveel (de hele tijd door water drinken) Als je veel water drinkt in een korte tijd, kun je watervergiftiging oplopen met de dood als gevolg. Daarnaast blijkt uit onderzoek dat hersenschade veel groter is bij gebruik van XTC in een warme ruimte.

3. *Gemiddeld bevat een XTC pil op dit moment:*

d. 80mg MDMA, maar sommige pillen een stuk minder, en andere weer veel meer

MDMA is de psychoactieve stof in XTC. Uit de cijfers van de pillentest blijkt dat het landelijk gemiddelde in 2002 op 77 mg MDMA per XTC-pil ligt. De laagste dosering die in 2002 is gevonden was 1 mg MDMA in een pil en de hoogste dosering was 212 mg MDMA in een pil. In Amsterdam lag het gemiddelde iets hoger namelijk op 84 mg MDMA per pil. De laagste dosering in Amsterdam lag op 8 mg MDMA per pil en de hoogste was 209 mg MDMA per pil. Er zijn de laatste tijd extreem hooggedoseerde pillen op de markt. Indien je een pil slikt met 210 mg ipv de verwacht 80 mg, kun je voor nare verrassingen komen te staan. Daarom raden wij aan om je XTC te laten testen. Dit kan bij de testadressen die in de folder staan. Je kunt hier behalve XTC, ook je coke, GHB, speed en LSD laten testen.

4. *Om het risico op hersenschade door XTC-gebruik te beperken, kan je het best:*

c. Zowel a. als b.

Resultaten van recent wetenschappelijk onderzoek bieden geen zekerheid over de lange termijn effecten van XTC gebruik. Overdaad schaadt, zoveel is duidelijk, maar waar overdaad precies begint, staat niet vast. Frequentie van gebruik, combineren met andere drugs en andere factoren spelen hierbij een rol. Het consumeren van een enkele recreatieve dosis (1 tot 2 mg MDMA per kg lichaamsgewicht = 75 tot 150 mg voor iemand die 75kg weegt), eens in de 4 tot 6 weken, kan de schadelijke gevolgen minimaliseren. Hou er echter wel rekening mee dat factoren als omgevings-temperatuur en bewegelijkheid het effect van XTC in meer en mindere mate beïnvloeden. Het is echter niet zo dat iemand van 100kg met gerust hart een pil van 200mg kan slikken. Een zwaarder persoon heeft vaak een minder goede lichamelijke conditie. Hou dus rekening met je conditie, ziektes, of aandoeningen en medicijngebruik. Bovendien is er bij vrouwen eerder schade aangetoond dan bij mannen, dus vrouwen kunnen beter een lagere dosis nemen dan mannen.

5. *Hoe kom je erachter wat en hoeveel er in een pil zit?*

c. De pil laten testen bij een testservice voordat je naar het feest gaat

De enige manier om erachter te komen hoeveel en welke stoffen er in een pil zitten, is door de pil te laten testen bij de testservice. Afgaan op verhalen van anderen over logo's etc is niet slim, aangezien pillen er precies hetzelfde uit kunnen zien, maar een heel andere inhoud bevatten. De sneltijd zegt alleen iets over of een bepaalde stof in je pil zit, maar niet over de hoeveelheid. Bepaalde stoffen haalt de sneltest er niet uit (bijv. PMA).

6. *De combinatie van cocaïne en alcohol leidt tot:*

c. Meer risico, combinatie vormt een stof die schadelijker en meer verslavend is.

Door alcohol en cocaïne te combineren wordt de stof coca-ethyleen aangemaakt. Deze stof op zich is schadelijker voor de lever en meer verslavend dan alcohol of cocaïne op zichzelf. Met als gevolg dat je als je aan het drinken bent eerder zin hebt om te snuiven en als je aan het snuiven bent, weer door wilt drinken. Met alle gevolgen van dien (overmoedig in de auto stappen, risico op verslaving vergroten etc.).

7. *Wat is het grootste gevaar van GHB:*

c. Zowel a. als b.

