

Jonge kinderen leren omgaan met verleidingen

Wat kunnen ouders doen en hoe kunnen professionals dit ondersteunen?

Marjan Möhle

Presentatie online sessie Nederlands Centrum Jeugdgezondheid

27 mei 2025

20-5-2025

Inhoud

- Aanknopingspunten voor middelenpreventie bij 2-12-jarigen
- Middelenpreventie: wat werkt voor wie en wanneer?
- Onderbouwing: zeven opvoedtips
- Aanbod middelenpreventie in Nederland

Levensfasen en breuklijnen in gezondheid en preventie



Ontwikkelingsaspecten & Omgevingsinteractie: 2-4 jaar

Life events: Bevallings en de komst van de baby, zwangerschap volgend kind, verhuizing, migratie, emigratie, scheiding, overlijden dierbaren, ziekte ouders, kinderen, dierbaren.

	Ontwikkelingsaspecten					Interactie met omgeving				
	Biologisch <-> Psychisch <-> Sociaal					Common Assesment Framework (CAF)				
	Lichamelijke ontwikkeling	Motorische ontwikkeling	Cognitieve ontwikkeling	Seksuele ontwikkeling	Persoonlijke ontwikkeling	Sociaal-emotionele ontwikkeling	Ontwikkel-behoeften	Opvoed-capaciteit	Impact op gezin	Omgeving
Peuterfase 2 - 3 jaar	Groei: 10 cm per jaar	Tekenen (krassen), plakken	Drie-woord zinnen	Zindelijk worden	Nee fase (peuterpuberteit)	Op zichzelf gericht in contact	Zindelijk worden	Inspelen op de interesse van zindelijkheid	Opvoed-onzekerheid	Peuterspeelzaal, voorschool
	Eten: zelfstandigheid neemt toe	Leren traplopen, rennen en springen	Begrijpt aanwijzingen en begrips-ontwikkeling (groot / klein)		Wisselend temperament	Kan zich nog niet in een ander verplaatsen	Oefenen van verschillende communicatie-uitingen	Tijd nemen om taalontwikkeling te stimuleren (vocale vergroten)	Ontstaan van conflictsituaties (peuterpuberteit)	Veilige en stimulerende omgeving (binnen, buiten en bij anderen)
		Leren aankleden			Driftbuien	Grenzen verkennen	Mogelijkheden om fijne motoriek te oefenen	Tandenpoetsen: twee keer per dag	Mediaopvoeding	Veilig en stimulerend speelgoed
							Structuur en consequent opvoedgedrag	Gedrag afstemmen op temperament	Overeenstemming opvoeding (op een lijn komen)	Medeopvoeders
								Grenzen stellen, vertrouwen en veiligheid bieden		
								Negeren negatief gedrag		
Peuterfase 3 - 4 jaar	Groei: 8 cm per jaar	Knippen, pen of potloodgreep	Spreekt in korte zinnen en vertelt verhaaltjes	Interesse in eigen lichaam en dat van anderen	Vragen stellen (waarom-vragen)	Ontwikkelen eigen identiteit (ik ten opzichte van de ander)	Ruimte en tijd om fijne motoriek te oefenen	Stimuleren zichzelf aan te kleden	Omgang met medeopvoeders	Toename contacten met volwassenen en kinderen buiten het gezin
	Slapen: alleen 's nachts	Hinkelen, huppelen en fietsen	Eenvoudige vragen beantwoorden en kleine 2-voudige opdrachten uitvoeren	Eigen lichaam ontdekken	Nieuwsgierig: geen gevaar zien	Bewustwording van gevoelens van anderen (helpen en troosten)	Ontdekken eigen lichaam	Aansluiten op de fysieke en seksuele ontwikkeling	Groeiend contact met leeftijdsgenootjes	Veilige en stimulerende omgeving (verkeersveiligheid)
	Eten: extra vitamine D	Kleren aantrekken, knopen losmaken			Grote fantasie: peuterangsten	Rekening houden met anderen (op beurt wachten)	Positieve en stimulerende aandacht	Positieve bekrachtiging van gedrag en initiatieven	Toezicht houden (beschermen)	Speeltuin
							Benoemen van gevoelens	Verwoorden van gevoelens (bij kind en van ouder)		Veilig vervoer (openbaar vervoer, fiets, auto, wandelen)
							Zelfstandigheid	Duidelijk en consequent zijn, regels aanpassen en uitleggen		

