



Up2Date

Een onderzoeksverslag met een actuele aanvulling
op de oudercursus 'Beter omgaan met pubers'

Colofon

Opdracht: Afstudeeronderzoek
Opdrachtgever: Centrum voor Jeugd en Gezin Barneveld
Studenten: Anne Pijkeren en Ieteke Rienstra

Opleidingsinstituut: Christelijke Hogeschool Ede
Opleiding: Maatschappelijk Werk en Dienstverlening
Afstudeerbegeleider: Jaap de Jong
Datum: mei 2013

Illustratie omslag: Aart Bakker

© 2013 Christelijke Hogeschool Ede

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm of op welke andere manier dan ook, zonder voorafgaand schriftelijke toestemming van de auteurs.

All rights reserved. No portion of this thesis may be reproduced, stored in a retrieval system, or transmitted in any form or by any means – electronic, mechanical, photocopy, recording or any other – except for brief quotations in printed reviews, without the prior written permission of the author.



Inhoudsopgave

Leeswijzer.....	5
Samenvatting.....	6
Voorwoord.....	7
Hoofdstuk 1 De verantwoording	8
1.1. Inleiding, verantwoording en achtergrond	8
1.2. Vraagstelling en de deelvragen	11
1.3. Beschrijving en verantwoording van de gekozen onderzoeksmethoden	12
1.4. De doelstelling.....	15
1.5. De doelgroep.....	15
1.6. De producten	15
Hoofdstuk 2 Oudercursus <i>Beter omgaan met pubers</i>	16
2.1. Oudercursus <i>Beter omgaan met pubers</i>	16
2.1.1. Algemene bijeenkomsten	17
2.1.2. Themabijeenkomsten 20	20
Hoofdstuk 3 Waar hebben ouders behoefte aan?.....	23
3.1. Behoefteteonderzoek voor CJG Barneveld	23
3.2. Wat zeggen de deelnemende ouders over de cursus <i>Beter omgaan met pubers</i> ?	24
3.2.1. Het delen van ervaringen.....	24
3.2.2. Verbeterpunten, wensen en behoeften	25
3.2.3. Samenvatting.	26
Hoofdstuk 4 Wat zeggen professionals?	28
4.1. Visie hulpverleners (cursusleiders)	28
4.1.1. Actuele ontwikkelingen	28
4.1.2. Vormgeving.....	28
4.1.3. Thema's.....	29
4.2. Visie zorgcoördinatoren	30
4.2.1. Zorgaanbod scholen.....	30
4.2.2. Thema's.....	31
4.3. Samenvatting	34
Hoofdstuk 5 Conclusie van de onderzoeksresultaten	34
5.1. Conclusie	34
5.1.1. Huidige oudercursus	34
5.1.2. Behoeftte ouders	35
5.1.3. Behoeftte en bevindingen cursusleiders.....	35
5.1.4. Bevindingen zorgcoördinatoren	36
5.1.5. Aanvulling en uitwerking	36
5.2. De uitwerking	36
5.2.1 Themabijeenkomst 'Het puberbrein'.....	37
5.2.2 Themabijeenkomst 'Sociale media'.....	37
5.2.3 Overige aanvullingen.....	37
5.3. Evaluatie.....	38
'up2date'.....	39
Uitwerking Het puberbrein	40
Uitwerking Sociale media	47
Uitwerking Overige aanvullingen.....	57



Bronnenlijst	66
Bijlage 1 Interviewprotocol	68
Bijlage 2 Werkwijze en defenities labelen.....	73
Bijlage 3 Labelsysteem	74
Bijlage 4 Inhoudsopgave DVD	90

Leeswijzer

In dit onderzoeksverslag zullen we een antwoord geven op de hoofdvraag; *‘Welke thema’s zijn van belang om uit te werken in een actuele aanvulling op de bestaande oudercursus, daarbij rekening houdend met de doelgroep, problematiek en de betrokken partijen?’*. Dit zullen wij doen in de volgende vijf hoofdstukken.

In hoofdstuk één beschrijven wij de basis van het onderzoek, wat bestaat uit de aanleiding van dit onderzoek voor Centra voor Jeugd en Gezin (CJG) Barneveld, de hoofdvraag die met dit onderzoek beantwoord wordt, de deelvragen, doelstelling en de verantwoording van de onderzoeksmethoden.

In hoofdstuk twee zullen we antwoord geven op de eerste deelvraag; *‘Welke thema’s zijn er al in de huidige oudercursus aanwezig en welke punten vragen om een update of aanvulling?’*. Hierin wordt een overzicht gegeven van de inhoud en opbouw van de oudercursus *Beter omgaan met pubers*. Daarop volgt hoofdstuk drie en wordt een antwoord gegeven op de tweede deelvraag; *‘Wat zien ouders graag als aanvulling op de huidige oudercursus?’*.

In hoofdstuk vier komt naar voren wat voor thema’s er actueel zijn onder pubers en waar ouders mee te maken kunnen hebben in de opvoeding. Hier wordt deelvraag drie beantwoord; *‘Wat zien hulpverleners en zorgcoördinatoren aan relevante thema’s om in de aanvulling op de huidige oudercursus te verwerken?’*.

In hoofdstuk vijf zijn de conclusies beschreven aan de hand van deelvraag vier; *‘Wat zijn de consequenties van deze input en hoe zien we dit concreet terug in de aangevulde cursus?’* Er is een actuele aanvulling op de oudercursus uitgewerkt en aan het eind van dit onderzoeksverslag toegevoegd en deze kan in de praktijk door hulpverleners worden toegepast.

Samenvatting

In dit onderzoeksverslag geven we antwoord op de vraag: *‘Welke thema’s zijn van belang om uit te werken in een actuele aanvulling op de bestaande oudercursus, daarbij rekening houdend met de doelgroep, problematiek en de betrokken partijen?’*.

Het onderzoek richt zich op een oudercursus *Beter omgaan met pubers* die sinds 2001 niet is veranderd, waardoor de cursus niet inspeelt op de actuele ontwikkelingen in de samenleving. De oudercursus is gericht op ouders die opvoedvragen of lichte opvoedproblemen ervaren in de dagelijkse omgang met hun puber.

Om tot een antwoord te komen op bovenstaande vraagstelling deden we op verschillende vlakken onderzoek. Ten eerste deden we onderzoek naar de inhoud en opbouw van de huidige oudercursus. Daaropvolgend zijn we in gesprek gegaan met professionals en vroegen we de mening van hulpverleners en zorgcoördinatoren. Uit deze gesprekken ontdekten we dat actuele ontwikkelingen binnen de samenleving, maar ook wat betreft de kennis over pubers, invloed heeft op de omgang tussen ouders en hun puber. Een voorbeeld is dat er steeds meer mensen met hun mobiel of met een ander apparaat elk moment online kunnen zijn om te communiceren. De jonge generatie, waaronder pubers, groeit op met deze digitale vorm van communiceren met de buitenwereld. Deze ontwikkelingen gaan zo snel dat dit voor een generatiekloof kan zorgen. Ouders krijgen er veel mee te maken wanneer ze een kind opvoeden in de adolescentiefase. Ook ontdekten we uit gesprekken met de professionals dat de kennis over de ontwikkeling van het brein toeneemt, waardoor het gedrag van pubers steeds meer vanuit dat oogpunt wordt toegelicht.

Naar aanleiding van deze onderzoeksgegevens zijn de meest actuele informatie over de gekozen thema’s, uitgewerkt tot een aanvulling op de oudercursus *Beter omgaan met pubers*. Deze uitwerking is gemaakt voor Centrum voor Jeugd en Gezin te Barneveld en zal in de toekomst worden gebruikt tijdens volgende cursusperioden.

Voorwoord

Voor u ligt het afstudeeronderzoek dat we in het laatste jaar van onze opleiding Maatschappelijk Werk en Dienstverlening uitvoerden. Het afstudeeronderzoek heeft een onderwerp dat zich met name richt op ouders in hun omgang met pubers. Dit onderwerp ligt ons beiden na aan het hart en we kunnen dan ook zeggen dat we met veel enthousiasme aan dit onderzoek hebben gewerkt. Het was mooi om de onderzoeksresultaten te verwerken tot een concreet eindproduct, waarbij we mochten weten dat het eindproduct daadwerkelijk gebruikt gaat worden door hulpverleners.

In onze samenwerking ontdekten we wat onze individuele kwaliteiten zijn en we hebben gemerkt dat we elkaar daarin goed aanvullen, waardoor we terugkijken op een positieve samenwerking. Gaandeweg zijn we steeds vaker taken gaan verdelen en hebben we gemerkt dat dit effectief werkte. We zijn beiden tevreden over het resultaat wat we allebei hebben geleverd en we zijn elkaar dan ook dankbaar voor de positieve input.

Graag willen we onze opdrachtgevers, Karina van Triest en Ineke ten Thije hartelijk bedanken voor hun steun, tijd en inzet waar we elk moment beroep op mochten doen. Aart Bakker heeft ons eindproduct voorzien van mooie illustraties en voor ons de lay-out verzorgd. We willen hem daar ook hartelijk voor bedanken. Als laatste willen we onze afstudeerbegeleider van de Christelijke Hogeschool Ede, Jaap de Jong, hartelijk bedanken voor zijn kritische blik en begeleiding die hij ons bood gedurende de afstudeerperiode.

Zonder de hulpverleners en zorgcoördinatoren die we interviewden, hadden we niet het eindproduct kunnen leveren, zoals dat nu is. We willen jullie hartelijk bedanken voor jullie openheid en medewerking.

Ede, mei 2013

Anne Pijkeren en Ieteke Rienstra

Vierdejaarsstudenten Maatschappelijk Werk en Dienstverlening
Christelijke Hogeschool Ede

1. Aanleiding en verantwoording

1.1. Inleiding, verantwoording en achtergrond

‘De jeugd van tegenwoordig is opvliegend en tegendraads, ze tiranniseren hun opvoeders en leraren. Ze houden van luxe, hebben slechte manieren en verachten alle gezag.’ Deze klaagzang over de jeugd van tegenwoordig is al meer dan 2400 jaar oud en geschreven door Aristoteles. Het zou net zo goed een uitspraak kunnen zijn uit het jaar 2013. Ouderen kunnen zich nog steeds opwinden over ‘de jeugd van tegenwoordig’. Opvliegendheid en verachting van gezag zijn na 2400 jaar nog steeds begrippen die we koppelen aan de *Puberteit*. Blijkbaar is de puberteit een ontwikkelingsfase waar elk kind doorheen moet. Dat gaat gepaard met het zoeken naar grenzen en het ontwikkelen van een eigen identiteit.

De puberteit en de adolescentiefase zijn nog steeds actuele en ‘hot’ items en tegenwoordig is er meer bekend over het zogenaamde *Puberende brein*. Met de opkomst van hersenscantechnieken wordt er steeds meer bekend over de werking van de hersenen. Eveline Crone, hoogleraar aan de Universiteit Leiden en de Universiteit Amsterdam, deed recentelijk onderzoek naar het ‘puberbrein’. In 2008 publiceerde ze het boek *Het puberende brein* (Crone, 2008). Op de website van de universiteit van Leiden is te lezen dat dit boek bestemd is voor een breed publiek en dat er plusminus 75.000 exemplaren zijn verkocht. In het jaar 2012 kwam haar nieuwe boek *Het sociale brein van de puber* (Crone, 2012) uit. Er is bij ouders en opvoeders nog steeds behoefte aan informatie over deze bijzondere leeftijdsfase.

Het Centrum voor Jeugd en Gezin (CJG) is het centrale adres voor vragen rondom opvoeding en ontwikkeling van kinderen. Het CJG geeft ook informatie en voorlichting aan ouders en opvoeders over de puberteit. Het Nederlands Instituut voor Zorg en Welzijn (het NIZW bestaat nu niet meer, maar is verdeeld in de organisaties het Nederlands Jeugd Instituut, Movisie en Vilans) heeft de oudercursus *Beter omgaan met pubers* ontwikkeld, die daarna ook door het CJG in gebruik is genomen. Deze cursus is bedoeld als een preventief aanbod om ouders in een vroeg stadium steun te bieden bij de opvoeding van hun opgroeiende kinderen (*Beter omgaan met pubers*, NIZW, 2001, blz. 13).

Het Centrum voor Jeugd en Gezin in Barneveld liet in de periode van mei 2011 tot en met juni 2011 een behoefteonderzoek uitvoeren door het BMC. Daaruit kwam naar voren dat ouders en opvoeders informatie missen over het onderwerp ‘puberteit’ in het aanbod van CJG Barneveld. Daarnaast merkte het CJG dat er veel vragen van ouders binnenkwamen over het opvoeden van pubers. Op basis hiervan organiseerde CJG Barneveld een thema-avond over ‘het puberende brein’, waar veel ouders op af zijn gekomen. Vervolgens is de oudercursus *Beter omgaan met pubers* (NIZW, 2001) opnieuw aangeboden aan ouders die nog meer verdieping wilden hebben in het omgaan met hun puber. Deze cursus was al aanwezig in het archief van het CJG.

Na het volgen van de cursus gaven de recent deelnemende ouders echter aan dat de cursus niet voldoende aansloot op hun verwachtingen en op de veranderingen in de huidige maatschappij. In de cursus is nieuwe informatie die bekend is geworden over het puberende brein, nog niet opgenomen. De opvoedingsvragen gaan tegenwoordig steeds vaker over internetgebruik en sociale media. Deze onderwerpen komen, vanwege de gedateerdheid van de cursus, niet aan bod. CJG Barneveld wil

inspelen op deze behoefte van ouders en heeft daarom besloten een actuele aanvulling te leveren op de huidige oudercursus. In de oudercursus zullen geen aanpassingen worden gemaakt, omdat de auteursrechten behoren aan het NJI.

Het is onduidelijk of de onderwerpen van de cursus nog volledig aansluiten bij de behoeften van ouders. Daarom is het wenselijk dat er onderzoek wordt gedaan naar deze behoeften en dat er uiteindelijk een actuele aanvulling wordt gemaakt op de huidige oudercursus, die goed op deze behoeften aansluit. CJG werkt op deze manier vraaggericht. Vraaggericht werken staat bij CJG hoog in het vaandel. Zij hebben, na dit onderzoek, de meest recente gegevens over de behoeften van ouders en spelen daarom direct daarop in met een actuele aanvulling.

CJG Barneveld vindt het van belang om de huidige oudercursus te blijven gebruiken, aangezien zij dit een kwalitatieve cursus vinden en hun medewerkers veel ervaring hebben met het geven van deze cursus. Een andere, meer actuele cursus aanschaffen, is niet gewenst, aangezien dit, naast de kosten van het aanschaffen van de cursus, ook tijd en geld zal kosten om de medewerkers te trainen in het geven van een nieuwe cursus. Het meest wenselijke is om de huidige oudercursus te blijven geven, met daarop een aanvulling die actueel is en aansluit op de huidige behoeften van ouders en de wensen van de professionals die de cursus geven. De aanvulling zal namelijk in de praktijk worden gebruikt door alle CJG-medewerkers in de regio FoodValley¹, die de huidige oudercursus geven. Het is daarom praktischer en goedkoper om de huidige oudercursus te blijven gebruiken en hierop een actuele aanvulling te maken.

De werktijden en de werkomvang van de opdrachtgever vanuit CJG Barneveld lieten het echter niet toe om deze opdracht zelf uit te voeren. Daarom is de opdracht uitbesteed aan CHE-studenten. CJG benaderde de Christelijke Hogeschool Ede met deze onderzoeksvraag en opdracht. Wij, Ieteke Rienstra en Anne Pijkeren, twee vierdejaarsstudenten Maatschappelijk Werk en Dienstverlening, hebben ons in de periode van februari 2013 tot juni 2013 gericht op dit onderzoek en deze uitgevoerd in opdracht van CJG Barneveld.

1.1.1. Relatie met de verdiepingsminor

Binnen deze opleiding volgden we beiden de verdiepingsminor Toegepaste Psychologie, waarin we ons richtten op het verkrijgen van kennis en inzichten in wat de mens beweegt, zijn motivatie, hoe gevoelens ontstaan, hoe hij redeneert, hoe hij leert, etcetera. Hierbij is de bron van alle informatie het gedrag wat de mens laat zien. De kennis en informatie die werd gegeven binnen deze minor, bood een goede ondersteuning voor dit afstudeerproject. De puberleeftijd is namelijk een ontwikkelingsfase in een mensenleven, waarin verschillende facetten van gedragingen sterk zichtbaar worden. Deze facetten zullen ook terug te vinden zijn in ons eindresultaat van dit onderzoek, omdat de actuele aanvulling zich richt op ouders die omgaan met deze verschillende gedragingen die een puber kan laten zien.

¹Hieronder vallen de gemeente Barneveld, Ede, Nijkerk, Renswoude, Rhenen, Scherpenzeel, Veenendaal en Wageningen.

1.1.2. Individueel te ontwikkelen competenties

Wanneer we kijken naar de kerncompetenties van dit schooljaar, zien we verschillende jaardoelen binnen ons afstudeeronderzoek tot uiting komen. Binnen de kerncompetentie 'Methodisch hulpverleners' komt de competentie naar voren om een bijdrage te leveren aan methodiekwetenschappelijke ontwikkeling ten behoeve van cliënten of een organisatie. Als ook het kunnen signaleren van leemtes in het methodisch handelen vanuit de praktijk om dit om te kunnen zetten in voorstellen ter verbetering of vernieuwing. We vinden dat deze kerncompetentie sterk naar voren komt in ons afstudeeronderzoek. Binnen ons afstudeeronderzoek gaan we kijken naar mogelijkheden om de oudercursus *Beter omgaan met pubers* aan te vullen.

Bij de kerncompetentie 'Vaardig communiceren' is het van belang om een goed contact aan te gaan en te onderhouden met de opdrachtgever, externe professionals en jezelf te presenteren tegenover een (deskundig) publiek tijdens het onderzoek en wanneer het onderzoek gepresenteerd wordt.

De derde kerncompetentie 'Theoretisch verantwoorden' komt tot uiting, doordat de uitkomst van het product wat we gaan leveren, is gebouwd op literatuuronderzoek. Het onderzoek, maar tevens ook het eindproduct, zal onderbouwd zijn vanuit de theorie.

Als we vervolgens kijken naar de vierde kerncompetentie 'Levensbeschouwelijk verankeren' kunnen we ons bewust zijn, of worden, van onze eigen levensbeschouwing, waarbij we rekening houden met de levensbeschouwing van derden. We kunnen ons tijdens dit project oefenen om stelling in te nemen ten aanzien van verschillende levensbeschouwelijke thema's, die wellicht ook naar voren komen in de oudercursus.

Ons afstudeerproject geeft ons de mogelijkheid om ons verder te ontwikkelen in het volgende jaardoel van de kerncompetentie 'Werken in een organisatie': 'De student legitimeert de eigen bijdrage als professional en die van anderen in een organisatie of (extern) samenwerkingsverband.'

Als laatste komt de kerncompetentie 'Ontwikkelen van persoonlijke professionaliteit' aan bod. Hierbij komt het sterk naar voren om op een verantwoorde manier kennis te hebben van de eigen professionaliteit. Hierbij is het belangrijk om te kunnen participeren in een organisatie, om kennis te hebben van actuele ontwikkelingen binnen de samenleving en hierop kunnen anticiperen als beginnend professional.

Ons afstudeerproject biedt naar ons idee voldoende mogelijkheden en ruimte voor ons om bovenstaande doelen te kunnen halen binnen de daarvoor gestelde tijd.

1.1.3. Samenvatting

In deze paragraaf beschreven we de context en de achtergrond van dit onderzoek. U heeft kunnen lezen dat CJG Barneveld het signaal van ouders over hun behoefte aan meer informatie over omgaan met pubers in de opvoeding, heeft opgepikt door opnieuw de oudercursus *Beter omgaan met pubers* te gaan geven. Vervolgens beschreven we dat deze niet geheel meer aansloot bij de behoeften van ouders en dat de cursus niet meer van deze tijd was. Er is besloten om een actuele aanvulling te maken, bestaande uit drie uitwerkingen van thema's die uit het onderzoek voortkomen. CJG Barneveld heeft deze opdracht door tijdgebrek uitbesteedt aan CHE-studenten. Vervolgens beschreven wij de relatie met onze verdiepingsminor 'Toegepaste Psychologie' vanuit onze opleiding. We sloten deze paragraaf af met onze individueel te ontwikkelen competenties, die wij tijdens ons afstudeeronderzoek beogen te halen.

1.2. Vraagstelling en de deelvragen

1.2.1. Hoofdvraag

Welke thema's zijn van belang om de bestaande oudercursus aan te vullen, daarbij rekening houdend met de doelgroep, problematiek en de betrokken partijen?

1.2.2.

Zoals te lezen is in de probleembeschrijving in paragraaf 1.1, bestaat de huidige oudercursus uit algemene thema's, die nog goed te gebruiken zijn. Echter wordt er actuele informatie gemist en is de wens van de opdrachtgever om een actuele aanvulling in de vorm van keuzethema's te creëren die goed aansluit op de behoeften van ouders en op de wensen van de professionals die de cursus geven. De vraagstelling bevat daarom de vraag welke keuzethema's van belang zijn voor aan aanvulling. We willen daarbij rekening houden met de doelgroep. Daarmee bedoelen we dat de aanvulling zal aansluiten op de behoeften van ouders. Het moet relevant zijn voor hun, dus aansluiten op hun opvoedingsvragen. Tevens houden we rekening met de problematiek. Daarbij bedoelen we dat we zicht willen krijgen op de opvoedingsproblematiek van de ouders, maar ook op de problematiek van de pubers. Waar lopen zij tegen aan, waar krijgen zij mee te maken en in hoeverre zie je dit wel of niet terug in de opvoedingsvragen van de ouders? Deze vragen laten zien dat we rekening houden in ons onderzoek met meerdere betrokken partijen. Namelijk de ouders zelf, de pubers, maar ook de professionals die de cursus geven. De professionals hebben namelijk ook een beeld over de huidige oudercursus en hebben ideeën over hoe er vorm en inhoud kan worden gegeven aan een aanvulling. Met hun wensen en ideeën zullen we rekening houden en deze voor zover mogelijk mee nemen in de uitwerking van de aanvulling, aangezien zij zelf de aanvulling zullen gebruiken in de praktijk.

1.2.3. Deelvragen

Om tot een antwoord op onze hoofdvraag te komen, hebben we onze hoofdvraag onderverdeeld in vier deelvragen.

1. Welke thema's zijn er al in de huidige oudercursus aanwezig en welke punten vragen om een update of aanvulling?
2. Wat zien ouders graag als aanvulling op de huidige oudercursus?
3. Wat zien hulpverleners en zorgcoördinatoren aan relevante thema's om in de aanvulling op de huidige oudercursus te verwerken?
4. Wat zijn de consequenties van deze input en hoe zien we dit concreet terug in de aangevulde cursus?

1.2.4. Toelichting op de deelvragen

1. Bij deze deelvraag richtten we ons op de huidige oudercursus. Het is van belang eerst een goed beeld te hebben van hoe de huidige oudercursus in elkaar zit, om zo een beeld te krijgen van waar al veel informatie over wordt gegeven en waar niet.

2. Deze deelvraag richt zich op de doelgroep 'ouders'. Het is van belang om te weten hoe zij de huidige oudercursus ervoeren en wat zij eventueel misten hierin. Waar lopen zij tegenaan in de opvoeding van hun puber en waar willen ze meer informatie over hebben?
3. Bij deze deelvraag richtten we ons op de professionals. Deze zijn onder te verdelen in twee groepen, namelijk hulpverleners die de oudercursus hebben gegeven en zorgcoördinatoren van middelbare scholen die zorgvragen binnen krijgen van leerlingen (pubers). Doordat we met beide groepen in gesprek gingen, kregen we een beter beeld van welke thema's relevant en actueel zijn voor een aanvulling op de huidige oudercursus.
4. Deze deelvraag richt zich op de consequenties van de verzamelde onderzoeksresultaten. De uitkomsten van de vorige deelvragen komen in deze deelvraag samen. Wat zijn we te weet gekomen en wat betekent dit? Hoe gaan we dit concreet vormgeven en verwerken tot een actuele aanvulling op de huidige oudercursus?

1.3. Beschrijving en verantwoording van de gekozen onderzoeksmethoden

In deze paragraaf zullen we onze gekozen onderzoeksmethoden beschrijven en verantwoorden. We beginnen de paragraaf met het type onderzoek en zullen vervolgens ingaan op de verschillende gekozen onderzoeksmethoden die we hebben gebruikt om tot een antwoord te komen op onze hoofdvraag. In deze paragraaf zullen we tevens toelichten welke bronnen en instrumenten we hierbij hebben gebruikt.

1.3.1. Type onderzoek

Wij hebben kwalitatief onderzoek verricht. Het onderzoek wat we uitvoerden, heeft ertoe geleid dat er een actuele aanvulling op de oudercursus tot stand is gekomen. Het onderzoek is erg praktijkgericht, we wilden te weten komen *wat er speelt* onder jongeren en hoe de oudercursus wordt *ervaren*, waarbij we geïnteresseerd waren in de *visie en ervaring* van hulpverleners en zorgcoördinatoren. Dit type onderzoek bleek voor ons de beste manier om een antwoord te krijgen op deze vragen. We zijn tot een eindproduct gekomen middels drie onderzoeksmethoden die hieronder worden toegelicht.

1.3.2. Interviews met professionals

Voor het beantwoorden van deelvraag twee en drie namen we semigestructureerde interviews af. Ter voorbereiding van de interviews stelden we een topiclijst op middels een interviewprotocol, waardoor we, specifiek naar informatie konden vragen, waarbij er ook ruimte was voor de respondent om met eigen informatie te komen. Voor een expliciet overzicht van dit interviewprotocol verwijzen we u naar bijlage 1.

We hebben antwoord gegeven op deelvraag twee '*Wat zien ouders graag als aanvulling op de huidige oudercursus?*' door interviews af te nemen met vijf hulpverleners die ervaring hadden in het geven van de oudercursus en daardoor konden benoemen wat voor wensen en behoeften zij signaleerden in hun omgang met ouders tijdens de oudercursus. De hulpverleners konden dit benoemen, doordat ouders tijdens de evaluatie van de oudercursus gevraagd zijn om hun ervaring en op- of aanmerkingen te benoemen. Dit geeft naar ons idee een indicatie hoe ouders erover

denken en daarbij vonden wij het vooral belangrijk hoe hulpverleners de cursus ervoeren. Zij geven namelijk deze cursus en zij zullen de aanvulling ook gaan gebruiken.

Naast de vijf interviews met hulpverleners hebben we vijf interviews met zorgcoördinatoren afgenomen op vijf verschillende middelbare scholen. Met deze interviewresultaten gaven we antwoord op deelvraag drie *‘Wat zien hulpverleners en zorgcoördinatoren aan relevante thema’s om in de aanvulling op de huidige oudercursus te verwerken?’*

We benaderden hulpverleners vanwege hun deskundigheid en hun ervaring, waarbij we open stonden voor hun adviezen en tips voor een actuele aanvulling. We kozen ervoor om interviews af te nemen met zorgcoördinatoren, omdat deze zorgcoördinatoren een andere kant belichten. Zorgcoördinatoren krijgen namelijk veel te maken met zorgvragen die collega’s inbrengen over hun leerlingen. Hierdoor heeft een zorgcoördinator een goed zicht op wat er speelt aan thema’s onder de jongeren. Door met deze coördinatoren in gesprek te gaan, kregen wij een beeld van de onderwerpen waar pubers mee te maken krijgen in deze tijd. Op deze manier zijn de thema’s niet enkel gebaseerd op de behoeften van ouders en hulpverleners, maar zijn deze ook gebaseerd op wat er speelt onder de pubers zelf. We kregen hierdoor meer zicht op thema’s, waardoor we de meest relevante en actuele thema’s konden kiezen voor de aanvulling op de oudercursus.