O.a. doordat GHB vloeibaar is, is het moeilijk te doseren. Schenk daarom GHB altijd vanuit een buisje in een glas, zodat je zeker weet dat je niet teveel (niet meer dan een

half buisje in 1x) neemt. Pas op met bijnemen. Ook kan GHB verschillen qua sterkte, laat daarom altijd je GHB testen bij een testservice. Bovendien is GHB in combinatie met alcohol erg gevaarlijk. Alcohol en GHB verlagen nl beide je hartslag, dit kan ernstige gevolgen hebben (coma). Valt iemand in slaap, breng hem dan naar de EHBO of bel 112.

8. *Wat kan je het best doen om dat brakke gevoel na drugsgebruik te verminderen?*

d. Geen drugs combineren, genoeg water drinken, genoeg en gezond eten voor en na het feest

Geen drugs combineren: combi's zorgen vaak voor een brak gevoel (2 middelen die je uitdrogen > extra koppijn).

Genoeg water drinken: belangrijk tegen uitdroging (en dus tegen hoofdpijn), bovendien spoelt je lichaam sneller door met veel water.

Genoeg en gezond eten voor en na een feest: zorg voor een reserve (zodat de aanslag van drugs en dansen niet direct bij je spieren en organen terecht komt) en zorg er na een feest voor dat tekorten weer worden aangevuld.

9. *Het gebruik van XTC, speed en cocaïne is slecht voor je tanden door:*

d. Zowel a., b. en c.

Stof op het glazuur: Hoewel er nog niet erg veel over bekend is, is bekend dat mensen die regelmatig drugs gebruiken een slecht gebit hebben.

Klemmen en knarsetanden: Door gebruik van speed en XTC neemt de spanning van je spieren toe. Ook de kaakspieren trekken samen en veel gebruikers gaan daardoor stevig knarsetanden. Dat doen ze zowel tijdens als na het gebruik. Dit veroorzaakt schade aan je gebit, Vooral aan tanden achterin je mond.

Vermindering van speeksel: XTC en amfetamine leiden tot een vermindering van speeksel. Je krijgt een droge mond. Door de vermindering van speeksel is er geen sprake meer van de natuurlijke reiniging van je tanden waardoor de kans op gaatjes (cariës) toeneemt. Als je vaak gebruikt is het verstandig je mond een keer per dag met fluoride te spoelen om gaatjes tegen te gaan.

Ook overgeven, het drinken van zoete drankjes en het minder goed tandenpoetsen kan zorgen voor een minder goed gebit. Ook juist te hard poetsen kan slecht zijn, vanwege een door drugs verzacht tandglazuur.

Bijlage 7

Achterkant kennistest

Zeg eens: wat drink / snuif / slik je eigenlijk?

(deze informatie wordt vertrouwelijk behandeld)

1. Ik ben een

- Man
 Vrouw
 en mijn leeftijd is ... jaar

2. Ik heb gebruikt

In de laatste Maand:

- Alcohol
 Tabak
 Cannabis
 XTC/MDMA
 Cocaïne
 Speed
 GHB
 Paddo's
 Ephedra/herbals
 Anders, nl...
 Niets

Vanavond:

- Alcohol
 Tabak
 Cannabis
 XTC/MDMA
 Cocaïne
 Speed
 GHB
 Paddo's
 Ephedra/herbals
 Anders, nl...
 Niets

3. Ik vind de informatie en het advies net gekregen van Unity

(omcirkel het getal wat jij van toepassing vindt)

Onbetrouwbaar 1 2 3 4 5 Betrouwbaar

Oninteressant 1 2 3 4 5 Interessant

4. Informatie over drugs en alcohol zoek ik via

- Vrienden die gebruiken Flyers Internet
 Vrienden die niet gebruiken Bibliotheek *Site:*
 TV/Radio/Krant 1 School Tijdschriften
 Voorlichting op feesten Ouders *Blad:*
 Anders, nl...

5. Ik vind dat je drugs moet kunnen laten testen op feesten

- Ja
 Nee

6. Ik heb de volgende tips/opmerkingen

Hartelijk dank voor het invullen & een fijn feest verder!!