Ontwikkelingsaspecten & Omgevingsinteractie: 4-6 jaar

Life events: Bevalling en de komst van de baby, zwangerschap volgend kind, verhuizing, migratie, emigratie, scheiding, overlijden dierbaren, ziekte ouders, kinderen, dierbaren.

Ontwikkelingsaspecten						Interactie met omgeving			
Biologisch <-> Psychisch <-> Sociaal						Common Assesment Framework (CAF)			
Lichamelijke ontwikkeling	Motorische ontwikkeling	Cognitieve ontwikkeling	Seksuele ontwikkeling	Persoonlijke ontwikkeling	Sociaal-emotionele ontwikkeling	Ontwikkel-behoeften	Opvoed-capaciteit	Impact op gezin	Omgeving
Groei: 6 cm per jaar	Herkenbare figuren tekenen	Besef van hoeveelheden, plaats, tijd, ruimtelijke verhoudingen	Seksualiteit (doktertje, vader-ontdekken via spel en moedertje)	Start gewetens-ontwikkeling	Leren door spel: symbolisch spel en doen alsof	Mogelijkheden om fijne motoriek te oefenen	Stimuleren van spel	Weekinvulling bepaald door ritme van school	Basisschool
Wisselen melktanden	Veters strikken	Gebruik van langere zinnen, bijzinnen en herkennen van letters	Ontwikkelen genderidentiteit	Ontwikkeling van schaamte-gevoelens	Overgang van ego-centrisch perspectief naar maatschappelijk perspectief	Mogelijkheden om taal te oefenen	Stimuleren van taalontwikkeling	Samenwerken met school	BSO
	Fluiten, zwemmen, ritmiciteit en timing	Leren staat centraal		Piek in magisch denken	Vriendschappen sluiten	Normen en waarden	Gewenst gedrag benoemen	Vergroten sociale netwerk	Zwemles en clubjes
						Mogelijkheden om samen te spelen	Accepterende en autoritatieve opvoedingsstijl	Loslaten en vertrouwen geven	Buitenspelen
							Aanmoedigen sociaal gedrag (voorbeeldgedrag, meespelen)		Invloed van media

Ontwikkelingsaspecten & Omgevingsinteractie: 6-12 jaar

Life events: Bevalling en de komst van de baby, zwangerschap volgend kind, verhuizing, migratie, emigratie, scheiding, overlijden dierbaren, ziekte ouders, kinderen, dierbaren.