Selectiecriteria en werving respondenten

De hulpverleners die zijn geïnterviewd, zijn geselecteerd op basis van een aantal criteria. Alle hulpverleners moesten ervaring hebben in het geven van de oudercursus *Beter omgaan met pubers*. Hieraan voldeden alle geïnterviewde hulpverleners, waarbij er verschil was in hoe vaak hulpverleners de cursus hebben gegeven. Dit aantal varieerde van één keer tot plusminus twaalf keer. De hulpverleners met wie we een interview hebben afgenomen, zijn daarnaast werkzaam binnen provincie Gelderland. De hulpverleners gaven de cursus in Barneveld, Veenendaal, Nijkerk en Arnhem. Bij de werving van hulpverleners hebben we zowel het Nederlands Jeugdinstituut als Spectrum-Gelderland telefonisch benaderd met de vraag of zij gegevens hadden van hulpverleningsinstanties die deze oudercursus nog hanteerden. Beide instanties hadden geen informatie hierover in bezit. Uiteindelijk heeft de opdrachtgever, binnen het netwerk van CJG, hulpverleners weten te werven die ervaring hadden in het geven van de oudercursus.

CJG heeft ook verbinding met middelbare scholen in Barneveld en middels deze weg zijn we in contact gekomen met verschillende zorgcoördinatoren te Barneveld. In Barneveld zijn op alle drie middelbare scholen interviews afgenomen, waarbij de andere twee interviews plaatsvonden in Ede. Hiervan was één interview met een vertrouwenspersoon, die vrijwel over dezelfde informatie beschikt als een zorgcoördinator. Op basis daarvan is deze keus gemaakt en zijn de interviewresultaten van belang geweest in het uitwerken van het eindproduct.

De uitgewerkte interviews zijn geanalyseerd middels het label en kernthemaschema, zoals voorgeschreven staat in Baarda (2005). Een expliciete weergave van de kernthemaschema’s die zijn opgesteld zijn als bijlage 3 in dit verslag opgenomen. Doordat we de labels verwerkten in dit kernthemaschema, werden overeenkomsten zichtbaar en schatten we in dat dit zich voort zou zetten als er sprake was van meer respondenten. Zowel de hulpverleners als de zorgcoördinatoren brachten overeenkomstige thema’s naar voren. Thema’s moesten geschikt zijn voor een preventieve oudercursus, waarbij het thema niet een te specifiek karakter moest hebben. Thema’s zoals

Echtscheiding en *Rouwverwerking* zijn daarom niet opgenomen in de aanvulling. Thema's die echter vaker genoemd zijn door zowel hulpverleners als zorgcoördinatoren en actueel zijn gebleken, zijn wel uitgewerkt in de aanvulling.

1.3.3. Literatuuronderzoek

Voor het beantwoorden van deelvraag vier '*Wat zijn de consequenties van deze input en hoe zien we dit concreet terug in de aangevulde cursus?*' deden we literatuuronderzoek. De thema's die naar voren kwamen door het beantwoorden van de voorgaande deelvragen, verdiepten we vervolgens met literatuurstudie. Hiermee konden we de onderzoeksresultaten onderbouwen en onze uitwerking verantwoorden.

Het onderwerp van ons afstudeeronderzoek is door de interviews steeds specifiekier geworden. Dit maakte dat we vrij gericht konden zoeken naar geschikte literatuur. Door dit onderzoek en met goedkeuring van de opdrachtgever, besloten we om een aantal thema's uit te werken tot cursusmateriaal. Hier kunt u later meer over lezen in ons onderzoeksrapport.

We gebruikten literatuur, om hetgeen we schreven, te onderbouwen en te verantwoorden. We maakten veel gebruik van bestaande wetenschappelijke onderzoeken van onder andere Eveline Crone, die daarover schrijft in haar boek *Het puberende brein*.

Tijdens de literatuurstudie was het voor ons de uitdaging ons niet te verliezen in de hoeveelheid informatie die hierdoor op ons afkwam. Ook wilden we niet te technisch ingaan op bijvoorbeeld een onderwerp als *Het puberbrein*, daarbij denkend aan hoe het 'technisch' in de hersenen werkt. De uitdaging lag er voor ons om hierbij telkens de vertaalslag te maken van onze onderzoeksresultaten naar praktische informatie voor ouders en bruikbaar cursusmateriaal. Dit was een interessante uitdaging voor ons en wij hopen met onze uitwerking een goed resultaat weergegeven te hebben van deze vertaalslag.

1.3.4. Documentonderzoek

Bij het geven van een antwoord op onze eerste deelvraag '*Welke thema's zijn er al in de huidige oudercursus aanwezig en welke punten vragen om een update of aanvulling?*', onderzochten we de huidige oudercursus *Beter omgaan met pubers*. Dit deden we om een beeld te krijgen over hoe de huidige cursus is opgebouwd en welke thema's er al zijn uitgewerkt in de cursus. Hiermee wilden we voorkomen dat we geen dubbele informatie hebben verwerkt in onze actuele aanvulling op deze cursus. Het antwoord resulteerde in een inhoudelijke weergave van alle bijeenkomsten die in de huidige cursus verwerkt zijn, waarbij meteen is toegelicht welke punten om een update of aanvulling vroegen.

Voor het beantwoorden van de tweede deelvraag '*Wat zien ouders graag als aanvulling op de huidige oudercursus?*' hebben we een documentonderzoek uitgevoerd. We ontvingen van onze opdrachtgever het rapport genaamd *Rapport behoefteonderzoek* wat het CJG heeft laten uitvoeren door het BMC. In dit rapport is te lezen wat de behoeften zijn van ouders en professionals in gemeente Barneveld, betreffende het aanbod van CJG Barneveld. De resultaten geven zicht op onderwerpen, waar ouders graag informatie of advies over zouden krijgen. Ook geven de resultaten

weer wat ouders missen aan onderwerpen en thema's in het aanbod van CJG. Deze resultaten achtten we relevant, omdat veel thema's gerelateerd waren aan het onderwerp opvoeding, wat van toepassing is op de oudercursus.

1.3.5 Tot slot

Het beantwoorden van de eerste deelvragen leidde er toe dat we met de conclusies vanuit deze deelvragen antwoord konden geven op deelvraag vier 'Wat zijn de consequenties van deze input en hoe zien we dit concreet terug in de aangevulde cursus?'. De resultaten, beschreven onder de eerste drie deelvragen, vormden de aanleiding om het uiteindelijke eindproduct uit te werken.

1.4. Doelstelling

Het doel wat we met ons onderzoek beogen, is om een actuele aanvulling te maken op de huidige oudercursus *Beter omgaan met pubers* van het NJI voor CJG Barneveld.

1.5. De doelgroep

De doelgroep voor de aanvulling op deze cursus is specifiek gericht op ouders die wonen in gemeente Barneveld en kampen met vragen over hun opvoeding van hun kind(eren) in de leeftijd van tien tot en met tweeëntwintig jaar. De huidige oudercursus heeft zich met name gericht op autochtone en allochtone ouders die laagopgeleid zijn en hanteert een leeftijdsgrens van twaalf tot en met zestien jaar. In de aanvulling op de oudercursus zullen we dit onderscheid niet hanteren. De aanvulling op de oudercursus zal dan ook geschikt zijn voor alle ouders uit alle sociale lagen van de Nederlandse bevolking, waarbij sprake is van opvoedingsvragen en eventuele lichte problematieken binnen de relatie van ouder en kind in de puber- en adolescentieleeftijd. De oudercursus en de aanvulling zal mogelijk minder geschikt zijn voor ouders die te maken hebben met zware opvoedingsproblematiek. Ook wanneer er sprake is van eigen problematiek of GGZ-problematiek bij ouders, zullen deze cursus en aanvulling mogelijk minder geschikt zijn, omdat er dan waarschijnlijk gespecialiseerdere hulp nodig is. Ook hebben wij voor de aanvulling de leeftijdsgrens vervroegd en vergroot naar de leeftijden tien tot en met tweeëntwintig jaar, omdat dit een actuelere leeftijdscategorie is voor wat wij tegenwoordig verstaan onder 'adolescenten'.

Het eindproduct zal met name toegepast worden in de Regio Barneveld en mogelijk ook in andere regio's, zoals al eerder genoemd.

1.6. De producten

Het resultaat wat we leveren naar aanleiding van het onderzoek, zal een actuele aanvulling zijn op de huidige oudercursus *Beter omgaan met pubers*. De vorm waarin we dit gaan uitvoeren, zal afhankelijk zijn van de onderzoeksresultaten. We kiezen er wel voor om van te voren vast te stellen dat we drie themabijeenkomsten zullen uitwerken, zodat dit aansluit op de themabijeenkomsten die al in de huidige oudercursus aanwezig zijn. Er zijn al drie themabijeenkomsten en wij voegen daar nog drie actuele themabijeenkomsten aan toe. We kiezen voor het aantal drie, omdat CJG Barneveld dit aantal heeft voorgesteld en omdat wij inschatten dat dit goed uit te voeren valt binnen het termijn van onze afstudeerperiode.

2. Oudercursus *Beter omgaan met pubers*

Dit hoofdstuk bestaat uit twee paragrafen, waarbij in de eerste paragraaf inzichtelijk wordt gemaakt hoe de huidige oudercursus *Beter omgaan met pubers* is opgebouwd en welke thema's en onderwerpen erin naar voren komen. In het tweede paragraaf van dit hoofdstuk geven we weer welke punten uit de huidige oudercursus naar ons idee verouderd zijn en om een update of aanvulling vragen.

2.1 Oudercursus *Beter omgaan met pubers*

De oudercursus *Beter omgaan met pubers* is in 1995 ontwikkeld door een stedelijke projectgroep in Amsterdam. Een NIZW-project in 1998 heeft een landelijke uitgave gemaakt van die conceptversie. NIZW project is een onderdeel van Expertisecentrum Opvoedingsondersteuning Utrecht. Dit draagt tegenwoordig de naam Nederlands Jeugd Instituut (NJI). De cursus richt zich extra op de doelgroep laagopgeleide autochtone en allochtone ouders. De cursus *Beter omgaan met pubers* is bedoeld als een preventief aanbod om ouders in een vroeg stadium steun te bieden bij de opvoeding van hun opgroeiende kinderen en richt zich op ouders met kinderen in de leeftijd van twaalf tot en met achttien jaar.

Het NIZW (2001) stelt in de cursus: "Het werken in groepen biedt meer mogelijkheden om de eigen deskundigheid en kracht van ouders te mobiliseren, waarbij de professionele invalshoek minder overheerst dan bij een-op-eencontacten." (p.13). De oudercursus ziet het belang van sociale steun onderling en werkt aan empowerment bij ouders. In de beschrijving van de werkwijze is te lezen dat het belangrijk wordt gevonden om de kennis die ouders zelf al hebben zoveel mogelijk te mobiliseren en de eigen deskundigheid van ouders aan te spreken, in plaats van zelf als opvoeddeskundige steeds aan het woord te zijn. Dit gaat uit van een positieve benadering, waarbij de cursusleiders oog moeten hebben voor de sterke kanten en de (al) aanwezige inzet van ouders (NIZW,2001).

In de cursus is gebruikt gemaakt van principes van de communicatietheorie van onder andere de Amerikaanse klinisch psycholoog Thomas Gordon (1918-2002). Hij is vooral bekend geworden met zijn zogenaamde Gordon-methode waar hij in 1970 zijn eerste boek over heeft uitgegeven. In Nederland is de eerste druk van dat boek *luisteren naar kinderen: dé methode voor overleg in het gezin* in 1976 uitgegeven (Gordon, 2010). Doordat de samenleving tussen 1976 en het huidige 2013 veel ontwikkelingen kent is het de vraag of deze methode nog actueel genoeg is. Het feit dat het boek wel opnieuw wordt uitgegeven (2010), kan aantonen dat de Gordon-methode nog wel gewaardeerd wordt. Deze methode richt zich onder andere op actief luisteren en gaat uit van gelijkwaardigheid in relaties. Deze begrippen zie je ook terug in de cursus *Beter omgaan met pubers*, waarover u meer kunt lezen in de volgende paragraaf.

De cursus combineert voorlichting geven, kennis overdragen, vaardigheden oefenen en ervaringen uitwisselen. De huidige oudercursus is opgebouwd uit zes algemene bijeenkomsten en drie themabijeenkomsten.

2.1.1 Algemene bijeenkomsten

De algemene bijeenkomsten bestaan uit zes bijeenkomsten van twee uur. Elke bijeenkomst heeft een thema. Het wordt aangeraden de thema's in deze volgorde aan te houden, omdat het ene thema soms een voorwaarde is voor het andere. Bijvoorbeeld het thema 'luisteren' gaat voorafgaand aan het thema 'overleggen'. De eerste vijf minuten wordt besteed aan het welkom en de introductie. Vervolgens volgt er de huiswerkbepreking, waar twintig minuten voor worden uitgetrokken. Tijdens de huiswerkbepreking kunnen ouders ervaringen met elkaar uitwisselen. Het thema wordt besproken en er worden in de dertig minuten die volgen oefeningen gedaan. Dan is er tien minuten pauze. Vaak volgt er daarna nog een oefening en een nabespreking, met een duur van vijftig minuten. De laatste vijf minuten wordt gebruikt voor de afsluiting en voor het meegegeven van de huiswerkopdracht. Na elk hoofdstuk in de cursus volgen een aantal bijlagen. Daarin staan extra voorbeelden, vragen voor ouders of huiswerkopdrachten voor ouders. De volgende thema's komen in de algemene bijeenkomsten aan bod:

Veranderingen in de puberteit

Bijeenkomst 1, blz. 30 – 50. Dit is de eerste bijeenkomst en is daarom de eerste kennismaking van de ouders met elkaar en met de cursusleider. Ook wordt er informatie gegeven over de cursus, zodat ouders weten wat ze kunnen verwachten. Voor de kennismaking en de introductie van de cursus wordt in de eerste bijeenkomst veertig minuten uitgetrokken.

Het allereerste thema dat besproken wordt is het algemene thema 'puberteit'. Er wordt stil gestaan bij wat het woord betekent. De puberteit wordt in andere culturen soms met net een andere bewoording aangeduid. Een aantal voorbeelden worden in de cursus gegeven en er wordt stilgestaan bij deze ontwikkelingsfase, zie voorbeeldfiguur 1 (vb 1). De ouders krijgen de vraag gesteld wat zij zelf bij hun kinderen zien in deze leeftijdsfase. De ouders wordt gevraagd iets op te noemen over wat hun opvalt aan het gedrag van hun kind. Vervolgens wordt er stilgestaan bij de veranderingen in de puberteit, waarbij er een tweedeling wordt gemaakt tussen lichamelijke en geestelijke veranderingen. Voor dit onderdeel wordt twintig minuten uitgetrokken.

Tot de lichamelijke veranderingen behoren de groeispurt, de seksuele ontwikkeling of geslachtsrijping, de lichaamsbouw en de verandering van het uiterlijk. Tot de geestelijke veranderingen behoren het abstract denken, de identiteitsontwikkeling, onzekerheid, wisselende stemmingen, het conformeren aan een groep en het losmaken van ouders. Praktijkvoorbeelden van ouders met opmerkingen of vragen over dit onderwerp ondersteunen het verhaal van de cursusleider. Er wordt een oefening ingebracht waarin ouders met elkaar in gesprek gaan over herinneringen aan hun eigen puberteit. Deze ervaringen mogen ook gedeeld worden in de grote groep tijdens de nabespreking.

Als afsluiting van de bijeenkomst vat de cursusleider de belangrijkste punten samen en geeft de ouders een huiswerkopdracht mee. Deze bestaat dit keer uit twee opdrachten. De eerste opdracht

Vb 1. Praktijkvoorbeeld

Er is een passage in de Koran waarin heel mooi is beschreven hoe de rol van ouders verandert als kinderen groter worden. De boodschapper van God heeft gezegd: *'Speel met uw kind de eerste zeven jaar, voed het op tot zijn veertiende en wees zijn vriend tot zijn eenentwintigste.'* (NIZW, *Beter omgaan met pubers*, 2001, blz. 38.)

houdt in dat ouders iets over hun eigen puberteit vertellen aan hun zoon of dochter. De tweede opdracht vraagt ouders om de komende tijd te letten op de leuke kanten van hun puber.

Het valt op dat er uitgelegd wordt op welke gebieden een jongere in de puberteit zich ontwikkelt, waarbij geen verklaring wordt gegeven van het gedrag wat een puber bij die ontwikkeling kan vertonen. Er wordt benoemd dat het denkvermogen van een puber toeneemt (abstract denken) waarbij pubers kritischer gaan kijken naar zichzelf en naar hun ouders waardoor ze eigenwijs kunnen zijn en commentaar kunnen leveren. Dit kan als vervelend worden beschouwd, maar ook als hersengymnastiek (NIZW,2001). Inmiddels kan er door onderzoeken met behulp van fMRI scans meer gezegd worden over de ontwikkeling van de hersenen bij pubers. Het onderzoek wat is uitgevoerd door Linda van Leijenhorst maakt inzichtelijk waarom pubers bijvoorbeeld geneigd zijn om sneller risico's te nemen en het lastig vinden om prioriteiten te stellen (Lavender, 2010).

Als we zien dat de oudercursus zich in eerste plaats richt op ouders met pubers in de leeftijd van 12 tot en met achttien jaar dan valt het op dat tegenwoordig de puberteit op jongere leeftijd begint plaats te vinden. Crone (2008) trekt deze leeftijdsfase breder : "De leeftijden die worden gehanteerd voor het beschrijven van de adolescentie zijn verschillend per cultuur, maar over het algemeen beslaat de adolescentie de leeftijdsperiode van tien tot tweeëntwintig jaar. In deze periode maken de hersenen een belangrijke groeispurt door"(p.12). Waarbij onderscheid gemaakt wordt tussen *puberteit* en *adolescentie*. "De puberteit wordt gezien als een onderdeel van de adolescentie, namelijk de tijd van seksuele volwassenwording wat plaatsvindt in de periode tussen de tien en veertien jaar" (Crone,2008, p. 16). Dit betekent dat de leeftijdsnorm die de oudercursus geeft aan pubers, inmiddels niet meer actueel is.

Positieve aandacht en manieren van opvoeden

Bijeenkomst 2, blz. 52 – 70. Bij deze bijeenkomst wordt gestart met een oefening in complimenten geven. Deze oefening sluit aan op de huiswerkopdracht van de vorige bijeenkomst, waarbij ouders moesten letten op de leuke kanten van hun puber. Opvallend in de cursus is dat ouders vaak worden uitgedaagd om bij zichzelf te kijken hoe dit ging in hun eigen puberteit of hoe zij dat nu ervaren in hun eigen leven. In deze bijeenkomst staan verder de opvoedingsstijlen centraal. De autoritaire opvoedingsstijl (puber moet gehoorzamen), de toegevendende opvoedingsstijl (puber krijgt z'n zin) en de democratische opvoedingsstijl (ouders en puber overleggen met elkaar) worden aan de ouders uitgelegd. Vervolgens kan er een videofragment worden bekeken, waarin een voorbeeld wordt

uitgespeeld van verschillende opvoedingsstijlen. Deze videofragmenten zijn inmiddels echter sterk verouderd en worden daarom door de hulpverleners meestal niet meer in de praktijk gebruikt. De ouders worden uitgedaagd om na te denken over hun eigen opvoedingsstijl. Er wordt afgesloten met een nabespreking en de huiswerkopdracht. Er wordt gevraagd aan de ouders om de komende week minstens één keer een compliment te geven aan hun puber en te kijken hoe hij of zij daarop reageert. Er zijn tijdens deze bijeenkomst praktische tips gegeven om

Vb 2. Complimenten geven

Het is belangrijk om een compliment te geven op een manier die pubers aanspreekt. Bijvoorbeeld 'Ik vind dat die broek je echt heel leuk staat.' Het is niet nodig dat ouders de taal en termen van pubers gebruiken bij het geven van een compliment.

Bijvoorbeeld: 'Wat heb je een te gekke broek aan, die staat je echt heel cool!' Dat vinden pubers vaak overdreven of raar. (blz. 63)

complimenten te geven, zie voorbeeldfiguur 2 (vb 2). Ook worden ze uitgedaagd om deze week te letten op hun eigen manier van opvoeden en welke opvoedingsstijl zij het meeste toepassen.

Ruzie voorkomen: luisteren naar je puber

Bijeenkomst 3, blz. 72 – 85. Luisteren lijkt zo gemakkelijk. Tijdens deze bijeenkomst worden ouders bewust gemaakt van het verschil tussen luisteren en actief luisteren. Begrippen die de Amerikaanse klinisch psycholoog Thomas Gordon (1918-2002) heeft geïntroduceerd in zijn werken, zie je in deze bijeenkomst terug. De groep ouders wordt in tweeën verdeeld. De ene helft van de groep krijgt de opdracht iets aan de andere groep ouders te vertellen. Ze weten niet dat de andere helft van de groep de opdracht heeft gekregen om niet te luisteren en dit in hun gedrag ook te laten merken. Hafida Tmim, maatschappelijk werker bij Welzijn Veenendaal, geeft deze cursus binnen Welzijn Veenendaal. Zij geeft een mooi voorbeeld van hoe deze opdracht door ouders ervaren wordt. Zij had aan een deelnemende ouder gevraagd de puber te spelen die iets graag wilde vertellen aan zijn ouder. De cursusleidster speelde de ouder die niet actief luisterde. Na afloop vroeg ze hoe de ouder het gesprek beleefd had. Hafida zegt hierover in een interview met ons: *“Toen ik vroeg hoe ze het had ervaren, begon de ouder plotseling te huilen. Ze zei: ‘Dit doe ik dus elke dag met mijn kinderen’ Blijkbaar had de vrouw het herkend en maakte deze oefening veel emoties los”*. De bijeenkomst wordt afgesloten met de huiswerkopdracht de richtlijnen van deze bijeenkomst de komende week toe te passen bij hun kind en de volgende bijeenkomst te vertellen hoe dit is gegaan.

Ruzie voorkomen: praten met je puber

Bijeenkomst 4, 88 – 102. Het doel van deze bijeenkomst is dat ouders weten welke reacties een verkeerd effect hebben op het gedrag van hun pubers, hoe ze wel kunnen reageren en dat ze kunnen zeggen welk gedrag ze van hun puber verlangen. Er worden voorbeelden gegeven van hoe het in de praktijk fout kan gaan. Cursusleiders geven aan dat ze vaak kiezen om een voorbeeld van de ouders zelf te nemen, in plaats van de beschreven voorbeelden in de cursus, om zo de oefeningen beter te laten aansluiten bij de ouders. Er staan voorbeeldreacties beschreven van hoe ouders negatief kunnen reageren op een kind, bijvoorbeeld door commanderen, dreigen, preken of schelden. Sommige voorbeeldreacties bevatten echter verouderd taalgebruik. Bijvoorbeeld: ‘Wat ben jij een eigenwijs stuk vreten. Wat een etterstraal ben jij!’ Deze woorden komen nu eerder komisch over, dan aanvallend. Nadat verschillende manieren van reageren zijn besproken, gaan ouders met elkaar in gesprek over welke manier van reageren wel effectief kan zijn. Ouders worden uitgedaagd om duidelijk te verwoorden naar hun kind wat hun wensen zijn en wat zij van hun kind verwachten. Er staan voorbeeldvragen van pubers, waar ouders mee kunnen oefenen om daar goed op te reageren. Opvallend is wel dat deze voorbeeldvragen erg netjes zijn geformuleerd. De puber vraagt bijvoorbeeld ‘Mag ik vanavond met Karim naar de film?’ of ‘Wil je mijn nieuwe broek vandaag wassen?’ We denken dat veel pubers in een opstandige bui vaak niet de moeite nemen om iets te vragen en ouders juist moeite hebben om consequent op te treden wanneer een puber juist iets doet zonder te vragen. Daarom is het goed om tijdens de bijeenkomsten veel voorbeelden te gebruiken van de ouders zelf en om in te gaan op de situaties die zij tegenkomen. De huiswerkopdracht houdt deze week in dat zij hetgeen ze tijdens deze bijeenkomst hebben geoefend, ook in de praktijk gaan oefenen.

Ruzie oplossen: overleggen met je puber

Bijeenkomst 5, 104 – 118. Deze bijeenkomst bespreekt het ontstaan van conflicten en introduceert de overlegmethode, ook wel geen-verlies methode genoemd, van Thomas Gordon, zie voorbeeldfiguur 3 (vb. 3). Ouders gaan het met elkaar hebben over het voorkomen van ruzie of een conflict met hun puber. In tweetallen wordt de overlegmethode

geoefend. Er staan in de cursus een aantal voorbeeldsituaties geschetst, waar ouders mee kunnen oefenen. Uiteraard kunnen ze ook een eigen voorbeeld gebruiken. Er wordt een onderscheid gemaakt in het soort conflict wat kan spelen tussen ouder en kind. Er wordt onderscheid gemaakt in zogenaamde behoefteconflicten, waarbij ouders en kind allebei een bepaalde wens of behoefte hebben die in strijd zijn met elkaar, en zogenaamde waardeconflicten, waarbij het gaat om ideeën, opvattingen, waarden en normen die in strijd zijn met elkaar.

Vb 3. Overlegmethode

1. Probleem of conflict duidelijk krijgen.
 2. Samen met je puber oplossingen bedenken.
 3. Samen een oplossing kiezen.
 4. Oplossing uitvoeren of afspraak maken.
 5. Samen terugkijken of het een goede oplossing was.
- (blz. 108)

Grenzen stellen en straffen

Bijeenkomst 6, blz. 120 – 137. Ouders worden in deze bijeenkomst bewust gemaakt welk gedrag zij wel en niet accepteren van hun puber en waarom en hoe ze dat duidelijk maken aan hun kind. In de vorige bijeenkomst ging het over het voorkomen van een conflict. Indien dit niet lukt, is het soms nodig dat ouders grenzen stellen of straffen. Belangrijk bij het grenzen stellen is dat er een consequentie aan wordt verbonden, voor als de grens toch overschreden wordt. Er worden verschillende vormen van straf besproken, bijvoorbeeld 'iets leuks wegnemen' of 'een extra taak of boete'. Echter wordt ook 'fysieke straf' als voorbeeld genoemd. Hoewel het niet als suggestie bedoeld is, wordt het ook niet afgeraden of ontmoedigd in de cursus. Waarschijnlijk heeft dit ook te maken met de veroudering van de cursus. In Nederland nam de Tweede Kamer in september 2006 een wet aan die een 'pedagogische tik' verbiedt. In 2007 is er in het Burgerlijk Wetboek een wetswijziging opgenomen waarin het volgende staat: *'Onder verzorging en opvoeding worden mede verstaan de zorg en de verantwoordelijkheid voor het geestelijk en lichamelijk welzijn en de veiligheid van het kind alsmede het bevorderen van de ontwikkeling van zijn persoonlijkheid. In de verzorging en opvoeding van het kind passen de ouders geen geestelijk of lichamelijk geweld of enig andere vernederende behandeling toe.'* (Boek 1, artikel 247, tweede lid). Vanwege deze wetswijziging is het naar ons idee niet meer gepast om 'fysieke straf' als voorbeeld te gebruiken in een oudercursus.

