

Agressie & middelengebruik

Spel voor mensen met een migratieachtergrond

VAD

SESSIE 4: MIDDELENGEBRUIK EN AGRESSIE

De jongeren spelen in teams een eenvoudig kaartspel. Het kaartspel heeft als enige bedoeling om een competitie-element te voorzien en is niet het einddoel. Na het kaartspel volgt een bespreking van een agressiesituatie aan de hand van een foto. De bespreking gebeurt eerst kort per team waarna een langere bespreking in de grote groep volgt. Op die manier worden twee rondes gespeeld waarna een oefening volgt met een kwaadheidsmeter waarin de opbouw van kwaadheid aan bod komt.

KNOCK-OUT

Doelstellingen:

- De jongeren weten dat agressie het resultaat is van een combinatie van elementen die te maken hebben met de persoon en de omgeving.
- De jongeren hebben inzicht in het verband tussen alcohol en drugs enerzijds en agressie anderzijds.
- De jongeren hebben inzicht in hoe kwaadheid zich opbouwt.
- De jongeren weten hoe ze op een adequate manier op agressie kunnen reageren.

Materiaal:

- Vier foto's met agressiesituaties (bijlage 1, p. 79)
- Twee soorten antwoordkaarten (bijlage 2, p. 83)
- Kwaadheidsmeter (bijlage 3, p. 85)
- Afbeelding opbouw kwaadheid (bijlage 4, p. 86)
- Eén set speelkaarten per team
- 25 pionnen of andere items die als pion gebruikt kunnen worden, maximaal vijf sets van vijf dezelfde pionnen
- Powerpoint
- Flap of invulblad 'Wat onthoud ik?' (bijlage p. 87)

Tijd:

- 1,5u

Vorbereiding:

- Verdeel de jongeren in maximum vijf teams. Een team bestaat uit minimum drie en maximum vijf jongeren.
- Kopieer de vier agressiefoto's voor elk team.
- Kopieer beide antwoordkaarten, de kwaadheidsmeter (in kleur) en de afbeelding over de opbouw van kwaadheid (in kleur) voor elke speler.
- Voorzie per team een tafel, stoelen en voor elke speler een pion in een andere kleur en een antwoordkaart. Zorg voor evenveel antwoordkaarten van beide soorten per tafel.
- Haal uit elke set speelkaarten de kaarten van 1 tot 10. Leg op elke tafel één set speelkaarten (de boeren, dames en heren doen dus niet mee aan het spel).
- Toon de vier foto's met agressiesituaties. Er worden tijdens het spel twee foto's besproken. Vraag aan de groep welke van de twee eerste foto's (foto 1 of foto 2) voor hen het meest herkenbaar is of welke ze zeker willen bespreken. Voor de keuze van de tweede foto kan de groep kiezen uit foto 3 of foto 4. Een alternatief voor de tweede foto is dat je als begeleider zelf een extra foto met een herkenbare agressiesituatie zoekt.
- Leg per tafel de twee gekozen foto's in dezelfde volgorde op elkaar met de rug naar boven.
- Leg de kwaadheidsmeters nog niet op de tafels van de teams maar hou deze apart.

Aan de slag:

1. Kaartspel

- Eén speler schudt de speelkaarten door elkaar en geeft gedekt drie kaarten aan iedereen in zijn team. De niet-verdeelde kaarten worden gedekt in het midden van de tafel gelegd. De deler, draait de bovenste kaart van de stapel om en legt die naast de stapel. Alle spelers zetten hun pion op die kaart.
 - De deler begint het spel:
 - A. Heeft hij een kaart met een nummer één hoger of lager is dan de open kaart, dan legt hij die op tafel naast de open kaart¹. De kleur van de kaart is van geen belang. De speler zet zijn pion op die nieuwe kaart.
 - B. Heeft hij geen kaart die hij kan aanleggen (dus geen kaart die één hoger of lager is dan de open kaart), kiest hij één van zijn kaarten en begint daarmee een aparte stapel. Deze kaarten doen verder niet mee aan het spel. Hij verzet zijn pion niet.
- Als iemands beurt voorbij is, neemt hij een nieuwe kaart van de stapel. Een speler eindigt zijn beurt dus altijd met opnieuw drie kaarten in de hand. Daarna is het de beurt aan de volgende speler. Na een tijdje komt er een slang van kaarten te liggen.
- De begeleider bepaalt wanneer het kaartspel afloopt. De richttijd is twee of drie minuten. Wanneer een spel eindigt, kijken de spelers per team wie met zijn pion op de laatst gelegde kaart staat. Die speler is de winnaar. Hij laat zijn pion en antwoordkaart achter en schuift op teken van de begeleider door naar de het volgende team in de richting van de wijzers van de klok. Hij gaat zitten op de plaats van de speler die net verschoven is naar een volgende tafel. Zo verliest en wint elk team één speler. Met het nieuwe team wordt vervolgens de eerste agressiesituatie besproken. De nieuwe speler in het team leidt het gesprek.