	Ontwikkelingsaspecten					Interactie met omgeving				
	Biologisch <-> Psychisch <-> Sociaal					Common Assesment Framework (CAF)				
	Lichamelijke ontwikkeling	Motorische ontwikkeling	Cognitieve ontwikkeling	Seksuele ontwikkeling	Persoonlijke ontwikkeling	Sociaal-emotionele ontwikkeling	Ontwikkel-behoeften	Opvoed-capaciteit	Impact op gezin	Omgeving
Schoolkind 6 - 12 jaar	Slapen: 11 tot 9 uur per nacht, slaapwandelen	Lichaams-beheersing	Inzicht in oorzaak en gevolg	Ongemakkelijk gevoel bij bloot zijn, minder vragen durven stellen	Vorming van het zelfbeeld: assertiviteit	Apart spelen jongens en meisjes	Steunen, sturen en stimuleren	Uitleggen waarom regels belangrijk en nodig zijn	Herverdeling taken en regels in huis	Basisschool
	Groeipijnen	Ontwikkelen van spieren (kracht en tonus)	Begrijpen, oordelen, redeneren en concluderen	Voor het eerst verliefd	Morele ontwikkeling: normbesef, gemeenschapszin en rechtvaardigheidsbesef	Werkelijkheid willen leren kennen	Samen spelen en ervaren (beste vriendje, groepsvorming, teamporten)	Zorgen voor voldoende rust en ontspanning	Logistieke organisatie (vrijetijd: sport, spel, muziek)	Sportvereniging en andere verenigingen
	Kiezen voor gezonde leefstijl	Armen en benen in proportie	Leren centraal: lezen, schrijven, rekenen	Bewustworden van seksuele oriëntatie	Identificatie met ouders, klasgenoten, buurtkinderen	Behoeftte om erbij te horen en geaccepteerd te worden (groepsleid)	Delen van ervaringen (gevoelens en emoties)	Inleven in de belevingswereld	Wijziging invulling avond	Logeren, schoolreisje, weg van huis
							Positieve en stimulerende aandacht	Positieve omgeving bieden waarin gedrag bekrachtigd wordt	Management van verwachtingen t.a.v. zelfstandigheid en verantwoordelijkheid	Invloed van (sociale) media
								Stimuleren van gezonde leefstijl	Stimuleren en faciliteren van sociale ontwikkeling	Spelen bij vriendjes en vriendinnetjes
								Overeenstemming van opvoedgedrag met wat je uitdraagt	Erkennen autonomie, loslaten en vertrouwen	Toename autonomie (buitenshuis)

Leeftijd	Ontwikkelingstaken kind	Opvoedingsopgaven ouders
2-4 jaar	Taalvaardigheden Zelfsturing/zelfregulatie Omgang leeftijdgenoten Zelfredzaamheid Identificatie	Emotionele steun bieden Autonomie erkennen Structureren en grenzen stellen Praten met je kind: uitleg geven Waarden en normen: wat hoort en moet
4-6 jaar	Schoolse vaardigheden/taakgerichtheid Fijne motoriek/digitale wereld Gezinsnormen/regels Omgang leeftijdgenoten: samen spelen, voor jezelf opkomen Gewetensontwikkeling Schaamtegevoelens Kleine taakjes in huis	Stimulerende omgeving Autonomie bevorderen Contact met leeftijdgenoten: open/respectvol Warmte, begrip en wederkerigheid in relaties Structuur bieden Grenzen stellen Uitleg en informatie geven
6-12 jaar	Zelfstandigheid/eigen mening Vervoer/geld/vrije tijd/digitale wereld Zelfregulatie: herkennen en benoemen emoties, impulsen beheersen of bijsturen Schoolse vaardigheden: concentratie Relaties leeftijdgenoten: kleine conflicten oplossen, gebruik sociale media Verplaatsen in anderen	Interactie en positieve waardering voor leren en school

