

# Persona's in middelengebruik

Er is veel bekend over de effecten en risico's van het gebruik van alcohol en drugs door jongeren, maar hoe goed kennen we de (potentiële) gebruikers van deze middelen? Wat weten we bijvoorbeeld van hun motivatie om middelen te gebruiken? En wat weten we van jongeren die geen alcohol of drugs gebruiken? Wat zijn hún motieven? De antwoorden op deze vragen zijn cruciaal om effectieve interventies en communicatiestrategieën te kunnen ontwikkelen voor preventie van het gebruik van alcohol en drugs door jongeren.

## Persona's in middelengebruik

Onder de naam 'Persona's in middelengebruik' (Het Personaproject) doet het Trimbos-instituut sinds 2015 onderzoek naar gedrag van jongeren rond het gebruik van alcohol en drugs. Binnen dit project zijn 9 persona's ontwikkeld, met daarin aandacht voor positieve en negatieve verwachtingen van gebruik, gebruiksfrequentie, sociale omgeving en motivatie om wel of niet te stoppen.

## Hoe zijn de persona's ontwikkeld?

Bij de ontwikkeling van de persona's is gebruik gemaakt van bestaande literatuur, interviews met 43 jongeren en 94 (zorg)professionals, 4182 online ingevulde vragenlijsten en input van 350 eerstejaars studenten aan de Universiteit Utrecht. De interviews en de vragenlijsten gingen over alcohol, cannabis, ecstasy, speed, cocaïne, lachgas, paddo's, ketamine, 2-CB, 4-FA, LSD, GHB, geneesmiddelen die niet op recept (of voorschrift van een arts) zijn verkregen, zoals Ritalin, en in sommige gevallen over het niet-gebruiken van alcohol en drugs.

## Voor wie?

Deze 9 persona's in middelengebruik zijn bestemd voor beleidsmakers, ontwikkelaars van interventies, onderzoekers en preventiewerkers en zorgmedewerkers in de verslavingszorg.

## Waar zijn deze persona's niet voor bedoeld?

De persona's in middelengebruik zijn niet bedoeld als een volledig overzicht van alle soorten jongeren die alcohol en drugs gebruiken die er bestaan. Ze zijn geschikt als richtlijn, maar moeten niet té rigide worden ingezet. Ze zijn ook niet bedoeld om individuele jongeren in een hokje te stoppen. Het kan zijn dat een jongere zich in verschillende persona's herkent bij het gebruik van verschillende middelen. Het kan ook zijn dat de motieven van een jongere gedurende een bepaalde periode 'verschuiven', waardoor iemand zich eerst in één persona herkent en later in een andere. Het blijft belangrijk om ondanks de subgroepen oog te houden voor individuele verschillen.

## Wat kan ik met de persona's?

De persona's geven houvast bij de ontwikkeling van beleid en interventies en bij het bieden van zorg. Doordat de verschillen op het gebied van motieven van gebruik voor de belangrijkste subgroepen worden beschreven, kan beleid en zorg beter worden afgestemd. In beleids- en interventieontwikkeling helpen de persona's bij het nadenken over de doelgroep jongeren van 18 t/m 25 jaar. Ze kunnen ondersteuning bieden bij het beantwoorden van vragen zoals: Voor welke subgroep jongeren is deze interventie relevant en geschikt? Is er een subgroep jongeren die andere ondersteuning nodig heeft dan wij aanbieden? Door de persona's hierbij te gebruiken, kunnen beleid en interventies veel gericht ontwikkeld worden, omdat zij het mogelijk maken om rekening te houden met de eigenschappen en de behoeften van de doelgroep.

De 9 persona's

"Ik kan ook gezellig doen zonder alcohol. Ik heb al de grootste lol hoe belachelijk anderen doen met alcohol op."

Heeft geen interesse in gebruik van alcohol en drugs

De **NIET** gebruiker

De niet-gebruiker heeft geen interesse in alcohol en drugs en ziet geen reden om deze te gebruiken. Deze persoon heeft weinig tot geen vrienden die drugs gebruiken en krijgt dan ook nooit drugs aangeboden. Enkele vriend(inn)en drinken wel eens alcohol, maar die weten dat de niet-gebruiker niet drinkt en dringen ook niet aan. Overwegend veel niet-gebruikers zijn vrouw en relatief veel van hen wonen nog bij ouders thuis.



