



Ook thuis NIX18

Ouders hebben meer invloed op het drink- en rookgedrag van hun kinderen dan vaak gedacht wordt. Kinderen wiens ouders NIX 18 hanteren drinken en roken minder dan kinderen van ouders die dat niet doen. Bovendien toont wetenschappelijk onderzoek aan dat kinderen die thuis 'leren' drinken, op termijn juist meer gaan drinken. Thuis en buiten de deur.

De Drank- en Horecawet bepaalt dat jongeren onder de 18 strafbaar zijn als ze op publieke plekken in het bezit zijn van alcohol. Maar wat doe je thuis? Waar die wet niet geldt en je als ouder verantwoordelijk bent. Dr. Lex Lemmers, wetenschappelijk medewerker bij het Trimbos-instituut, krijgt vaak de vraag van ouders: "Ik twijfel erover of ik mijn zoon van 16 jaar zal toestaan af en toe een biertje te drinken thuis. Ik heb liever dat hij het met ons erbij doet, dan stiekem met zijn vrienden. Is dit verstandig of niet?"

Lemmers: "Ik adviseer altijd om ook thuis aan de regel 'niet roken en drinken onder de 18 jaar' vast te houden. Veel jongeren beginnen thuis met drinken, in het bijzijn van ouders en familieleden. Ouders hebben het idee dat 'leren drinken onder toezicht' beschermend werkt en ervoor zorgt dat hun kinderen verstandig met alcohol leren omgaan. De gedachte is dat ze dan tijdens het uitgaan beter met alcohol om kunnen gaan. Het tegendeel is echter waar. Wetenschappelijk onderzoek onder 428 Nederlandse families toont aan dat kinderen die thuis 'leren' drinken, op termijn juist meer gaan drinken, zowel thuis als buitenshuis. Ook leidt het tot meer problematisch alcoholgebruik. Op basis van verschillende onderzoeken blijkt duidelijk dat het thuis drinken van alcohol absoluut geen preventief effect heeft. Integendeel."

Regels stellen werkt

Lemmers, die al jaren werkzaam is met jongeren en riskant gedrag, ziet ook dat veel ouders denken dat het stellen van regels niet werkt of zelfs contraproductief werkt. Lemmers: "'Ze doen het toch wel' of 'Dan doen ze het juist' zijn dingen die ik vaak hoor van ouders. Toch is dat niet zo. Ouders hebben meer invloed dan ze denken, ook als hun kinderen ouder worden. De invloed wordt dan wel minder, maar er blijft toch sprake van invloed. Onderzoek laat ook zien dat jongeren het normaal vinden dat ouders regels blijven stellen over roken en drinken. Hun muziekkeuze, daar hebben ouders niets meer mee te maken, maar ze mogen zich nog wel met hun gezondheid bemoeien.

Onderzoek toont aan dat ouders, tegen de verwachting in, écht invloed hebben op pubers en adolescenten. Zo drinken kinderen van ouders die duidelijke regels stellen ten aanzien van alcoholgebruik pas op latere leeftijd. Verantwoord omgaan met alcohol begint écht bij de opvoeding. Veel ouders zijn daar al bewust mee bezig, maar we hopen dat nog veel meer ouders zeggen: 'Ook thuis NIX 18'."