

Thema-avond

Veilig opgroeien: op school, thuis en online

Woensdag 27 september 2023, 19.00-22.00 uur , Juliana van Stolbergschool

Programma

LEZING: Klaartje Schüngel, specialist mediawijsheid en online gedrag

WORKSHOPS: twee workshoprondes
met keuze uit meer dan tien workshops vanuit vragen van ouders

Tijden:

18.45 Inloop met koffie

19.00 -20.00 uur Lezing Klaartje Schüngel

20.15-20.45 uur start 1^e ronde workshops

20.45-21.00 uur wisselmoment met koffie

21.00-21.30 uur start 2^e ronde workshops

21.30 -22.00 uur informele afsluiting

Geef je op via het **opgaveformulier!**
En kies uit de verschillende [workshops](#) hieronder (twee ronden)

Lezing

Superleuk die online media, maar is het wel zo gezond?

Onze smartphones maken ons leven een stuk gemakkelijker. Ze brengen ons in contact met familie en vrienden en bieden toegang tot een wereld vol kennis en inspiratie. De toepassingen zijn talrijk en we raken er steeds meer aan gehecht. Zo ook onze kinderen. Wat hebben ze veel plezier online! Maar het levert ook maatschappelijke vraagstukken op. Zo vragen we ons bijvoorbeeld af of het wel zo gezond is om zoveel tijd online te besteden. De media berichten over een toenemende groep kinderen dat moeite heeft gefocust een boek te lezen of het schoolwerk af te maken. Wat zijn nou eigenlijk de effecten op het kinderbrein en de gezondheid? En hoe komt het dat het zo lastig is voor kinderen om hun tablet of smartphone weg te leggen? Welke factoren spelen hierin mee en wat kunnen wij als ouders doen om de huidige generatie kinderen te begeleiden in het vinden van een gezonde balans in de omgang met digitale media?



Over Klaartje Schüngel:



Klaartje Schüngel is sinds 2011 vanuit Social Media Impact actief in het onderwijs. Ze houdt zich met name bezig met de invloed die online media hebben op het gedrag en welzijn van kinderen en jongeren. Ze geniet van de verrijkende kanten van digitale media en ziet hoeveel plezier het kinderen oplevert. Maar ze maakt zich ook zorgen over de complexe maatschappelijke vraagstukken en ziet de noodzaak om kinderen zo jong mogelijk online weerbaar te maken. Maar hoe doe je dat dan als ouder en waar let je dan op? Want opvoeden in digitale tijden is gewoon niet makkelijk. Dit heeft Klaartje zelf ook ervaren als ouder van 2 opgroeiende pubers. Ze vindt het daarom heel belangrijk om elkaar hierin te vinden, kennis en ervaringen met elkaar te delen en op zoek te gaan naar wat wél werkt voor je eigen gezin en kind. Want ieder kind heeft recht op een fijne tijd online.

De bijeenkomsten van Klaartje zijn interactief en worden ondersteund met treffende filmpjes, foto's, actuele situaties en resultaten uit de nieuwste onderzoeken. Ze weet moeilijke en soms confronterende topics op een laagdrempelige en plezierige manier over te brengen, zonder te oordelen. Een enthousiaste spreker met brede kennis en ervaring op gebied van jeugd, mediawijsheid en schoolveiligheid.

[Terug naar het programma-overzicht](#)

Workshops

Alle workshops worden twee keer gegeven en duren elk een half uur

- [1. Voor jezelf opkomen? Mensen zijn net als stoplichten.](#)
- [2. Wankelen of stevig zitten? De kruk van zelfvertrouwen](#)
- [3. Je goed voelen op school. Wat heeft een kind nodig om zich veilig te voelen op school?](#)
- [4. In gesprek met je kind: vergroten van de online weerbaarheid](#)
- [5. Positief Opvoeden](#)
- [6. Het gedrag van mijn kind online....Help!!](#)
- [7. Samen veilig swipen. Alles wat je moet weten over Tiktok](#)
- [8. Pubers, Wat moet je ermee? Nare geheimen van kinderen. Hoe herken je die en hoe ga je daarmee om?](#)
- [9. Heb ik als ouders eigenlijk wel een keuze?](#)
- [10. Gamen: verslavend leuk?](#)
- [11. De meeste mensen denken, doen en deugden!](#)

Toelichting op de workshops

1. Voor jezelf opkomen? Mensen zijn net als stoplichten.



Het is voor iedereen noodzakelijk om voor jezelf op te kunnen komen in het contact met anderen. Het is hierbij heel belangrijk dat je dit op een goede manier doet, zodat anderen minder over jouw grenzen gaan, maar jij ook niet over de grens van een ander. Assertiviteit noemen we dit. Dat wil zeggen dat je zelfbewust en zelfverzekerd voor jezelf opkomt. Hoe fijn is het als onze kinderen dit nu al leren.

In deze workshop krijg je uitleg over weerbaarheid aan de hand van de metafoer van het stoplicht. Wat is nodig om op een sterke, duidelijke manier voor jezelf op te komen? Je gaat zelf de verschillende manieren van reageren ervaren en krijgt tips die je met jouw kind(eren) de dag erna gelijk kan oefenen.