## VERWACHTINGEN

### Drugs

De niet-gebruiker heeft alleen maar negatieve verwachtingen van drugs, geen enkele positieve verwachting.

### Alcohol

De niet-gebruiker heeft voornamelijk negatieve verwachtingen van alcohol. Daarnaast enkele traditionele positieve verwachtingen, zoals fijne tijd met vrienden doorbrengen en losser worden / remmingen vallen weg.



## STOPPEN OF MINDEREN

De niet-gebruiker gebruikt geen alcohol en/of drugs, dus stoppen en minderen zijn niet aan de orde.



## DE 4 BESTE VRIENDEN

0-1

gebruiken drugs

bingedrinken:

2

## Risico's

De niet-gebruiker die toch besluit te experimenteren heeft weinig kennis en onderschat mogelijk de risico's.

## Bereik

Deze persona is over het algemeen wat jonger en goed te bereiken via school, ouders, sociale media en jongerenwerk.

## Interventies

Deze persona is mogelijk het best geholpen door een omgeving die hen positief bevestigt en ondersteunt in de keuze om niet te gebruiken. Kennisoverdracht kan via schoolinterventies en online informatie.



GEBRUIK

## Drugs

Geen ervaring, geen intentie



Alcohol

Drinkt niet

"Als je het gewoon in de supermarkt kunt kopen, dan is het makkelijker om te zeggen 'nou laat ik even een biertje doen', dan als je helemaal naar een speciale winkel moet zoals je voor drugs zou moeten. Drugs is niet bij de supermarkt te koop."

"Omdat het gezellig is voor allemaal. En na een drukke werkweek vind ik het wel fijn om even een wijntje of twee te nemen. Dan merk ik dat het wat ontspanner wordt."



De beheerste alcoholgebruiker drinkt alcohol op speciale gelegenheden zoals verjaardagen en etentjes, of na de werkweek op de bank om te ontspannen met een glas wijn en een film. Dronken worden of een kater krijgen vindt de beheerste alcoholgebruiker niet prettig, dus meer dan enkele glazen zal deze persoon niet drinken. Een relatief groot deel van de groep woont bij zijn/haar ouders; een relatief klein deel van de groep woont met huisgenoten (studentenhuis). In deze groep zijn vrouwen iets oververtegenwoordigd.



## VERWACHTINGEN

### Drugs

De niet-gebruiker heeft alleen maar negatieve verwachtingen van drugs, De beheerste alcoholgebruiker gebruikt geen drugs en de verwachtingen erbij lopen uiteen. Er zijn drie verschillende verwachtingspatronen mogelijk: 1) alleen negatieve verwachtingen, 2) geen verwachtingen of 3) zowel negatieve als positieve verwachtingen, met relatief veel negatieve verwachtingen.

### Alcohol

Alcohol vormt de basis van dit profiel. De beheerste alcoholgebruiker heeft traditionele verwachtingen van alcohol, zoals lekkere smaak, fijne tijd met vrienden doorbrengen en lichamelijke klachten na gebruik (kater).



## STOPPEN OF MINDEREN

De beheerste alcoholgebruiker heeft meestal geen intentie om te stoppen. Het gebruik wordt gezien als onschadelijk door de relatief lage frequentie.



## DE 4 BESTE VRIENDEN

0-1  
gebruiken drugs

bingedrinken:

2

## Risico's

De beheerste alcoholgebruiker onderschat mogelijk de risico's van regelmatig kleine hoeveelheden drinken.

## Bereik

Deze persona is over het algemeen wat jonger en goed te bereiken via school, ouders, sociale media en jongerenwerk.

## Interventies

Deze persona is mogelijk het best geholpen door het beheerste drinkgedrag positief te bevestigen, bijvoorbeeld met IkPas. Kennisoverdracht kan via schoolinterventies, online informatie en zelftests, deskundigheidsbevordering van de omgeving en de social norms approach.



GEBRUIK

Drugs

Geen ervaring, geen intentie



Alcohol

Drinkt niet veel

"Collega's die hebben weleens dat ze zeggen van "ja, ik ga nu proberen een maand niet te drinken". Maar bij mij komt het zo vanzelf weleens voor dat ik een maand niks heb gedronken. Dus ja, ik zou het wel kunnen, maar ja, waarom?"

