

Opdrachten week 4

Individuele opdracht:

Welke van de volgende middelen vind jij gevaarlijk?

Plaats een cijfer van 1 – 5.

(1= ongevaarlijk 2= een beetje gevaarlijk 3= redelijk gevaarlijk 4= gevaarlijk en 5= zeer gevaarlijk)

Stof	Cijfer	Geef aan waarom je deze stof zo beoordeelt?
Alcohol		
Hasj & Wiet		
XTC		
Paddo's		
Cocaïne		
Heroïne		

- Vergelijk in drietallen met elkaar wat jullie hebben ingevuld. Ontdek bij elkaar de overeenkomsten en verschillen.
Klassikaal delen jullie bevindingen.

Opdracht 2

Ga in groepen van 3-4 personen aan het werk. Ga samen zitten met mensen met wie je niet veel optrekt

Zoek met elkaar informatie op over één middel uit de vorige opdracht. Ga daarvoor naar de site van het Trimbos instituut/VNN

Probeer een antwoord te vinden op de volgende vragen:

1. Wat gebeurt er lichamelijk met je als je drugs of alcohol gebruikt?
2. Wat wordt er verstaan onder:
 - a) Sociaal gebruik
 - b) Probleem gebruik
 - c) Verslaving?

3. Het gebruik van alcohol en drugs, en dus ook XTC, is nooit zonder risico's. Door continue wetenschappelijk onderzoek, is steeds meer bekend over de schadelijke effecten van alcohol en drugs(gebruik).
4. Ga op zoek wat de schadelijke gevolgen zijn van het middel dat jullie uitwerken
5. Maak met elkaar van je bevindingen een presentatie. Zorg ervoor dat je duidelijk afsprekt wie wat gaat presenteren.
Presenteer je bevindingen in de klas.

Opdracht 3

Noteer voor jezelf, met steekwoorden, wat je in deze opdrachten over drank en drugs gebruik hebt geleerd? Ook over je eigen gewoonten hierin. Maak hier een klein verslagje van
1 a-4 lettertype Arial 11

Opdracht 4

Thema - Grenzen stellen

Vind jij dat je gemakkelijk je grenzen kunt aangeven? Motiveer je antwoord.

Vraag eens aan drie andere studiegenoten of zij vinden dat jij goed je grenzen aan kunt geven

Zoek daarbij ook iemand uit waar je minder contact mee hebt.

Hoe ervaar jij jezelf en hoe ervaart een ander jou als je het over stellen van grenzen hebt?

Grenzen stellen kom je altijd tegen in ontmoeting met de ander.

Opkomen voor jezelf en je grenzen aangeven. Hoe doe jij dat eigenlijk? Vind je het gemakkelijk om op een goede manier je grenzen aan te geven?

Je gaat in overleg met de docent een aantal opdrachten uitwerken op de site:
www.sense.info

Je bevindingen verwerk je eindverslag. Je mag dit werkstuk alleen maken maar ook samen met een studiegenoot.

Wat zijn jouw ervaringen indien je je grenzen moet aangeven in relatie met iemand die dicht bij je komt?

Geef elkaar adviezen over hoe je met je grenzen zou kunnen omgaan

