

Hoe gebruik je www.kickwise.be ?

1) Drugpiramide

- Bovenaan staat om te beginnen en korte uitleg over de drugpiramide. Dit kan samen met de jongere hardop gelezen worden. Belangrijk is om te benadrukken dat druggebruik niet vanaf het eerste moment problematisch is maar dat het in fases verloopt
- Bekijk samen met de jongere achtereenvolgend de 5 filmpjes. Naast elk filmpje staat en korte uitleg over het filmpje. Dit kan samen worden gelezen, maar het is beter om de jongere na elk filmpje te laten benoemen wat ze zien in het filmpje, niet wat ze herkennen bij zichzelf.
- Na het bekijken en bespreken van de filmpjes moet de jongere zelf een keuze maken over de fase waarin hij/zij zit door dit aan te klikken. Er volgen nu 4 vragen die de jongere in stilte mag invullen
- Overloop iedere vraag met de jongere en bevraag zijn of haar antwoorden. Durf verduidelijking vragen en een gesprek aan te gaan over de fase van het gebruik.
- Na het bespreken van de vragen zijn er nog een aantal dingen die gezegd moeten worden:
 - o fase 1 en fase 5 lijken ver van mekaar af, maar de tussenstapjes van de ene naar de andere fase zijn vaak snel gezet
 - o niet iedereen die experimenteert eindigt met een verslaving
 - o Hoe hoger in de piramide, hoe moeilijker het is om te stoppen. Maar dit wil zeker niet zeggen dat het onmogelijk is. Hier beslist de jongere zelf over.

2) Drugbrugbalans

- Geef aan dat je samen wil stilstaan bij de voor- en nadelen van het gebruik van de jongere. Vertel dat gebruik sowieso voor- en nadelen heeft en dat deze heel persoonlijk zijn
- Vraag 1: laat de jongere alle voor- en nadelen die hij/zij zelf ervaart aanklikken. Laat de jongere zijn/haar gekozen voordelen en nadelen gewoon voorlezen en klik dan op 'klaar'. Je krijgt nu een weegschaal te zien waarop ofwel voordelen ofwel nadelen doorwegen. Benoem kort wat je ziet aan de weegschaal.
- Vraag 2: de jongere moet nu uit alles wat hij/zij in vraag 1 heeft aangegeven de 4 voordelen en 4 nadelen kiezen. Dit zijn degene die voor hem/haar het belangrijkste zijn. Dan moet hij/zij aan ieder gekozen voor- of nadeel een gewicht geven: hoe belangrijk vind ik het? Als je op 'klaar' klikt krijg je een tweede weegschaal. Deze weegschaal kan sterk verschillen met de eerste doordat er nu gewicht aan toegevoegd is (bv: bij vraag 1 duidt de jongere meer nadelen aan waardoor de weegschaal naar de nadelen doorweegt. Bij vraag 2 geeft de jongere gewicht en komt de weegschaal terug in evenwicht. Dit laat zien dat de jongeren in aantal meer nadelen heeft, maar dat de voordelen voor hem zwaarder doorwegen).
- Als er een verschil is tussen weegschaal 1 en weegschaal 2: durf hier zeker bij stilstaan en dit benoemen naar de jongere. Vaak is dit voor hen confronterend, maar zet het ook aan tot nadenken.
- Vraag 3 zijn enkele korte vragen die de jongeren eerst in stilte kunnen invullen. Hierna worden deze vragen samen overlopen. Durf ook hier verduidelijking te vragen en de dingen

bespreekbaar te maken. Het is belangrijk om even stil te staan bij de laatste vraag rond alternatieven van gebruik. Dit kan ook uitgelegd worden aan de hand van de piano metafoor. (bv: pianometafoor voor het voordeel 'zorgen vergeten': elke manier om dit voordeel te bekomen is een toets op de piano. Hoe meer manieren je hebt, hoe meer toetsen gebruikt worden en hoe mooier de melodie klinkt. Als je enkel nog de toets 'cannabis' hebt klinkt je melodie erg saai en eentonig). Ga samen met de jongere op zoek naar manieren om een mooie melodie te maken.

3) Drugkwis

- Kan op verschillende manieren toegepast worden:
- Individueel is het misschien makkelijker om samen iedere vraag te overlopen en per vraag uitleg geven aan de jongere.
- In groep kan je ook eerst algemeen productinfo geven en dan de kwis gebruiken als soort test om te kijken hoeveel de jongeren ervan onthouden hebben. Ze krijgen op het einde dan ook een score op 12

4) Verhalen

- Deze kunnen door de jongere gelezen worden
- Moet niet persé samen met een hulpverlener gebeuren