"Ik kreeg een fotootje door dat ik in de gang lag van de club. Terwijl ik mijn jas wilde pakken, ben ik omgeflikkerd en daar neergetikt. Dat soort situaties levert het dan op. Dat weet je dan niet meer, je weet dat er dingen gebeuren en je weet gewoon, dat is fantastisch."

Wil samen met vrienden dronken worden en avonturen beleven

De  
**SOCIALE  
ALCOHOL**  
gebruiker

De sociale alcoholgebruiker gaat in en rond het weekend graag uit met vrienden of huisgenoten. Daarnaast gaat deze persoon regelmatig de kroeg in na een sportwedstrijd of na het werk. Deze persoon drinkt op zo'n avond alcohol voor de gezelligheid, om losser te worden en samen met vrienden avonturen te beleven onder invloed. De hoeveelheid alcohol die gedronken wordt varieert tussen personen van gemiddeld tot problematisch.



## VERWACHTINGEN

### Drugs

De sociale alcoholgebruiker gebruikt geen drugs en de verwachtingen erbij lopen uiteen. Er zijn twee verschillende verwachtingspatronen mogelijk: 1) geen verwachtingen of 2) zowel negatieve als positieve verwachtingen, met relatief veel negatieve verwachtingen.

### Alcohol

Kenmerkende verwachtingen:

- + Avontuur / gekke dingen meemaken
- + Losser worden / remmingen vallen weg
- + Gezellige tijd met vrienden

Alcohol vormt de basis van dit profiel. De sociale alcoholgebruiker heeft naast de kenmerkende verwachtingen, ook traditionele verwachtingen van alcohol, zoals een fijn/vrolijk/blij gevoel en een kater na gebruik.



## STOPPEN OF MINDEREN

De sociale alcoholgebruiker heeft geen intentie om te stoppen met alcohol drinken. Wel heeft deze persoon het idee dat het alcoholgebruik op den duur vanzelf zal verminderen, "als ik wat ouder ben".

De sociale alcoholgebruiker noemt relatief vaak "dan kom ik niet meer op plaatsen waar ik alcohol gebruikte" als barrière voor het minderen met alcohol.



## DE 4 BESTE VRIENDEN

0-2

gebruiken drugs

bingedrinken:

3-4

## Risico's

De sociale alcoholgebruiker heeft een sociale omgeving waarin gebruik van alcohol de norm is. De risico's van bingedrinken en (langdurig) alcoholgebruik worden makkelijk onderschat en problematisch gebruik wordt niet altijd herkend door de sociale omgeving. Sommige sociale alcoholgebruikers vinden het moeilijk om het zonder alcohol gezellig te hebben, wat stoppen of minderen lastiger maakt.

## Bereik

Deze persona wordt bereikt via onderwijsinstellingen, in het uitgaansleven, op festivals, op (sport)verenigingen, bij de slijter en de supermarkt. Met name de jonge groep kan ook via ouders bereikt worden.

## Interventies

Bijna al het aanbod van preventie-afdelingen verslavingszorg sluit aan bij deze persona. Onder andere IkPas, schoolinterventies, online informatie en zelftests, peereducatie, deskundigheidsbevordering van de omgeving en de social norms approach.



GEBRUIK

Drugs

Geen intentie



Alcohol

Frequentie varieert tussen gebruikers, meestal bovengemiddeld

"Als ik dertig ben of zo, dan wil ik echt niet meer elke donderdag naar de kroeg gaan. Maar gewoon een biertje of zo in de avond of in het weekend, dat moet wel kunnen."

"Ik was gewoon benieuwd naar XTC, omdat mijn beste vriend er heel enthousiast over was."



De drugs-starter is relatief onervaren op het gebied van drugs. Deze persoon is nieuwsgierig en kent mensen die ervaring hebben met relatief toegankelijke middelen, zoals XTC. De drugs-starter heeft mogelijk al een enkele ervaring met drugsgebruik opgedaan, bijvoorbeeld op een festival.



## VERWACHTINGEN

### Drugs

Kenmerkende verwachtingen:

+ Nieuwsgierigheid

- Schaamte/spijt van gebruik of gedrag onder invloed  
Andere verwachtingen zijn afhankelijk van het gekozen middel, bijvoorbeeld losser worden en dinsdagdip bij gebruik van XTC, of ontspannen gevoel en emotionele klachten tijdens gebruik van cannabis.

### Alcohol

Geen (uitgesproken) positieve of negatieve verwachtingen van alcohol.