De laatste bijeenkomst wordt afgesloten met een samenvatting van de cursus en de opvoedingsvaardigheden die aan bod zijn gekomen. Ouders krijgen een certificaat toegereikt waarin staat dat zij de cursus met succes hebben doorlopen. Ouders worden ook gevraagd een evaluatieformulier in te vullen, zodat de cursusleiders een beeld krijgen van hoe de ouders de cursus hebben ervaren.

2.1.2 Themabijeenkomsten

In de cursus zijn drie keuzebijeenkomsten toegevoegd over thema's die in de puberteit spelen. Ouders, die de cursus hebben gevolgd, mogen kiezen of en welke extra themabijeenkomsten ze nog zullen volgen. Ouders kunnen een extra themabijeenkomst kiezen, die hen persoonlijk aanspreekt.

Sommige cursusleiders kiezen ervoor om de informatie van de keuzethema's aan het einde van de laatste algemene bijeenkomst mee te geven aan de ouders. Of ze kiezen ervoor om de informatie van de keuzethema's te verwerken in de algemene bijeenkomsten. De drie themabijeenkomsten hebben de volgende onderwerpen:

Alcohol en drugs (en ander middelengebruik)

Bijeenkomst 7, blz. 140 – 164. Het doel van deze bijeenkomst is dat ouders kennis hebben van alcohol, drugs en ander middelengebruik en weten waar ze informatie en advies kunnen krijgen, dat ze inzicht hebben in de motieven van jongeren om middelen te gebruiken en dat ze zich gesterkt voelen in hun opvoedende rol ten aanzien van middelengebruik. Er kan een beroepskracht van een instelling voor verslavingszorg worden uitgenodigd, om op deze bijeenkomst te spreken. Er wordt gesproken over sigaretten, alcohol, drugs en gokken. Er wordt gesproken over de motivatie van jongeren om te gebruiken, zoals 'grenzen zoeken' en 'erbij willen horen'. Opvallend is dat drugs alleen bij de verzamelnaam wordt genoemd en dat er niet ingegaan wordt op de verschillende vormen van drugs. In een bijlage wordt wel kort ingegaan op het verschil tussen softdrugs en harddrugs. Hasj, weed, cocaïne, heroïne en XTC worden als voorbeeld genoemd. Nieuwere vormen van drugs, zoals bijvoorbeeld GHB, worden vanwege de veroudering van de cursus nog niet genoemd. De laatste jaren is gebleken dat GHB-gebruik grote risico's heeft en verslavender is dan werd gedacht (IrisZorg, 2012). Cursusleiders geven aan dat dit onderdeel in de cursus toe is aan vernieuwing. Op andere vormen van verslaving, zoals gameverslaving, wordt ook niet ingegaan. De digitale wereld heeft geen sluitingstijd en je kan er net zo veel tijd aan besteden als je zelf wil. Veel jongeren besteden veel tijd aan sociale media en aan gamen. Ongeveer twee tot drie procent van de gamers zijn verslaafd. Dit zijn vooral jongens tussen de 16 en 20 jaar (IrisZorg, 2012).

Seksuele opvoeding

Bijeenkomst 8, blz. 166 – 175. Ouders worden in deze bijeenkomst bewust gemaakt van hun eigen normen tegen aanzien van seksualiteit, hebben na de bijeenkomst inzicht in de seksuele ontwikkeling van hun puber en zien het belang in van praten met je puber over seksualiteit. Ouders worden in het begin van de bijeenkomst gevraagd om terug te kijken naar hun eigen puberteit. Van wie kregen zij voorlichting en hoe werd dit gedaan? Er kan een videofragment worden laten zien, maar deze wordt in de praktijk niet meer gebruikt, omdat de beelden sterk verouderd zijn. De opdrachten die daarna volgen, sluiten aan op het videofragment. Het is dan ook begrijpelijk dat cursusleiders besluiten de informatie op papier mee te geven, in plaats van er een bijeenkomst aan te wijden. Of om dit thema tijdens een andere bijeenkomst te introduceren en vervolgens vooral in gesprek te gaan met de ouders hierover.

Pubers en school

Bijeenkomst 9, blz. 178 – 188. Hier wordt de overgang van de basisschool naar het voorgezet onderwijs besproken. Dat dit veranderingen met zich meebrengt voor zowel het kind als voor de ouder. Kinderen moeten opeens zelf keuzes gaan maken, er wordt meer zelfstandigheid van hen gevraagd. Er wordt ingegaan op de betrokkenheid van de ouders bij school. In de bijlage is er een overzicht opgenomen van de verschillende onderwijsvormen, zoals vmbo, havo en vwo. De informatie is vrij vanzelfsprekend en iets wat de meeste ouders zelf al weten of zelf uit kunnen zoeken. Zeker bij dit thema is het begrijpelijk dat cursusleiders de informatie, indien gewenst, meegeven op papier.

Aanvullende informatie

De aanvullende informatie bestaat uit een literatuurlijst. Het wordt cursusleiders aanbevolen om als achtergrondinformatie een of meer boeken te lezen over de puberteit en over communicatieve vaardigheden. De lijst bestaat uit 'actuele en aanbevolen publicaties op dit gebied'. Hoewel de meeste boeken nog steeds informatief en relevant kunnen zijn, is het niet een verzameling met de meest actuele publicaties op dit gebied. De publicaties van Eveline Crone, over het puberbrein en het sociale brein van de puber, zouden een mooie actuele aanvulling zijn op deze literatuurlijst. Na de literatuurlijst volgt een adressenlijst van instellingen voor opvoedingsondersteuning. Deze lijst is niet geheel actueel meer. Het NIZW wordt bijvoorbeeld genoemd, maar bestaat tegenwoordig niet meer. Het NIZW bestaat tegenwoordig uit drie nieuwe organisaties, Movisie, Vilans en het Nederlands Jeugd Instituut (NJI). Daarna volgt een lijst met adressen en telefoonnummers van algemene instellingen. Deze telefoonnummers kloppen niet allemaal meer, bijvoorbeeld van de Rutgers Nisso Groep. Deze is in januari 2011 gefuseerd met de Wereldbevolkingsstichting en heet sinds die tijd Rutgers WPF. Ook hier staat het NIZW nog vermeld. Na deze lijst volgt een bijlage met cursusmaterialen. Hier zijn de materialen voor ouders opgenomen die tijdens de cursus worden gebruikt en uitgedeeld. Deze materialen zijn oorspronkelijk beschikbaar in vier talen: Nederlands, Turks, Arabisch en het Papiamentu. In hoeverre de materialen in de talen anders dan het Nederlands nog worden gebruikt, is onduidelijk.

2.2. Concluderende samenvatting

Wanneer we kijken naar de inhoud van de oudercursus, vinden we dat er op verschillende thema's een aanvulling gegeven kan worden. De eerste bijeenkomst *Veranderingen in de puberteit* kan naar ons idee versterkt worden met actuele informatie over het puberbrein. Wij verwachten dat dit ouders meer inzicht zal geven in het gedrag wat pubers kunnen vertonen. Bij de tweede bijeenkomst *Positieve aandacht en manieren van opvoeden* wordt het videofragment niet meer gebruikt wegens veroudering. Het videofragment had als doel om te laten zien hoe de verschillende opvoedingsstijlen eruitzien. Door de veroudering van het beeldmateriaal wordt dit echter niet meer gebruikt en kan een ander middel gebruikt worden om ouders inzichtelijk te maken wat voor opvoedingsstijlen er zijn. De voorbeelden die in de cursus gegeven worden, komen naar ons idee niet meer goed overeen met wat ouders meemaken. Dit vraagt om een aanpassing, zodat de voorbeelden die gebruikt worden, herkenbaar zijn voor ouders. Wanneer we tot slot kijken naar de themabijeenkomsten, zien we dat het thema *Alcohol en drugs* met actuele informatie aangevuld kan worden. Het valt op dat bepaalde middelen en activiteiten waar jongeren mee te maken krijgen die kunnen leiden tot een verslaving, niet in de themabijeenkomst zijn opgenomen. In een preventieve oudercursus is het van belang om ouders hier goed over te informeren en CJG Barneveld kan dit naar ons idee beter doen, door de cursus aan te vullen met actuele informatie.

3. Waar hebben ouders behoefte aan?

In de eerste paragraaf geven we resultaten weer van een behoefteonderzoek dat onder ouders binnen gemeente Barneveld is gevoerd. In paragraaf twee beschrijven we de wensen en behoeften van ouders naar aanleiding van de interviews die zijn afgenomen met hulpverleners en zorgcoördinatoren.

3.1 Behoefteonderzoek voor CJG Barneveld

Resultaten behoefteonderzoek

Het CJG heeft in april 2011 haar deuren geopend en heeft niet lang daarna het BMC (adviesmanagement) ingeschakeld om een behoefteonderzoek uit te laten voeren. Dit onderzoek had onder andere als doel om zicht te krijgen op de behoeften van ouders of verzorgers, professionals en vrijwilligers binnen gemeente Barneveld, zodat CJG haar aanbod zo goed mogelijk op deze wensen en behoeften aan kan sluiten.

Om te weten wat ouders graag zien in een aanvulling op de oudercursus is het belangrijk om te weten wat voor opvoedvragen of opvoedproblemen ouders tegen kunnen komen. De eerste deelvraag van het behoefteonderzoek gaat dan ook over de volgende vraag: *‘Welke opvoedvragen en opvoedproblemen hebben respondenten (gedrag, gezondheid, lichamelijke ontwikkeling, taal/spraakontwikkeling en opvoeding) in het algemeen?’* (Thissen & Houwer, 2011). Aan ouders zijn vragen gesteld middels een vragenlijst, waarbij we de uitkomsten van twee vragen uit deze vragenlijst willen toelichten.

Bij de vraag *‘Over welke onderwerpen is behoefte aan informatie en advies?’* wordt als resultaat een top tien aan onderwerpen weergegeven. Deze tien zijn op volgorde van interesse (van de respondenten) geordend. Het eerste onderwerp waar ouders behoefte aan hebben om informatie over te krijgen, is het onderwerp *gedrag van mijn kinderen*. Hierop volgen de onderwerpen *opvoeden algemeen, gezondheid van mijn kinderen, taal/spraak ontwikkeling, lichamelijke ontwikkeling, pesten, zakgeld, religieuze ontwikkeling, zwangerschap en prenatale zorg en voortijdig schoolverlaten* (Thissen & Houwer, 2011).

Binnen de eerste vier genoemde onderwerpen zijn er drie onderwerpen die vrij algemeen zijn en die al verwerkt zijn in de oudercursus *Beter omgaan met pubers*. Het onderwerp *lichamelijke ontwikkeling* komt bijvoorbeeld aan bod in de eerste training van de cursus, zoals beschreven is in hoofdstuk 2.1.1. Het onderwerp *taal/spraak ontwikkeling* is een onderwerp wat binnen het CJG bij het consultatiebureau behandeld wordt en niet relevant is voor de doelgroep van de oudercursus. Verder zijn de thema's als *pesten, zakgeld, religieuze ontwikkeling* en *voortijdig schoolverlaten* ook onderwerpen waar jongeren in de puberteit en adolescentiefase mee te maken kunnen hebben.

Een tweede vraag uit de vragenlijst vanuit het behoefteonderzoek is de vraag *‘Wat wordt gemist in de onderwerpen en het aanbod?’* Ouders geven aan dat ze meer informatie willen hebben over het onderwerp *puberteit, pesten via internet* en over *relatieproblemen van kinderen onderling* (Thissen & Houwer, 2011). Het thema *puberteit* is vrij breed op te vatten. In de huidige oudercursus wordt hier al op verschillende vlakken ingegaan.

In het behoefteonderzoek is te zien dat ouders behoefte hebben aan informatie over specifieke onderwerpen. Wanneer we kijken naar het onderwerp *Zwangerschap en prenatale zorg*, weten we dat dit kan voor komen bij jongeren in de puberleeftijd, te denken valt aan tienermoeders. We verwachten dat in zulke situaties een preventieve oudercursus niet voldoende is en dat er in zo'n geval specifieke hulpverlening gewenst is.

Op grond van dit behoefteonderzoek zouden de volgende onderwerpen relevant zijn om mee te nemen in een aanvulling op de oudercursus: *pesten, zakgeld, religieuze ontwikkeling, voortijdig schoolverlaten, pesten via internet en relatieproblemen van kinderen onderling*.

3.2 Wat zeggen de deelnemende ouders over de cursus *Beter omgaan met pubers?*

We interviewden vijf hulpverleners die ervaring hadden in het geven van deze cursus en die de cursus nog steeds gaven. Aan hen vroegen we hoe de deelnemende ouders de cursus hadden ervaren. De ouders gaven positieve punten aan over de cursus en hun wensen en behoeften die bleven bestaan na het volgen van de cursus.

3.2.1 Het delen van ervaringen

"Ik denk dat dát het meest positieve voor ouders is. Het delen van ervaringen. In de evaluatie, maar ook tijdens de cursus hoor ik de reactie terug van 'Pff.. ben zo blij dat ik niet de enige ben!'. Die herkenning is belangrijk." (Gesprek I.Verlaan (4), 12 maart 2013)

De deelnemende ouders geven aan dat ze het contact met andere ouders tijdens de cursus erg waardevol vinden. Ze geven aan van elkaar te leren, ze vinden herkenning bij elkaar en het helpt hen om hun eigen situaties te relativiseren. Twee cursusgroepen uit Nijkerk zijn na de laatste cursusbijeenkomst verder gegaan met elkaar te blijven zien in groepsverband. Zij hebben contact gehouden met elkaar en de bijeenkomsten in huiselijke setting voortgezet.

"Ik kwam eens een ouder uit een oudercursus tegen in de stad en die zei dan: 'We zien elkaar nog steeds en je moet van iedereen de groeten hebben!' Twee oudergroepen zijn zeker vier, vijf jaar doorgegaan met het ontmoeten van elkaar. Heel mooi als ouders uit zichzelf dit netwerk, waar ouders toch wel behoefte aan hebben, op deze manier voortzetten." (Gesprek I.Verlaan (4), 12 maart 2013)

Er worden soms oefeningen gedaan, waarbij ouders met elkaar in rollenspellen afwisselend de puber of ouder moeten spelen. Oefeningen waarbij de ouder de andere ouder (puber) negatief moet benaderen, raakt ouders vaak. Ze merken dan hoe vaak ze hun kind eigenlijk negatief benaderen, door te mopperen, te preken of de les te lezen. Doordat ze zo'n situatie zelf ervaren, merken ze hoe dit door hun puber ervaren kan worden. Rollenspellen worden door de ouders vaak als confronterend, maar erg leerzaam ervaren.

Het volgende citaat uit een interview die wij afnamen, is een mooi voorbeeld. In dit rollenspel over niet-luisteren neemt de hulpverlener de rol van moeder op zich en luistert expres niet goed naar wat een moeder in haar rol als puber vertelt.

"Op de vraag 'Hoe voelde dat?' antwoordde deze moeder: 'Ik vond dat vervelend, je keek me niet aan en je luisterde niet echt.' En toen vroeg ik: 'Hoe was dat voor jou?' En toen begon ze plotseling te

huilen. Ze zei: ‘Dit doe ik dus elke dag met mijn kinderen’. Ze herkende wat ze zelf deed bij haar kinderen en dat bracht veel emoties los.” (Gesprek H.Tmim (5), 19 maart 2013)

Ouders geven aan dat ze tijdens de cursus zich meer bewust worden van dat de gedragingen van hun kind vaak bij de puberteit horen. Dat de puberteit en de adolescentie een levensfase is, waar het kind door heen moet en waar het kind sturing en begeleiding bij nodig heeft, maar het ook nodig heeft om los gelaten te worden.

3.2.2 Verbeterpunten, wensen en behoeften

De deelnemende ouders geven aan dat ze het beeldmateriaal dat in de cursus wordt gebruikt, verouderd vinden. Het gebruikte beeldmateriaal wordt soms eerder als komisch ervaren, dan ondersteunend of leerzaam. Hulpverleners geven aan dat ouders vragen kunnen stellen over het onderwerp ‘Alcohol en drugs (en andere genotsmiddelen)’, waarbij ouders vooral vragen stellen hoe ze hier mee om moeten gaan in de opvoeding. In de huidige opbouw van de cursus worden alleen de meest bekendste drugs genoemd, maar de nieuwere drugs komen niet naar voren vanwege de gedateerdheid van de cursus. Wat opvallend is, is dat ouders geen opmerkingen maken over het niveau van de cursus. De huidige cursus is namelijk oorspronkelijk bedoeld voor laagopgeleide allochtone en niet-allochtone ouders. Blijkbaar leveren de cursusleiders veelal een goede vertaalslag om goed aan te sluiten op de groep ouders.

Ouders merken dus de veroudering als eerste op wanneer het gaat over de huidige oudercursus. Maar waar wij ook benieuwd naar waren is welke wensen en behoeften nog bleven bestaan bij de deelnemende ouders, na het volgen van deze oudercursus. Ook hier hebben we de hulpverleners (de cursusleiders) naar gevraagd.

De algemene opvoedingsthema’s over puberteit komen aan bod in de huidige oudercursus. De deelnemende ouders gaven echter aan dat ze graag dieper op deze thema’s konden ingaan. Dit verschilt natuurlijk per cursusgroep en per cursusleider. Een cursusleider kan zelf ook veel improviseren en toevoegen aan de cursus. Echter geven aan aantal ouders dus aan dieper op de thema’s in te willen gaan. Ze willen met andere ouders dieper ingaan op praktijksituaties en daar met andere ouders en hulpverleners over sparren.

“Het thema Sociale media. Ik merk dat ouders daar altijd vragen over hebben. Hoe vaak zit je voor de computer? En hoe motiveer ik mijn kind nog tot het maken van huiswerk met al die afleidingen om hen heen?” (Gesprek M. van den Brink(3), 18 maart 2013)

Daarbij gaven ouders aan meer handvatten en informatie te willen krijgen over internetgebruik en sociale media in de opvoeding. Een concreet voorbeeld waar ouders mee kunnen worstelen is dat ze zien dat hun kind vaak afgeleid wordt tijdens het huiswerk maken, door internet en sociale media. Ouders maken zich hier zorgen over en vragen zich af welke grenzen ze daar in kunnen stellen en hoe ze hun kind daar het beste in kunnen begeleiden.

Ouders vinden het ook nog steeds lastig om grenzen te stellen en bijvoorbeeld om te gaan met ‘laat thuiskomen’, ‘de telefoon(rekening) van hun kind’ en ‘zakgeld’. In hoeverre kan je als ouder grenzen stellen op dit gebied en in hoeverre moet je ze vrij laten? Het thema ‘grenzen stellen’ komt wel aan

bod in de huidige oudercursus, maar blijkbaar hebben een aantal ouders nog steeds vragen over dit onderwerp en behoefte aan meer diepgang over dit thema, na het volgen van de cursus.

Een cursusleider gaf ook aan dat ouders bang zijn. Bang dat hun kind op internet gepest wordt of te maken krijgt met een loverboy. Deze angst gaat volgens de hulpverleners ook vaak gepaard met onwetendheid. Ouders hebben weinig zicht op wat de jongeren uitvoeren op internet. De meeste ouders hebben weinig tot geen verstand van sociale media als Facebook of WhatsApp. Wat de ervaring van de cursusleiders is, is dat als ouders wel meer weet hiervan krijgen (tegenwoordig maken ouders soms ook een Facebookprofiel aan en worden ze vrienden met hun zoon of dochter), dan zorgen pubers er vaak wel voor dat ze iets anders vinden om ongestoord met hun vrienden in contact te kunnen blijven, zonder dat de ouders hier zicht op hebben. Onwetendheid bestaat ook bij ouders in het geval van digitaal pesten. Wat doe je in zo'n geval? Ouders hebben niet altijd weet van hoe de digitale wereld eruit ziet en hebben daarom ook niet altijd een beeld van hoe digitaal pesten eruit ziet en wat de impact daarvan kan zijn op hun kind.

“Bij het thema seksualiteit vinden heel veel mensen het ook weer lastig om met hun puber hierover te praten, maar ze willen daar wel graag meer informatie over krijgen.”

(Gesprek I.Verlaan (4), 12 maart 2013)

Omgaan met seksualiteit wordt tot slot ook genoemd door drie hulpverleners als thema waar ouders mee worstelen in de opvoeding en waar pubers mee te maken hebben in de puberteit. De hulpverleners geven aan dat hierbij het praten over seksualiteit met het kind, als moeilijk wordt ervaren door de ouders die zij op hun cursus zien. Ouders weten niet altijd hoe je dit moet aanpakken. Waarbij het goed is om met ouders te bespreken hoe ze dit op een goede manier aan kunnen pakken. In verband met het thema omgaan met seksualiteit werd ook het thema het ontdekken van je eigen seksuele geaardheid genoemd.

3.2.3 Samenvatting

De deelnemende ouders ervaren de huidige oudercursus over het algemeen als positief. Vooral het contact onderling met andere ouders wordt zeer gewaardeerd en als helpend ervaren. Wel vinden ze de cursus, en dan met name het beeldmateriaal, verouderd. Informatie over sociale media en internetgebruik wordt gemist in de huidige oudercursus.

We horen van meerdere cursusleiders terug dat ouders omgaan met seksualiteit, alcohol en drugs, (zak-)geld en omgaan met internet (inclusief gamen) en (sociale) media lastig vinden in de opvoeding en omgang met hun puber. Zij horen met name vragen van ouders rondom deze thema's, die te maken hebben met grenzen stellen, maar ook vragen door onwetendheid over bepaalde punten.

In dit hoofdstuk kon u ook lezen dat de behoefte onder ouders met name ligt bij het ontvangen van informatie over de eerder genoemde thema's. Dit geldt met name bij het internet- en sociale media gebruik, waar ouders informatie en ondersteuning over willen ontvangen. Ouders hebben hier vragen en vaak ook zorgen over. Door onwetendheid over wat hun puber op het internet doet, is het lastig voor hen om hier grenzen in te stellen. Grenzen stellen wordt ook als lastig ervaren als het gaat om hoe laat het kind thuis mag komen, hoeveel zakgeld het krijgt en in hoe er omgegaan kan worden

met het telefoongebruik van de jongere. Wanneer het gaat over het thema seksualiteit, geven ouders met name aan dat ze het lastig vinden om hierover met hun puber in gesprek te gaan.

De conclusie van het behoefteonderzoek laat zien dat ouders behoefte hebben aan informatie over specifieke onderwerpen. Namelijk over de onderwerpen *pesten*, *zakgeld*, *religieuze ontwikkeling*, *voortijdig schoolverlaten*, *pesten via internet* en *relatieproblemen van kinderen onderling*.

Het thema pesten, heeft ook een link met relatieproblemen van kinderen onderling, wat tegenwoordig ook vaak geuit wordt binnen sociale media. Dit thema komt ook naar voren in de interviews met hulpverleners. De thema's *voortijdig schoolverlaten* en *religieuze ontwikkeling* komt niet naar voren in de interviews met hulpverleners en zorgcoördinatoren.

Wat ouders dus graag zien in de aanvulling op de huidige oudercursus is dat de nieuwe thema's, die niet in de oudercursus zijn verwerkt, naar voren komen in de aanvulling. Hierbij is het belangrijk om mee te nemen dat ouders veel leren van ervaringen die ze opdoen in rollenspellen en door praktijkoefeningen. Wanneer ouders nieuwe inzichten leren toepassen in de praktijk, wordt een veranderingsproces bij ouders teweeggebracht wat een positieve uitwerking kan hebben op de relatie tussen ouder en puber.

4. Wat zeggen professionals?

4.1 Hulpverleners (cursusleiders)

De hulpverleners (de cursusleiders) met wie we in gesprek zijn gegaan, hebben allemaal minimaal een jaar ervaring met het geven van de cursus *Beter omgaan met pubers*. Hen vroegen we hoe zij tegen de cursus aankeken en wat zij nog misten. We vroegen hen wat zij terug zouden willen zien in een actuele aanvulling op de cursus die zij geven. De hulpverleners waren positief over de cursus en allemaal erg enthousiast over het idee dat er een actuele aanvulling zou worden gemaakt. Iedere hulpverlener gaf namelijk aan dat de cursus verouderd was en dat zij zelf soms improvisatie moest gebruiken om het goed aan te laten sluiten op de belevingswereld van de cursusgroep. Hulpverleners geven aan dat het lotgenotencontact, wat gecreëerd wordt doordat de cursus wordt gegeven in groepsverband, helpend is voor ouders. Het zorgt voor herkenning bij elkaar en voor het gevoel dat zij niet de enigen zijn met moeilijkheden of onzekerheid in de opvoeding.

4.1.1 Actuele ontwikkelingen

Hulpverleners geven aan dat de cursus niet meer geheel aansluit op de actuele ontwikkelingen in de huidige maatschappij. Ze gaven als voorbeeld bijvoorbeeld het thema *Alcohol en drugs*. Hier staan de nieuwste ontwikkelingen op dit gebied niet in, zoals u ook kan lezen in paragraaf 2.1.2. Ook sluit de cursus niet aan op de digitale ontwikkelingen in de maatschappij. De hulpverleners geven aan dat thema's als sociale media en cyberpesten, ook wel digitaal - of online pesten genoemd, niet aan bod komen, maar dat dit wel gewenst is.

De hulpverleners gaven ons de tip om in de aanvulling voorbeelden te gebruiken die moderner en eigentijds zijn. Want de voorbeelden in de huidige cursus zijn niet altijd zo actueel en modern meer. Ook is het belangrijk dat ouders herkenning vinden in het beeldmateriaal, dus dat het goed aansluit op hun belevingswereld en de problemen waar zij mee kampen.

“Ouders krijgen ook vragen over het puberbrein, want die lezen er natuurlijk ook steeds meer over. Die krijgen van hun kinderen soms al de opmerking te horen ‘Ja, dat komt omdat die kwab hiervoor nog niet ontwikkeld is bij mij, mam!’” (Gesprek L. Jacobs (2), 12 maart 2013)

Over het brein van de puber is tegenwoordig ook meer bekend, zoals u kunt lezen in hoofdstuk 1. Hulpverleners geven aan dit een belangrijk thema te vinden. Zij missen deze actuele informatie en zouden dit graag verwerkt zien als cursusmateriaal en toegevoegd zien aan de aanvulling op de huidige oudercursus.