2. Bespreking situatie per team

- Vraag om de eerste foto te bekijken alsof ze zelf deel uitmaken van de situatie die afgebeeld wordt. Bij de foto staat wat uitleg ter verduidelijking.
- Op de antwoordkaart staan drie gebieden (ervaring, gevoelens, reactie) met telkens drie of vier antwoordmogelijkheden. De jongeren zetten hun pion in het gebied 'ervaring' op het antwoord dat voor hen van toepassing is. Vervolgens lichten ze om beurt toe waarom ze voor dat antwoord kozen. Dit wordt herhaald voor de gebieden 'gevoelens' en 'reactie'.
- Onderaan elke antwoordkaart staat een vraag. Er zijn twee verschillende vragen die random verdeeld zijn over de antwoordkaarten. Nadat de drie gebieden aan bod gekomen zijn, beantwoorden de jongeren om beurt kort de vraag op hun antwoordkaart.

3. Bespreking situatie met de volledige groep

Nadat de jongeren kort hun ervaringen, gevoelens en reacties hebben uitgewisseld in hun team, start de bespreking in de volledige groep. Je gebruikt hiervoor de bijhorende richtvragen (zie p. 73).

Start met enkele algemene richtvragen. Met deze vragen kan je aan de jongeren vragen om iets te delen van de antwoorden die ze in het team gaven. Blijf hier niet te lang bij stilstaan en start na enkele minuten met de specifieke richtvragen.

Je kan de achtergrondinformatie over agressie en middelengebruik op p. 75 gebruiken om de discussie te stofferen en vragen te beantwoorden.

4. De volgende ronde

De volgende ronde start met een herhaling van het kaartspel en het doorschuiven van één jongere per team waarna de tweede foto wordt besproken.

¹ Naast een '1' (aas) kan een '2' of een '10' worden gelegd. Naast een '10' een '1' (aas) of een '9'

RICHTVRAGEN PER FOTO

Op p. 75 vind je achtergrondinfo die je kan gebruiken tijdens de bespreking.

Foto 1: Op het pleintje

Benny en Rik zitten op het pleintje en hebben al een paar pinten gedronken. Ze staan op het punt om met elkaar te vechten. Omar en Lindsey proberen beiden uit elkaar te houden.



Algemene richtvragen

- Wie is zelf al eens bij een vechtpartij betrokken geraakt?
- Hoe zou jij reageren mocht je zo'n situatie zien?
- Op welke manier kan je hier tussenbeide komen? Hoe kom je best niet tussenbeide?

Specifieke richtvragen

- Zou hetzelfde gebeuren indien Benny geen alcohol had gedronken?
- Wat voelt iemand die alcohol drinkt? Hoe zou dit kunnen leiden tot agressie?
- Stel dat Benny drugs had genomen. Hoe zou hij dan reageren?
- Stel dat Benny wel vaker betrokken raakt bij een vechtpartij. Wat voor iemand is Benny volgens jullie? Hoe zouden jullie Benny zijn karakter beschrijven?
- Stel dat niet Benny maar Lindsey teveel had gedronken. Zou Lindsey even snel agressief worden van alcohol? Hoe vaak hebben jullie meisjes zien vechten? Hoe vaak jongens? Komt agressie vaker voor bij jongeren dan bij volwassenen?

Foto 2: Kevin gaat uit de bol

Kevin heeft iets genomen vanavond. Zijn vriendin Brenda staat aan de kant. Kevin voelt zich Mr. Superman en dat merk je ook aan de meisjes rondom hem. Waarschijnlijk draait dit zoals vorige keer weer uit op een ruzie.



Algemene richtvragen

- Wie heeft zelf al eens tijdens het uitgaan ruzie gehad met zijn lief?
- Waarover maken koppels ruzie tijdens of na het uitgaan?
- Als je een koppel ruzie ziet maken kom je dan tussenbeide?
In welke situatie kan je best tussenbeide komen? Op welke manier?
- Waar vind je dat de grens ligt in een ruzie bij een koppel?
Roepen, schelden, duwen, trekken, slaan? Wat is niet oké, wat is zeker niet aanvaardbaar?

Specifieke richtvragen

- Wat denken jullie dat Kevin genomen heeft?
- Welke drugs kunnen jongeren nemen tijdens het uitgaan?
Waarom denken jullie dat jongeren drugs nemen tijdens het uitgaan?
- Denken jullie dat mensen die drugs gebruiken soms agressief worden?
Of gebeurt dit eerder als mensen alcohol drinken?

Foto 3: I don' care

Igor gaat naar huis na een avondje stappen. Bijna thuis aangekomen ziet hij hoe een jongen tegen het huis van zijn ouders plast.