## STOPPEN OF MINDEREN

De drugs-starter is net gestart met experimenteren met drugs en ziet voorsnog geen reden om te stoppen of minder. Deze persoon verwacht wel relatief makkelijk te kunnen stoppen of minder.



## DE 4 BESTE VRIENDEN

2

gebruiken drugs

bingedrinken:

3-4

## Risico's

De drugs-starter heeft mogelijk een te rooskleurig beeld van de risico's en effecten van een middel, en maar weinig feitelijke kennis. Vanuit nieuwsgierigheid kan de starter impulsief gebruiken zonder voorbereiding.

## Bereik

Deze persona is te bereiken op festivals en feesten en via onderwijsinstellingen en online. Mogelijk komen ze zelf binnen via de testservice of op (online) spreekuren.

## Interventies

De drugs-starter heeft behoefte aan (online) basiskennis over de risico's en effecten van middelen en over mogelijke beschermende maatregelen. Verder kunnen docenten, mentoren en ouders via deskundigheidsbevordering leren signaleren en in gesprek gaan over drugsgebruik.



GEBRUIK

## Drugs

Weinig ervaring, wel intentie



Alcohol

Varieert tussen gebruikers, niet nul

"De eerste keer dat ik XTC gebruikte was heel erg leuk. Het is natuurlijk jammer als je dat niet meer kunt doen. Daarbij heb ik een vriendinnetje, dat heel graag samen met mij een keer XTC wil gebruiken. Dat vind ik wel leuk."

"Als je met zijn allen biertjes aan het drinken bent en er komt coke op tafel, dan is het toch wel meer een feestje, weet je wel... je creëert meer sfeer, iedereen wordt wat mondiger. Ja, ik heb over het algemeen, sowieso wel heel veel meer zelfvertrouwen ..., ik ben wat losvoetiger, dat een beetje, ja."



De sociale alcohol- en drugsgebruiker spreekt meerdere keren per week af met zijn vrienden of huisgenoten en vaak wordt daar alcohol en/of drugs bij gebruikt. Dit kan variëren van een avond samen blowen op de bank, tot een festival waar meerdere middelen worden gecombineerd. Doel is in de eerste plaats de gezelligheid, om lossier te worden en samen met vrienden avonturen te beleven onder invloed. De hoeveelheid alcohol en/of drugs die gebruikt wordt varieert tussen personen van gemiddeld tot problematisch.



## VERWACHTINGEN

### Drugs

Kenmerkende verwachtingen:

- + Gezellige tijd met vrienden
- + Fijn/vrolijk/blij gevoel

Verdere verwachtingen zijn afhankelijk van het gekozen middel, bijvoorbeeld langer door kunnen gaan bij gebruik van XTC, of lichamelijke klachten de dag(en) erna bij het gebruik van speed.

### Alcohol

Kenmerkende verwachtingen:

- + Avontuur/gekke dingen meemaken
- + Lossier worden / remmingen vallen weg
- + Gezellige tijd met vrienden

De sociale alcohol- en drugsgebruiker heeft naast de kenmerkende verwachtingen, ook traditionele verwachtingen van alcohol, zoals een fijn/vrolijk/blij gevoel en lichamelijke klachten na gebruik (kater).



## STOPPEN OF MINDEREN

De sociaal gemotiveerde alcohol- en drugsgebruiker denkt nog niet na over stoppen of minderen met gebruik van alcohol of drugs, maar verwacht niet dat dit lastig zal zijn.

De sociale alcohol- en drugsgebruiker noemt relatief vaak "dan kom ik niet meer op plaatsen waar ik alcohol gebruikte" als barrière voor het minderen met alcohol.



## DE 4 BESTE VRIENDEN

2-3

gebruiken drugs

bingedrinken:

3-4

## Risico's

De sociale alcohol- en drugs gebruiker heeft een sociale omgeving waarin gebruik van alcohol/drugs als normaal wordt gezien. Mogelijk ook als het gebruik problematisch wordt, of een gewoonte. De risico's ervan worden makkelijk onderschat. Sommige sociale alcohol- en drugsgebruikers vinden het moeilijk om het zonder middel gezellig te hebben, waardoor stoppen moeilijker wordt.

## Bereik

Deze persona wordt gevonden in het uitgaansleven, op festivals, op (sport)verenigingen en ook online.

## Interventies

Bijna al het aanbod van preventieafdelingen verslavingszorg sluit aan bij deze persona. Onder andere online informatie en zelftests, de testservice, peereducatie, deskundigheidsbevordering van de omgeving en de social norms approach.