4.1.2 Vormgeving

We vroegen de hulpverleners naar hoe volgens hen de aanvulling op de cursus er uit moet komen te zien. Wat we bij iedereen hoorden, was dat zij de presentatie en vormgeving moderner en spraakmakender willen. Ook willen ze de vrijheid hebben om te bepalen of ze de aanvulling verwerken in de algemene bijeenkomsten of dat ze een extra thema-avond hiervoor organiseren. Er werd ook aangegeven dat de themabijeenkomsten voor iedereen toegankelijk zouden moeten zijn. Ouders die op zo'n thema-avond af komen, kunnen dan eventueel daarna besluiten om de algemene oudercursus ook te gaan volgen. Elke hulpverlener vindt het dus wenselijk dat de algemene

bijeenkomsten en de themabijeenkomsten los van elkaar kunnen worden gegeven, maar dat ze ook genoeg materiaal in handen hebben om al te gebruiken tijdens de algemene bijeenkomsten. Wat ook mogelijk is, is om nog een extra thema-avond te organiseren voor ouders, zonder dat het onderwerp van te voren is vastgesteld. Ouders kunnen dan zelf met al hun vragen komen en de avond zal dan vooral gericht zijn op het gesprek onderling tussen de ouders en de hulpverlener.

4.1.3 Thema's

We hebben hulpverleners gevraagd welke thema's zij zagen die spelen bij pubers in de puberteit en waar ouders mee worstelen in de opvoeding. De volgende thema's zijn in deze gesprekken naar voren gekomen.

Als eerste noemen hulpverleners de thema's *Puberbrein* en *Alcohol en drugsgebruik*. Hulpverleners vinden meer informatie voor ouders over het puberbrein zo belangrijk, omdat ze verwachten dat dit meer begrip zal opleveren bij ouders en daardoor een betere communicatie tussen ouder en puber. De hulpverleners geven aan dat er ook veel onbegrip en onzekerheid speelt bij ouders. Het ene moment kruipt de puber nog gezellig tegen hen aan op de bank en het volgende moment slaat hij met de deur en stampet hij boos naar boven. Dit kan leiden tot onzekerheid bij de ouders, en bijvoorbeeld leiden tot gedachten als 'Wat heb ik nu weer fout gezegd?'. Door begrip te creëren bij ouders over hoe het puberbrein werkt en hoe sommige reacties van ouders over kunnen komen bij pubers, hopen hulpverleners dat er een betere communicatie mogelijk zal zijn tussen ouder en puber.

Over het thema *Alcohol en drugsgebruik* zeggen hulpverleners vooral dat er meer informatie over gewenst is voor de cursus. De huidige oudercursus heeft de meest actuele ontwikkelingen niet opgenomen. Het huidige cursusmateriaal over dit onderwerp schiet volgens hen tekort. Ze geven aan dat ouders nog steeds behoefte hebben aan informatie en voorlichting over dit onderwerp en dat dit onderwerp nog steeds speelt bij pubers, en dus ook bij ouders in de opvoeding.

"Een aandachtspunt wat ouders moeten leren is coachend vragen stellen. Want heel vaak stellen ouders vragen vanuit hun angst, waardoor de mening er al in doorklinkt. En eigenlijk is het bij een puber heel belangrijk dat je niet meteen je eerste reactie geeft, maar dat je dit eerst iets af moeten laten koelen. Je moet het ijzer smeden als het koud is bij een puber."

(Gesprek L. Jacobs (2), 12 maart 2013)

Social media en *Computer en internetgebruik* staan samen op nummer twee bij meest genoemde thema's door hulpverleners. Zij geven aan dat het belangrijk is voor ouders om zicht te houden op wat het kind doet op sociale media. Het is belangrijk om hier kennis van te hebben. Ook cyberpesten wordt genoemd door de hulpverleners. Hulpverleners geven aan dat ouders een actieve rol moeten hebben. Ga er niet gelijk vanuit dat je het toch niet begrijpt, maar neem stelling in. Zeg tegen het kind dat bepaalde dingen niet gezegd kunnen worden, ook niet via internet. Grijp in als het kind gepest wordt, of zelf pest. De hulpverleners noemen dat het erg belangrijk is om open met je kind hierover in gesprek te kunnen gaan. Om in verbinding met je kind te blijven, door het gesprek open te houden over dit onderwerp. Wissel van gedachten, sta voor je eigen mening, maar luister naar de ervaringen van je kind. Sta niet te snel met je oordeel voorop, maar ga het gesprek aan.

Wat niet vergeten moet worden bij dit thema, is het gebruik van mobieltjes. Door middel van Smartphones zijn jongeren ook meer actief en bereikbaar op sociale media. Tegenwoordig hebben veel jongeren internet op hun telefoon en kunnen zij gemakkelijk met hun telefoon op social network websites en communiceren ze met vrienden via bijvoorbeeld WhatsApp.

Het thema *Computer en internetgebruik* sluit aan op het thema *Sociale media*. Ook bij dit thema komt het er vooral op neer dat de hulpverleners aangeven dat ze het belangrijk vinden dat ouders gemotiveerd en gestimuleerd worden om zich meer te verdiepen in deze digitale wereld van hun kind. De digitale wereld is een wereld op zich, zeggen ze. Wees niet bang dat je het toch niet zal begrijpen, maar wees op een gezonde en positieve manier nieuwsgierig en ga het gesprek met je kind hierover aan. Aan dit thema valt ook het als derde genoemde thema *Cyberpesten* te koppelen. Hulpverleners merken op dat ze veel vaker horen van ouders dat het kind digitaal gepest wordt, via sociale media. Hulpverleners willen ouders sterker maken in hun kennis over hoe ze hierin kunnen handelen en zij geven ook hierbij weer aan dat 'het gesprek aangaan' met je kind, het belangrijkste is. Zij geven aan dat de huidige oudercursus hier niet op inspeelt, vanwege de veroudering van de cursus. Dus zij zouden hier graag meer informatie en cursusmateriaal over krijgen.

Vervolgens worden de thema's *Echtscheiding* en *Omgaan met seksualiteit* genoemd. Zoals we net al beschreven, geven hulpverleners aan hoe belangrijk het is om in verbinding met je kind te blijven en een open communicatie proberen te hanteren. In dit verband kwam het thema *Echtscheiding* naar voren. In gezinnen met gescheiden ouders of in samengestelde gezinnen wordt er meer van ouders en het kind gevraagd wanneer we het hebben over in verbinding blijven. Een hulpverlener vertelde dat ouders vragen hadden wat een echtscheiding voor een kind kon betekenen in die leeftijdsfase en hoe ze hun kind hier het beste in konden begeleiden.

Omgaan met seksualiteit wordt ook genoemd als thema wat hulpverleners signaleren onder ouders. Het belangrijkste hierbij is dat ouders meer inzicht willen krijgen in hoe ze het gesprek met hun kind hierover het beste aan kunnen gaan. In de huidige oudercursus is dit thema al verwerkt. Door hulpverleners wordt niet genoemd dat hier een aanvulling op gewenst is.

4.2 Visie zorgcoördinatoren

4.2.1 Zorgaanbod scholen

De vier zorgcoördinatoren en de vertrouwenspersoon met wie wij spraken, zijn alle vijf werkzaam op een middelbare school. De middelbare school vormt een plaats waar jongeren veel ontwikkelingen doormaken. Veel middelbare scholen hebben de mogelijkheid om jongeren begeleiding te bieden in bepaalde situaties. De ondervraagde middelbare scholen bieden bijvoorbeeld remedial teaching, Sociale vaardigheidstrainingen (SOVA-trainingen), faalangsttrainingen en dyslexiebegeleiding. Wat hierbij opvalt, is dat er veel animo is voor de SOVA-training en de faalangstreductietraining.

Docenten en mentoren zijn veelal de personen die in staat zijn om problemen te signaleren bij leerlingen. Wanneer docenten of mentoren iets signaleren, kunnen ze in gesprek gaan met de leerling. Wanneer de leerling extra begeleiding of ondersteuning nodig heeft, dan vult de docent of mentor een zorgvraagformulier in. De zorgcoördinator kijkt dan wat er nodig is voor deze leerling, zodat de juiste begeleiding gegeven kan worden. Bij een zorgvraagformulier is ook een

toestemmingsformulier voor ouders aanwezig. Dit wordt gedaan om ouders op de hoogte te brengen dat er zorgen zijn en om toestemming te vragen en voor de acties die de school hierin kan ondernemen. Wanneer de problematiek niet school gerelateerd is, wordt in overleg met ouders geadviseerd om buitenschoolse hulpverlening te zoeken.

De vier zorgcoördinatoren geven te kennen dat ze een schoolmaatschappelijk werker in dienst hebben. Deze gaat in gesprek met de leerling individueel, waarbij de ouders zo snel als mogelijk erbij betrokken worden. De zorgcoördinator van het Marnix College in Ede liet weten dat er bij de start van een nieuw schooljaar, de zorgcoördinator informatie verzamelt van elke leerling door contact op te nemen met de leerkracht van de betreffende basisschool. Ze noemen dit een 'warme overdracht' van leerlingen en willen daardoor een beter beeld te krijgen van de leerlingen die binnenkomen, om in te kunnen spelen op eventuele bijzonderheden.

Twee scholen geven aan dat leerlingen in de brugklas een schoolvragenlijst krijgen die ze invullen om te kijken of er nog dingen zijn waar leerlingen moeite mee hebben. Deze antwoorden worden dan gescreend, zodat leerlingen extra begeleiding kunnen krijgen in de vorm van een gesprek of een training. Zorgcoördinatoren hebben op deze manier veel zicht op thema's die spelen bij jongeren in de puberleeftijd, wat we hieronder verder toelichten.

4.2.2 Thema's

De volgende thema's worden door de zorgcoördinatoren genoemd als thema's die zij signaleren bij leerlingen. Het thema wat door alle zorgcoördinatoren wordt genoemd is het thema *Sociale media* wat een onderdeel is van het thema *Computer en internetgebruik*.

"Wat we veel zien is dat leerlingen veel te laat naar bed gaan, omdat ze met hun telefoon, of computer of laptop nog heel lang door communiceren op sociale media, wat ze nog wel eens in problemen brengt en waardoor ze gewoon te weinig slaap hebben. En pubers hebben gewoon slaap nodig." (Gesprek C. Van Kooten (8), 11 maart 2013)

Een zorgcoördinator vertelt hierover dat er leerlingen zijn die moe in de les zitten, doordat jongeren 's avonds nog veel aan het communiceren zijn met leeftijdsgenoten via hun telefoon, computer of laptop. Dit leidt vervolgens tot slaapttekort, wat een negatieve invloed heeft op de schoolprestaties. Ouders hebben niet altijd in de gaten hoe actief hun kind bezig is met sociale media, waardoor de jongere hier niet altijd in begrens wordt. Een andere zorgcoördinator geeft aan dat hij ziet dat jongeren soms met een hoger profiel (Havo) instromen en halverwege zakken naar een lager niveau (Vmbo). Doordat jongeren veel tijd investeren in sociale media, maar ook aan games spelen op de computer, ziet hij dat jongeren zich slechter op hun huiswerk kunnen concentreren.

Het gamegedrag valt ook onder het thema *Computer en internetgebruik*, waarbij het onderwerp *Gameverslaving* nog werd genoemd door een zorgcoördinator. Dit is zichtbaar op school doordat kinderen met een tekort aan slaap in de les zitten en daardoor slechter presteren op school. Zorgcoördinatoren signaleren dat het (overmatig) internetgebruik ook kan leiden tot een verslaving. Een zorgcoördinator maakt hierin een onderscheid en benoemt dat zij gameverslaving meer tegenkomt onder jongens en dat zij onder meisjes eerder een verslaving signaleert in het gebruik van sociale media. Over het gebruik van sociale media wordt een voorbeeld gegeven, dat wanneer er binnen een les aandacht gegeven wordt aan groepsdynamica, het groepsproces een week later er

alweer heel anders uit kan zien door de continue voortgang binnen de sociale media. Docenten hebben hier weinig tot geen zicht op.

“Ik heb het wel meegemaakt met een meisje dat vroeger op de basisschool gepest werd. En dat ze nu op de middelbare school weer het mikpunt is, dat ze buitengesloten wordt van bepaalde groepen, maar dit keer via social media.” (Gesprek A. Nijland (10), 6 maart 2013)

Twee zorgcoördinatoren vertellen dat ze jongeren zien die gepest worden via sociale media. En ook al maken de jongeren het niet in ‘real life’ mee, het wordt door jongeren die gepest worden toch als pijnlijk ervaren. Een zorgcoördinator noemt hierover dat jongeren op een andere manier naar hun mobiel kijken, als dat de meeste volwassenen doen. Voor jongeren is het meer een statussymbool geworden, om via sociale media ook te laten zien dat je erbij hoort. Een smartphone zegt heel veel over wie je bent en wat je doet, en dat is hoe jongeren tegenwoordig naar hun smartphone kijken. Heel anders dan de gedachte om je telefoon te gebruiken, puur en alleen om mee te bellen.

Een tip die we kregen van een zorgcoördinator is dat hij aangaf dat ouders zich kunnen verdiepen in juridische aspecten rondom het thema pesten. Het is goed om als ouder kennis te hebben in acties die ondernomen kunnen worden, als een kind bijvoorbeeld wordt bedreigd. Als ouders weten wat ze kunnen doen als hun kind gepest wordt, kan een kind op een juiste manier geholpen worden.

Alle vier zorgcoördinatoren noemden *Gedragstoornissen* (Autisme, ADHD, ADD) als thema wat speelt onder leerlingen. Zo’n gedragsstoornis kan van grote invloed zijn op het leven van een kind. De zorgcoördinatoren merken ook op dat het van invloed is op de omgang met andere leerlingen en soms ook op de schoolprestaties. Omdat we als doel met dit onderzoek hebben om een actuele aanvulling te schrijven op een preventieve oudercursus, besluiten wij dit thema niet verder mee te nemen in ons onderzoek. Deze preventieve oudercursus is naar ons idee niet het juiste middel om ouders informatie te geven over gedragsstoornissen. In het geval van gedragsstoornissen bij een kind is er mogelijk gespecialiseerde hulpverlening nodig en is preventieve voorlichting niet het juiste middel om ouders en het kind te ondersteunen.

Het thema *Echtscheiding* wordt vervolgens door drie van de vijf coördinatoren benoemd als een thema die ze veel signaleren onder jongeren. Zorgcoördinatoren merken bijvoorbeeld dat het invloed heeft op het gedrag van leerlingen. Een zorgcoördinator ziet dat leerlingen verdriet of boosheid en agressie uiten op school. De worsteling van jongeren rondom een echtscheiding heeft soms een negatieve invloed op de schoolprestaties, en leerlingen besluiten soms ook om er met een vertrouwenspersoon over te praten. Zorgcoördinatoren merken dat leerlingen in zo’n geval vaak tussen beide ouders in zitten en dat leerlingen hier last van hebben. Een zorgcoördinator merkt op dat leerlingen de daadkracht van hun vader juist missen in het gezin of juist die zorgzaamheid van hun moeder.

Leerlingen moeten erg wennen aan de nieuwe situatie die ontstaan is, wat soms ook verwarring oplevert, omdat een leerling bij elke ouder te maken kan hebben met andere regels. Hierover merkt de zorgcoördinator ook op dat ouders het lastig vinden om in de nieuwe situatie duidelijke kaders te scheppen voor het kind. Omdat beide ouders niet goed zien wat er allemaal afspeelt bij de een of bij de ander.

In dit hoofdstuk is het volgende thema *Druk op jongeren door hoge verwachtingen van ouders, school en maatschappij* nog niet naar voren gekomen. Dit thema is echter wel genoemd door drie zorgcoördinatoren. Een zorgcoördinator geeft hierbij het voorbeeld dat ouders op het schoolplein, of tijdens een feestje met trots vertellen hoe hoog hun kind heeft gescoord op de Cito-toets en dat een hoger niveau wel als beter ervaren wordt dan een lager niveau. Deze gedachte vindt de zorgcoördinator erg jammer, omdat een hoger niveau niet per se beter hoeft te zijn voor een kind. Zorgcoördinatoren zien dat leerlingen te maken kunnen hebben met een hoge verwachtingsdruk op de middelbare school, waarbij leerlingen faalangst ervaren. Voor deze leerlingen bieden scholen de faalangsttraining aan. Deze druk op jongeren kan ook leiden tot depressieve gevoelens, wordt genoemd door zorgcoördinatoren. Deze druk hoeft echter niet in elk geval de oorzaak te zijn voor de depressieve gevoelens, omdat het ook kan liggen aan bijvoorbeeld biologische factoren of andere omgevingsfactoren.

4.3 Samenvatting

In dit hoofdstuk las u welke thema's hulpverleners, maar ook zorgcoördinatoren signaleren bij jongeren in de puberleeftijd. Hulpverleners noemen de thema's *Het puberbrein* en *Alcohol en drugs* het vaakst. Het thema *Het puberbrein* zien de professionals graag terug in een aanvulling, vanwege de actuele ontwikkelingen die gaande zijn betreffende dit onderwerp. Het thema *Alcohol en drugs* komt al wel naar voren in de huidige oudercursus, maar is volgens de hulpverleners niet volledig actueel meer.

Het thema *Sociale media*, als onderdeel van *Computer en internetgebruik* wordt door vier van de vijf hulpverleners en door alle vijf zorgcoördinatoren benoemd als thema. Het feit dat sociale media veel gebruikt wordt onder jongeren, maakt dat ouders hier ook mee te maken krijgen in hun rol als opvoeder. Als subthema van *Sociale media* kan het thema *Cyberpesten* genoemd worden, ook wel digitaal of online pesten genoemd. Dit pestgedrag kan vrijwel onzichtbaar zijn, doordat het binnen de sociale media gebeurt. Hierbij is het belangrijk dat ouders weten welke acties zij kunnen ondernemen als er iets uit de hand dreigt te lopen. Het vierde thema *Echtscheiding* wordt door één hulpverlener en door drie zorgcoördinatoren benoemd als thema. Bij zoiets ingrijpends als een echtscheiding moeten vader, moeder en het kind opnieuw een balans vinden met elkaar. Hierbij kunnen ouders en pubers verdriet en moeite ervaren.

Hulpverleners noemen, los van de zorgcoördinatoren, nog het thema *Omgaan met seksualiteit*, waarbij met name genoemd wordt dat ouders moeite ervaren om een goede seksuele voorlichting te geven aan hun kind. Tot slot noemen zorgcoördinatoren, los van de hulpverleners, het thema *Druk op jongeren door hoge verwachtingen van ouders, school en maatschappij*. Zorgcoördinatoren komen veel leerlingen tegen die last hebben van faalangst of depressieve gevoelens en ontdekken dat de oorzaak van deze gevoelens soms ligt bij te hoge verwachtingen van hun omgeving.

In totaal zijn er in dit hoofdstuk zes thema's genoemd door hulpverleners en zorgcoördinatoren. De thema's *Het puberbrein* en *Alcohol en drugs* worden het vaakst genoemd, daarna het thema *Sociale media*. Omdat het thema *Alcohol en drugs* al in de oudercursus naar voren komt, lijkt de meeste behoefte aan meer informatie te liggen bij de thema's *Het puberbrein* en *Sociale media*.

5. Conclusies van de onderzoeksresultaten

In dit hoofdstuk wordt beschreven wat de consequenties zijn van de antwoorden op voorgaande deelvragen. Op basis hiervan wordt beschreven welke thema's uitgewerkt worden in de aanvulling en zal blijken voor welke vormgeving gekozen is. De concrete aanvulling zal in dit hoofdstuk worden opgenomen, wat tevens als cursusmateriaal gebruikt gaat worden.

In paragraaf 5.1. beschrijven we de conclusies die uit ons onderzoek naar voren zijn gekomen. In paragraaf 5.2. verantwoorden we onze keuze voor de thema's voor het cursusmateriaal en geven we een aanbeveling hoe het cursusmateriaal gebruikt kan worden. Vervolgens evalueren we in paragraaf 5.3. ons onderzoek door terug te kijken. Dit hoofdstuk kan ook gezien worden als een inleiding op het cursusmateriaal (de aanvulling). We zien deze aanvulling als een actuele toevoeging aan de huidige oudercursus.

5.1 Conclusies

Met dit onderzoek hebben we antwoord gegeven op onze hoofdvraag *'Welke thema's zijn van belang om de bestaande oudercursus aan te vullen, daarbij rekening houdend met de doelgroep, problematiek en de betrokken partijen?'* In onderstaande conclusies geven we antwoord op deze vraag.

5.1.1 De huidige oudercursus

De oudercursus *Beter omgaan met pubers* bestaat uit zes algemene bijeenkomsten en drie themabijeenkomsten. Veranderingen in de puberteit, positieve aandacht en manieren van opvoeden, conflicthantering en grenzen stellen zijn thema's die nog steeds actueel zijn en interessant zijn voor ouders om in te oefenen tijdens de cursus. Dit zijn de algemene bijeenkomsten. De themabijeenkomsten hebben als thema *Alcohol- en drugsgebruik*, *Seksuele opvoeding*, en *Pubers en school*.

Door het onderzoek te bestuderen wat eerder is uitgevoerd door het BMC in opdracht van het Centrum voor Jeugd en Gezin Barneveld, hebben we de resultaten over de behoeften van ouders in gemeente Barneveld mee kunnen nemen in ons onderzoek. Verder wilden we weten hoe ouders, die deelnamen aan de cursus, de cursus waarden. Dit kwamen we te weten door cursusleiders te vragen naar de reacties die ouders gaven op de cursus. Vervolgens wilden we weten hoe cursusleiders de cursus waarden en wat zij voor ideeën hebben voor een aanvulling. Om niet alleen vanuit het perspectief van de ouders te kijken, interviewden we ook zorgcoördinatoren van middelbare scholen. Zij vertelden ons wat zij signaleren bij jongeren. Dit gaf ons een indruk waar jongeren tegenwoordig mee te maken krijgen.

Door het bestuderen van de oudercursus, het behoefteonderzoek en door de interviews met de cursusleiders en de zorgcoördinatoren kregen we een steeds beter beeld van de thema's die spelen onder jongeren en voor ouders in de opvoeding van hun puber. Vervolgens zochten we recente literatuur die aansloot bij deze thema's. Hiermee konden we de thema's uitwerken tot cursusmateriaal.

5.1.2 Behoeften van de ouders

De huidige oudercursus wordt door ouders over het algemeen als positief ervaren. Het contact met andere ouders en het delen van ervaringen leidt tot herkenning. Dat vinden ouders belangrijk en waardevol. Ze krijgen namelijk hierdoor het gevoel dat zij niet de enige zijn met moeite in het opvoeden. Ze vinden steun bij elkaar. Dit is een belangrijk en waardevol aspect van de cursus. We namen dit punt dan ook mee in de uitwerking van onze aanvulling. Het aangevulde deel van de cursus is daarom ook zo uitgewerkt dat het in groepsverband kan worden gegeven. De opdrachten in de aanvulling zijn er vaak op gericht om herkenning te vinden bij andere ouders en om van elkaar te leren.

Ouders vinden dat het beeldmateriaal dat in de cursus gebruikt wordt, verouderd is. Zij hebben ook aangegeven informatie te missen over sociale media. Het is logisch dat dit nog niet in de cursus is opgenomen, vanwege de gedateerdheid van de cursus.

Ouders vinden het moeilijk om grenzen te stellen en om met hun puber te praten over seksualiteit, alcohol- en drugsgebruik, internet en sociale media. Ze zouden ook graag informatie krijgen over hoe ze moeten omgaan met pesten via internet (cyberpesten). Ouders hebben vaak moeite met deze onderwerpen, omdat ze merken dat ze hier niet altijd voldoende over weten. Daardoor vinden ze het lastig om hierin grenzen te stellen en om te bepalen waar die grenzen liggen, of om hierover gewoon met hun kind in gesprek te gaan.

Op basis van het behoefteonderzoek wat het CJG al eerder heeft laten uitvoeren en door de resultaten uit de interviews met de cursusleiders bleek dus dat ouders behoefte hebben aan informatie over hoe om te gaan met en grenzen te stellen in:

- Computer- en internetgebruik
- Sociale media
- Cyberpesten
- Seksualiteit
- Alcohol- en drugsgebruik

5.1.3 Behoeften en bevindingen van de cursusleiders

De cursusleiders (in ons rapport ook wel hulpverleners genoemd) gaven in de interviews aan dat de cursus volgens hen niet geheel meer aansloot op de actuele (bijvoorbeeld digitale) ontwikkelingen in de maatschappij. Thema's als sociale media en cyberpesten komen bijvoorbeeld niet naar voren in de cursus. Ouders hebben hier wel behoefte aan, zeggen de cursusleiders.

Het thema alcohol- en drugsgebruik komt wel in de huidige cursus naar voren, maar de cursus geeft niet de meest actuele ontwikkelingen weer. Hetzelfde geldt voor het thema seksualiteit. Dit komt ook in de huidige cursus naar voren, maar ouders blijven dit vaak een lastig thema vinden. Cursusleiders zien nieuwe toevoegingen over dit thema dan ook als welkom.

De presentatie en vormgeving van de cursus mag moderner, geven ze aan. Ook voorbeelden die gebruikt worden in de cursus, kunnen actueler, waardoor het ouders meer aanspreekt. Het is

namelijk belangrijk dat ouders zichzelf herkennen in die voorbeelden. We konden de huidige cursus niet aanpassen, maar deze tip namen we wel mee in de uitwerking van de aanvulling. We zochten naar voorbeelden die leven onder de ouders van tegenwoordig.

De cursusleiders gaven ook aan dat ze wisten dat er tegenwoordig veel meer bekend is over het puberbrein. Die informatie mist in de huidige cursus. Ze zouden graag informatie en cursusmateriaal hierover willen ontvangen.

De volgende thema's geven cursusleiders aan als belangrijk voor een aanvulling:

- Het puberbrein
- Alcohol- en drugsgebruik
- Computer- en internetgebruik
- Sociale media
- Cyberpesten
- Seksualiteit.

5.1.4 Bevindingen van de zorgcoördinatoren

De zorgcoördinatoren noemen het vaakst het thema *Computer- en internetgebruik*. Leerlingen zijn hier veel tijd mee kwijt en dat heeft soms een negatieve invloed op de schoolresultaten. Zorgcoördinatoren zien helaas ook steeds vaker dat leerlingen gepest worden via sociale media. Dit wordt cyberpesten, of digitaal pesten genoemd. Doordat het online gebeurt, hebben docenten en zorgcoördinatoren hier weinig zicht op. Ouders hebben hier ook vaak weinig zicht op.

Zorgcoördinatoren zeggen dat de volgende thema's (die relevant zijn voor de aanvulling) vooral onder jongeren (en dus ook bij ouders in de opvoeding) spelen:

- Computer- en internetgebruik
- Sociale media
- Cyberpesten

5.2. De uitwerking

We besloten de thema's *Het puberbrein* en *Sociale media* uit te werken in de aanvulling. Aansluitend op de huidige cursus zou dit gaan om themabijeenkomst 10 en 11. Deze thema's verdienen naar ons idee om uitgewerkt te worden tot een themabijeenkomst, omdat ze totaal nieuw zijn en nog niet in de huidige oudercursus worden genoemd. Onder het thema *Sociale media* verstaan we ook de thema's *Computer- en internetgebruik* en *Cyberpesten*. Indien de cursusleider besluit om deze bijeenkomsten aan te laten sluiten op de cursus, dan wordt *Het puberbrein* themabijeenkomst 9 en *Sociale media* themabijeenkomst 11. We hebben de uitwerking zo vormgegeven dat de bijeenkomst ook los van de huidige cursus kan worden gehouden.