Algemene richtvragen

- Wie heeft zelf al eens aan wildplassen gedaan?
- Mocht je wildplassen zien, zou je daar dan een opmerking over maken?

Specifieke richtvragen

- Vinden jullie dat wildplassen een vorm van agressie is? Wie vindt van wel, wie niet? Maakt het verschil of het tegen je eigen huis is of tegen de gevel van een café bijvoorbeeld? Welke soorten van agressie heb je al gezien tijdens het uitgaan?
- Wat is agressie eigenlijk? Hoe zou je dat beschrijven? Welke soorten agressie kennen jullie?
- Waar komt agressie of geweld vaak voor? Welke omstandigheden zorgen ervoor dat iemand agressief reageert?

Foto 4: Evelien

Evelien is drie maanden geleden van school veranderd. In haar nieuwe school had ze al snel een nieuwe vriendin Amber. Die speelde blijkbaar komedie want die heeft haar nu keihard laten vallen. En ze zette de hele klas op tegen haar.



Algemene richtvragen

- Wie is ooit al eens gepest geweest?
- Wie heeft al eens anderen gepest?

Specifieke richtvragen

- Pesten, komt dit volgens jullie vaak voor? Vinden jullie dat dit een vorm van agressie is? Wie vindt van wel, wie van niet?
- Welke andere vormen van agressie heb je al gezien?
- Wat is eigenlijk agressie? Hoe zou je dat beschrijven? Welke soorten agressie kennen jullie?
- Waar komt agressie of geweld vaak voor? Welke omstandigheden zorgen ervoor dat iemand agressief reageert?

AGRESSIE EN MIDDELENGBRUIK

Wat is agressie?

Agressie kan je beschrijven als een vorm van geweld. Je kan een onderscheid maken tussen fysieke agressie (vechten), verbale agressie (tegen iemand schreeuwen) en emotionele agressie (pesten).

Ook in het uitgaansleven kom je agressie tegen in al zijn vormen: vechten, ruzie maken, bedreigen, vandalisme, ... Veel mensen (zeker de slachtoffers) vinden ook wildplassen en geluidsoverlast niet leuk. Ook dit zijn vormen van agressie die zelfs in de wet beschreven staan en strafbaar zijn. Tijdens het uitgaan gebeurt agressie vooral op straat en veel minder in cafés en clubs.

Geweld is meestal impulsief. Het was niet de bedoeling, maar door omstandigheden gebeurt het. In een minderheid van de gevallen gaan jongeren ook bewust uit om geweld te plegen.

Veel geweld in onze samenleving gebeurt echter ook binnen het gezin, bijvoorbeeld partnergeweld.

Hoe ontstaat agressie en wat is het verband met middelengebruik?

Of iemand agressief reageert hangt af van drie factoren: de persoon zelf, de omgeving of de situatie waarin hij zich bevindt en eventueel middelengebruik. Middelengebruik leidt niet altijd tot agressie.

Er zijn mensen die alcohol drinken of drugs gebruiken zonder dat ze agressief worden.

Anderzijds kan agressie ook zonder middelengebruik ontstaan.

1. De persoon

Volgende factoren kunnen (maar niet noodzakelijk) een rol spelen:

- Een negatief zelfbeeld hebben. Voorbeeld: iemand die het gevoel heeft niets te kunnen of nergens goed in te zijn zal het erger vinden als anderen hem 'nietsnut' noemen dan iemand die wel weet wat hij kan.
- Snel last hebben van stress. Voorbeeld: een jongere heeft al heel het schooljaar slechte schoolresultaten. Hij weet dat het op het einde van het schooljaar erop of eronder is. Hierdoor is hij tijdens de eindexamens heel zenuwachtig en zal hij sneller geïrriteerd reageren.
- Zich machteloos voelen. Voorbeeld: Jan heeft ruzie met zijn lief door een misverstand. Ze wil niet luisteren naar zijn uitleg en hij weet niet wat te doen. Uit frustratie slaat hij een gat in de deur.
- Impulsief zijn. Voorbeeld: Bram denkt dat hij iemand een opmerking hoorde maken over zijn kapsel. Hij denkt dat hij uitgelachen wordt. Hij wordt kwaad en vliegt zonder nadenken naar de jongen toe.
- Op zoek zijn naar een kick. Voorbeeld: Simon vindt uitgaan maar saai en altijd hetzelfde. Door anderen uit te dagen op feestjes gaat zijn bloed sneller stromen. Je weet immers nooit hoe iemand zal reageren op provocaties.
- Gefrustreerd of vermoeid zijn. Voorbeeld: wie niet goed geslapen heeft, zal sneller kwaad reageren als er iets tegenvalt.
- Omdat de hersenen van jongeren pas volgroeid zijn op 25 jaar reageren zij impulsiever en kijken ze vooral naar effecten op korte termijn. Daardoor nemen jongeren meer risico's die in bepaalde situaties kunnen leiden tot agressie. Dit geldt zowel voor jongens als voor meisjes.
- Testosteron is een mannelijk geslachtshormoon dat gerelateerd is aan agressie. Zowel mannen als vrouwen hebben dit in hun lichaam. Mannen hebben hier echter veel meer van. Tijdens de puberteit neemt de hoeveelheid testosteron bij jongens sterk toe.
- Mannen en jongens zijn vaker betrokken bij agressie onder invloed van alcohol dan vrouwen en meisjes. Meer dan 8 op 10 van de mensen die geweld plegen tijdens het uitgaan zijn mannen of jongens.