## GEBRUIK

### Drugs

Ervaring met en intentie voor meerdere middelen. Frequentie varieert tussen gebruikers.



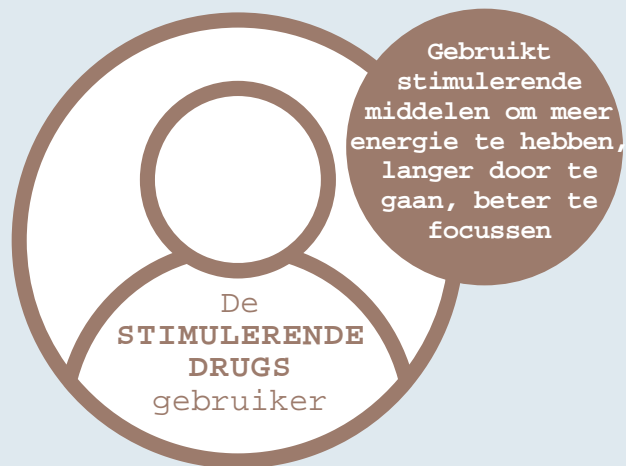
### Alcohol

Frequentie varieert tussen gebruikers, meestal bovengemiddeld

"Ik denk dat minderen uiteindelijk vanzelf wel gaat als ik iets ouder ben. Als ik later ga werken of een gezin heb. Dan ga ik niet meer op stap tot vijf uur. Dan gaat minderen zo goed als automatisch, denk ik."



"Als ik het niet gebruik, dan word ik na een tijdje moe. Maar door XTC houd ik het vol en dat is gewoon fijn."



De stimulerende drugs gebruiker gebruikt drugs om langer door gaan, meer energie te hebben en 'beter' te focussen. Dat kan zijn tijdens het uitgaan, maar ook tijdens werk of studie. De hoeveelheid drugs die gebruikt wordt varieert tussen personen van beperkt tot problematisch.



## VERWACHTINGEN

### Drugs

Kenmerkende verwachtingen:

+ Oppeppende werking / langer door kunnen gaan

+ Beter kunnen functioneren/focussen

Opvallend: buiten de oppeppende werking heeft deze persoon weinig andere verwachtingen van het gebruik, zowel positief als negatief.

### Alcohol

Geen (uitgesproken) positieve of negatieve verwachtingen.



## STOPPEN OF MINDEREN

De stimulerende drugs gebruiker laat een gemengd beeld zien wat betreft intentie tot stoppen.

Gevraagd naar de barrières geeft deze persoon relatief vaak aan niets lastig te vinden aan niet-gebruiken van stimulantia.



## DE 4 BESTE VRIENDEN

2

gebruiken drugs

bingedrinken:

3-4

## Risico's

De stimulerende drugs gebruiker die regelmatig gebruikt kan het gevoel krijgen alleen nog onder invloed goed te functioneren: risico op geestelijke afhankelijkheid. Bij veel gebruik bestaat het risico op financiële, sociale en fysieke problemen. Voorbeelden zijn: slecht functioneren op werk, ruzie met vrienden, overbelasting, ongezonde leefstijl en slaapproblemen.

## Bereik

Een deel van deze groep is op feesten en festivals te vinden, online en via de testservice. Als het gebruik gekoppeld is aan werk, zou de huisarts, werkgever of sociale omgeving een rol kunnen spelen.

## Interventies

Online informatie en zelftests, consultatie en adviesgesprekken, motiverende gespreksvoering, de testservice, peereducatie, deskundigheidsbevordering van de sociale omgeving, ADM beleid werkgevers.



## GEBRUIK

### Drugs

Ervaring met en intentie voor gebruik van middelen met een stimulerende werking. Frequentie varieert tussen gebruikers



### Alcohol

Varieert tussen gebruikers, niet nul

"...ik heb dus ook niet de drang om het, nadat ik het heb gedaan, meteen weer te doen."

"Ik gebruik LSD om iets te leren over mezelf, serieus bezig te zijn. Maar ook als ik gewoon lol wil hebben, neem ik LSD."