2013-2023

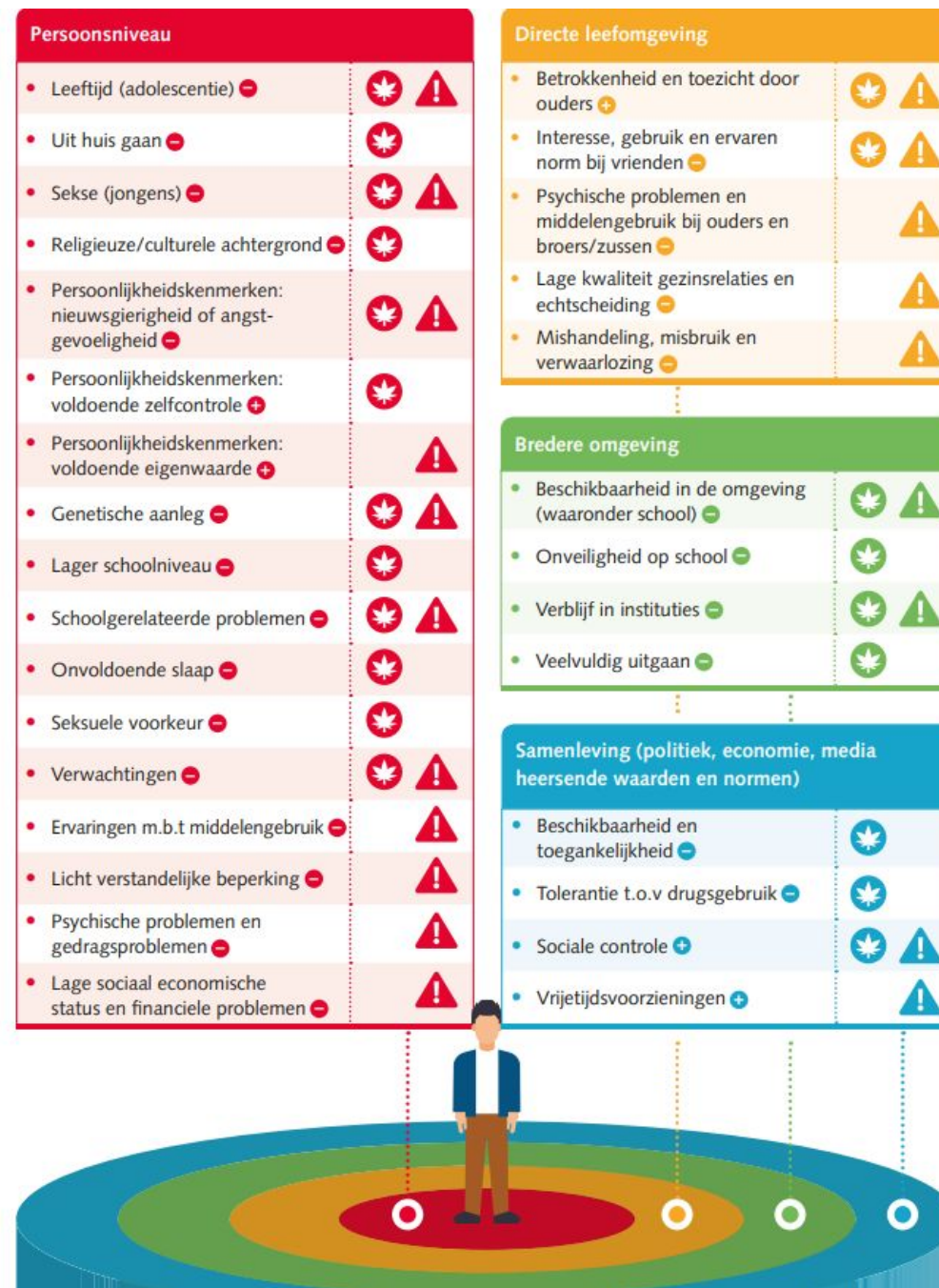
Risico- en beschermende factoren voor (problemen door) middelengebruik



= beginnen met gebruik



= ontstaan van problemen door gebruik



Richtlijnen

Verslavingspreventie

Binnen het onderwijs

In dit overzicht is per type onderwijs en de verschillende leeftijdsfasen te zien welke preventieve interventies er ingezet kunnen worden.

De richtlijnen geven meer duidelijkheid over de manier van werken, de beschikbare interventies en de theoretische onderbouwing.



Wat werkt (niet) bij middelenpreventie 10-12-jarigen?

Algemene doelgroep	Risicogroepen (bv speciaal onderwijs, KOPP/KOV)
Doen Versterken sociaal-emotionele ontwikkeling Voorlichting ouders over roken/vapen en alcohol einde groep 8 Voorlichting ouders over gamen en sociale media Informatiebrochures en websites ouders Gezond schoolbeleid	Doen Zie algemeen plus: Signaleren en begeleiden leerlingen met problemen Opvoedondersteuning ouders/verzorgers Individuele aanpak risicoleerlingen door professionals
Niet doen Klassikale voorlichting leerlingen Spreekbeurten over middelen Afschrikwekkende voorlichting Weerbaar maken tegen groepsdruk <i>(zie toelichting op volgende dia)</i>	Niet doen Zie algemeen

Valkuilen

Werkt niet en soms zelfs averechts.
Kinderen kunnen het juist normaal
of interessant gaan vinden.