2. De omgeving of de situatie

Er zijn zowel factoren in de fysieke als in de sociale omgeving die samenhangen met agressie.

De **fysieke omgeving** is de omgeving die je met je zintuigen ervaart. Dat is alles wat je ziet, hoort, voelt, ... Sommige zaken in de fysieke omgeving leiden sneller tot agressie:

- Drukke: hoe meer mensen aanwezig zijn in dezelfde ruimte of op dezelfde oppervlakte, hoe meer kans dat er een vorm van agressie ontstaat. Denk bijvoorbeeld aan verkeersagressie in de file.
- De drukte bepaalt ook hoe makkelijk je kan bewegen. Als je weinig ruimte hebt om te bewegen, raak je sneller geïrriteerd.
- De temperatuur speelt ook een rol. Hoe warmer het is, hoe makkelijker er sprake is van geweld. Er gebeuren bijvoorbeeld meer moorden op warme dagen dan op koude dagen.
- Geluid: lange tijd blootgesteld zijn aan hard geluid (ook luide muziek) verhoogt de kans op agressie.
- Hoe afgeleefder een omgeving er uit ziet, hoe meer kans op agressie. Voorbeeld: een vervallen, donkere dancing met een oud interieur waar het vuil is versus een nieuwe club die proper en goed verlicht is.

Heel wat dancings en clubs in Vlaanderen hebben het Quality Nights charter ondertekend.

Die clubs nemen maatregelen om gezond en veilig uitgaan te bevorderen. Deze maatregelen kunnen ook een positief effect hebben op agressie in het uitgaansleven.

Het gaat onder andere om:

- » aanbieden van gratis oordoppen tegen gehoorschade
- » gratis drinkwater om uitdroging en oververhitting te voorkomen
- » voorzien van een chill out-ruimte om tot rust te komen. De chill out is een koele ruimte waar het geluid ook minder hard staat.
- » voorzien van klimaatregeling om de temperatuur niet teveel te laten oplopen
- » het personeel is opgeleid om beter om te gaan met probleemsituaties (waaronder ook agressie)

De omgeving wordt ook bepaald door de mensen die aanwezig zijn. Dat gaat niet alleen over hoeveel mensen aanwezig zijn, maar ook over wie die mensen zijn. Dit is de **sociale omgeving**. Heel wat zaken in de sociale omgeving spelen een rol bij het ontstaan van agressie of geweld:

- Agressie en geweld gebeurt vaker als mensen in groep zijn. Wanneer je in groep bent, voel je je anoniemer. Je hebt het gevoel dat niet alleen jij verantwoordelijk bent voor je gedrag. Je neemt dus meer risico's. Voorbeeld: als je op stap bent met vrienden doe je misschien gevaarlijkere dingen dan je alleen zou doen.
- Agressie kan ook ontstaan wanneer mensen stoer willen zijn, indruk willen maken op anderen.
- Het ontbreken van controle leidt sneller tot agressie. Er zijn bepaalde groepen van mensen die iets te zeggen hebben over jou. Dat zijn je ouders, leraars, begeleiders, maar ook politie en barpersoneel. Wanneer deze mensen niet aanwezig zijn heb je het gevoel dat je minder snel betrapt, herkend of gestoord zal worden. Voorbeeld: soms wordt een ruzie buiten de club uitgevochten omdat daar minder controle is.
- Een omgeving met veel ongeremd gedrag, bijvoorbeeld schreeuwende mensen of grof taal gebruik. Hierdoor vinden ook anderen dat het oké is om je zo te gedragen. Ook dronken mensen gedragen zich vaak ontnemd. Dronken mensen zorgen niet alleen zelf voor meer agressie maar maken dat andere niet-dronken mensen ook sneller agressief worden.

3. Middelengebruik

Zowel de effecten van alcoholgebruik als van ander middelengebruik kunnen agressief gedrag tot gevolg hebben.