Gebruikt psychedelica om dingen anders waar te nemen, voor de geestverruimende werking

De **GEEST-  
VERRUIMENDE  
DRUGS**  
gebruiker

De geestverruimende drugs gebruiker gebruikt psychedelica, zoals truffels, 2-CB en LSD, om de wereld op een andere manier waar te nemen. Dat kan bijvoorbeeld gelden voor muziek of natuur. Voor sommigen leidt het gebruik tot (zelf)inzichten of creativiteit.



## VERWACHTINGEN

### Drugs

Kenmerkende verwachtingen:

- + Dingen anders waarnemen / geest verruimen / trippen
- + Avontuur / gekke dingen meemaken
- + Fijn/vrolijk/blij gevoel

Valt ook op door weinig negatieve verwachtingen. Meest opvallende negatieve verwachting is emotionele klachten tijdens gebruik (bad trip). Andere positieve verwachtingen zijn afhankelijk van het gekozen middel, bijvoorbeeld rustiger worden bij gebruik van ketamine.

### Alcohol

Geen (uitgesproken) positieve of negatieve verwachtingen.



## STOPPEN OF MINDEREN

De geestverruimende drugs gebruiker heeft meestal geen intentie om te stoppen, maar verwacht het wel makkelijk te kunnen. Het gebruik wordt gezien als relatief onschadelijk.



## DE 4 BESTE VRIENDEN

3

gebruiken drugs

bingedrinken:

3-4

## Risico's

Het risico bij de geestverruimende drugs gebruiker lijkt matig omdat het vaak bewuste gebruikers betreft. Dit is meteen ook een risico: deze persona overschat mogelijk de eigen kennis en kan dan overvallen worden als een middel anders valt dan verwacht.

## Bereik

Deze persona is online te vinden, via fora. Andere ingangen zijn festivals, smartshops en coffeeshops.

## Interventies

Online informatie en zelftests, consultatie en adviesgesprekken, de testservice, peereducatie op feesten, festivals en fora.



GEBRUIK

## Drugs

Ervaring met en intentie voor middelen met een bewustzijnsveranderende werking (psychedelica). Frequentie varieert tussen gebruikers.



Alcohol

Varieert tussen gebruikers, niet nul

"Ik denk als ik zou willen stoppen en een reden hiervoor zou hebben, dan zou het me prima afgaan."

"Het is gewoon altijd een beetje ver gaan, kijken hoe ver je kan gaan." "We zitten nu al een tijdje in een periode met heel veel feestjes en gebruik. [...] als er dan nog veel feestjes zijn, is er een grote kans dat ik ook nog blij gebruik."



De coping gedreven gebruiker gebruikt regelmatig drugs en/of alcohol en doet dat voornamelijk ter afleiding van negatieve gedachten of emoties zoals stress, angst, depressie, eenzaamheid of verveling.



## VERWACHTINGEN

### Drugs en/of alcohol

Kenmerkende verwachtingen:

- + Afleiding van rotte/nare gevoelens
- + Verminderen van stress
- + Niet nuchter zijn
- + Doorbreken van de sleur

Verdere verwachtingen zijn afhankelijk van het gebruikte middel, bijvoorbeeld geest verruimen en lichamelijke klachten tijdens gebruik van ketamine, en een fijn/vrolijk/blij gevoel en de kosten bij gebruik van cannabis.



## STOPPEN OF MINDEREN

De coping gedreven gebruiker vindt het relatief vaak moeilijk om te stoppen of minderen met gebruik. Een deel van hen is (nog) niet bezig met stoppen of minderen.

De coping gedreven gebruiker noemt relatief vaak "Het wordt me vaak aangeboden" als barrière voor het minderen met middelengebruik.



## DE 4 BESTE VRIENDEN

3

gebruiken drugs

bingedrinken:

3-4

## Risico's

De coping gebruiker heeft een vergroot risico op sociale, fysieke en financiële problemen en afhankelijkheid. Negatieve emoties worden verdoofd, maar niet verholpen. Als problemen groeien, stijgt mogelijk ook het gebruik, wat leidt tot meer problemen: een neerwaartse spiraal.

## Bereik

Een deel van deze groep is op feesten en festivals te vinden, via peereducatie, online en via de testservice. Als het gebruik problematisch wordt, zou de directe omgeving een signalerende rol kunnen hebben, zoals ouders, peers, mentor of huisarts.

## Interventies

Online zelfhulp, zelftest, chatservice, behandeling. Motiverende gespreksvoering, deskundigheidsbevordering voor de omgeving, doorverwijzing naar behandeling en terugvalmanagement.