De thema's *Het puberbrein*, *Sociale media* en de actuele aanvullingenlijst werkten wij vervolgens verder uit met behulp van literatuurstudie en vulden wij aan met stellingen, oefeningen en praktijkvoorbeelden, zodat het geheel gevormd werd tot cursusmateriaal. Ouders worden tijdens deze themabijeenkomsten uitgedaagd om na te denken over hun eigen opvoedingsstijl, door middel van vragen, opdrachten en oefeningen. Dit sluit aan op de stijl die in de huidige oudercursus gehanteerd wordt.

De overige thema's die in dit hoofdstuk zijn genoemd, *Seksualiteit* en *Alcohol- en drugsgebruik* komen al in de huidige oudercursus naar voren, maar besloten we te updaten met actuele informatie en nieuwe cursusopdrachten. Dit hoofdstuk heet '*Overige aanvullingen*'. Deze aanvullingen kunnen gebruikt worden tijdens de huidige cursus, wanneer het betreffende onderwerp aan bod komt.

5.2.1 Themabijeenkomst 'Het puberbrein'

Na het screenen van deze oudercursus (hoofdstuk twee), en door middel van interviews en literatuurstudie (hoofdstuk drie en vier), zijn we tot de conclusie gekomen dat de huidige oudercursus te weinig ingaat op de ontwikkeling van de adolescent. Zoals te lezen is in hoofdstuk vier, mist er in de huidige cursus informatie over de nieuwste ontwikkelingen die zijn gedaan op het gebied van het ontwikkelingsproces van adolescenten. Met deze uitwerking met als titel *Het puberbrein* kan de huidige oudercursus worden aangevuld. Er wordt in deze bijeenkomst ingegaan op het ontwikkelingsproces van de puberhersenen, op het risicogedrag wat een puber kan vertonen en het effect van beloning. Als laatste wordt er ingegaan op de sociale ontwikkeling van de puber. Tussendoor kunnen filmfragmenten worden getoond en stellingen en opdrachten worden ingebracht.

Deze extra themabijeenkomst heeft als doel dat ouders:

- inzicht hebben in de ontwikkeling van het brein van de puber
- de gevolgen van deze ontwikkeling herkennen in het gedrag van hun puber
- nieuwe opvoedingsvaardigheden opdoen, doordat ze de kennis toepassen.

5.2.2 Themabijeenkomst 'Sociale media'

Het tweede thema wat naar voren kwam in onze onderzoeksresultaten, is sociale media. Dit is tevens te lezen in hoofdstuk drie en vier. Hier scharen wij ook cyberpesten onder. Wij hanteren de Nederlandse benaming 'sociale media' en niet het Engelse 'social media', maar we verstaan hier hetzelfde onder en u kunt evengoed 'social media' lezen. Het begrip social media komt in de huidige oudercursus niet aan bod, dus aan ons was de taak dit begrip te introduceren.

De bijeenkomst begint met een algemene uitleg over wat sociale media inhoudt. Er wordt kort stil gestaan bij verschillende vormen van sociale media. Tussendoor kunnen filmfragmenten worden getoond en stellingen en opdrachten worden ingebracht.

Deze extra themabijeenkomst heeft als doel dat ouders:

- weten wat sociale media is en op welke media jongeren vooral actief zijn
- weten wat de kansen en risico's zijn van het internet- en sociale mediagebruik bij jongeren
- weten hoe en wanneer er juridische stappen ondernomen kunnen worden in het geval van misbruik van sociale media
- meer handvatten hebben hoe ze met hun puber in gesprek kunnen gaan over sociale media en hoe ze grenzen kunnen stellen.

5.2.3 Overige aanvullingen

De oudercursus *Beter omgaan met pubers* werd over het algemeen erg gewaardeerd. Wel kwam er tijdens de interviews naar voren bij onze respondenten dat zij de oudercursus gedateerd vonden en dat zij deze feedback ook van ouders terugkregen (zie hoofdstuk drie en vier). Vandaar dat besloten

is om in deze laatste uitwerking bestaande thema's uit de oudercursus aan te vullen met actuele informatie. De cursus *Beter omgaan met pubers* kan daardoor gewoon gegeven worden zoals het werd gegeven, maar nu hebben cursusleiders door middel van deze uitwerking de meest recente informatie bij de hand.

De algemene opvoedingsthema's die in de cursus aan bod komen, zoals bijvoorbeeld grenzen stellen, zijn nog steeds aan de orde en daarvoor bleek geen aanvulling nodig. Bij het thema *Alcohol en drugs* en het thema *Seksualiteit* is wel gekozen om een actuele aanvulling te schrijven. Deze uitwerking is in eerste instantie bedoeld om bij de hand te houden tijdens de bestaande cursusavonden (bijeenkomst 7 voor *Alcohol en drugs* en bijeenkomst 8 voor *Seksualiteit*). Er kan ook besloten worden om er een aparte thema-avond voor te organiseren. Er kan dan langer stil worden gestaan bij een thema. De cursusleider is hier vrij in en onze aanvulling biedt hier de mogelijkheid voor.

5.3. Evaluatie

We hebben dit onderzoek met een grote interesse voor de doelgroep gedaan. Het was interessant om ons te verdiepen in het brein van de puber en ook in ons eigen brein; die van de adolescent en jong-volwassene. Nieuwe bevindingen en ontdekkingen maakte ons enthousiast om hier meer over te weten te komen. Hetzelfde gold voor sociale media. We stonden stil bij hoeveel er allemaal op een puber afkomt door sociale media. Het was een uitdaging om ons onderzoek, door middel van interviews en literatuurstudie, te vertalen naar een concreet product. We moesten een vertaalslag maken. Onderzoeksresultaten wilden wij omvormen tot bruikbaar en aansprekend cursusmateriaal. Wij denken hierin geslaagd te zijn en hopen dat deze aanvulling een welkome toevoeging is op de huidige oudercursus *Beter omgaan met pubers*. We wensen de cursusleiders en deelnemende ouders veel succes en plezier met deze aanvulling.



“

Ja, dat komt omdat
die kwab in mijn
voorhoofd nog niet is
ontwikkeld, mam!

”

Het puberbrein

Het puberbrein

Inleiding

Deze themabijeenkomst heeft als onderwerp 'Het puberbrein' en zal ingaan op nieuwe ontdekkingen die zijn gedaan over het puberbrein.

DOEL

- ❖ Ouders hebben inzicht in de ontwikkeling van het puberbrein;
- ❖ Ouders herkennen de gevolgen van deze ontwikkeling in het gedrag van hun puber;
- ❖ Ouders doen nieuwe opvoedingsvaardigheden op, doordat ze de kennis toepassen.

Het puberbrein

'Waarom denk je niet na, voordat je iets stoms doet?', 'Wat ging er in vredesnaam in je om, toen je dat deed?' – *'Ik weet het niet mam, ik deed het gewoon'*. Zomaar een voorbeeld van een gesprek tussen moeder en een adolescent. Typerend is de nuchtere uitspraak van de puber, die tot frustratie en onbegrip kan leiden bij de ouder. 'Gebruik die hersenen nou eens' of 'wees niet zo lui, ga eens wat doen', zijn ook uitspraken, waarbij we die tiener al zien zitten, half onderuit gezakt op de bank. Wat is dat toch met deze leeftijdsfase? Het ene moment zijn ze vrolijk en kletsen ze gezellig met hun ouders en het volgende moment lopen ze stampend van boosheid naar boven.

In dit hoofdstuk willen we een beknopte uitleg geven over het brein van de puber. Daarbij richten we ons op wat er sinds de laatste jaren bekend geworden is hierover.

Onderzoek naar het puberende brein

In het Brain & Development Laboratorium aan de Universiteit Leiden wordt sinds een aantal jaar onderzocht welke veranderingen er gaande zijn in de hersenen van jongeren tijdens de adolescentie. De bevindingen uit dit onderzoek bieden een nieuw perspectief op het gedrag en de motivaties van pubers. De hersenen van een adolescent werken anders dan die van een volwassene (Crone, 2008). Het boek *Het puberende brein* van Eveline Crone geeft weer wat er de laatste jaren ontdekt is over het brein van de puber. Het is geen opvoedboek, het geeft een kijk in de resultaten die Crone geboekt heeft met haar onderzoek. Wat het boek prettig leesbaar maakt, ook voor ouders, is dat Crone in haar boek bruggen weet te slaan tussen de wetenschap in het lab, naar moeilijke opvoedsituaties in de huiskamer.

Kennis over de ontwikkeling van het puberbrein maakt het wellicht makkelijker te begrijpen waarom een puber zich soms onmogelijk gedraagt, onzeker is, of slecht kan plannen. De hersengebieden die belangrijk zijn voor bijvoorbeeld het maken van een goede planning, zijn in de adolescentie nog niet volgroeid. In het boek *Het puberende brein* van Eveline Crone, kan je meer lezen over hoe dit precies in de hersenen van de adolescent werkt, welke hersengebieden betrokken zijn en welke zich nog ontwikkelen. De hersenen zijn dus nog volop in ontwikkeling.

Wat is adolescentie?

In het boek van Eveline Crone wordt gesproken van 'een adolescent' en de ontwikkelingen tijdens de 'adolescentiefase'. Maar wat wordt er precies onder adolescentie verstaan? Crone (2008) benoemt

dat de hersenen in de leeftijdsperiode van tien tot tweeëntwintig jaar een belangrijke groeispurt doormaken. Elke jongere tussen de tien en tweeëntwintig jaar kan een adolescent worden genoemd, maar het einde van de adolescentie is niet zo makkelijk te bepalen. Wanneer de maatschappij volwassen gedrag van iemand verwacht, kan dit het einde zijn van de adolescentie (Crone, 2012). Dit kan dus per cultuur verschillend zijn.

De adolescentie is een fase waar de puberteit een onderdeel van is. De puberteit is de tijd van de seksuele volwassenwording. De puberteit vindt meestal plaats in de periode van tien tot veertien jaar (Crone, 2008). Wanneer we dus spreken over een adolescent, dan bedoelen we een jongere in de leeftijd van tien tot tweeëntwintig jaar.

Wanneer de puberteit is aangebroken, begint het lichaam onder invloed van hormonen steeds meer te veranderen. Naast de fysieke verandering zorgen hormonale veranderingen ook voor snellere en sterkere stemmingswisselingen. Ook hebben deze hormonen een directe invloed op de werking van de hersenen, en deze hormonen beïnvloeden af en toe flink de gebieden die belangrijk zijn voor het verwerken van emoties. Boosheid en blijheid kan soms heel snel omslaan. De adolescentie is nou eenmaal een periode waarin de hersenen nog volop aan het groeien zijn, waarbij emotiesturende hersengebieden het hoogste woord hebben (Crone, 2008).

Verder noemt Crone (2008) dat er tijdens de adolescentie belangrijke veranderingen in cognitieve vaardigheden plaatsvinden. Deze vaardigheden zijn onder te verdelen in deelvaardigheden als het vasthouden van informatie in je gedachten, flexibel kunnen wisselen tussen regels en op tijd met je handelingen kunnen stoppen. Deze verschillende deelvaardigheden hebben ieder een eigen ontwikkelingstraject. We hebben het nodig dat deze deelvaardigheden met elkaar kunnen samenwerken, om goed te kunnen plannen of weloverwogen keuzes te maken. Al deze deelvaardigheden zijn in de adolescentie nog in ontwikkeling. Ook is het in deze tijd kenmerkend dat de adolescent hypothetisch en kritisch leert denken. Dit is dan ook te merken aan het feit dat adolescenten steeds meer kritiek kunnen uiten of de discussie aangaan als ze het ergens niet mee eens zijn.

Gebruik die hersenen eens!

“Uit onderzoek is gebleken dat adolescenten niet minder nadenken over bepaalde (risico)situaties, maar dat hun denken niet altijd tot betere inzichten leidt” (Crone, 2008, p. 114). Crone (2008) laat zien dat volwassenen in het geval van het afwegen van mogelijk risicogedrag, aanvoelen of inschatten dat de negatieve gevolgen mogelijk groter zijn dan de positieve en vervolgens besluiten het gedrag te laten. Adolescenten daarentegen hebben hun focus op de mogelijke positieve uitkomsten van het risicogedrag. Dit kan zijn een trots gevoel, of een hoge status in de groep of om een sterk verhaal te vertellen in de klas de volgende dag. Adolescenten hebben langer de tijd nodig om te denken, voor- en nadelen af te wegen, voordat ze er achter komen dat iets een slecht idee is. Dus het is niet dat adolescenten hun hersenen niet gebruiken, de hersenen zijn vaak overactief, maar ze werken anders en sommige hersengebieden zijn nog niet in hun meest optimale staat.

Het is dan ook leuk om te lezen hoe dit in het Brain & Development Lab in Leiden is onderzocht. Huub Nelis & Yvonne van Sark beschrijven in het boek ‘Puberbrein binnenste buiten’ (2012), hoe dit is onderzocht:

Om inzicht te krijgen in de manier waarop jongeren risico's inschatten, kregen zij in het Brain & Development Lab in Leiden de keuze voorgelegd in een computertaak: Wil je een klein geldbedrag (één euro) dat je met 80 procent zekerheid kunt krijgen of liever een groter bedrag (tien euro) dat je maar met 20 procent zekerheid kunt krijgen? Een puber kiest eerder voor het grootste bedrag, in tegenstelling tot volwassenen. Het blijkt voor pubers veel moeilijker te zijn om voor de veilige optie te kiezen. Ontwikkelingspsycholoog Eveline Crone : 'We zien dat pubers veel meer risico's nemen dan volwassenen. Een volwassene die ook voor het hoge bedrag kiest, gaat veel meer zweten en krijgt een hogere hartslag. Pubers voelen het risico niet. Zij hebben dat onderbuikgevoel niet.' Andere experimenten laten zien dat jongeren ook meer risico voor de langere termijn durven te nemen dan volwassenen, en jongens vertonen tussen de acht en vijftientig jaar iets risicovoller gedrag dan meisjes. Crone: 'Risico nemen en explorerend gedrag vertonen is ook zinvol. Dat aspect wordt nog wel eens vergeten.' (p.53-53)

Beloning

In de hersenen zitten zogenaamde 'emotiegebieden', waaronder de 'amygdala'. Simpel gezegd koppelt de amygdala informatie die via zintuigen binnen komen, aan emoties. De amygdala is bijvoorbeeld actief bij het zien van een verdrietig gezicht. Een tweede emotiegebied in de hersenen is het *striatum*. Dit blijkt een soort pleziergebied te zijn dat reageert op positieve informatie zoals bijvoorbeeld een beloning, seksueel opwindende plaatjes en chocola. Dit hersengebied reageert dan ook weer op positieve emoties, zoals een glimlach of een blij gezicht.

Het is dus zo dat adolescenten extra gevoelig zijn voor de mogelijkheid dat er een beloning aankomt. Deze overgevoeligheid zou ook kunnen verklaren waarom adolescenten spannende situaties opzoeken. (Crone, blz. 111). Het vooruitzicht van een kick kan het al snel winnen van het rationele hersengebied die voor de negatieve gevolgen waarschuwt. Jongvolwassenen, de oudere groep van 18- tot 24- jarigen beginnen al wel activiteit te vertonen in de hersengebieden waar negatieve consequenties worden verwerkt (Nelis & van Sark, 2009). Dus in late adolescentiefase zijn zij beter in staat dan adolescenten in de leeftijd van 10-18 jaar, om gevolgen te kunnen overzien en risicosituaties in te schatten.

In het volgende videofragment geeft Dr. Linda van Leijenhorst² uitleg over het puberbrein en is een voorbeeld te zien wat voor risicovol gedrag jongeren kunnen uiten, doordat hun emotie simpelweg de overhand heeft, omdat de controlegebieden nog niet volledig ontwikkeld zijn.

Linda van Leijenhorst over het puberbrein in tv-programma De Wereld draait door:
www.youtube.com/watch?v=AqgiDZH04og

Een tip voor ouders van Justine Pardoën sluit hier mooi op aan: 'Leef je in en geef je puber de kans om dingen te doen die jij als volwassene niet (of niet meer) leuk vindt. Het puberbrein houdt van angst en spanning, maar moet ook de kans krijgen om daarmee om te gaan' (Pardoën, 2008).

² Linda van Leijenhorst promoveerde aan de Universiteit Leiden bij de sectie Ontwikkelingspsychologie, en werkte daarna 18 maanden als postdoctoral fellow aan de Universiteit van Californië in Los Angeles (UCLA) (Universiteit Leiden, 2013).

Sociale ontwikkeling en 'erbij horen'

Het *striatum*, het gedeelte wat dus actief wordt bij plezier en beloning, is ook actief bij het belonende gevoel van sociale acceptatie (Crone, 2012, blz. 85). Ook speelt dit hersengebied een rol bij het zoeken van toenadering. Deze toenadering is voor pubers dan ook weer erg belangrijk (Crone, het sociale brein van de puber, 2012, blz. 55).

Je kent het misschien wel uit je eigen puberteit. Op het schoolplein stonden allemaal verschillende groepjes die elke pauze wel bij elkaar waren. Hierbij was het voor iedereen zoeken naar een plek in de juiste groep. Waarschijnlijk heeft iedereen het wel eens meegemaakt dat iemand in het groepje werd buitengesloten. Misschien is het je zelf wel vaak overkomen. Dit buitensluiten komt in elk geval vaak voor in de adolescentiefase, wat volgens Crone leidt tot sociale pijn. Buitengesloten worden is stressvol en leidt tot negatieve gevoelens. Als we wel geaccepteerd worden en we horen tot een groep, leidt dit tot positieve gevoelens. Bij een groep horen is belangrijk en zeker in de adolescentie. In deze tijd worden namelijk vaak nieuwe vriendschappen gevormd en worden bestaande vriendschappen vaak intiemer (Crone, 2012)

We kunnen niet zonder andere mensen. We hebben mensen om ons heen nodig. We vinden het belangrijk dat we geaccepteerd worden door onze omgeving en door bepaalde groepen. Zeker in de adolescentie is acceptatie erg belangrijk en is afwijzing des te pijnlijker. Afgewezen worden veroorzaakt stress. Crone (2012) geeft aan dat afgewezen worden, nog stressvoller is dan gepest worden. "Het is voor mensen bijna van levensbelang om bij een groep te horen, en compleet genegeerd worden leidt dus tot veel stress en uiteindelijk tot depressieve gevoelens" (p. 79).

Het mag duidelijk zijn dat voor adolescenten het contact met leeftijdsgenoten als erg belangrijk ervaren wordt. Sociale acceptatie zorgt voor een positief gevoel en heeft een belonend effect. Continu contact onderhouden lijkt wel een tweede natuur te zijn geworden. Jongeren hebben amper een rem op de onderlinge communicatie, maar al dat contact levert wel veel positieve zaken op. Jongeren maken vrienden en bouwen zelfbewustzijn op. Al dat contact levert veel positieve zaken op: Jongeren maken vrienden en bouwen zelfbewustzijn op. Door dit contact en het en continu willen weten wat er speelt kunnen ze uren aan hun scherm gekluisterd zitten en is hun mobiel steeds binnen handbereik (Nelis & van Sark, 2009, blz. 110). Het internet is in dat opzicht een middel voor jongeren om in hun behoefte te voorzien van sociale contacten. Elk moment kan er immers via de mobiel of sociale media contact opgenomen worden met vrienden. De meeste jongeren begrijpen dat het niet verstandig is om met vrienden te chatten, terwijl ze voor een toets aan het leren zijn. Toch doen ze het. Chatten met vrienden is een sociale beloning waar ze nu eenmaal moeilijk weerstand tegen kunnen bieden.

Emoties

Lisa (15) komt uit school. Moeder vraagt hoe het ging op school. 'Mwuh, best..', antwoordt ze. 'Nog wat leuks gedaan?' vraagt moeder. 'Neu.. 't was saai'. Lisa wil drinken uit de koelkast pakken en moppert vervolgens dat moeder 'nooit wat lekkers in huis haalt'. Moeder moppert vervolgens op Lisa dat het 'nooit goed is' en dat ze 'nooit een normaal gesprek kunnen voeren'. Lisa smijt de deur dicht en rent naar boven.

Een uurtje later staat het avondeten klaar en komt Lisa vrolijk naar beneden. Onder het eten vertelt ze enthousiast over de grappige anekdote die de gymleraar had verteld tijdens de les, wat uiteindelijk

eindigt in een slappe lach aan tafel. Moeder is verwonderd over deze emotionele omslag en ziet nu opeens weer een vrolijke Lisa, zoals ze praten met haar dochter was gewend. Dat brengt moeder in verwarring.

Emoties kunnen bij adolescenten alle kanten op gaan. Ze gaan door periodes heen waarin ze overgevoelig zijn en een kort lontje hebben (Crone, 2008). De ene keer zijn ze boos en gefrustreerd, kort daarna kunnen ze enorm de slappe lach hebben. Een verbod van ouders lijkt het einde van de wereld te zijn, maar even later kunnen ze wel vrolijk aan de telefoon hangen met een vriend(in). Adolescenten zitten volgens Eveline Crone, wat dit onderwerp betreft, in een lastig parket. Crone zegt dat onderzoeken hebben aangetoond dat het emotiegedeelte in de hersenen van adolescenten overactief is onder emotioneel prikkelende situaties. Crone geeft aan dat de emotionele en rationele breinsystemen in feite nog niet met elkaar in balans zijn.

Slaapgedrag

Adolescenten gaan vaak laat naar bed en in het weekend slapen ze bij. Gedurende de puberteit geeft het lichaam op een steeds later tijdstip het slaaphormoon melatonine af. Dit maakt dat het moeilijk is voor de adolescent om op tijd in slaap te vallen. Maar door de lichamelijke veranderingen, zoals de groeispurt, heeft het lichaam wel veel slaap nodig. Dat maakt het lastig voor de puber, 's avonds duurt het lang voordat hij in slaap valt en 's ochtens kan hij moeilijk wakker worden. Eveline Crone zegt dat de puber eigenlijk in een continue jetlag verkeert. Ze geeft ook aan dat jonge kinderen tien uur slaap per dag nodig hebben, volwassenen acht uur slaap per dag en dat adolescenten negen tot negen en half uur slaap nodig hebben. Echter vraagt onze maatschappij, bijvoorbeeld school en werk, wel van ons om vroeg te beginnen. Met slaaptekort kan je minder goed presteren en ben je minder creatief, zegt Crone. Ze geeft aan in haar boek dat jongeren het nodig hebben om in het weekend bij te slapen, zodat ze de week daarop weer goed kunnen presteren op school (Crone, 2008, p. 25).

Laat pubers uitslapen wanneer dat kan, want hun puberbrein heeft meer slaap nodig dan ze op schooldagen krijgen. Bijslapen in het weekend helpt echt (Justine Pardoën, 2008).

Mogelijkheden

Niet alleen een brein met beperkingen, maar een brein met mogelijkheden! Crone (2008) wil in haar boek niet de indruk wekken dat adolescenten minder bekwaam zijn dan volwassenen en dat we simpelweg moeten wachten tot hun hersenen de volwassen vorm hebben aangenomen. Adolescentenhersenen bieden volgens haar unieke mogelijkheden, die volwassenen inmiddels zijn kwijtgeraakt. Ze noemt adolescenten 'creatieve denkwonders', 'talenten' en 'uitblinkers'.

"De veranderingen in de structuur en werking van de hersenen zorgen blijkbaar voor een unieke flexibiliteit die adolescenten in staat stelt om uit te blinken, oplossingen te vinden voor problemen waar niemand ooit aan dacht, een veerkracht te tonen die volwassenen met moeite kunnen opbrengen, uitvindingen te doen, talenten te ontplooien, sportprestaties te leveren, en nog veel meer!" (p. 151).

Ouders en hun puber

Nu we vanuit de recente ontwikkelingen rondom hersenonderzoek het gedrag van jongeren wat beter kunnen verklaren, blijft opvoeden een bijzondere gebeurtenis. Welke rol neem je aan als ouder? Sommige ouders verbieden hun kind weinig en stellen geen grenzen, om te voorkomen om het toch al kwetsbare en summier contact te verliezen. Nelis & van Sark (2009) schrijven hier het volgende over :

Diep in hun hart willen ze de beste vriend van hun kinderen zijn. Maar dat kan niet en dat zouden ze ook niet moeten willen. Ze hebben een veel belangrijke rol te vervullen: die van plaatsvervangende prefrontale cortex voor het puberbrein.

Het feit dat het voor jongeren nog lang moeilijk blijft om prioriteiten te stellen, risico's in te schatten en beslissingen te nemen, dat pubers de gevolgen van hun daden niet voor zichzelf, en niet voor de ander kunnen inschatten is een reden om als ouder impopulair te willen zijn en af en toe nee te zeggen. Ja zeggen is wel makkelijker, maar grenzen stellen (én handhaven) is beter. En het mooiste is dat pubers daarom vragen. Jongeren die liefdevol maar streng worden opgevoed zijn het gelukkigst, laat recent onderzoek zien. (p.46-47)

Justine Pardoën geeft de volgende tip aan ouders: 'Help pubers met alles waar hun brein moeite mee heeft: vooral met plannen (huiswerk), en vooruit denken (gevolgen overzien). Verwacht niet dat ze dat zelf kunnen, ook al denk je dat ze dat zo langzamerhand toch wel eens zouden moeten' (Pardoën, 2008).

En ze zegt het volgende: 'Maak je liefde onvoorwaardelijk. Maak duidelijk dat jij er altijd zult zijn om je kind te helpen, ook al heeft je kind iets heel erg stoms gedaan. Thuis hoort de wereld voor een puber veilig te zijn, want buiten de deur is het al moeilijk genoeg' (Pardoën, 2008). Buiten de deur is het al moeilijk genoeg. Er komt veel op de puber af. Laat je kind merken dat hij altijd bij jou terecht kan al hij ergens mee zit. Wees geen vriend of vriendin van je kind, maar een ouder, iemand waar ze op terug kunnen vallen, als ze het zelf even niet meer weten.

De ene adolescent zal makkelijker de puberteit en adolescentie doorlopen, dan de ander, maar het blijft een levensfase waar we allemaal doorheen moeten om volwassen te kunnen worden. Hoe lastig het ook kan zijn, het is een gezonde ontwikkeling. Neurobioloog Dick Swaab zegt het zo: 'De puber moet het veilige eigen nest uit en in een nieuwe omgeving zijn eigen onafhankelijk leven beginnen. Als hij zorgvuldig alle risico's zou afwegen, zou dat nooit gebeuren' (Swaab, 2008).



Sociale media

Sociale media

Inleiding

Deze themabijeenkomst heeft als onderwerp *Sociale media* en zal ingaan op de grootte van sociale media, de kansen en de risico's ervan. Ouders worden uitgedaagd om na te denken hoe zij tegenover sociale media staan, in hoeverre zij hier kennis van hebben en hoe ze hier met hun kind(eren) over praten.

Doel

- Ouders weten wat sociale media is en op welke media jongeren vooral actief zijn;
- Ouders weten wat de kansen en risico's zijn van het internet- en sociale mediagebruik bij jongeren;
- Ouders weten hoe en wanneer er juridische stappen ondernomen kunnen worden in het geval van misbruik van sociale media; 55
- Ouders hebben meer handvatten hoe ze met hun puber in gesprek kunnen gaan over sociale media kunnen hier grenzen in stellen.

Wat is sociale media?