Effect hangt af van leeftijd. In vroege en
midden adolescentie is bij
leeftijdgenoten nog heel belangrijk. Pas
vanaf 16 jaar wordt het makkelijker eigen
keuzes te maken.

Afschrikwekkende
benadering: laat
politie-agent of
ervaringsdeskundige
vertellen wat er kan
gebeuren

Weerbaarheid vergroten:
leer kinderen 'Nee' zeggen.

Interventies in basisonderwijs dragen bij aan middelenpreventie



Kanjertraining ****

Programma Alternatieve Denkstrategieën (PAD) ****

De Vreedzame School **

Leefstijl *

SWPBS (School Wide Positive Behavior Support) *

Programma Leren & Leven *

Move a-Head 1+1=3

Rookvrij Schoolterrein *



schoolwide

PBS

* = Theoretisch goed onderbouwd

** = Effectief volgens eerste aanwijzingen

*** = Effectief volgens goede aanwijzingen

**** = Effectief volgens sterke aanwijzingen



Opvoedondersteuning: 7 tips als ‘rode draad’

- | | |
|--|---|
|  | 1. Toon warmte en betrokkenheid. |
|  | 2. Wees je bewust van je voorbeeldrol. |
|  | 3. Praat met kinderen over alcohol, tabak en drugs en begin hier op tijd mee. |
|  | 4. Stel een grens en maak afspraken met elkaar. |
|  | 5. Zorg voor voldoende kennis van middelen en risicofactoren. |
|  | 6. Probeer signalen van (problematisch) gebruik te herkennen. |
|  | 7. Praat met andere ouders over opvoeding en middelengebruik. |

Auteurs: Marjan Mohle, Marloes van Goor, Neeltje Vogels

WAT KUNNEN OUDERS DOEN IN DE MIDDELENOPVOEDING VAN HUN KIND?

Infosheet voor professionals



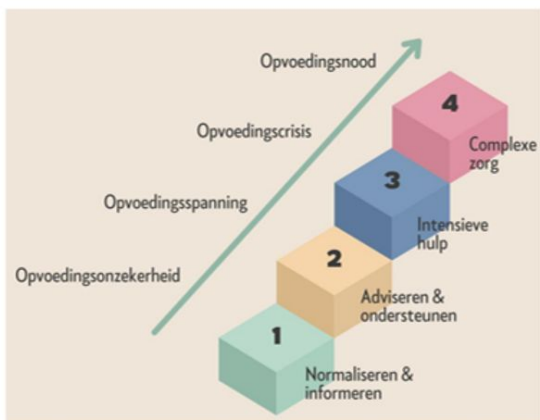
VOOR WIE IS DEZE INFOSHEET BEDOELD?

Deze infosheet is voor professionals die werken met ouders/opvoeders (hierna: ouders) en daarbij een rol hebben in het voorkomen en signaleren van middelengebruik. Dit zijn preventiespecialisten bij instellingen voor verslavingszorg en de GGD. Maar het kunnen ook professionals in het onderwijs, de jeugdhulp, het sociaal domein en de gezondheidszorg zijn.

