

Taak verslavende middelen (1^e graad)

Naam leerling:

Klas:

Datum:.....

Hieronder volgt een taak rond verslavende middelen. Deze taak zal nadien met iemand van de leerlingenbegeleiding besproken worden. Heb je na het maken van deze taak nog vragen rond dit thema, dan kan je steeds terecht bij de leerlingenbegeleiding of CLB van de school.

IN KAART BRENGEN VAN JE GEBRUIK/GEDRAG

Geef hieronder aan waarom je deze taak moet maken:

.....
.....
.....

In hoeverre maak jij je zorgen over jouw eigen gedrag of gebruik (1 = ik maak mij helemaal geen zorgen | 5 = ik maak mij veel zorgen). Zet een kruisje onder het cijfer en verduidelijk waarom je dit cijfer hebt gegeven.

1	2	3	4	5

Verduidelijk

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Als jongeren gamen, gokken of verslavende middelen gebruiken, zijn er vaak **voordelen** (vb. lekker, goed gevoel...) **en nadelen** (vb. ruzie thuis, strafstudie...) verbonden aan hun gedrag of gebruik. Vul hieronder de voor-en nadelen in voor jouw eigen gedrag of gebruik.

Welke zaken vind jij <u>leuk</u> aan je gebruik of gedrag? Geef een drietal voordelen.	Welke zaken vind je <u>minder leuk</u> aan je gebruik of gedrag. Geef een drietal nadelen.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Welk voordeel van hierboven vind je **het leukst** aan je gedrag of gebruik?

.....

.....

Welk nadeel van hierboven vind je het **meest vervelend** aan je gedrag of gebruik?

.....

.....

Wat doe jij op een gezonde manier waar je **kick of plezier** uit haalt (vb. bepaalde hobby's, activiteiten ...)?

.....

.....

Wat vind je daar **leuk** aan?

.....

.....

.....

BEZORGDHEIDSMETER

Lees de 6 verhalen. Geef per verhaal aan in hoeverre je je zorgen maakt en verduidelijk waarom.

DemolitionElf (14 jaar) zat al enkele keren op de chat. Hij heeft problemen met zijn ouders en op school gaat het helemaal niet goed. Als je vraagt naar zijn vrijetijdsbesteding zegt hij dat hij geen hobby's heeft. Hij speelt vooral één specifiek online game, namelijk GTA.

In hoeverre maak jij je zorgen over deze jongere (1 = ik maak mij helemaal geen zorgen | 5 = ik maak mij veel zorgen). Zet een kruisje onder het cijfer en verduidelijk waarom je dit cijfer hebt gegeven.

1	2	3	4	5

Verduidelijk

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Shana (14 jaar) is geslaagd voor haar examens en mag van haar ouders voor de allereerste keer naar een fuif gaan van de volleybal. Op die fuif zijn heel wat ouders en trainers aanwezig. Ze heeft op die fuif voor de eerste keer alcohol gedronken en heeft heel de avond moeten overgeven.

In hoeverre maak jij je zorgen over Shana (1 = ik maak mij helemaal geen zorgen | 5 = ik maak mij veel zorgen). Zet een kruisje onder het cijfer en verduidelijk waarom je dit cijfer hebt gegeven.

1	2	3	4	5

Verduidelijk

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Dieter (12 jaar) drinkt elke morgen vóór school 2 energydrinks per dag. Hij krijgt hiervan energie, maar tegen 10u heeft hij telkens een suikerdip en is hij heel afwezig tijdens de lessen.

In hoeverre maak jij je zorgen over Dieter (1 = ik maak mij helemaal geen zorgen | 5 = ik maak mij veel zorgen). Zet een kruisje onder het cijfer en verduidelijk waarom je dit cijfer hebt gegeven.

1	2	3	4	5

Verduidelijk

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Siva (13 jaar) maakt haar veel zorgen om haar mama, die omwille van een alcoholverslaving is opgenomen in een ziekenhuis. Gelukkig heeft Siva veel steun van haar vriendinnen en klastitularis.

In hoeverre maak jij je zorgen over Siva (1 = ik maak mij helemaal geen zorgen | 5 = ik maak mij veel zorgen). Zet een kruisje onder het cijfer en verduidelijk waarom je dit cijfer hebt gegeven.

1	2	3	4	5

Verduidelijk

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Stel je voor. Je bent klastitularis van Warre (14 jaar). Warre moet medicatie nemen om te kunnen opletten in de les. Je betrapt Warre op het geven van zo een pilletje aan een andere klasgenoot die dit ook eens wil uittesten.

In hoeverre maak jij je zorgen over deze situatie als klastitularis (1 = ik maak mij helemaal geen zorgen | 5 = ik maak mij veel zorgen). Zet een kruisje onder het cijfer en verduidelijk waarom je dit cijfer hebt gegeven.

1	2	3	4	5

Verduidelijk

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Stel je voor. Je bent mama of papa van Arras (14 jaar). Arras gaat na school met zijn vrienden skaten. Jarich, zijn oudere vriend, stelt voor om eens te trekken van zijn sigaret. Arras vond sigaretten altijd vies, maar durft niet neen zeggen tegen Jarich. Arras komt thuis en hij moet heel de tijd hoesten en zijn kledij ruikt naar sigaretten.

In hoeverre maak jij je zorgen over Arras als mama of papa (1 = ik maak mij helemaal geen zorgen | 5 = ik maak mij veel zorgen). Zet een kruisje onder het cijfer en verduidelijk waarom je dit cijfer hebt gegeven.

1	2	3	4	5

Verduidelijk

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Wat vond je van deze taak?

.....

.....

.....

.....

Bij wie kan jij terecht als je vragen hebt of nood hebt aan een babbel?

.....

.....

.....

.....

Mocht je ooit **vragen of hulp** nodig hebben rond gamen, gokken, tabak, alcohol, medicatie of andere drugs, kan je altijd terecht bij de leerlingenbegeleiding op jouw school.

Buiten de school kan je terecht bij een CLB medewerker of bij een drugpreventiewerker (**naam en contactgegevens**). Deze gesprekken zijn gratis en **vertrouwelijk**.