Op 13 mei 2012 is de cabaret Kwis (Van der Laan&Woe) over sociale media stress onder jongeren gepubliceerd op YouTube. Het videofragment geeft op een humoristische wijze een typisch (maar gechargeerd) beeld over het sociale media gebruik onder jongeren.

<http://www.youtube.com/watch?v=POWmae54SCA&feature=share>

Na het zien van dit fragment kunnen de volgende vragen gesteld worden aan ouders:

- ❖ Roept dit fragment herkenning bij je op?
- ❖ Schrijf eens op van welke sociale media jouw kind actief gebruik maakt?

Ga vervolgens in gesprek hierover:

- ❖ Ben je hier goed van op de hoogte? Waar komt dat door? Ga met elkaar in gesprek over wat je hebt gedaan om er van op de hoogte te zijn, of hoe het komt dat je dat niet bent.

Interactieve opdracht

- ❖ Vertel dat u de ouders gesloten vragen gaat stellen: vragen die alleen maar met ja of nee beantwoord kunnen worden.
- ❖ Vraag aan de ouders of zij gaan staan als ze een vraag met ja kunnen beantwoorden.
- ❖ Sommige vragen leveren een verrassend beeld op en nodigen uit om verder door te vragen.
- ❖ Deze werkvorm maakt in een groep duidelijk dat deelnemers ervaringen of eigenschappen delen met andere deelnemers.

Vragen die gesteld kunnen worden over het thema 'sociale media'

- Heb je het idee dat jouw puber nog wel aan huiswerk maken toekomt?
- Als je merkt dat je puber slaapt kort krijgt ten gevolge van de sociale media, heb je de smartphone voor het slapen gaan wel eens in laten leveren?
- Overleg je met je puber wel eens hoe je kind zijn tijd het beste in kan delen voor huiswerk en vrije tijd?
- Weet je wat je puber doet op internet met vrienden?
- Maak je zelf als ouder ook gebruik van sociale media?

Sociale media is tegenwoordig niet meer weg te denken in ons dagelijks leven. De meeste ouderen zouden zonder kunnen, maar zeker voor pubers en adolescenten speelt sociale media een grote rol in hun leven en in de omgang met leeftijdsgenoten.

Het is een uitzondering als een jongere een mobieltje heeft, die alleen maar kan bellen of sms'en. Wil je op de hoogte blijven en meegaan met de rest, dan is een smartphone toch wel iets waar je over moet beschikken. De smartphone is een mobieltje waar je naast bellen en sms-en, ook computermogelijkheden biedt, namelijk toegang tot internet. De communicatie onder adolescenten met vrienden en leeftijdsgenoten kan daardoor eindeloos door blijven gaan.

Het is lastig om een eenduidige definitie te geven van sociale media. Een definitie is bijvoorbeeld *'Online platformen zoals weblogs, fora, diensten als Twitter en Youtube, sociale netwerken als LinkedIn, Facebook en Hyves, enz., met als kenmerk dat de gebruikers zelf de inhoud verzorgen, met geen of nauwelijks tussenkomst van een professionele redactie'* (Politieacademie, 2013).

Maar de meest gangbare definitie is misschien wel van de website socialemedia.nl; *'Social media is een verzamelnaam voor alle internet-toepassingen waarmee het mogelijk is om informatie met elkaar te delen op een gebruiksvriendelijke en vaak leuke wijze. Het betreft niet alleen informatie in de vorm van tekst (nieuws, artikelen). Ook geluid (podcasts, muziek) en beeld (fotografie, video) worden gedeeld via social media websites. Met andere woorden, social media staat voor 'Media die je laten socialiseren met de omgeving waarin je je bevindt''* (Social-Media, z.j.).

Populaire sociale media

De hele dag door kan je op de hoogte blijven van de activiteiten van anderen en het nieuws in de wereld. Jongeren communiceren met elkaar via onder andere Whats App, Twitter, Facebook, MSN en Hyves. Deze zijn het meest populair onder jongeren en worden dan ook veelvuldig gebruikt.

Whats App is een applicatie (app) die op de smartphone gedownload moet worden. Via de app kan je gratis berichtjes en ook foto's versturen naar iemand uit je telefoonlijst die ook Whats App op zijn mobiel heeft staan. De gespreksvensters zien er overzichtelijk uit, omdat elk berichtje teruggelezen kan worden waardoor je altijd kunt zien wat er gezegd is. Met Whats App kan er één op één een bericht worden, maar er kunnen ook groepsgesprekken plaatsvinden waar iedereen elk bericht kan lezen van alle groepsleden en waar iedereen op kan reageren. Deze gesprekken zijn dan alleen openbaar voor de groepsleden. Wat hierbinnen besproken wordt is dus niet openbaar voor iedereen.

Hyves werd in 2004 opgericht door drie Nederlanders waarvan nog veel mensen een Hyvesprofiel hebben. Volgens de website zelf, zit de gemiddelde leeftijd op 30 jaar. Wat opvalt is dat veel kinderen van de basisschool nog vrij actief zijn op dit platform maar zodra de middelbare school begint gaan ze over naar Facebook. Hyves bestaat nog wel, maar kan inmiddels uit de mode worden beschouwd vanwege de intrede van nieuwere sociale media. Kijk voor meer informatie op: www.hyves.nl

Twitter is in 2006 ontstaan in Amerika waar een groep mensen de opdracht hadden gekregen om iets compleet nieuws te bedenken om de concurrentie met bedrijven als Apple aan te gaan. Het idee ontstond om een internetapplicatie te ontwikkelen waarin het verzenden van statusupdates (wie-

Tip: Als je een Twitteraccount aanmaakt, kan je instellen dat jouw tweets alleen gelezen worden door volgers die je zelf goedkeurt. Op deze manier kan niemand je ongevraagd volgen, wat wel bij open accounts mogelijk is.

wat-waar) gratis zou zijn. Het platform Twitter ontstond, met het doel dat je een statusupdate kon plaatsen waarbij mensen dit konden lezen die daarin geïnteresseerd waren. Degene die een statusupdate plaatst kan vervolgens ook de statusupdates van anderen lezen door die mensen te 'volgen', ook wel 'following' genoemd (Slegers, 2012).

Wanneer je een tweet (bericht) plaatst kan één van je volgers daarop reageren en jij kunt reageren op tweets van iemand die je zelf volgt. Een tweet is een bericht van 140 tekens. Een tweet wordt vaak afgesloten met het #-teken. Op Twitter noem je dat een hashtag. Wanneer je bijvoorbeeld The Voice of Holland (TVOH) zit te kijken en je wilt lezen wat mensen daarover zeggen dan kun je tijdens het programma zoeken op de hashtag #TVOH en je zult alle tweets te zien krijgen van mensen die daar iets over zeggen. Wanneer extreem veel mensen op Twitter tweets met dezelfde hashtag erop zetten kan dat onderwerp een *trending topic* worden. Wat er achter een hashtag geplaatst wordt mag in principe zelf bedacht worden.

Om te reageren op een tweet van een persoon die je volgt kun je onder de tweet op 'beantwoorden' of 'reply' klikken. Vervolgens kun je de naam van de persoon achter het @ teken zetten, en daar je tweet mee beginnen. Zo geef je aan dat je een reactie geeft op zijn/haar tweet. Zo kan twitter een plek zijn waar je een vraag kunt stellen, je mening kunt geven of leuke weetjes of ervaringen kunt delen met anderen. Kijk voor meer informatie op: www.twitter.com

Facebook is vrijwel het bekendste sociale media netwerk wereldwijd. Facebook maakt het mogelijk om contacten te onderhouden met kennissen, vrienden of familieleden, ook in het buitenland.

Jongeren plaatsen vaak veel berichten op Facebook, maar ook foto's. Wanneer een foto of bericht leuk gevonden wordt, kunnen anderen op de knop 'vind ik leuk' klikken. Daarmee geef je aan dat je het er mee eens bent, de foto leuk vindt of de opmerking kan waarderen. Via Facebook kan je ook spelletjes spelen en zien hoe je vrienden hier op scoren. Let op: deze spelletjes hebben een deel waar je voor moet betalen en je kan tijdens het spel gevraagd worden geld over te maken voor extra mogelijkheden. Kijk voor meer informatie op: www.facebook.com

Online gaming kan tegenwoordig meer inhouden dan alleen het spelen van een spel op internet.

Er bestaan netwerken die tientallen spelers tegelijkertijd met of tegen elkaar games kunnen laten spelen. Hierbij kunnen spelers niet alleen met elkaar chatten, maar kan er ook met behulp van headsets en webcams met elkaar gepraat worden. Dit maakt dat het gamen online ook een sociaal aspect met zich mee kan brengen. Het kan ook voorkomen dat sommige netwerken elkaar buiten een game op internet kunnen tegenkomen, bijvoorbeeld op een forum (Noll).

Wat je tegenwoordig veel ziet, is dat games vaak bestaan uit een gratis deel en een deel waar je voor moet betalen. Wil je tijdens het spel meer mogelijkheden krijgen en meer functies gebruiken, dan wordt gevraagd om geld over te maken. Dit kan via creditcard of Paypal, maar ook gemakkelijk via bellen of smsen met je telefoon. Gamemakers spelen hier op in, door de mogelijkheden en extra functies of beloningen zo aantrekkelijk te maken, dat het moeilijk of nadelig kan zijn om de verleiding om geld over te maken te weerstaan. Het is goed om als ouder bewust te zijn dat kinderen en jongeren aan deze verleidingen worden blootgesteld en om bijvoorbeeld af te spreken dat er niet zonder toestemming van de ouders echt geld wordt overgemaakt (in sommige spellen kan je namelijk ook sparen voor en spelen met nep geld). Er zijn tal van dit soort spelletjes te vinden op internet.

‘Als je interesse toont en openstaat voor je kinderen, vertellen ze precies wat ze op internet doen.’

Snapchat is een app die op de smartphone gedownload moet worden, waarbij foto's verstuurd kunnen worden. De ontvanger ontvangt een foto en kan deze maximaal tien seconden bekijken, vervolgens verdwijnt de foto. De ontvanger kan de foto dus maar één keer een korte tijd bekijken.

De verstuurder kan instellen hoeveel seconden de ontvanger de foto mag zien. Ook maakt de app het mogelijk om een foto te bewerken, door er van alles op te schrijven of te tekenen voordat de verzender de foto verstuurt (Snapchatfriends).

Mediaopvoeding

‘Terwijl de oudere generatie heeft moeten leren online te gaan, ligt er voor jongeren van nu een heel andere uitdaging: af en toe even offline gaan’ (Nelis & Van Sark, 2009, p. 110).

Je kind is online, begeeft zich in een virtuele wereld en heeft daar waarschijnlijk meer kennis over dan jij als ouder. Hoe ga je hiermee om? Hoe begeleid je je kind in deze –deels onzichtbare – wereld? Hoe behoed je je kind voor de gevaren en de risico's van het internet? Hoe laat je zien wat je wel en wat je niet kan zeggen op sociale media?

“Als ouder vraag je aan je kind hoe het op school was, bij de voetbalclub, of in de bioscoop. Waarom zou je dan niet vragen hoe het was op internet? Als je interesse toont en openstaat voor je kinderen, vertellen ze je precies wat ze op internet doen. Soms komt een moeder naar mij toe en begint over haar gamende zoon, maar wanneer ik dan vraag welke games hij speelt, heeft ze vaak geen idee. Dat is hetzelfde als een moeder vragen welke sport haar kind doet en zij zegt: ‘Uhm, volgens mij is het iets met een bal, of zo.’” Justine Pardoën, hoofdredacteur Ouders Online (Nelis & Van Sark, 2009, p. 48).

Het begint allemaal met belangstelling te tonen in wat je kind doet. Laat je kind merken dat je interesse hebt in wat hij of zij doet op internet, wat voor games hij speelt en hoe hij bezig is op sociale media. Belangrijk is dat je interesse toont uit belangstelling, niet uit angst.

XS4ALL heeft een filmpje op YouTube gezet voor ouders over internet. Dit filmpje laat zien hoe gek het is om een wildvreemde een foto van je zoon of dochter te geven. Maar weet jij wat je kind online zet? Of zij foto's publiceren en openbaar maken? Vraag je kind ernaar. Vraag hoe de privacy gewaarborgd wordt. Misschien mag je meekijken hoe ze het geregeld hebben.

www.youtube.com/watch?feature=player_embedded&v=KVRHuhq3BSA

Mee eens of niet?

Aan de hand van onderstaande stellingen worden ouders op een interactieve manier geprikkeld om na te denken over hun houding ten opzichte van hun kind als het gaat om sociale media. Ouders kunnen over deze stellingen met elkaar in gesprek gaan.

- ❖ Stelling 1: *Mijn kind krijgt geen computer op zijn eigen kamer, deze staat in de huiskamer.*
- ❖ Stelling 2: *Mijn kind moet mij de wachtwoorden geven van de sociale netwerk sites waar hij of zij op zit, zodat ik kan controleren wat hij daar doet.*
- ❖ Stelling 3: *Als het bedtijd is voor mijn kind, blijft de Smartphone beneden. Mijn kind heeft zijn telefoon niet nodig om in slaap te komen.*

Risico's en kansen

De mogelijkheid om elke minuut gebruik te kunnen maken van het internet, daar kijkt niemand meer raar van op. Het is gewoon een onderdeel geworden van het leven van alledag. Het internet zit vol mogelijkheden om er op een positieve manier gebruik van te maken, maar dat neemt niet weg dat het niet op een negatieve manier gebruikt kan worden. Voor ouders is het dan ook goed om op de hoogte te blijven van de risico's en kansen die aan het internet verbonden zijn, om de kinderen ook te behoeden voor de negatieve invloeden. Mogelijke kansen die het internet biedt zijn bijvoorbeeld dat het internet toegang geeft tot wereldwijde informatie, het een hulpbron is voor het onderwijs, het mogelijkheden biedt om sociale netwerken te onderhouden of op te bouwen, er is ruimte voor vermaak met games, het draagt bij aan maatschappelijke of politieke participatie, het biedt mogelijkheid tot expressie van je identiteit en zo zullen er nog wel een aantal facetten te noemen zijn.

Daar tegenover staat echter ook dat het internetgebruik risico's met zich mee kan brengen. Mogelijke risico's die worden genoemd zijn bijvoorbeeld dat jongeren online in contact kunnen komen met vreemden, die zich anders voorstellen dan ze in werkelijkheid zijn. Ook zijn pedofielen op het internet actief en is pornografie ook wel als risico te benoemen. Verdere risico's kunnen nog zijn: het verspreiden van schadelijke content, racistisch materiaal, advertenties en commerciële verleiding, bevooroordeelde en onjuiste informatie (advies, gezondheid), uitbating van persoonlijke informatie, cyberpesten, stalking, intimidatie, misbruik van privacy, illegale activiteiten (hacken) en dergelijke activiteiten (Sociaal Cultureel Planbureau, 2010).

Cyberpesten

Een negatief aspect wat voor kan komen door het vele internetgebruik is ook dat jongeren door de populariteit van sociale media het pesten ook 24- uur per dag, online uit kunnen voeren. Dit pesten online wordt ook wel cyberpesten of digitaal pesten genoemd. Dit pestgedrag kan online en via sociale media op verschillende manieren naar voren komen. Het volgende filmfragment laat een campagne van SIRE zien, waarin cyberpesten onder de aandacht gebracht wordt. Het laat zien dat pestgedrag op verschillende manieren kan plaatsvinden. Via anonieme tekst of sms berichten, het verspreiden van bepaald beeldmateriaal onder andere jongeren, iemand buitensluiten bij online groepsgesprekken of een haatcampagne via sociale media Hyves bijvoorbeeld. Ook kan er misbruik worden gemaakt van privé gegevens zoals inlogaccounts en dergelijke. Doordat dit pestgedrag online plaatsvindt, kan een jongere hier 24 uur per dag mee geconfronteerd worden. Ook binnen de veilige muren van zijn eigen slaapkamer. Het tweede fragment geeft ook een beeld weer over hoe cyberpesten eruit kan zien.

Video fragment SIRE:

<http://www.sire.nl/campaign/c/21/>

<http://www.youtube.com/watch?v=886qsHjMidM>

'SIRE wil dat ouders, leerkrachten en kinderen zelf bewust worden van de grenzen op internet. Dezelfde grenzen als die op straat gelden. Daarom werd in 2007 deze campagne gevoerd' (SIRE, 2010).

Vanuit bovenstaande uitspraak van SIRE is het ook goed om stil te staan bij deze grenzen. Wanneer is de grens bereikt? Wanneer is er sprake van een misdrijf? Wat kan een slachtoffer doen als het pestgedrag op internet steeds erger dreigt te worden?

Wat kan je doen als ouder?

Als je kind gepest wordt, dan kan je verwachten dat dit een grote invloed heeft op het kind. Bij digitaal pesten kan het erg lastig zijn voor ouders om hier achter te komen. Je kan je kind er dus naar vragen, of ze wel eens vervelende dingen hebben meegemaakt op internet. Het mooiste is als je hier open met je kind over kan praten. Dat je belangstelling toont in wat je kind zoal doet op internet. Geef ook duidelijk aan, dat mocht er ooit iets vervelends gebeuren, je kind dit altijd tegen jou kan zeggen.

Vertel je kind dat het altijd bij jou terecht kan, als er iets vervelends gebeurt op internet.

Maak jezelf wegwijs op het internet

- ❖ **Meldknop** is een website die zich richt op veilig internetten. Je vindt hier informatie over en hulp bij internetproblemen. Ook over pesten vind je hier informatie en advies over wat je kunt doen als je op internet wordt lastiggevallen. Je kunt op deze website de Meldknop ook installeren. Als je de Meldknop eenmaal hebt, staat hij tijdens het internetten altijd in beeld. En met één klik op de Meldknop krijg je informatie, hulp en advies bij internetproblemen. Meldknop.nl is een initiatief van Digibewust en wordt ondersteund door de politie. Zie voor meer informatie www.meldknop.nl.
- ❖ **Vraaghetdepolitie** is een website voor jongeren waar je ; 101 vragen en antwoorden vindt over veiligheid'. Hier vind je informatie over 'cyberpesten', maar ook over bijvoorbeeld

‘loverboys’, ‘discriminatie’ en ‘geweld’. Je kan samen met je puber deze website doornemen of zelf kijken wat er op te vinden is. Kijk voor meer informatie op: www.vraaghetdepolitie.nl.

- ❖ **Mediaopvoeding** is een website waar deskundigen antwoord geven op veel vragen over kinderen en media. Een interessante site om eens een bezoekje te brengen. Kijk voor meer informatie op: www.mediaopvoeding.nl.
- ❖ **Mijnkindonline** doen onderzoek hoe jongeren omgaan met nieuwe media en geeft voorlichting aan ouders. Je vindt hier veel informatie en specifieke weetjes. Kijk voor meer informatie op: www.mijnkindonline.nl.
- ❖ **Mediawijsheid** noemt zichzelf de wegwijzer in mediawijsheid en staat boordevol informatie over internet, jongeren en nieuwe media. Kijk voor meer informatie op: www.mediawijsheid.nl.

Contact met school

Als je het vermoeden hebt of als je weet dat je kind (digitaal) gepest wordt, dan kan je als ouder ook contact leggen met de school van je kind. Doe dit in overleg met je kind. Ga samen bijvoorbeeld met de mentor praten. Of met docenten. Zij zien vaak veel gebeuren in een klas en zien soms net weer andere dingen dan jij.

Uit onderzoek (Dialogic, *Blik op mediawijsheid*, 2011 en ITS 2009 en 2010) blijkt dat de verantwoordelijkheid van het mediawijs maken van kinderen door zowel scholen als ouders wordt gezien als een gedeelde taak. Ouders kunnen door de school op verschillende manieren betrokken worden bij het bevorderen van mediawijsheid. Er zijn scholen die ouderavonden over mediawijsheid organiseren. Ook zijn er scholen die gebruik maken van mediawijsheid educatieprojecten of doorlopende leerlijnen, waarvan het betrekken van ouders een logisch onderdeel uit maakt (Mediawijsheid, z.j.).

Mee eens of niet?

Aan de hand van onderstaande stellingen worden ouders op een interactieve manier geprikkeld om na te denken over welke stappen ondernomen kunnen worden als het om Cyberpesten gaat. Ouders kunnen over deze stellingen met elkaar in gesprek gaan.

- ❖ **Stelling 1:** *Aangifte doen tegen digitale dreigementen kan alleen als de dreigement in real life daadwerkelijk heeft plaatsgevonden.*
- ❖ **Stelling 2:** *Voor een digitaal dreigement neem je niet de moeite om aangifte te doen.*
- ❖ **Stelling 3:** *Mijn kind vertelt het wel, als het gepest wordt op internet. Daar hoeft ik niet actief naar te vragen.*

- ❖ **Stelling 4:** *Mijn kind houdt zich binnen de sociale media evengoed aan de sociale vaardigheden, als die hij in het echte leven toepast. Daar hoef ik niet met mijn kind over in gesprek te gaan.*

Informatie

Pesten is heel naar en zeker digitaal pesten is moeilijk op te merken voor ouders. Helaas is het ook niet wettelijk strafbaar. Je kan hier dus geen aangifte voor doen bij de politie. Wanneer pestgedrag andere vormen begint te krijgen en resulteert in beledigingen en bedreigingen, dan is het wel strafbaar en kan je hiervoor aangifte doen bij de politie. Het beste is om bij het doen van aangifte, bewijsmateriaal mee te nemen. Denk hierbij aan: data en (exacte) tijdstippen, emailheaders, mail- en internetadressen (url), gebruikersnaam en nickname(s) van betrokkene(n), prints van chatlogs en mailberichten, bewaarde sms-berichten, schermafdrucken (via printscreen of maak een foto).

Let op: het doen van een valse aangifte is strafbaar!

Kijk voor meer informatie op: www.vraaghetdepolitie.nl

‘De oudste had een webcam op de slaapkamer, op haar computer. Kon ze leuk chatten met vriendinnetjes, dachten wij. Ik had er eerlijk gezegd nog nooit goed over nagedacht. Tot ik wat verhalen las van meisjes die zich gedwongen voelden zich uit te kleden voor de webcam. Daar schrok ik toch van. De webcam staat nu – onder luid protest- beneden op de computer. Dus ze mogen hem nog wel gebruiken, maar niet meer zonder dat wij ook mee kunnen kijken.’

Lillian- moeder van 2 dochters (7 en 12) (Slegers, 2012 p.).

Gespreksonderwerpen

Wat zou je doen als...

- ❖ Uw kind ontvangt via internet een bericht met een dreigement. Uw kind is hiervan geschrokken en vertelt dit tegen u.
- ❖ U leest per toeval een bericht van uw kind gericht naar een ander kind. U leest gemene opmerkingen of zelfs een dreigement.
- ❖ Uw kind heeft zijn of haar Facebookprofiel openbaar en plaatst hier foto's op van zichzelf.
- ❖ Uw kind heeft een eigen computer op de kamer en schaft een webcam aan.

Interactieve opdracht

- ❖ Schrijf een voorbeeldsituatie uit de cursus (of een probleemsituatie van een ouder) op een flap-over.
 - ❖ Vraag iedere ouder (eerst individueel) te bedenken voor zichzelf, hoe hij/zij zelf zou reageren op de situatie. Ouders kunnen dit op een post-it schrijven zodat deze op de flap-over geplakt kan worden.
- Of

- ❖ Laat de ouders brainstormen over mogelijke oplossingen voor het gestelde probleem. En schrijf dit op de flap-over. Ga hierover met ouders in gesprek en vul dit aan met eventuele tips en andere adviezen.
- ❖ Laat ouders de beste oplossing kiezen, waarbij ouders een actieplan voor zichzelf kunnen opstellen om toe te passen in de praktijk. En doe eventueel plenair een rollenspel om te oefenen met vaardigheden.





Overige aanvullingen

Overige aanvullingen

Inleiding

Hieronder ziet u een overzicht van de bijeenkomsten en themabijeenkomsten, zoals die gehanteerd worden in de oudercursus *Beter omgaan met pubers*. Er wordt kort stil gestaan bij de onderwerpen uit de bijeenkomsten en deze worden aangevuld met actuele informatie betreffende het onderwerp.

Algemene bijeenkomsten

Bijeenkomst 1: Veranderingen in de puberteit

In deze bijeenkomst is het opvallend dat er uitgelegd wordt op welke gebieden een jongere zich in de puberteit ontwikkelt, waarbij er geen verklaring wordt gegeven van het gedrag wat een puber bij die ontwikkeling kan vertonen. Er wordt benoemd dat het denkvermogen van een puber toeneemt (abstract denken), waarbij pubers kritischer gaan kijken naar zichzelf en naar hun ouders, waardoor ze eigenwijs kunnen zijn en commentaar kunnen leveren. Dit kan als vervelend worden beschouwd, maar ook als hersengymnastiek (NIZW,2001,).

Inmiddels kan er door onderzoeken met behulp van MRI-scans meer gezegd worden over de ontwikkeling van de hersenen bij adolescenten. Het onderzoek wat is uitgevoerd door Linda van Leijenhorst maakt inzichtelijk waarom pubers bijvoorbeeld geneigd zijn om sneller risico's te nemen en het lastig vinden om prioriteiten te stellen (Lavender, 2010). Ook het boek van Eveline Crone, *Het puberende brein* (2008) en *Het sociale brein van de puber* (2012), verschaffen meer inzicht in de ontwikkeling van het puberbrein en laten zien waar adolescenten nog niet toe in staat zijn en waar juist hun unieke mogelijkheden liggen.

De aanvulling die wij hebben gemaakt op deze cursus, met als titel '*Het puberbrein*' sluit dan ook mooi op deze bijeenkomst aan. Indien de cursusleider besluit om geen aparte themavond hiervoor te organiseren, raden wij aan om informatie uit die aanvulling, te verwerken in deze bijeenkomst.

Leeftijdshantering

Als we zien dat de oudercursus zich in eerste plaats richt op ouders met pubers in de leeftijd van 12 tot en met achttien jaar dan valt het op dat tegenwoordig de puberteit op jongere leeftijd begint plaats te vinden. Eveline Crone (2008) trekt deze leeftijdsfase breder: "De leeftijden die worden gehanteerd voor het beschrijven van de adolescentie zijn verschillend per cultuur, maar over het algemeen beslaat de adolescentie de leeftijdperiode van tien tot tweeëntwintig jaar. In deze periode maken de hersenen een belangrijke groeispurt door"(Crone, p.12).

Hierbij wordt onderscheid gemaakt tussen de *puberteit* en de *adolescentie*. De puberteit wordt gezien als een onderdeel van de adolescentie, namelijk de tijd van seksuele volwassenwording wat

plaatsvindt in de periode tussen de tien en veertien jaar (Crone,2008). Dit betekent dat de leeftijdsnorm die de oudercursus geeft aan pubers, inmiddels niet meer actueel is. Het boek *'Het puberbrein binnenstebuiten'* van Huub Nelis en Yvonne van Sark (2009) geeft zelfs aan dat zij de adolescentie zien tot de leeftijd van vijftientig jaar. Vanaf die leeftijd zijn de hersenen volgroeid en tot die tijd hebben adolescenten het nodig om gecoached te worden.

Wij raden aan om ouders bewust ervan te maken dat de puberteit een ontwikkelingsfase is, die plaatsvindt tussen de leeftijd van tien en veertien jaar en dat de adolescentie zich uitstrekt tot een leeftijd van vijftientig jaar. Tot die tijd ontwikkelen de hersenen zich nog.