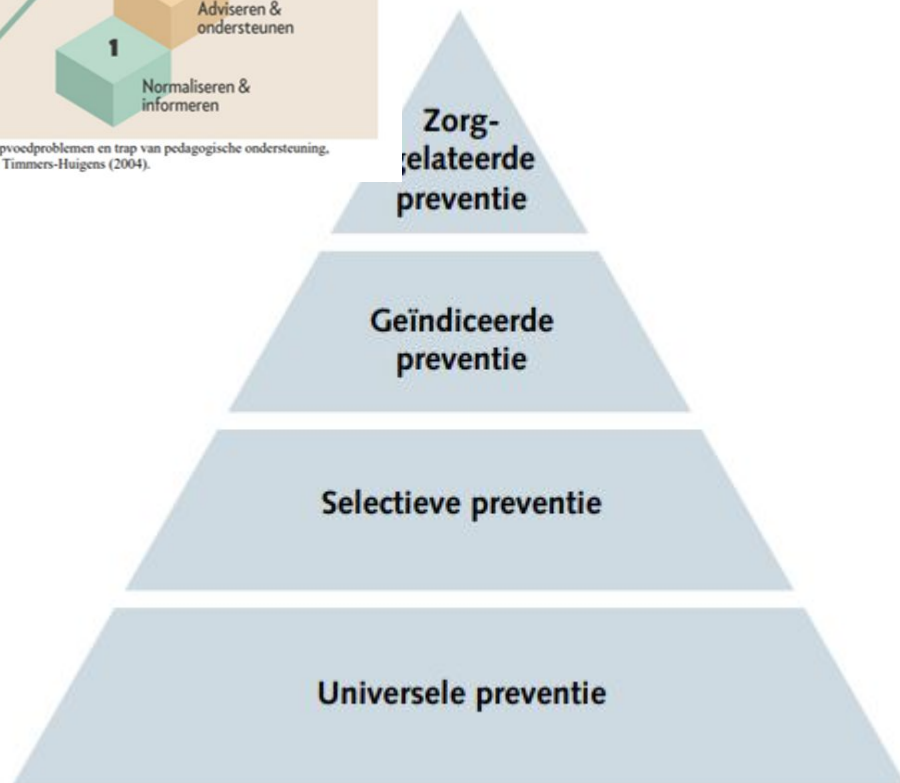
HELDER OPVOEDEN

Leeftijdsfase Doelgroep	Relevante factoren	Rol van ouders en opvoeders	Bijpassend aanbod
0-25 jaar Algemeen	Middelengebruik ouders	Voorbeeldrol in doen en erover praten	Ouders: Campagne ‘Zien drinken, doet drinken’ Voorlichting einde groep 8 Websites en brochures Opgroeien in Kansrijke Omgeving
1-18 jaar Algemeen	Zelfcontrole Eigenwaarde	Stimulerende omgeving Autonomie bevorderen Contact leeftijdgenoten Warmte, begrip en wederkerigheid Structuur bieden Grenzen stellen	Kinderen: Programma’s via scholen, basisonderwijs breed, voortgezet onderwijs meer specifiek op middelengebruik Opgroeien in Kansrijke Omgeving Ouders: Opvoedondersteuning breed: Triple P, Opvoeden&Zo, Opgroeien in Kansrijke Omgeving Vanaf 12 jaar specifiek op middelengebruik: Helder op School, Helder Opvoeden
1-18 jaar Kinderen van ouders met psychische problemen of verslaving	Psychische problemen of verslaving bij ouders	Ouders soms beperkt in opvoeden. Steun vanuit netwerk of professionals nodig.	Kinderen: KOPP-KOV-interventies via IVZ en GGZ Ouders: KopopOuders

Positionering



Figuur 1. Continuum van opvoedproblemen en trap van pedagogische ondersteuning, aangepast overgenomen uit Timmers-Huigens (2004).