- **Alcohol:** heeft een invloed op de werking van de hersenen, waardoor je je anders gaat gedragen. Je remmingen vallen weg. Dat betekent dat gevoelens die je al hebt, versterkt worden. Bijvoorbeeld als je al kwaad was voor je alcohol gebruikte, dan ga je door de alcohol ook sneller en makkelijker die negatieve gevoelens uiten. Je kan situaties met andere mensen minder goed beoordelen. Je gaat het gedrag van anderen sneller verkeerd inschatten. Je overschat jezelf. Je denkt meer aan het hier en nu en staat niet stil bij de gevolgen op lange termijn.

Ongeveer 7 op 10 personen die geweld plegen tijdens het uitgaan hebben alcohol gedronken.

- **Stimulerende middelen** zoals cocaïne en speed geven meer energie. Door het oppeppend gevoel kan je langer en harder dansen. Door het gebruik van deze middelen komen je spieren meer onder spanning te staan. Dat merk je ook aan het gezicht/de kaken dat strakker wordt en aan de ogen die wijder open staan. Zo'n gezichtsuitdrukking komt agressief over en zal sneller agressie uitlokken. Cocaïne en in mindere mate speed geven ook een egoboost. Je denkt dat je alles aankan, dat alles rond jou draait en je overschat jezelf. Dat kan bij bepaalde jongeren tot agressie leiden, zeker wanneer de drugs om die reden gebruikt worden. Je gedraagt je ook arroganter wat makkelijker tot agressie van anderen leidt.
- Bij **andere drugs** is het verband met agressie veel minder duidelijk en minder sterk:
 - » Xtc geeft een gevoel van samenzijn en harmonie. Iemand onder invloed van xtc is gevoeliger en beleeft alles intenser. Dat betekent echter ook dat iemand die deze drugs neemt heviger reageert op verkeerde opmerkingen of aanrakingen van anderen. Anderzijds kan je onder invloed van xtc zelf ook op een te intieme manier met anderen omgaan en zo agressie uitlokken.
 - » Hallucinogene middelen zoals lsd en paddo's en ook cannabis leiden op zich niet tot agressie. Maar wie deze drugs neemt en in een bad trip terecht komt, kan wel agressief reageren. Tijdens een bad trip raakt iemand gedesoriënteerd, angstig en in paniek omdat de effecten te hevig zijn. Cannabis versterkt het gevoel of de stemming op het moment van het gebruik, zowel in positieve als in negatieve zin.

5. Oefening kwaadheidsmeter

Geef elke jongere een kwaadheidsmeter (bijlage 3) en leg de verschillende niveaus van kwaadheid uit:

- **0:** je bent helemaal rustig.
- **Groene zone:** je bent geïrriteerd tot kwaad. Dit heeft geen gevolgen voor jezelf of voor anderen.
- **Oranje zone:** je hebt jezelf nog onder controle. Je zegt wel vaker domme of kwetsende dingen.
- **Rode zone:** je verliest de controle over jezelf, vaak met gevolgen voor jou of anderen
- **10:** je bent razend.

Er zijn twee scharniermomenten:

- **6:** vanaf dit moment wordt praten moeilijker. Als je nog kwader wordt doe of zeg je dingen die de spanning doen toenemen.
- **8:** Point of no return: als je hier onder blijft, kan je jezelf nog in de hand houden. Eens hierboven verlies je de controle.

Elke jongere zoekt een situatie waarin hij/zij ooit kwaad was. De jongeren duiden individueel op de kwaadheidsmeter aan waar ze zich toen op de meter bevonden. Vraag aan enkele jongeren om hun situatie te delen met de groep en aan te geven hoe hoog zij scoorden op de kwaadheidsmeter. Je kan één of twee besproken voorbeelden aanhalen en volgende vragen stellen om een groepsdiscussie te voeren:

- stel dat je in dezelfde situatie alcohol zou drinken welk effect heeft dit op jullie kwaadheid? Zouden jullie hoger of lager scoren op de meter? Waarom zouden jullie hoger of lager scoren?
- welk effect hebben drugs op de kwaadheid in dezelfde situatie? Is het effect hetzelfde voor alle drugs?
- wat is het verschil tussen kwaadheid en agressie?

OPBOUW KWAADHEID

Kwaadheid is een emotie. Agressie is daarentegen een gedrag dat zowel gericht kan zijn tegen zichzelf als tegen anderen. Agressie in enge zin (doelbewust gericht tegen anderen) zoals vechten, pesten veronderstelt steeds een vorm van kwaadheid. Agressie in ruimere zin zoals vandalisme kan ontstaan zonder dat hier kwaadheid komt bij kijken.

Je kan de effecten van alcohol en drugs op kwaadheid (en eventueel agressie) op een eenvoudige en begrijpelijke manier bespreken aan de hand van de afbeelding over de opbouw van kwaadheid.