Door Sta Sterk

[Terug naar het overzicht van de workshops](#)

2. Wankelen of stevig zitten? De kruk van zelfvertrouwen



Het zelfvertrouwen is opgebouwd uit drie verschillende pijlers.

Je kunt dit vergelijken met een kruk.
Elke poot staat voor een onderdeel.
Als een poot te lang of te kort is, wordt de kruk instabiel en gaat deze wankelen.

Zo ook met het zelfvertrouwen: als 1 van de pijlers meer of minder aanwezig is dan de anderen, wordt het zelfvertrouwen instabiel en wankelt jouw kind.



Tijdens deze workshop krijg je uitleg over deze drie verschillende pijlers en hoe je als ouder hieraan een positieve bijdrage kan leveren om het zelfvertrouwen van jouw kind(eren) te vergroten.

We sluiten af met een leuke werkvorm waarin je complimenten voor jouw kind(eren) gaat verzamelen.

Door Marloes van Tetering, gespecialiseerd in de begeleiding rondom pesten, faalangst, zelfvertrouwen en scheiding en zet zich in om kinderen, ouders en scholen te ondersteunen binnen deze onderwerpen met als doel kinderen te laten stralen (Marloeszie.nl).

[Terug naar het overzicht van de workshops](#)

3. Je goed voelen op school. Wat heeft een kind nodig om zich veilig te voelen op school?

Op de Juliana van Stolbergschool wordt er actief gewerkt aan sociale veiligheid; ieder kind moet zichzelf kunnen zijn, zich gewaardeerd en onderdeel van de groep voelen. Wat doen leerkrachten om de groepssfeer te stimuleren? Wat leert mijn kind over grenzen aangeven? Wat moet ik doen als mijn kind gepest wordt? De leerkrachten: Hanneke Mosterd – *tevens gedragsspecialist* - en Inge Kitslaar – *tevens lid Werkgroep Sociale Veiligheid* - verzorgen deze workshop. Zij presenteren hoe uw kind les krijgt in sociale vaardigheden en besef krijgt van zichzelf en de ander. U hoort wat de school doet om het zelfvertrouwen van uw kind te stimuleren en wat er ondernomen wordt in een peestsituatie. We ontdekken hoe we er met elkaar voor kunnen zorgen dat uw kind met plezier naar school gaat.



Door Hanneke Mosterd, naast leerkracht op de JvS gedragsspecialist en Inge Kitslaar naast leerkracht op de JvS lid van de werkgroep sociale veiligheid

[Terug naar het overzicht van de workshops](#)

4. In gesprek met je kind: vergroten van de online weerbaarheid



Tablets, smartphones, games en sociale media: onze kinderen zijn er maar druk mee. Ze beleven online veel plezier, bouwen vriendschappen op en experimenteren erop los. Hierbij krijgen ze te maken met de leuke, maar ook minder leuke kanten van internet. Want zoals elke ouder wel weet: het

internet biedt vele voordelen, maar is niet zonder risico's. Waar let je dan precies op als ouder en hoe vergroot je de weerbaarheid van je kind in de online wereld? Tijdens de workshop ontvang je praktische handvatten om hierover met je kind in gesprek te gaan.



Door Klaartje Schüngel, sinds 2011 vanuit Social Media Impact actief in het onderwijs.

[Terug naar het overzicht van de workshops](#)

5. Positief Opvoeden

Elke ouder wil het beste voor zijn kind en een goede opvoeding bieden. Positief opvoeden is een manier van opvoeden waarbij ouders de ontwikkeling van kinderen op een positieve manier beïnvloeden. Als voorbeeld, je gaat er niet vanuit dat een kind expres lastig is, maar dingen gewoon nog moet leren. Als ouder en opvoeder kun je dit op een positieve manier stimuleren. Gewone dagelijkse gebeurtenissen in een gezin bieden volop aanknopingspunten om te leren. Daarbij is belangrijk om vooral te letten op dingen die goed gaan en deze te benoemen. Positief opvoeden betekent ook werken aan een goede band met je kind. Misschien wel de belangrijkste investering die je als ouder kunt doen. Het wordt dan makkelijker om je kind bij te sturen en grenzen te stellen. Makkelijker gezegd dan gedaan zul je misschien denken?

In een half uur neem ik je mee in de principes van Positief opvoeden. De workshop is vooral bedoeld voor ouders met kinderen in groep 1-4.

Door Bianca de Vos (GGD Hart voor Brabant), trainer cursussen voor ouders en opvoeders



[Terug naar het overzicht van de workshops](#)

6. Het gedrag van mijn kind online....Help!!

Jongeren komen niet alleen maar bij Halt voor een diefstal of vernieling. Het kan ook zo zijn dat er online iets vervelends is gebeurd. Hoe kun je als ouder je kind leren en laten ontdekken hoe belangrijk het is om je online respectvol te gedragen? Hoe kun je ervoor zorgen dat jouw kind geen online dader of slachtoffer wordt? Welk gedrag is online eigenlijk strafbaar? En wat zijn hier dan de gevolgen van? Woon de workshop van Stichting Halt bij en wordt weer een beetje wijzer in het opvoeden anno 2023!