Overzicht aanbod middelenpreventie voor ouders

Positief Opvoedprogramma Triple P

Doel: problemen voorkomen door kennis, vaardigheden en zelfvertrouwen ouders te versterken
Doelgroep: ouders van kinderen 0-18 jaar

Niveau 4/5: Training individueel of groep

Niveau 3: Eerstelijns (4 gesprekken) of workshops

Niveau 2: Kort adviesgesprek en lezingen

Niveau 1: Publiekscampagne

Oudercursus Help mijn kind kan niet zonder

Doel: verminderen opvoedstress door versterken opvoedvaardigheden
Doelgroep: ouders van jongeren 12-23 jaar die opvoedstress ervaren door problematisch gebruik van hun kind

Preventief adviesgesprek (ouders)

Doel: vergroten bewustzijn eigen situatie en versterken van (keuze) mogelijkheden
Doelgroep: mensen met (hulp)vragen over psychische klachten en verslaving bij zichzelf of naasten

Online cursus Praten met uw kind

Doel: ouders leren hoe zij moeilijke onderwerpen kunnen bespreken
Doelgroep: ouders jongeren 12-24 jaar met opvoedvragen over middelengebruik en gamen

Helder op School: Frisse Start

Doel: vergroten risicoperceptie, attitude en eigen-effectiviteit
Doelgroep: ouders leerlingen 12-13 jaar

Helder op School: Samen Fris

Doel: in gesprek gaan en NIX18 afspraak maken
Doelgroep: ouders leerlingen 13-15 jaar

KopOpOuders (website en online cursus)

Doel: opvoedsteun
Doelgroep: ouders met stress, psychische problemen of verslaving

Alcoholadviesgesprek (jongeren en ouders)

Doel: risico's alcoholgebruik benoemen en drinkgedrag beïnvloeden
Doelgroep: ouders jongeren 12-23 jaar

Ouderbijeenkomst 'Helder Opvoeden'

Doel: vergroten risicoperceptie, attitude, vaardigheden en eigen-effectiviteit
Doelgroep: ouders bovenbouw VO/MBO (15-20 jaar)

Website www.helderopvoeden.nl

Doel: geven van opvoedinformatie over middelengebruik en gamen
Doelgroep: ouders jongeren 12-24 jaar met opvoedvragen over middelengebruik en gamen

NIX18

Doel: ouders geven geen kind onder 18 jaar geen alcohol
Doelgroep: ouders van 12-18-jarigen

Social media campagne Helder Opvoeden

Doel: ouders attent maken op mogelijke opvoedvragen rond uitgaan en middelengebruik
Doelgroep: ouders van jongeren 15-20 jaar

Infowebsites, chat en telefoon Trimbo's en verslavingszorg

Doel: informeren en adviseren over middelengebruik
Doelgroep: algemeen publiek

Gemeentelijke preventieaanpak Opgroeien in een Kansrijke Omgeving (OKO)

Doel: creëren van een positieve leefomgeving, waarin jongeren gezond, veilig en kansrijk kunnen opgroeien, zonder middelen
Doelgroep: (omgeving van) ouders van kinderen 10-18 jaar

zien drinken. doet drinken.

**DRINK JIJ ALCOHOL ALS
JOUW KIND ERBIJ IS?**

(English version)



**DE INVLOED VAN
ALCOHOLRECLAME. GA IN
GESPREK MET JE KIND**



OPGROEIEN IN EEN KANSRIJKE OMGEVING

Gezin

- ✓ Tijd doorbrengen met ouders
- ✓ Controle en monitoring door ouders
- ✓ Ondersteuning door ouders
- ✓ Regels stellen

School

- ✓ Positief schoolklimaat
- ✓ Betrokkenheid bij school
- ✗ Pesten

Peergroep

- ✓ Afspraken met andere ouders
- ✗ Laat buiten rondhangen
- ✗ Feestjes zonder toezicht