Projecteer deze afbeelding op een scherm of deel kopies uit. Je kan volgende elementen gebruiken bij de bespreking:

- De horizontale as geeft de tijd weer, de verticale as geeft weer hoe kwaad je bent. De zwarte lijn geeft de opbouw van spanning weer.
- Op niveau 1 ervaar je wat positieve stress, je bent alert. Tussen 2 en 5 ga je van irritatie naar kwaadheid. Tussen 6 en 8 wordt het moeilijker om te praten. Je ademt sneller en je spieren spannen zich op. Eens voorbij 8 passeer je het point of no return. Je krijgt nog meer adrenaline. Tussen 9 en 10 verlies je de zelfcontrole en ontploft de situatie. Nadien neemt de spanning opnieuw geleidelijk af.
- Alcohol werkt ontremmend, er zit minder rem op je emoties waardoor ze versterkt worden. Ben je blij dan word je nog opgewekter, maar als je al kwaad was zal alcohol je nog kwader maken. Alcohol zorgt ervoor dat het point of no return zakt. Bijvoorbeeld in plaats van op 8 komt dit op 6 te liggen. Dit betekent dat je sneller de controle zal verliezen.
- De effecten van drugs op kwaadheid zijn minder duidelijk en hangen af van de soort drugs. Sommige drugs zoals tripmiddelen, GHB, cannabis beïnvloeden niet onmiddellijk hoe snel je kwaad wordt. Wat wel kan gebeuren is dat je door deze drugs in paniek geraakt en uit angst sneller agressief of kwaad reageert.
- Stimulerende middelen zoals speed en cocaïne zorgen er wel voor dat je veel sneller omhoog klimt op de kwaadheidsmeter omdat je opgewonden wordt van deze middelen. Niveau 6 en 8 worden met andere woorden veel sneller bereikt.

Ten slotte is de kwaadheidsmeter ook een goede insteek om met de jongeren te bespreken hoe ze op een goede manier kunnen reageren als ze geconfronteerd worden met agressie.

Stel hiervoor volgende vragen:

- Jullie weten nu hoe kwaadheid zich opbouwt. Stel dat jullie een situatie zien waarin jongeren agressief reageren. Tot welk niveau van kwaadheid heeft het nog zin of is het veilig om tussenbeide te komen?
- Als je agressie ziet is het belangrijk om aan te voelen waar de kwaadheid zich situeert op de meter. Als iemand op niveau 6 zit wordt het moeilijker om nog op een positieve manier te praten met deze persoon. Boven niveau 6 worden sneller kwetsende dingen gezegd of gedaan die de situatie verergeren. In dat geval heeft praten niet veel zin meer.
- Als iemand op niveau 8 of hoger zit dan blijf je sowieso best uit de buurt. Het enige wat je dan kan doen is politie of barpersoneel erbij te halen.

Wat onthoud je?



Je rondt de sessie af door met de jongeren stil te staan bij wat ze onthouden hebben, wat hen het meest zal bijblijven. Je kan hiervoor opteren voor één van de volgende mogelijkheden:

- In de Powerpoint is een blanco slide voorzien waarop je de input van de jongeren kan verzamelen. Deze slide kan je na afloop van de sessie(s) voor elke jongere afprinten en meegeven.
- Je kan de input van de jongeren ook verzamelen op een flap die gedurende de sessies blijft hangen en telkens verder aangevuld wordt.
- Er is een fiche (bijlage p. 87) voorzien waarop de jongeren per sessie individueel kunnen invullen wat hen het meest bijblijft.

- FOTO 1 -



OP HET PLEINTJE

Benny en Rik zitten op het pleintje en hebben al een paar pinten gedronken. Ze staan op het punt om met elkaar te vechten. Omar en Lindsey proberen hen uit elkaar te houden.

- FOTO 2 -



KEVIN GAAT UIT DE BOE

Kevin heeft iets genomen vanavond. Zijn vriendin Brenda staat aan de kant. Kevin voelt zich Mr. Superman en dat merk je ook aan de meisjes rondom hem. Waarschijnlijk draait dit zoals vorige keer weer uit op een ruzie.

- FOTO 3 -



I DONT CARE

Igor gaat naar huis na een avondje stappen.
Bijna thuis aangekomen ziet hij hoe een jongen tegen het huis van zijn ouders plast.



- FOTO 4 -

EVELIEN

Evelien is drie maanden geleden van school veranderd. In haar nieuwe school had ze al snel een nieuwe vriendin Amber. Die speelde blijkbaar komedie want die heeft haar nu keihard laten vallen. En ze zette de hele klas op tegen haar.