Bijeenkomst 2: Positieve aandacht en manieren van opvoeden

In deze bijeenkomst staan de opvoedingsstijlen en het geven van positieve aandacht centraal. De voorbeelden die hier worden gebruikt, spreken ouders nog steeds aan. Uit de interviews die wij hebben gehouden met de cursusleiders, komt meerdere keren naar voren dat ouders de ervaringsoefeningen als zeer positief, soms confronterend, ervaren. De volgende oefening is een initiatief van cursusleider Loes Jacobs van Vitras CMD in Veenendaal. Deze willen we delen, omdat dit veel positieve reacties oproept bij ouders.

Activiteit voor cursusbijeenkomst positief opvoeden

In het gesprek wat we voerden met hulpverlener Loes Jacobs (2013), werkzaam binnen VitrasCMD in Veenendaal, vertelde zij over een 'ervaringsoefening' die ze in de tweede bijeenkomst heeft toegepast. De tweede bijeenkomst heeft als onderwerp 'positief aandacht en manieren van opvoeden' waarbij deze oefening ouders het verschil tussen positieve en negatieve aandacht laat ervaren. In het gesprek werd verteld dat ouders in de evaluatie van de oudercursus aangaven dat ze veel hebben geleerd van de ervaringsoefening in deze tweede bijeenkomst. Hieronder lichten we deze ervaringsoefening toe zodat dit ook toegepast kan worden. De oefening hebben we de naam 'Warm-Koud' gegeven.

Tip: Ouders zullen mogelijk een drempel over moeten bij het oefenen met de warm-koud oefening. Het is aan de cursusleider om duidelijk te maken dat het niet gaat om een kinderspel, maar dat het een ervaringsoefening is. Laat ouders na de oefening met elkaar in gesprek gaan hierover, zodat zij hun eigen ervaringen kunnen delen.

Ervaringsoefening 'Warm- Koud'

- ❖ Één ouder (of twee ouders) die het verschil tussen positief en negatief benaderen wil ervaren mag even de ruimte verlaten.
- ❖ De groep wijst een voorwerp aan in de ruimte, waar de ene ouder straks naar moet zoeken.

Deze ouder krijgt bij terugkomst alleen de kleur van het voorwerp te horen. Er kan ook voor gekozen worden om dit niet te benoemen.

- ❖ De ouder gaat op zoek naar het voorwerp, door in bepaalde richtingen te lopen. Op aanwijzingen van de groep kan het voorwerp geraden worden. De groep echter, heeft de opdracht gekregen om in de eerste vijf minuten de ouder op een negatieve manier te bekrachtigen. Voorbeeld: 'Weet je het nou nog niet?' of 'nee joh, dat is het helemaal niet!'.
- ❖ Na vijf minuten krijgt de groep het sein om positief te gaan bekrachtigen door bemoedigingen als 'Ja, je bent hartstikke warm! Ja, goed zo, je bent er bijna!'.

Op de vraag die we in het gesprek stelden wat voor reacties ouders op deze oefening geven, kregen we het volgende antwoord:

'Zo'n ervaringsoefening, die hakt er heel erg in. Ouders geven aan dat ze het wel wisten, maar dat ze er sterk bij stil werden gezet, doordat ze het nu zelf concreet ervaren. Een week later krijg ik van deze ouders vaak terug hoe ze bezig zijn met het positief benaderen van hun kind en dat ze proberen om die negatieve reacties te laten. Omdat ze weten dat die negatieve reacties niet helpen en vaak alleen maar het zelfvertrouwen schaden.' (Gesprek L. Jacobs (2), 12 maart 2013)

'Zo'n
ervaringsoefening
hakt er in.'

Bijeenkomst 3, 4 en 5: Ruzie voorkomen: luisteren naar, praten en overleggen met je puber

Deze bijeenkomsten richten zich op het thema 'ruzie voorkomen'. We hebben deze bijeenkomsten voor het gemak even bij elkaar genomen, omdat ze onderverdeeld zijn in drie bijeenkomsten. De eerste bijeenkomst richt zich met name op 'luisteren naar je puber', de tweede op 'praten met je puber' en de derde op 'overleggen met je puber'.

Er worden veel praktijkvoorbeelden gebruikt. De tip die wij te horen kregen in onze interviews, is om met name voorbeelden te gebruiken, die ouders zelf inbrengen. Zo sluit het beter aan bij hun belevingswereld. Sommige voorbeeldreacties bevatten echter verouderd taalgebruik. Bijvoorbeeld: 'Wat ben jij een eigenwijs stuk vreten. Wat een etterstraal ben jij!' Deze woorden komen nu eerder komisch over, dan aanvallend. Wij raden aan om deze woorden niet meer te gebruiken en hier modernere taal voor te gebruiken.

De voorbeeldvragen sluiten mogelijk niet goed meer aan op de belevingswereld van ouders. Gebruik voorbeelden van de ouders zelf. Ga in op de situaties die zij zelf tegenkomen en moeilijk vinden om mee om te gaan.

Nadat verschillende manieren van reageren op je puber zijn besproken, gaan ouders met elkaar in gesprek over welke manier van reageren wel effectief kan zijn. Ouders worden uitgedaagd om

duidelijk te verwoorden naar hun kind wat hun wensen zijn en wat zij van hun kind verwachten. Er staan voorbeeldvragen van pubers, waar ouders mee kunnen oefenen om daar goed op te reageren. Opvallend is wel dat deze voorbeeldvragen erg netjes zijn geformuleerd. De puber vraagt bijvoorbeeld 'Mag ik vanavond met Karim naar de film?' of 'Wil je mijn nieuwe broek vandaag wassen?' Wij denken dat ouders juist ervaren dat hun puber in een opstandige bui vaak niet de moeite neemt om iets te vragen en dat ouders juist moeite hebben om consequent op te treden, wanneer een puber juist iets doet zónder te vragen. Daarom is het van belang in te gaan op voorbeelden die ouders zelf aandragen en hier naar te vragen.

Bijeenkomst 6: Grenzen stellen en straffen

In deze bijeenkomst worden verschillende vormen van straf besproken, bijvoorbeeld 'iets leuks wegnemen' of 'een extra taak of boete'. Echter wordt ook 'fysieke straf' als voorbeeld genoemd. Hoewel het niet als suggestie bedoeld is, wordt het ook niet afgeraden of ontmoedigd in de cursus. Waarschijnlijk heeft dit ook te maken met de veroudering van de cursus. In Nederland nam de Tweede Kamer in september 2006 een wet aan die een 'pedagogische tik' verbiedt. In 2007 is er in het Burgerlijk Wetboek een wetswijziging opgenomen waarin het volgende staat: *'Onder verzorging en opvoeding worden mede verstaan de zorg en de verantwoordelijkheid voor het geestelijk en lichamelijk welzijn en de veiligheid van het kind alsmede het bevorderen van de ontwikkeling van zijn persoonlijkheid. In de verzorging en opvoeding van het kind passen de ouders geen geestelijk of lichamelijk geweld of enig andere vernederende behandeling toe.'* (Boek 1, artikel 247, tweede lid).

Vanwege deze wetswijziging is het naar ons idee niet meer gepast om 'fysieke straf' als voorbeeld te gebruiken in een oudercursus.

Themabijeenkomsten

Bijeenkomst 7: Alcohol en drugs (en ander middelengebruik)

Verslavende middelen

Het Trimbos-instituut legt uit dat drugs in twee categorieën kunnen worden ingedeeld, namelijk onder legale of illegale middelen. De Opiumwet geeft vervolgens inzicht in regels en straffen die te maken hebben met drugs. Hieronder wordt een indeling weergegeven op basis van de werking die drugs hebben op de hersenen, zoals het Trimbos-instituut ook laat zien:

Stimulerende middelen zijn middelen die de gebruiker het gevoel geeft meer energie te hebben en alerter te zijn. Voorbeelden van middelen zijn o.a. cocaïne en amfetamine ('speed'), maar ook tabak en koffie. Al worden tabak en koffie geen drugs genoemd.

Verdovende middelen zorgen voor een slaperige roes. De verdovende middelen hebben een kalmerende en ontspannende werking waarbij heroïne en andere opiaten, maar ook alcohol en slaapmiddelen als voorbeeld kunnen worden genoemd.

Bewustzijn veranderende middelen zorgen ervoor dat de wereld heel anders gezien en beleefd wordt. Deze middelen veranderen namelijk tijdelijk het bewustzijn. Voorbeelden hiervoor zijn LSD, hasj en weed, paddo's en andere tripmiddelen.

Het Trimbosinstituut noemt hierbij dat het onderscheid naar werking niet altijd scherp te maken is. XTC is bijvoorbeeld oppeppend, maar verandert ook de waarneming. Zo kunnen hasj en wiet behalve bewustzijn veranderend, ook versuffend werken (Trimbos-Instituut, 2011) .

Lijst I

In de Opiumwet zijn alle middelen opgenomen die door de overheid als drugs worden beschouwd. Waarvan alle middelen zijn onderverdeeld in lijst 1 en een lijst 2. Op lijst 1 van de Opiumwet staan middelen die volgens de overheid een onaanvaardbaar groot risico met zich meebrengen.

Voorbeelden hiervan zijn heroïne, cocaïne, amfetamine, LSD en XTC.

Lijst II

Onder lijst twee zijn henneproducten, zoals hasj en weed opgenomen. Ook slaap- en kalmeringsmiddelen zoals Valium en Seresta zijn hierin opgenomen. Dit zijn geen onschuldige middelen, maar volgens de overheid zijn deze risico's minder groot dan bij de middelen van lijst 1 (Trimbos-instituut, 2013).

GHB is een drug wat sinds 2002 tot en met mei 2012 op lijst II van de Opiumwet heeft gestaan. Sinds 9 mei 2012 staat deze drug op lijst I van de Opiumwet, net zoals heroïne, cocaïne en XTC (Trimbos instituut, 2011).

Het is een drug die vroeger werd gebruikt als narcosemiddel, maar tegenwoordig is dit niet meer het geval omdat de pijnstillende werking slecht is. Het werd ook als middel voor slaapstoornissen gebruikt en het wordt tegenwoordig nog wel gebruikt als middel tegen narcolepsie. Het is te verkrijgen als een helder/lichtstroperig vloeistof, meestal in plastic buisjes van ongeveer 5 cm groot. Het bevat meestal tussen de 3 en 4,5 ml vloeistof en bevat dan vaak 2 tot 3 gram GHB (Jellinek, 2013).

GHB is dan ook een vloeistof wat wordt gedronken. Meestal vermengd met een niet-alcoholisch drankje maar het wordt ook wel rechtstreeks gedronken. De combinatie met alcohol is gevaarlijk vanwege het feit dat alcohol en GHB elkaars effecten versterken en het risico op een overdosis ook versterkt wordt.

Het is een middel wat na 5 tot 30 minuten begint te werken. Deze effecten houden vervolgens ongeveer drie uur aan en het effect kan per persoon sterk verschillen en is ook sterk afhankelijk van de dosis. Een kleine dosis geeft een ontspannen en vredig gevoel en kunnen mensen seksueel opgewonden raken. Bij een hogere dosis worden mensen misselijk, duizelig en hebben moeite om wakker te blijven of raken zelfs bewusteloos.

Doordat GHB illegaal gemaakt wordt kun je niet goed weten hoeveel gram GHB poeder er precies in de vloeistof zit. Een dosis bij volwassenen ligt meestal tussen de 0,5 en 1,5 gram. Bij 1,5 gram kun je al in slaap vallen. Wanneer iemand klein van postuur is, kan dit al bij minder plaatsvinden (Jellinek, 2013).

Risico's

Risico's die kunnen plaatsvinden bij het gebruik van GHB is dat met te hoge doseringen er kans is dat iemand bewusteloos raakt ('out gaan'). Hierbij bestaat het gevaar dat iemand stikt in zijn eigen tong of braaksel als hij buiten bewustzijn is. Ook kan het gebruik van GHB ervoor zorgen dat grenzen vervagen, waardoor de gebruiker soms dingen doet die hij eigenlijk niet wil. Anderen kunnen daar misbruik van maken of er last van hebben. Als een gebruiker buiten bewustzijn raakt (of erg ver heen is) heeft hij niet in de hand wat er met hem gebeurt en is hij daarbij afhankelijk van de hulp en betrouwbaarheid van anderen (Trimbos instituut, 2011).

Vanwege het feit dat de GHB een vloeistof is en via een glas drinken kan worden ingenomen, is het ook mogelijk dat iemand ongemerkt GHB in zijn drankje toegediend kan krijgen tijdens bijvoorbeeld een avondje stappen, waardoor er misbruik van iemand gemaakt kan worden.

Gamen

Als we kijken naar de game mogelijkheden op de computer, dan is er een groot verschil te zien tussen nu en een flink aantal jaren geleden. Eens waren bijvoorbeeld spelletjes als Pacman erg populair. Tegenwoordig worden er games ontwikkeld waarin je in een virtuele wereld terecht komt, en er behendigheid gevraagd wordt van een speler op diverse vlakken.

Gamen hoeft niet perse meteen als 'slecht' bestempeld te worden en het is niet gezegd dat elke jongere die gamet, met een verslaving te maken krijgt. Voor ouders kan het lastig zijn om een grens te stellen in het aantal uren dat een jongere aan het gamen is. Desalniettemin, kan het geen kwaad om belangstelling te tonen in datgene waar je kind tijd aan besteed: bijvoorbeeld aan het spelen van games.

'Kijkwijzer' voor games

Net als met films bestaat er voor games ook een indeling die aangeeft voor welke leeftijd het beter

Fragment over games en de 'kijkwijzer' :

www.youtube.com/watch?v=1-zLrjDpH34&feature=player_embedded

wel of niet geschikt is. Net als bij de bekende Kijkwijzer, zijn er icoontjes die aangeven als er sprake is van geweld, discriminatie, een angstfactor voor kleine kinderen, slecht taalgebruik, gebruik van drugs, gokfactor, seksualiteit en of de game ook online te spelen is.

Kijk voor meer informatie op www.pegi.info.

Gameverslaving?

Wanneer is er dan sprake van een gameverslaving? Wat zijn signalen daarvoor, die ouders in de gaten moeten houden?

Het kan goed zijn om te weten dat ongeveer twee tot drie procent van de gamers verslaafd zijn. Dit zijn vooral jongens tussen de 16 en 20 jaar. Jongeren met een verslaving kunnen tijdens het gamen een kick ervaren van het halen van een nieuw level. Ook kan het gamen een afleiding zijn voor

dingen die minder goed gaan in het dagelijks leven. En een virtuele identiteit kan zelfvertrouwen geven. Een nadeel van overmatig gamen kan zijn dat er lichamelijke klachten kunnen ontstaan als het gamen ten koste gaat van maaltijden, lichaamsbeweging of nachtrust (IrisZorg,2012).

Als je als ouder ziet dat je kind veel tijd besteedt aan gamen, hoef je als ouder niet meteen ongerust te zijn. Als een jongere meerdere interesses heeft en zich op meerdere manieren kan ontspannen, een goed dag- en nachtritme heeft en gewoon naar school of werk gaat, is er weinig reden tot ongerustheid. Echter, overmatig gamen kan wel tot grote problemen leiden. Bijvoorbeeld verwaarlozing van school of werk, conflicten binnen het gezin, verkleinen van het sociale netwerk en dergelijke. De volgende signalen kunnen wijzen op afhankelijkheid of (beginnende) verslaving:

- ❖ vaak meer of langer gamen of internetten dan afgesproken of gepland;
- ❖ niet kunnen stoppen met gamen of internetten;
- ❖ een groot deel van de dag (in gedachten of in het echt) bezig zijn met internetten of gamen;
- ❖ andere activiteiten uitstellen of helemaal niet uitvoeren;
- ❖ internetten of gamen om negatieve emoties niet te voelen (vluchtgedrag);
- ❖ verminderen van sociale contacten in de 'echte wereld' of alleen nog maar sociale contacten hebben via de game of het internet;
- ❖ slechte prestaties leveren op school of op het werk;
- ❖ een verstoord dag- en nachtritme;
- ❖ verslechteren van de persoonlijke verzorging;
- ❖ woedend reageren als het spel wordt verstoord of als iemand op het gedrag wordt aangesproken.

Andere kijk op gamen:

www.youtube.com/watch?feature=player_embedded&v=lpet4TJi41A&noredirect=1

Deze signalen zijn weergegeven op de website van Novadic-Kentron (2009); Instantie voor verslavingszorg.

If books came after games

Het bovenstaand videofragment heet 'If books came after games'. Het fragment prikkelt je manier van denken over games. Het lezen van boeken wordt op een leuke manier tegenover het spelen van games geplaatst. Wat als het spelen van games eerder zou zijn ontstaan dan het lezen van boeken? Hoe zou er dan gekeken worden naar een kind die uren achtereen in een boek zit te lezen?

Naar aanleiding van dit fragment kan er een gesprek op gang gebracht worden met behulp van de volgende vragen:

- ❖ In hoeverre zet dit videofragment je aan het denken?
- ❖ In hoeverre is gamen en internet problematisch als het met mate gebeurt?
- ❖ In hoeverre heb je in de gaten wat jouw kind doet in het spelen van games?
- ❖ Hoe zou je belangstelling kunnen tonen naar je puber, als het gaat om het spelen van games?

Ouders kunnen als huiswerkopdracht krijgen :

- ❖ Vraag je puber of je een keer mee mag kijken. Vraag wat hij of zij doet, wat de doelen zijn én wat zijn of haar rol op het internet is. Het is goed om dit te doen als de sfeer tussen jou als ouder en je puber goed is.
- ❖ Stel vragen aan je puber over waarom hij of zij gamet en wat er zo leuk aan is. Eventueel kunnen er afspraken gemaakt worden over het computer gebruik.
- ❖ Het is ook goed om kritisch naar jezelf te kijken. Als ouder ben je opgegroeid zonder games en internet, maar kijkt misschien wel meer televisie. In hoeverre vind jij als ouder, gamen en internet problematisch? En wat voor antwoord geeft je kind op deze vraag? (Novadic-Kentron, 2009)

Bijeenkomst 8: Seksuele opvoeding

Ouders worden in deze bijeenkomst bewust gemaakt van hun eigen normen tegen aanzien van seksualiteit, hebben na de bijeenkomst inzicht in de seksuele ontwikkeling van hun puber en zien het belang in van praten met hun puber over seksualiteit.

Praten over seksualiteit met hun kind kan iets zijn wat ouders erg lastig vinden. Ouders kunnen zich afvragen hoe ze dit op de juiste manier moeten doen en ervaren wellicht toch een drempel om over dat onderwerp te beginnen. Want, wanneer doe je het goed als ouder? Wie zegt dat ze na zo'n gesprek niet juist gaan experimenteren?

Het gesprek aangaan met je puber over seksualiteit is dan ook datgene wat sterk naar voren komt in deze bijeenkomst.

Er is een website die ouders hier specifiek in wil ondersteunen. Op de website 'uw kind en seks' zijn verschillende voorbeeldgesprekken te zien in videofragmenten waarin ouders die deze filmpjes bekijken ook het gesprek mee kunnen oefenen. Ouders worden hierdoor zelf aan het nadenken gezet over hun eigen handelen, en ontdekken welke gespreksvaardigheden ze als ouder kunnen inzetten om het gesprek op een positieve manier te laten verlopen.

Onderwerpen als anticonceptie, homoseksualiteit, wensen & grenzen en internet komen ook aan de orde waarbij ouders informatie en adviezen kunnen lezen over dit onderwerp.

Er zijn leuke testjes & tips op deze website te vinden die ouders kunnen gebruiken voor hun seksuele opvoeding.

Huiswerkopdracht

Ouders kunnen thuis de volgende website eens doornemen:

www.uwkindenseks.nl waarbij ouders op 'oefen een gesprek' kunnen klikken.

Hierbij kunnen ze vragen beantwoorden als:

- ❖ 'wat valt je op als je let op de vragen die gesteld worden?'
- ❖ 'wat voor effect heeft dat op de puber?'
- ❖ 'Hoe stel je zelf vragen, als je in gesprek raakt met je eigen puber?'
- ❖ 'Wat zou je zelf nu anders willen doen?'

Ook kunnen ouders meer informatie vinden op www.sense.info

Dit is een website die met name gericht is om jongeren informatie te geven. Ook voor hen zijn verschillende situaties uitgespeeld in videofragmenten, waar een puber in het dagelijks leven ook

mee te maken kan krijgen. Deze fragmenten kunnen de pubers handvatten geven en inzichten in hoe ze op bepaalde situaties kunnen reageren. Denk bijvoorbeeld aan het aangeven van grenzen. Dit is een website die je als ouder wellicht samen met je puber kunt bekijken of die je aan je puber mee kunt geven.

Literatuur en websites

Boeken ter aanbeveling:

- ❖ **Eveline Crone (2008)** *Het puberende brein*: over de ontwikkeling van de hersenen in de unieke periode van de adolescentie
- ❖ **Eveline Crone (2012)** *Het sociale brein van de puber*
- ❖ **Nelis, H. en Van Sark, Y. (2009)** *Puberbrein binnenstebuiten*.
- ❖ **Justine Pardoën (2012)** Focus : Over de sociale media als de grote afleider

Website ter aanbeveling:

- ❖ **www.mediaopvoeding.nl** – Een site waar alle vragen over kinderen en media beantwoord wordt door deskundigen.
- ❖ **www.mijnkindonline.nl** - Kenniscentrum over jeugd en media
- ❖ **www.jeugdenmedia.nl** – Kennis over jeugd en media door het Nederlands Jeugd Instituut (NJI)
- ❖ **www.mediawijzer.nl** – Nieuwsberichten over o.a. sociale media, games, mobiel internet en mobiele telefoons.
- ❖ **www.digibewust.nl** - initiatief van de Nederlandse overheid, bedrijfsleven en diverse maatschappelijke organisaties. Hier vindt u informatie en tips over veilig gebruik van internet en andere digitale toepassingen.
- ❖ **www.kijkinjebrein.nl** - Initiatief van Universiteit Leiden waarop een interactieve manier informatie gegeven wordt over het brein.
- ❖ **www.juniorhersen.nl** – Informatie over hoe onderzoek gedaan wordt naar het puberbrein door onderzoekers van Universiteit Leiden.
- ❖ **www.uwkindenseks.nl** - Op een interactieve manier kunt u nieuwe inzichten opdoen over het voeren van lastige gesprekken met uw puber.
- ❖ **www.sense.info** - website gericht op jongeren waarin jongeren tot nadenken worden gezet over hoe te handelen, te reageren op bepaalde situaties.

Bronnenlijst

- Crone, E. (2008). *Het puberende brein*. Amsterdam: Bert Bakker.
- Crone, E. (2012). *Het sociale brein van de puber*. Amsterdam: Bert Bakker.
- Geenfamilie. (2012,13 mei).Cabaret Kwis Paul-Social Media Stress [Video bestand]. Geraadpleegd op 19 april 2013, van <http://www.youtube.com/watch?v=POWmae54SCA&feature=share>
- Gordon, D. T. (2010). *Luisteren naar kinderen- van ochtendspits tot avondstress, samen harmonieus de dag door*. Utrecht: Kosmos.
- IrisZorg. (2012). *Verslaving, gamen en internet*. Opgeroepen op maart 29, 2013, van IrisZorg: <http://www.iriszorg.nl/verslaving/gamen-internet>
- IrisZorg. (2012). *Verslaving, GHB*. Opgeroepen op maart 19, 2013, van Iriszorg: <http://www.iriszorg.nl/verslaving/ghb#>
- Thissen, I.J., Houwer, J.C. (2011). *Rapportage: Behoeftesonderzoek CJG in de gemeente Barneveld ouders/verzorgers, professionals en vrijwilligers*. Barneveld: BMC.
- Jellinek. (2013). *Jellinek*. Opgeroepen op April 29, 2013, van Jellinek: <http://www.jellinek.nl/informatie-over-alcohol-drugs/ghb/basisinfo-over-ghb/wat-is-ghb/>
- Jellinek. (2013). *Jellinek*. Opgeroepen op April 29, 2013, van Jellinek: <http://www.jellinek.nl/informatie-over-alcohol-drugs/ghb/basisinfo-over-ghb/wat-voelt-men-bij-ghb/>
- Lavender, T. (2010, Januari 19). *Universiteit Leiden*. Opgeroepen op April 16, 2013, van Leidenuniv: <http://www.nieuws.leidenuniv.nl/nieuws-agenda/in-de-puberhersen-wint-erotie-het-van-zelfcontrole.html>
- Mediawijsheid. (z.j.). *Wegwijzer in mediawijsheid*. Opgeroepen op april 19, 2013, van mediawijsheid.nl: <http://www.mediawijsheid.nl/ouders/>
- Nelis, H. en Van Sark, Y. (2009). *Puberbrein binnenstebuiten*. Utrecht/Antwerpen: Kosmos.
- Niki Padidar.(2010,26 Juni).Item digitaal pesten [Video bestand]. Geraadpleegd op 25 april 2013, van <http://www.youtube.com/watch?v=886qsHjMidM>
- NIZW. (2001). Beter omgaan met pubers.
- NIZW. (2006). Opvoeden & Zo.
- Noll, J. (sd). *Socialme.nl*. Opgeroepen op April 23, 2013, van Socialme.nl: <http://www.socialme.nl/social-networks/online-gaming/>
- Novadic- Kentron. (2009). *Novadic Kentron, netwerk voor verslavingszorg*. Opgeroepen op April 29, 2013, van Novadic-Kentron: <http://www.novadic-kentron.nl/default.aspx?DocumentID=059a3f9f-1d55-4806-97ee-90a607dc737d>
- NOW! (2013). *Netwerk voor Oplossingsgericht Werken*. Opgeroepen op 4 10, 2013, van NOW!: <http://www.oplossingsgericht.nu/>
- Pardoen, J. (2008, November 17). *Ouders Online*. Opgeroepen op April 27, 2013, van ouders: <http://www.ouders.nl/moff2008-puberbrein.htm>
- PEGIgames. (2011, 10 Mei).Play Smart Check The PEGI Rating! [video bestand]. Geraadpleegd op 29 april 2013, van www.youtube.com/watch?v=1-zLrjDpH34&feature=player_embedded

Politieacademie. (2013). *Politieacademie*. Opgeroepen op April 24, 2013, van thesaurus.politieacademie: <https://thesaurus.politieacademie.nl/Thesaurus/Term/9491>

Reclame, S. I. (2010). *SIRE*. Opgeroepen op April 22, 2013, van SIRE: <http://www.sire.nl/campaign/c/21/>

Slegers, M. (2012). *Social kids, Je kind op social media*. Schiedam: Scriptum.