GEBRUIK

## Drugs

Ervaring met en intentie voor meerdere middelen



Alcohol

Varieert tussen gebruikers, niet nul

"Ik weet niet of ik helemaal zou kunnen stoppen. Het is toch wel aanlokkelijk. En het is moeilijk door de mensen in mijn omgeving, waarmee ik woon en ook mee gebruik. Dat je daardoor toch minder snel stopt. Ja, dat is het, denk ik."

"Af en toe denk ik eraan terug. Speed was toch ook wel leuk en spannend. Maar op een gegeven moment denk ik, wacht even, nu vergeet ik dat het eigenlijk heel kut was. Ik heb de neiging om dat te vergeten en dan de voordelen boven die nadelen te zien. Terwijl het eigenlijk andersom is."



De stopper heeft (recente) ervaring met problematisch/overmatig gebruik van drugs en/of alcohol en is in het proces van stoppen met het gebruik van dat middel. De reden kan extern zijn (bijvoorbeeld sociale druk) of intern (bijvoorbeeld niet meer afhankelijk willen zijn). Gestopt blijven is nog moeilijk, in bepaalde (sociale) situaties is er de verleiding om drugs en/of alcohol te gebruiken.



## VERWACHTINGEN

### Drugs en/of alcohol

De kenmerkende verwachtingen van de stopper hebben te maken met de middelen (alcohol en/of drugs) die door de stopper op een problematische wijze gebruikt werden.

Kenmerkende verwachtingen:

- + Afleiding van rotte/nare gevoelens
- + Verminderen van stress
- + Niet nuchter zijn
- + Doorbreken van de sleur
- Schaamte/spijt van gebruik of gedrag onder invloed

Verdere verwachtingen zijn afhankelijk van het gebruikte middel, bijvoorbeeld geest verruimen tijdens gebruik van pado's, en de hoge kosten bij gebruik van cocaïne.



## STOPPEN OF MINDEREN

De stopper gebruikte eerder een middel (alcohol of drugs) op problematische wijze en is daarmee gestopt. Deze persoon vindt het nog regelmatig lastig om gestopt te blijven.

Stoppers vallen op omdat ze relatief vaak al eerder (een periode) hebben geprobeerd om te stoppen of minderen met een specifiek middel.



## DE 4 BESTE VRIENDEN

2

gebruiken drugs

bingedrinken:

3

## Risico's

De stopper heeft te maken met schaamte, taboe op verslaving en het daardoor geen hulp durven zoeken. Na stoppen moet deze persona soms afscheid nemen van vrienden die nog wel gebruiken. Teleurstelling bij een terugval is een risico.

## Bereik

Wanneer er nog geen hulp is gezocht, wordt deze persona bereikt via online zelftests, infolijnen en chatservice, zelfhulpgroepen, jongerenwerk en via hun sociale netwerk. Daarnaast via de zorg, zoals huisartsen en behandelafdelingen. Goede overdracht na behandeling is van belang bij het voorkomen van terugval.

## Interventies

Individuele ondersteuning en behandeling, zelfhulpgroepen, herstelgroepen en terugvalpreventie. Deskundigheidsbevordering en ondersteuning van de omgeving.



GEBRUIK

Drugs

Relatief vaak ervaring met uiteenlopende middelen, geen intentie



Alcohol

Varieert tussen gebruikers

"Toen ik XTC gebruikte had ik uiteraard wel een aantal voordelen. Alleen ik weet hoe snel het slecht kan gaan en daardoor heb ik nu zo iets van: er is gewoon echt niks positiefs aan. Geen enkel voordeel wat je eruit haalt is zo goed dat je het zou moeten gebruiken."

Hieronder enkele concrete voorbeelden van momenten waarop persona's ingezet kunnen worden. Bij al deze voorbeelden blijft het van belang oog te houden voor de individuele verschillen tussen jongeren.

**1 Bij het (door)ontwikkelen van interventies.** Idealiter zou voor iedere interventie die (nieuw) ontwikkeld wordt een check worden uitgevoerd: voor welke persona's is deze interventie geschikt/bedoeld en voor welke persona's niet? Deze check helpt om beter in beeld te krijgen welke persona's wel en niet bediend worden met het preventieaanbod van (bijvoorbeeld) een instelling voor verslavingszorg. De meeste interventies zullen geschikt zijn voor meerdere persona's, maar het is niet reëel dat iedere interventie geschikt is voor elke persona. In de persona's zelf is te zien welke risico's zij (meer) lopen ten opzichte van andere persona's. In de ontwikkeling van interventies kan daarmee rekening worden gehouden. Bestaande interventies kunnen worden doorontwikkeld om ze beter geschikt te maken voor andere persona's. In het kader 'persona's op het Trimbos-instituut' een voorbeeld hiervan.