ERVARING

- ☐
- heb ik zelf meegemaakt
- ☐
- heeft vriend(in) meegemaakt
- ☐
- heb ik zelf al gezien
- ☐
- heb ik zelf nog nooit gezien

GEVOELEN

- ☐
- kwaad
- ☐
- angstig
- ☐
- onverschillig
- ☐
- verrast

REACTIE

- ☐
- ik doe niets
- ☐
- ik wil iets doen,
maar durf niet
- ☐
- ik kom tussenbeide

**Wat is een goede manier om
tussenbeide te komen in deze situatie?**



ERVARING

- ☐ heb ik zelf meegemaakt
- ☐ heeft vriend(in) meegemaakt
- ☐ heb ik zelf al gezien
- ☐ heb ik zelf nog nooit gezien
-

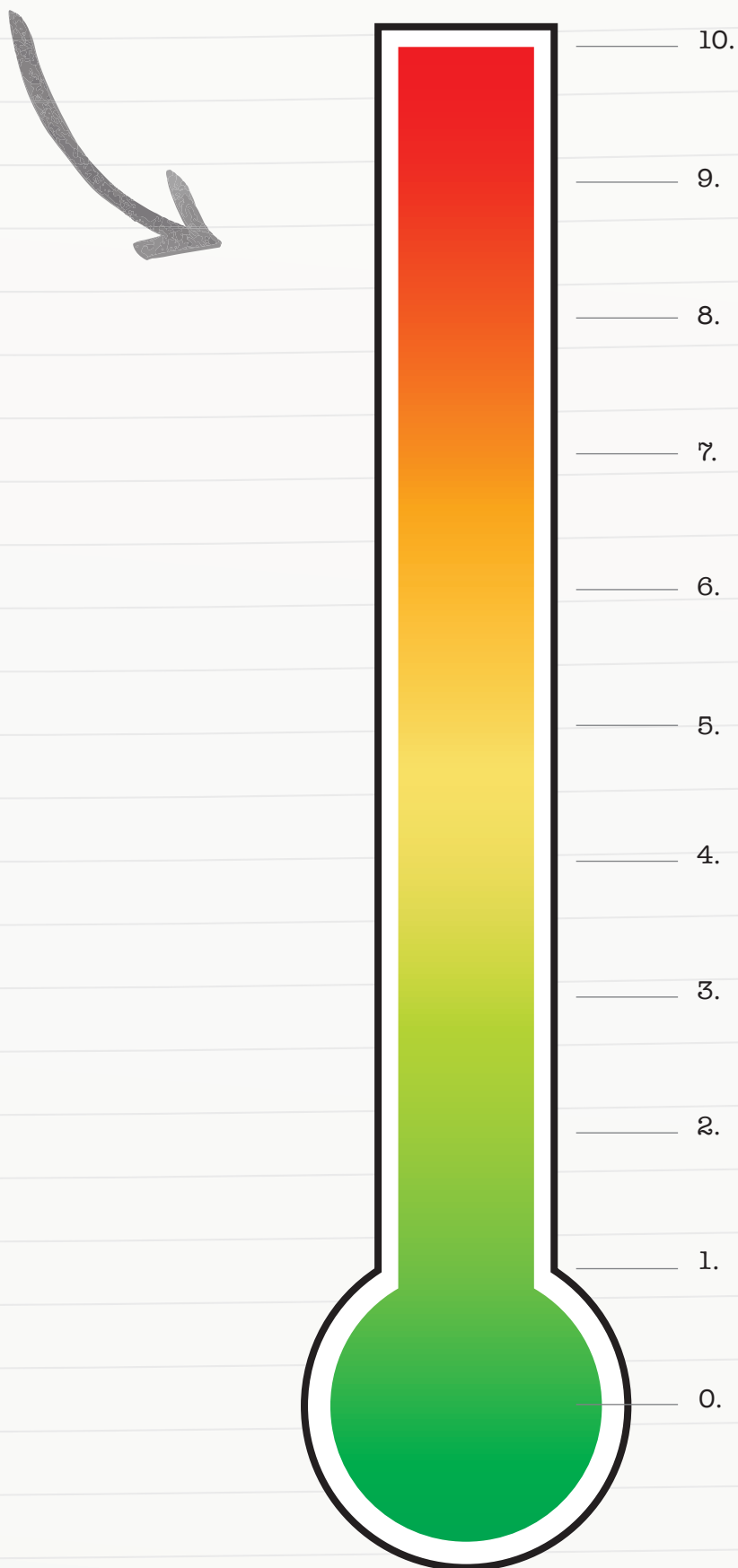
GEVOELENS

- ☐ kwaad
- ☐ angstig
- ☐ onverschillig
- ☐ verrast
-

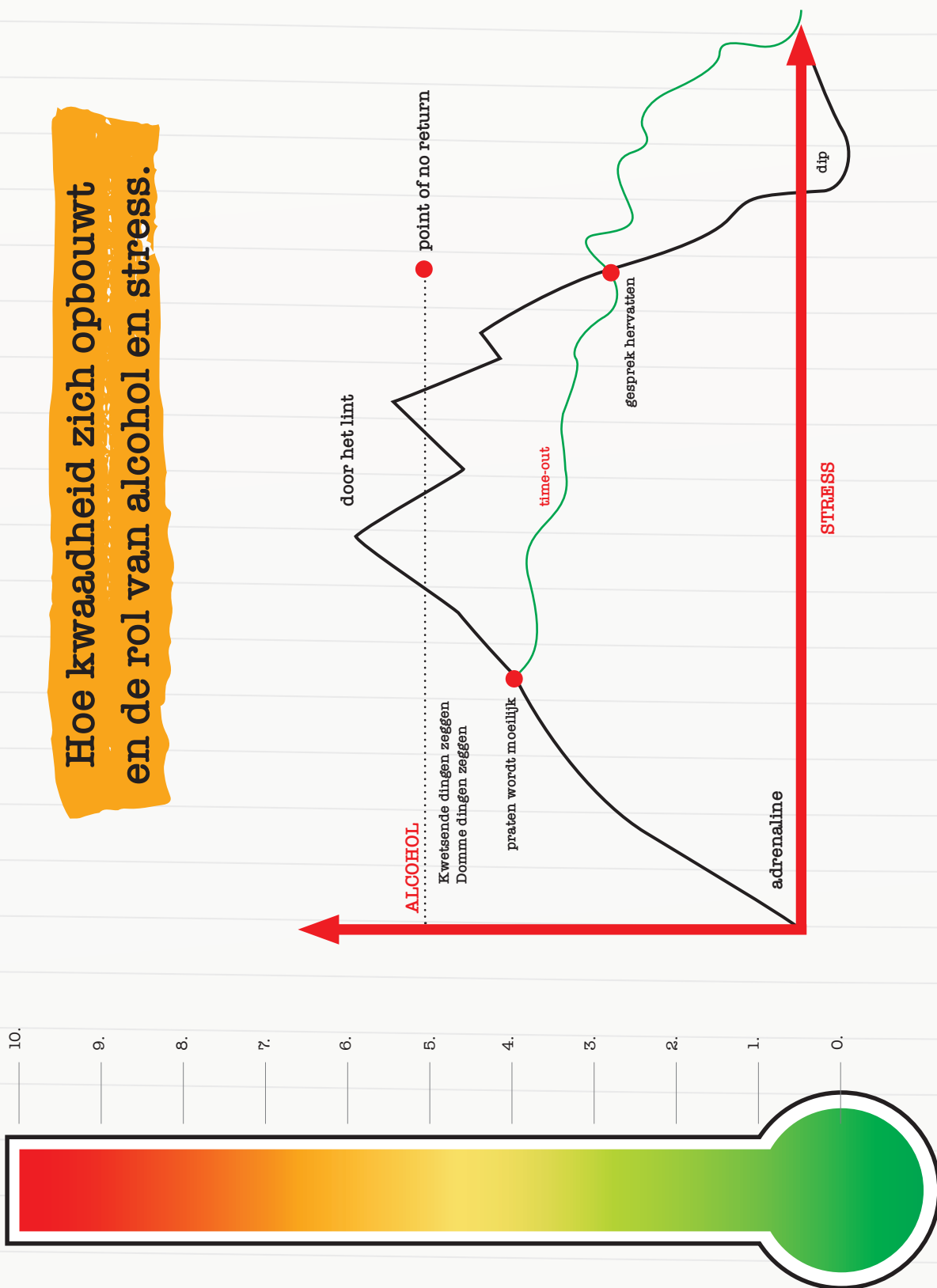
REACTIE

- ☐ ik doe niets
- ☐ ik wil iets doen, maar durf niet
- ☐ ik kom tussenbeide
-

Hoe kom je best niet tussenbeide in deze situatie?



Hoe kwaadheid zich opbouwt en de rol van alcohol en stress.



Wat onthoud ik?



SESSIE 4:
MIDDELENGEBRUIK EN AGRESSIE

SESSIE 4: MIDDELENGEBRUIK EN AGRESSIE



Agressie & middelengebruik

Colofon

Auteurs

Inge Baeten, stafmedewerker VAD
Nina De Paepe, stafmedewerker VAD
Fred Laudens, stafmedewerker VAD

Lay-out

Mojoville [www.mojoville.be]
schema standaardglazen p. 92 Wim Vandersleyen [www.wimvandersleyen.be]

Verantwoordelijke uitgever

dr. H. Peuskens, Vanderlindenstraat 15, 1030 Brussel
© 2025



VAD, Vlaams expertisecentrum Alcohol en andere Drugs
Vanderlindenstraat 15, 1030 Brussel
T 02 423 03 33 | vad@vad.be | www.vad.be
Ondernemingsnummer: 0424.327.587.
RPR Brussel

Het gebruik van (delen van) deze publicatie is toegestaan mits behoud van visie en doelstellingen van de publicatie, met duidelijke bronvermelding en als er geen financiële winst mee beoogd wordt.