Door Bregje Spanens, medewerker van Bureau Halt



[Terug naar het overzicht van de workshops](#)

7. Samen veilig swipen. Alles wat je moet weten over Tiktok

TikTok is enorm populair en het is onvermijdelijk dat je kind erbij betrokken raakt. Maar wat is een algoritme eigenlijk? Hoe herken je nepaccounts? En wat is de invloed van eindeloos swipen op het welzijn van je kind? Deze presentatie biedt inzicht in het functioneren van het platform, de impact van TikTok-gebruik en hoe je potentiële gevaren kunt vermijden. Ontdek welke informatie veilig gedeeld kan worden, leer over de nieuwste trends en ontmoet invloedrijke TikTok-gebruikers. We eindigen met handige tips & tricks om het TikTok-gebruik van je kind zo veilig mogelijk te begeleiden. TikTok is een bron van creativiteit en inspiratie, maar het is ook belangrijk om op de hoogte te zijn van de mogelijke valkuilen.

Door Sara Jansen



[Terug naar het overzicht van de workshops](#)

8. Pubers, Wat moet je ermee? Nare geheimen van kinderen. Hoe herken je die en hoe ga je daarmee om?

Niemand heeft op school geleerd hoe je een kind op moet voeden. En toch wordt er van ons verwacht dat we dit allemaal kunnen. Als ouder is het goed om iets te weten over de ontwikkeling van een kind en daardoor wellicht ook te leren hoe je met een opgroeiende puber in contact kunt blijven.

In deze workshop neem ik je in het kort mee in de ontwikkeling van een puber en hoe je daarnaast in contact kunt blijven met je kind.



Door Roy Ploegmakers, onze externe vertrouwenspersoon (vertrouwenwerk.nl)

[Terug naar het overzicht van de workshops](#)

9. Heb ik als ouders eigenlijk wel een keuze?

Sociale media, internet, gamen: voor je het weet is het zover, en je kinderen kunnen niet meer zonder. Logisch, zo zit de wereld waarin ze opgroeien in elkaar. Maar heb je als ouder dan geen andere keuze meer dan erin mee te gaan? Je wilt het ze ook niet onthouden. Je wilt niet dat ze erbuiten vallen. Maar toch. Het kan knagen. En dan? Wat doe je met je vragen, je ongerustheid, maar vooral ook: jouw grenzen? Wat zijn die eigenlijk? In deze workshop gaan we op zoek naar een weg voor jezelf als ouder, en voor je kinderen. Een weg waarin gamen, sociale media en internet erbij horen, maar niet álles zijn. Er is meer...



Door ds. Otto Grevink, als schoolpastor en vertrouwenspersoon lid van de werkgroep Sociale Veiligheid en pionier bij Zin op School

[Terug naar het overzicht van de workshops](#)

10. Gamen: verslavend leuk?

Gamen is voor veel kinderen (en volwassenen) een grote hobby. Games zijn aantrekkelijk & games zijn overal: op de computer, op de tablet, en op de telefoon. Soms lijkt het wel alsof elk moment van vrije tijd gevuld wordt met gamen. 'Wat is er nou zó aantrekkelijk aan gamen?' 'Zijn games verslavend?' 'Hoe moeten we daarmee omgaan?' 'Hoeveel schermtijd is gezond?' 'Maakt gamen mijn kind minder sociaal?'

In deze workshop gaan we op deze – en jullie – vragen over gamen in. We zullen laten zien wat voor positieve en negatieve effecten games kunnen hebben, en hoe jullie daar als ouders/opvoeders mee om kunnen gaan. Ook als je zelf niks met gamen hebt, zal blijken dat door meer kennis en interesse in wat je kind doet, gamen een gezonde plek kan krijgen in het leven van je kind.



Door Bram Wassenaar, predikant & gametheoloog en Maaïke Wassenaar-Damstra, orthopedagoog & vaktherapeut drama

[Terug naar het overzicht van de workshops](#)

11. De meeste mensen denken, doen en deugden!

Een perfect gezinsleven? Bestaat dat eigenlijk wel? Deze vraag houdt me door de veelzijdige dynamiek ervan al jaren bezig. Wat mijn ervaringen me inmiddels gebracht hebben, is dat er tips en adviezen zijn die ervoor kunnen zorgen dat je meer balans en rust in je gezinsleven creëert. Al meer dan vijftien jaar maak ik er met mijn gezin met veel plezier gebruik van.

Met behulp van een aantal praktische voorbeelden neem ik je mee in de kracht van taal en positieve psychologie én hoe dit kan werken in jullie gezin.

Stress tijdens de ochtendspits, het aangeven van grenzen of de verdraagzaamheid tussen broers en zussen. Het zijn voorbeelden van uitdagende situaties. Er zijn gelukkig strategieën waarmee je aan de slag kan, om te kijken wat het beste bij jullie unieke situatie past. Ik kijk ernaar uit om dit samen met jullie te onderzoeken tijdens de workshop!



Door Inge van Bortel is onderwijsassistent op de JvS

[Terug naar het overzicht van de workshops](#)