

Samenvatting: hoe in gesprek gaan rond alcohol, illegale drugs en gamen tijdens een CLB-consult?

- **Zorg voor een ontspannen en open houding** vb. ga niet met je armen over elkaar zitten, leun een beetje naar voor, dan kom je geïnteresseerd en positief over.
- **Begroet de leerling op een positieve en enthousiaste manier** *“Welkom, ga zitten.”*
- **Stel jezelf voor en geef uitleg wat hij/zij kan verwachten tijdens het consult.** (Deze uitleg kan ook klassikaal). *“Je vulde daarnet de vragenlijst in,.....”*
- **Duid je beroepsgeheim** *“Alles wat je vandaag tegen mij vertelt, geef ik niet door aan je ouders, de school, ... Dit gesprek blijft tussen ons.”*

STAP 1: Breng alcohol, drugs of gamen ter sprake

- **Geef aan dat de jongere zelf vragen kan stellen.**
 - *“Als je vragen hebt over een bepaald middel, dan kan dat zeker tijdens dit consult. Ik zoek dan samen met jou naar antwoorden.”*
 - *“Je hebt daarnet een vragenlijst ingevuld over verschillende onderwerpen. Waar wil jij het met mij over hebben?”*
- **Leg kort en duidelijk uit wat je opmerkte in de vragenlijst ‘Gezond Leven? Check het even! (GLCE). Vraag toestemming om in gesprek te gaan.**
 - *“Ik zag in de vragenlijst dat je af en toe cannabis rookt en alcohol drinkt. Is het ok voor jou als ik hier een aantal vragen over stel?”*
 - *“Ik zou het met jou graag hebben over je alcoholgebruik/cannabisgebruik. Vind je dat goed?”*
- **Respecteer wanneer de jongere niet op een onderwerp wilt ingaan en informeer hoe de jongere later informatie kan krijgen.**
 - *“Geen probleem. Wil je later toch meer informatie, dan kan je hiervoor terecht op de website van de Druglijn. Je kan ook opnieuw het CLB contacteren.”*

STAP 2: Breng het gebruik in kaart

- **Bevestig de jongere als hij/zij instemt voor een gesprek over alcohol/drugs:**
 - *“Ik stel het op prijs dat je mij in vertrouwen neemt!”*
 - *“Sterk van jou dat je dit wilt bespreken.”*
 - *“Fijn om te horen dat je het hier met mij over wil hebben.”*
- **Breng in kaart via de vragenlijst of via een mondeling gesprek hoeveel, hoe vaak en wanneer gebruikt wordt.**
 - *“Hoeveel glazen alcohol drink je meestal per keer?”*
 - *“Hoe vaak gebruikte je cannabis in de laatste maand?”*
- **Als de jongere zelf vragen heeft naar de mate waarin zijn of haar alcohol/druggebruik/gamen zorgwekkend is kan je voorstellen om een zelftest te doen op De Druglijn of een assessmenttool toe te passen .**
 - *“Zou je het zien zitten om bij een vervolgesprek de [CRAFT](#) te doorlopen? Dit is een online instrument waarmee je je alcohol/cannabisgebruik in kaart kan brengen.”*



- *“Heb je zin om thuis of tijdens een vervolgggesprek te zien of je gamegedrag zorgwekkend is? Hiervoor kan je de vroeginterventietool [Game\(L\)over](#) gebruiken.”*
- **Verwoord je zorgen rechtstreeks en zonder veroordeling. Gebruik hierbij zoveel mogelijk uitspraken van de jongere. Benadruk vervolgens de eigen verantwoordelijkheid van de jongere voor zijn keuzes en pols tot slot naar de visie van de jongere.**
 - *“Je zegt dat je regelmatig cannabis gebruikt omdat je je niet goed voelt in je vel”. “Ik maak mij hierdoor zorgen om jou.”*
 - *“Heb je zin om het op een ander moment hierover te hebben?”*
 - *“Ik merk dat je wel wat vragen hebt, zou het een hulp zijn als we op een ander moment samen zitten zodat ik je vragen kan beantwoorden?”*

(Stap 3: Ga op zoek naar motivatie om te veranderen) → afhankelijk van tijd.

- *“Je zegt dat je soms paranoia wordt door cannabis te gebruiken en angstaanvallen krijgt. Zou je graag willen minderen met het gebruik van cannabis?”*
- *Je geeft aan dat je ouders teleurgesteld zijn in jou. Wil je hier graag iets aan veranderen?”*
- *Heb je al overwogen om minder te gebruiken?”*
- **Merk je dat de jongere niet wil verminderen of stoppen? Respecteer deze keuze, spreek de jongere aan op zijn/haar verantwoordelijkheid en laat de deur open staan. Bedank de jongere voor zijn of haar tijd. Geef mee hoe de jongere je kan bereiken of waar hij/zij info kan vinden.**
 - *“Dankjewel voor je openheid.” “Wil je er later toch nog over hebben? Dan kan je me bereiken.... Of je kan ook anoniem je vragen stellen via de Druglijn of de [CLBch@t](#). Bedankt voor je tijd.”*
 - *“Je zegt dat je niet wil minderen met cannabis te gebruiken, deze keuze respecteer ik. Indien je toch informatie zou willen over cannabis? Dan ka je hiervoor terecht op de Druglijn. Als je wil, kan je op die website ook een zelftest doen rond het gebruik van cannabis. Nog een fijne dag.”*

Ben je op zoek naar een document die je gesprekstechnisch ondersteunt bij het voeren van een CLB-consult voor jongeren in het derde jaar secundair onderwijs? Neem dan zeker een kijkje in [de leidraad rond alcohol, illegale drugs en gamen](#).