**2 Bij communicatie met groepen jongeren** en het ontwikkelen en uitzetten van campagnes gericht op preventie. De 'vindplaatsen' van de persona's verschillen van elkaar. De 'Stimulerende drugs gebruiker' zal bijvoorbeeld eerder bereikt worden via de werksetting of via het onderwijs dan de 'Geestverruimende drugs gebruiker'. Deze laatste is weer vaker te vinden op online fora. De 'Sociale alcoholgebruiker' en de 'Sociale alcohol- en drugsgebruiker' zullen relatief vaker te vinden zijn in het uitgaansleven en op festivals. Zo hebben de meeste persona's plaatsen waar ze relatief vaker te vinden zijn. Deze informatie kan het makkelijker maken om bepaalde jongeren te bereiken en aan te spreken.

**3 In preventiegesprekken, voor meer begrip en herkenning.** Sommige preventieprofessionals leek het prettig om de persona's als referentie te gebruiken tijdens gesprekken met jongeren. Ze zouden dan bijvoorbeeld aan de jongere vragen of ze zich in één van de persona's herkennen en dat gebruiken als aanknopingspunt voor een gesprek.

**4 In gesprekken met ouders,** om inzicht te geven in (motieven voor) gebruik van alcohol en drugs van jongeren. Het is voor sommige ouders (evenals voor sommige beleidsmakers en andere professionals) moeilijk om onderscheid te maken tussen recreatief drugsgebruik dat relatief weinig risico met zich meedraagt enerzijds, en problematisch drugsgebruik anderzijds. Dit kan soms leiden tot onbegrip of moeizame gesprekken tussen ouder en kind. Door in oudergesprekken gebruik te maken van de persona's, kan een ouder mogelijk beter begrijpen wat de motieven zijn voor het gedrag van hun kind, en daarover in gesprek gaan.

**5 In gesprekken tussen professionals,** voor het bepalen van een risicoprofiel en het bepalen van een behandelaanbod.

**6 In opleidingen voor professionals.** Professionals die aan het begin van een carrière in de verslavingszorg of de drugspreventie staan, kunnen de persona's gebruiken als een eerste stap in het begrijpen van drugsgebruik onder jongeren, het nadenken over mogelijke risico's van drugsgebruik en het koppelen van effectieve interventies daaraan.



## Voorbeeld van persona's op het Trimbos-instituut

Eén van de interventies die het Trimbos-instituut heeft ontwikkeld en nog steeds onderhoudt en aanbiedt is de website [www.drugsenuitgaan.nl](http://www.drugsenuitgaan.nl). Deze website biedt jongeren die (van plan zijn om) drugs (te) gebruiken informatie over hoe zij de risico's die samengaan met gebruik zo klein mogelijk kunnen houden. Een nadere analyse van de website liet zien dat de persona 'De Stopper' niet ondersteund werd. Er werd geen of weinig informatie geboden over stoppen of minderen met gebruik. Naar aanleiding van het Personaproject zijn twee extra tabbladen toegevoegd aan de website: 'feesten zonder drugs' en 'stoppen/minderen'. Daar is informatie te vinden over 'als jij geen drugs gebruikt en je vrienden wel'. Tevens is er een nieuw filmpje in productie waarin jongeren aan het woord komen die gestopt zijn en die hun ervaring daarmee delen. Door het aanvullen en delen van dit soort informatie sluit de interventie drugsenuitgaan.nl nu veel beter aan bij de behoeften van 'de Stopper'.

### Colofon

**Auteur** Martha de Jonge, [mjonge@trimbos.nl](mailto:mjonge@trimbos.nl)

**Meer lezen over persona's?** [Hier](#) vindt u een uitgebreide rapportage

**Vormgeving** Canon Nederland N.V.

**Beeld** Gettyimages.nl

**Bestelinformatie** Deze handleiding is gratis te downloaden via [www.trimbos.nl](http://www.trimbos.nl), artikelnummer AF1941

© Trimbos-instituut, 2021. Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, zonder voorafgaande toestemming van het Trimbos-instituut.