Vrije tijd

- ✓ Georganiseerde vrijetijdsbesteding
- ✓ Inzet rolmodellen

Helder op School voor het primair onderwijs

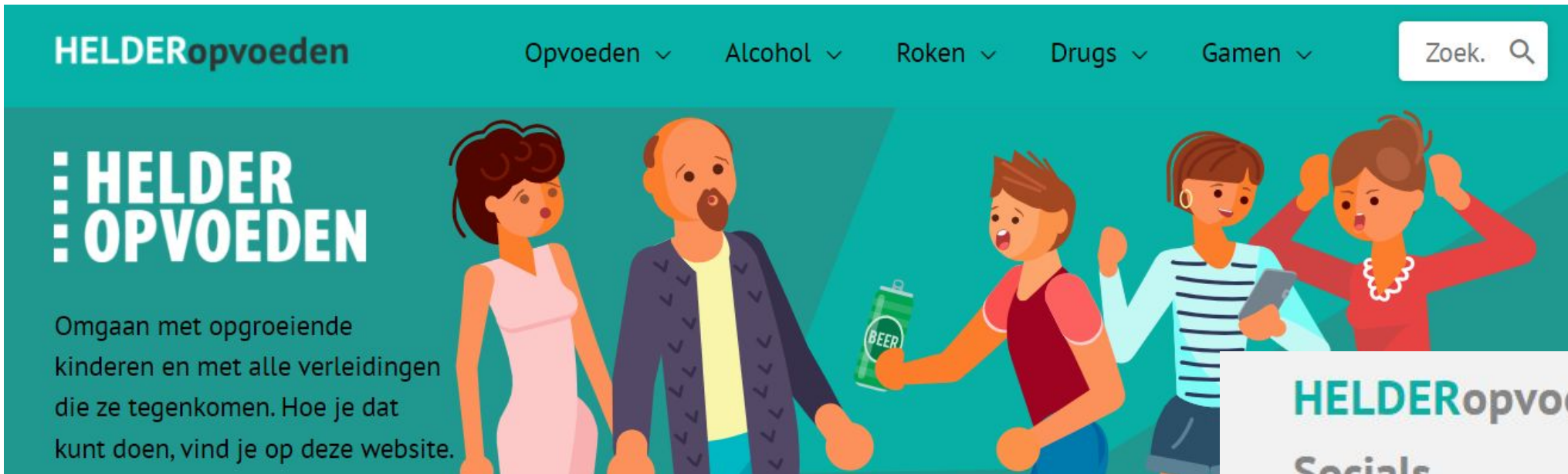


Helder op School voor het primair onderwijs helpt scholen aandacht te besteden aan de preventie van roken, alcohol en (te veel) gamen. Verbeter uw beleid, krijg ondersteuning bij signaleren en leer meer over de omgevingsfactoren die leerlingen beïnvloeden.

Snel naar...

- [Beleid](#)
- [Educatie](#)
- [Signaleren](#)
- [Omgeving](#)
- [Vragen](#)

Helder Opvoeden *website, socials en toolbox voor ouderbijeenkomst*



Op deze pagina

In deze toolbox vind je informatie over de bouwstenen van de ouderbijeenkomst Helder Opvoeden.

- Zeven opvoedtips
- Uitleg over puberteit
- Cijfers en trends
- Kennis over gebruik en risico's van veelgebruikte middelen



Campagnes



Home NIX18

Met je kind praten over alcohol. Hoe doe je dat?

 **Ervaringen van andere ouders**

Lees hoe ouders omgaan met NIX18

 **Test jezelf**

Hoeveel weet jij over alcohol en de opvoeding?

Trimbos sites

A

Een website van


HELDERopvoeden
Opvoeden
Alcohol
Roken
Vapen
Drugs
Gamen
Zoek.

Voorkom dat je kind gaat vaperen.

Vapes bevatten veel giftige stoffen, zijn supersnel verslavend en verstoren de ontwikkeling van de hersenen van het kind. Ook jouw kind kan ermee beginnen en zonder het door te hebben verslaafd raken. Wacht dus niet, lees verder en verdiep je in de feiten, zodat je er goed met je kind over kunt praten.



Zegt jouw kind nee tegen vaperen?

 Wat is vaperen?



 Hoe schadelijk is vaperen voor jongeren?



 Hoe kan ik het gesprek aangaan met mijn kind?



Home > Voor mij

Informatie voor ouders



Waar vind ik hulp?

Lees Meer >



Wat merkt mijn kind
ervan?

Lees Meer >



Hoe leg ik het mijn
kind uit?

Lees Meer >