Snapchatfriends. (sd). *Snapchatfriends*. Opgeroepen op April 23, 2013, van <http://www.snapchatfriends.nl/wat-is-snapchat/>

Sociaal Cultureel Planbureau, NL Kids Online, *Nieuwe mogelijkheden en risico's van internetgebruik door jongeren*, maart 2010). Gedownload op 22 april, via www.scp.nl/dsresource?objectid=24782&type=org

Social-Media. (sd). *Social-Media*. Opgeroepen op April 24, 2013, van Social Media Kennis platform met informatie over sociale media en sociale marketing: <http://www.social-media.nl/>

Swaab, D. (2008)

Trimbos instituut. (2011). *Trimbos instituut, Netherlands Institute of mental health and addiction*. Opgeroepen op April 29, 2013, van drugsinfo: <http://www.drugsinfo.nl/index.cfm?act=drugsabc.tonen&artid=0B3D400B-785F-43D1-A004-E06AEEE2D853&cat=522FD12C-84CA-41C4-A496-7EDE23B864F3>

Trimbos instituut. (2011). *Trimbos Instituut, Netherlands institute of mental health and addiction*. Opgeroepen op April 29, 2013, van Trimbos instituut: <http://www.drugsinfo.nl/index.cfm?act=drugsabc.tonen&artid=D44896B0-4B9C-4ED5-9C04-8A52DE41042D&cat=522FD12C-84CA-41C4-A496-7EDE23B864F3>

Trimbos-Instituut. (2011). *Trimbos instituut, Netherlands Institute of mental health and addiction*. Opgeroepen op April 29, 2013, van Drugsinfo: <http://www.drugsinfo.nl/index.cfm?act=drugsabc.tonen>

Trimbos-instituut. (2013, April). *Trimbos instituut, Netherlands Institute of mental health and addiction*. Opgeroepen op April 29, 2013, van drugsinfo: <http://www.drugsinfo.nl/index.cfm?act=vraag.detail&vraag=12031&cat=30>

Xotopia. (2006, 7 November). If books came after games [Video bestand]. Geraadpleegd op 29 april 2013, van www.youtube.com/watch?feature=player_embedded&v=lpet4TJi41A&noredirect=1

XS4ALLVeilig. (2009, 8 April). XS4ALLouders [Video bestand]. Geraadpleegd op 21 april 2013, van www.youtube.com/watch?feature=player_embedded&v=KVRHuhq3BSA

Interviews afgenomen door I. Rienstra & A.E. Pijkeren:

Bentum, J (2013, Maart 12). Interview 6.

Bokdam, S (2013, Maart 21). Interview 9.

Brink, M. van den (2013, Maart 18). Interview 3.

Jacobs, L. (2013, Maart 12). Interview 2.

Kooten, C. van (2013, Maart 11). Interview 8.

Kroon, M (2013, Maart 06). Interview 7.

Nijland, A (2013, Maart 25). Interview 10.

Thije, I. ten (2013, Maart 5). Interview 1

Tmim, H. (2013, Maart 19). Interview 5.

Verlaan, I. (2013, Maart 12). Interview 4.

Bijlage 1 Interviewprotocol

Voor het uitvoeren van de interviews hebben we een interviewprotocol opgesteld voor hulpverleners en zorg coördinatoren.

Topiclijst interview met hulpverleners:

De onderstaande doelen laten zien wat we met de interviews willen bereiken.

- ✓ We willen weten wat voor opvoedingsvragen ouders ervaren in de opvoeding van hun puber.
- ✓ We willen weten wat voor adviezen en tips HV'ers geven voor de inhoud van de aanvulling
- ✓ We willen weten wat voor adviezen en tips HV'ers geven voor de uitwerking van de aanvulling

Inleiding: Kennismaking respondent

Naam:

Opleidingsniveau:

Cursus ervaring/ Aantal keer deze cursus gegeven:

Huidige werkfunctie:

Topic 1. Ervaring oudercursus 'Beter omgaan met pubers'

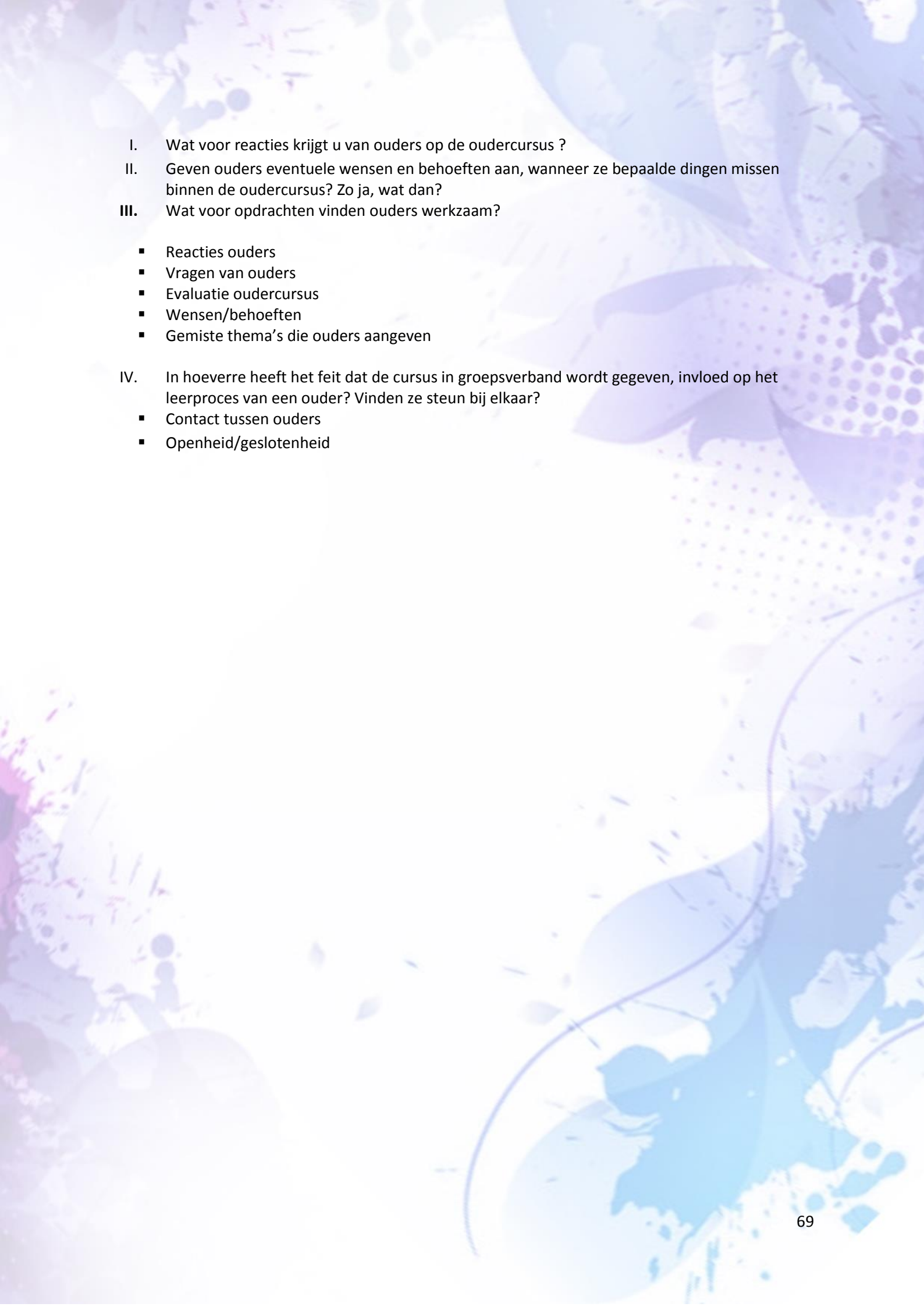
Wat zijn uw ervaringen met het geven van de oudercursus?

- I. Wat voor invloed had de samenstelling van de groep op de cursus?
 - Contact tussen ouders
 - Openheid/geslotenheid
 - Steun onderling ?
- II. Hoe bereidt u de trainingen voor?
 - Persoonlijke invulling training
- I. Kunt u vertellen wat u van de huidige oudercursus vindt?
 - Positieve punten over de oudercursus
 - Verbeterpunten over de oudercursus
 - Werkwijze
 - Opdrachten
 - Huidige training thema's

Topic 2. Visie hulpverlener

- II. *Wat voor tips/ adviezen kunt u geven voor het uitwerken van een actuele aanvulling? En waarom?*
 - Tips en ideeën voor de inhoud
 - Tips en ideeën voor de vorm van de aanvulling
 - Opdrachten
 - Thema's

Topic 3. Behoeftte ouders

- 
- I. Wat voor reacties krijgt u van ouders op de oudercursus ?
 - II. Geven ouders eventuele wensen en behoeften aan, wanneer ze bepaalde dingen missen binnen de oudercursus? Zo ja, wat dan?
 - III. Wat voor opdrachten vinden ouders werkzaam?
 - Reacties ouders
 - Vragen van ouders
 - Evaluatie oudercursus
 - Wensen/behoeften
 - Gemiste thema's die ouders aangeven
 - IV. In hoeverre heeft het feit dat de cursus in groepsverband wordt gegeven, invloed op het leerproces van een ouder? Vinden ze steun bij elkaar?
 - Contact tussen ouders
 - Openheid/geslotenheid

Topiclijst interview met Zorgcoördinatoren:

Doel

- ✓ We willen weten wat voor thema's er spelen bij pubers.
- ✓ We willen weten wat voor adviezen Zorg coördinatoren geven in het omgaan met pubers

Inleiding Kennismaking respondent

Naam:

Opleiding:

Werkervaring:

Huidige werkfunctie:

- I. Kunt u vertellen wat uw werk zoal inhoudt als zorgcoördinator zijnde?
 - Werktaken
 - Individueel contact leerlingen
 - Zicht op thema's onder leerlingen

Topic 1 Zorgvragen leerlingen

- I. Wat houdt een 'zorgvraag' precies in?
- II. Hoe komen zorgvragen bij u binnen? *In hoeverre betreft u de ouders van leerlingen erbij, wanneer er een zorgvraag binnenkomt?*
- III. Wat doet u vervolgens met deze zorgvragen?
- IV. Kunt u vertellen wat voor thema's u regelmatig tegenkomt onder leerlingen? Wat is een veelvoorkomend thema? *Welke thema's zijn relevant en actueel*
- V. Wat voor methode hanteren vertrouwenspersonen/ zorgcoördinatoren in de omgang met leerlingen waar een zorgvraag over is?
- VI. Wat voor knelpunten/dilemma's kunnen zorgcoördinatoren tegenkomen in het behandelen van een zorgvraag?

Topic 2 Relatie met ouders

- I. Wat merkt u bij ouders in de omgang met hun puber?
 - Betrokkenheid ouders
 - Handelingsverlegenheid ouders
 - Contact tussen puber en ouder
- II. Wat is nodig voor ouders volgens uw ervaringen, om beter om te gaan met pubers?
- III. *Tips en adviezen voor ouders Wat zou volgens u helpend zijn om te bespreken met ouders in een oudercursus?*

Respondenten van hulpverleners die de cursus Beter omgaan met pubers (BOMP) hebben gegeven:

Naam: Loes Jacobs

Instelling: Vitras CMD, Veenendaal

Functie: Groepswerk coördinator (HBO MWD; groepswerk en casework)

Cursus ervaring: +- Acht keer (laatste x startte Nov.2012)

Naam: Marijke van den Brink

Instelling: VGGM, Arnhem

Functie: (HBO) Jeugdverpleegkundige GGD, Vertrouwenspersoon

Cursus ervaring: Vijf x (Arnhem en Barneveld) Najaar 2012 het laatst in Barneveld.

Naam: Ineke ten Thije

Instelling: Centrum voor Jeugd en Gezin, Barneveld

Functie: Orthopedagoog (universiteit)

Ervaring cursus: één keer gegeven in 2012 (CJG Barneveld)

Naam: Ida Verlaan

Instelling: Centrum voor Jeugd en Gezin, Nijkerk

Functie: Pedagogisch adviseur (HBO MWD)

Ervaring cursus: +- 12 keer (2012 laatste keer)

Naam: Hafida Tmim

Instelling: Welzijn Veenendaal

Functie: Werkzaam in team Opvoedondersteuning (15 jaar). (HBO MWD)

Ervaring cursus: drie keer. (laatste was in januari 2013)

Respondenten uit het voortgezet onderwijs:

Middelbare school: Johannes Fontanus College, Barneveld

Naam: Christa van Kooten

Functie: Zorgcoördinator (4 jaar)

Opleiding: HBO leraren Engels en Frans

Middelbare school: De Meerwaarde, Barneveld.

Naam: Jannet van Bentum

Functie: Zorgcoördinator en docent (36 jaar)

Opleiding: Bewegingsonderwijs, HBO Pedagogiek en HBO Communicatie.

Middelbare school: Van Lodenstein, Barneveld.

Naam: Martijn Kroon

Functie: Docent, Vertrouwenspersoon en Zorg coördinator

Opleiding: Klinisch psycholoog, Docentenopleiding Bewegingsonderwijs, Godsdienst en de Master SEN (Special Educational Needs)

Middelbare school: 't Marnix college

Naam: Suzan Bokdam

Functie: Zorgcoördinator (4 jaar) en Interne begeleider (+- 13 jaar)

Opleiding: HBO Speciaal Onderwijs (post HBO)

Middelbare school: Het Streek; locatie Bovenbuurtweg te Ede

Naam: Adryan Nijland

Functie: Docent en vertrouwenspersoon (4 jaar)

Opleiding: HBO GPW en GL

Bijlage 2 Werkwijze en definities labels

Nadat de interviews afgenomen waren, zijn alle gesprekken gedocumenteerd. Voor een expliciet overzicht van deze documenten verwijzen we naar het bijgeleverde bronnenboek. Ook zijn deze bijlagen te vinden op de bijgeleverde Cd-Rom.

Nadat alle uitgewerkte interviews zijn doorgenomen zijn de niet-relevante teksten doorgestreept. Vervolgens is de tekst opgedeeld in fragmenten. Ieder fragment is gekoppeld aan een topic. Het eerste nummer van het fragment staat voor het nummer van het interview.

Elk fragment is daarna voorzien van een label. Het label geeft de kern van het fragment, in zo weinig mogelijk woorden weer.

Na dit labelproces zijn alle labels verzameld in het kernthema schema, zoals ook wordt weergegeven op pagina 333 van *het basisboek, kwalitatief onderzoek* van Baarda en de Goede.

In het kernthemaschema zijn alle labels met dezelfde topic in aparte vakjes geplaatst. Vervolgens zijn er thema's aan gekoppeld die daarna zijn onderverdeeld in Kernthema's. Dit maakt dat de labels met verschillende thema's onderverdeeld zijn onder een kernthema.

Met behulp van deze Analyse (interview resultaten) konden we het uiteindelijke antwoord beschrijven in de hoofdstukken twee en drie van die onderzoeksverslag.

In de hoofdstukken hebben we uiteindelijk de volgende Kernthema's gebruikt waarvan we ook de definitie omschrijven, zoals wij die hanteren :

- 'Positieve punten' : Hieronder verstaan we de punten uit de oudercursus die ouders benoemen als positief en als waardevol ervaren uit de cursus.
- 'Verbeterpunten, wensen en behoeften' : Hiermee willen we de mening van ouders beschrijven als het gaat om punten die volgens ouders verbeterd kunnen worden in de oudercursus. En het gaat hier over de punten die ouders aangeven, die ze graag terug willen zien in de oudercursus.
- 'Hulpverleners (Cursusleiders)' : De hulpverleners zijn hier de cursusleiders van de oudercursus *Beter omgaan met pubers*.
- 'Actuele ontwikkelingen' : Hiermee worden actuele ontwikkelingen in de samenleving bedoeld, maar ook ontwikkelingen op het gebied van kennis over het gedrag van pubers.
- 'Vormgeving' : Hiermee doelen we op de vormgeving van de actuele aanvulling op de oudercursus.
- 'Zorgaanbod scholen' : Hiermee wordt het zorgaanbod bedoeld wat scholen aanbieden aan leerlingen (pubers) met zorgvragen.
- 'thema's' : Dit zijn thema's die te maken hebben met pubers, opvoeding en actualiteit.

Bijlage 3 Labelsysteem

Bijlage kernthemaschema interviews hulpverleners

Definitie beschrijving kernthema's

- Uitwerking cursus: hieronder valt alles wat te maken heeft met de huidige uitwerking en uitvoering van de oudercursus
- Visie hulpverleners: alle labels hebben te maken met de mening, ervaring en adviezen van de hulpverleners
- Ouders: dit kernthema omvat alle reacties die ouders hebben gegeven die deelnamen aan de oudercursus.
- Thema's : dit zijn thema's die niet naar voren komen in de huidige cursus, waar ouders wel vraag naar hebben.

Label	Thema	Kernthema
-8-10 ouders 1.1.1 (2) ->moeders dan vaders 1.1.1 (2) -3 echtparen 1.1.1 (2) - Laatste x één stel. Wel eens vijf stellen. X.4.(1) -Moeders nemen vaak initiatief en komen. X.4.(1) Voornamelijk alleen moeders. Laatste x twee vaders (echtparen). x.2.1 - Max. 15 deelnemers. Laatste keer +- 4 echtparen. De rest moeders. X.3.b (5) -10-11 deelnemers. x.2.1 -Echtparen niet altijd haalbaar X.4.(1) - Cursus niet Veenendaal breed. Specifiek gericht op ouders van basisscholen waar WV werkzaam is. X.5 (1) -Vaak gescheiden O. Laag inkomen, met problematiek in opvoeding. X.5 (1) -O. van kinderen van 12 jaar zitten hier preventief 2.3.1(19) -O. van kinderen van 16 jaar hebben sommigen vaak al moeilijkheden 2.3.1(19) - In Arnhem is opkomst hoog. Altijd een wachtlijst. Cursus twee x per jaar gegeven. X3 (3) - Hoge opkomst door werving binnen scholen, schoolkranten en digitaal X3a (4)	Opkomst, samenstelling deelnemers	Uitwerking cursus
-Zeven bijeenkomsten. één keuzebijeenkomst. X.2 -H. weet dat vanuit de CJG's tegenwoordig drie bijeenkomsten geven worden. Het wordt sterk beclusterd.X.3.c (35) -Cursus bekort naar vijf bijeenkomsten. M hv: Meer dan vijf bijeenkomsten teveel voor ouders. 3.1.2 (34) - Veel informatie moeilijk voor o. met niet-westerse achtergrond. 5.3 (3) - Twee groepen zijn zeker vier, vijf jaar doorgegaan met samenkomen 4.3 (10)	Opbouw cursus	
-O met pubers aanwezig op thema avond 'pubers en omgaan met geld' 2.3 (1)	Invulling keuzebijeenkomst	

-BAC heeft programma gemaakt. 2.3(1) -Invulling thema-avond door Iriszorg. Internet en sociale media. 2.3 (1) -Avond met GGD 'seksualiteit en puberteit'. 2.3(1) -Groep besluit thema. H. regelt gastspreker. 2.3(1) -7e bijeenkomst, elke o. is aanwezig. 4.3 (10)		
-Invulling hv: aandacht geven vragen O. 1.1.2 (17) -Thema's in bijlagen BOMP ter info om mee te geven. 1.1.2 (17) -Thema's geen vulling in training BOMP 1.1.2 (17) -Positieve benadering H. 1.1 (30) -Ouders laten redeneren/Reflecteren 1.1 (30) -Inspelen vraag O met eigen bagage 1.1.2 (7) -& deel opdrachten cursus gebruikt/aangepast 1.1.2 (7) -Vertaalslag maken voorbereiding H. 1.1.2 (4) - Bijeenkomst 1 gekoppeld over het Puberbrein. 2.1.2 (3) - H. geeft informatie met verhalen en filmpjes. 2.1.2 (3) -Werkvorm: verhaal voorlezen en ouders reactie op laten schrijven. Prikkel nadelen eigen handelen.2.1.2 (10) -Vorm: rollenspel, of verhaal. Aansluiten op leerstijlen ouders.2.1.2 (10) -Vorm: kinderspel warm/koud oefening. 2.1.2 (10) Eerst negatief bekrachtigen tijdens zoektocht O. 2.1.2 (10). Daarna positief bekrachtigen tijdens zoektocht O. 2.1.2 (10) - H. gaat filmpjes als huiswerk meegeven 2.1.2/2.2b(15) -Vragen meegeven bij het huiswerk om O. te prikkelen in zijn/haar handelen.2.1.2/2.2b (15) -H. zelf bedacht: zevende bijeenkomst afschaffen. 2.2 (17) -Keuzebijeenkomst in andere vorm. 2.2 (17): Samenwerken met CJG. CJG maakt jaarplanning met drie thema-avonden. H. zorgt voor ouders vanuit cursus maar is ook openbaar voor andere ouders door de jaarplanning & krant. Andere hv'ers ook promoten. Grotere opkomst 2.2 (17) -Inspelen op voorlichting ter preventie en tips in omgaan met mogelijk lastig gedrag 2.3.1(19) -Taal, oefeningen en werkvorm aangepast3.1.2(8) -Twee bijeenkomsten gebundeld.3.1.2 (8) -Presentatie over het actuele item 'puberbrein' verwerkt. 3.1.2 (8) -Werkvorm: gedichten gebruikt ter illustratie. 3.1.2 (8) -Hv probeert filmpjes te halen van youtube. 3.1.2 (10) -Hv houdt zich aan de thema's. 5.1.2 (2) -H. maakt informatie echt concreet met voorbeelden die aansluiten.5.1.2 (4) -Hv. Doet groeps oefeningen plenair. 5.1.3 & 1.2 (5) -Hv speelt o. O. speelt puber	Invulling hulpverleners huidige cursus	

(voorbeeld luisteroefening met reactie moeder)5.1.3 & 1.2 (5) -Hv noemt voorbeelden die in levensstijl past van o. 5.1.2 (7) -Voorbeelden aandragen eigen opvoed-Ervaringen.5.1.2 (7) -Hv. Toont geen oordeel maar begrip en oplossings Gerichte vragen.5.2 (9) -Hv gaat erg met o. in gesprek. Positief effect. 5.1.2 (24) -Hv. Volgt heel erg het programma. 4.1.2a(5) - Hv schrijft thema's op die spelen voor volgende keer 4.1.2a(5) - Hv. Speelt op groep in. 4.1.2a (5) - Hv gebruikt één stukje uit de video.(opvoeding Stijlen) 4.1.2&3 (7)		
-Statisch+Schools +Laagdrempelig+ Kinderachtig 1.1.3 (3) - Té kleine stapjes Voor niveau O. 1.1.3 (5) -Teveel voorkauwen 1.1.3a (6) -O genoeg bagage 1.1.3a (6) -Spelopdrachten + manier presenteren Te schools 1.1.3 (12) - Nu aangevraagd thema kort behandeld 1.1.3 (16) -Cursus sluit niet meer aan bij niveau o. die komen. 3.1.3 (7) -Weinig allochtone ouders 3.1.3 (7) -Huidige beeldmateriaal cursus 'vreselijk gedateerd' 3.1.3 (11) -Hv geneert zich als beeld vertoond wordt. 3.1.3 (11) Actuele filmfragmenten zoeken kost tijd.3.1.2 (12) -Huidige filmpjes zijn met allochtone mensen wat niet aansluit. 3.1.3a (14) Bv. Richtlijn geven voor compliment. Beetje infantiel in taalgebruik. 3.1.3 (20) -Problematiek nu veelal met internet problemen, pestproblemen via de media. Sluit cursus niet op aan. 5.1.3a (11) - Voorlichting Alcohol en drugs schiet tekort. 5.2.a&1.3(16) - Video wordt verder niet gebruikt wegens ouderwetsheid 4.1.2&3(7)	Visie hv: Negatieve punten huidige cursus	Visie hulpverlener
-Sterk: O lotgenoten1.1.3 (8) -Contact/herkenning 1.1.3 (8) -Gesprek maakt avond geslaagd 1.1.3 (8) -Gevolg opdrachten: leuke gesprekken 1.1.3 (18) -Herkenning bij O. onderling 1.1.3 (18) -Thuisopdracht actief oefenen in training 1.1.3.a1 (19) -Het geoefende thuis uitvoeren 1.1.3.a1 (19) -Ouders overleggen en herzien hun mening. 1.3.4 (31) -Helpend O. 'ik ben niet de enige'	Visie hv: Positieve punten huidige cursus	

(Moeilijk met puber voelt als falen.) 2.3.3 (7) -O. voelen opluchting in zo'n groep door openheid.2.3.3 (7) -Werkt steunend om erover te praten. Ondanks verschillende geloofsrichtingen2.3.3 (7) -Openheid O. & Vertrouwen in groep aanwezig.3.1 (1) Ouders vinden herkenning bij elkaar. 3.3.4 (2) -Huidige thema's heel belangrijk.2.1.3 (8) -Huiswerkopdracht+. Interactieve opdrachten + 3.1.3 (16) -Cursus niet alleen voorkennisoverdracht3.1.3 (16) - + niet star alles hoeven volgen. Wel structuur.3.1.3 (16) -Geleerde komt in praktijk door huiswerk Opdrachten.3.1.3.a (17) -Opdrachten geeft kanteling in gedachten en gedrag van O. (proces gestart). 3.1.3.a (17) -O. leren naar zichzelf kijken. Gevoel van invloed. 3.1.3.a (17) -+ leuke groeps oefeningen.5.1.3 & 1.2 (5) -+Cursus geeft goede lijn om te volgen. 5.1.3 (6) -+Thema's in bijeenkomsten goed uitgewerkt. Luisteren, praten en overleggen goed gesplitst.5.1.3 (6) Grote mond, niet op tijd zijn: zijn tijdloos. Deze standaard dingen zijn wel verwerkt. 5.1.3b (12) -+ Seksuele opvoeding in de cursus gebruik ik veel in voorlichting. 5.1.3.(19) - M.Hv:Opbouw cursus goed in elkaar. 4.1.3(2) -+ ruimte maken voor eigen ervaringen o. door thuisopdrachten.4.1.3 (6) -O. Ervaringen delen en ter plekke oefenen.4.1.3 (6) -+ delen van ervaringen. Herkenning in de groeps gesprekken. 4.3.2(12) - M hv.: opvoedingsstijlen in huidige cursus erg waardevol. 4.1.3(18)		

-Opdrachten aansluiten op taalniveau 1.2 (20) -Eigentijdserie voorbeelden/Vormgeving 1.2 (20) -Opdracht digitaal d.m.v. filmpje 1.2 (20) -Voorlichten op eigentijdse manier. Prezi bijv. 1.2 (20) - Levendiger presenteren 1.2.a (21) - Straalt deskundigheid uit 1.2.b.(23) - Actuele informatie zelf aanvullen over drugs 1.2 (27) -Thema Puberbrein Verwerken in een avond 1.2 (33) -ontwikkeling pubers, Niet altijd bekend bij ouders 1.2 (33) -Begrip over puberbrein geeft meer opvoedvaardigheid 1.2.a.(34) -Thema bijeenkomsten toegankelijk, zinvol voor iedereen. Opstapje voor algemene cursus 1.2(38) - Algemene avonden losstaand van thema bijeenkomsten. 1.2(38) - Tip H: groepsopdrachten speels/aansprekend/ Minder schools/ up-daten/interactiever 1.2 (9) - Tip H: Interactie verbeteren. leuker met meer filmpjes. 1.2a (10) -H: idee cursus korter maken of Behoeftedeelnemende ouders inventariseren 1.2 (13) -Idee H: algemeen gedeelte en thema gedeelte per avond o.i.d. 1.2 (13) -Inschrijf/instroom-mogelijkheid O. 1.2 (13) - H: avond over vragen/thema O wijden 1.2 (15) -Valt meer aan te bieden over thema. 1.3.b.(26) -Ouders moeten coachend vragen leren stellen. 2.2(9) -‘Ijzer smeden als het koud’ is bij pubers. 2.2(9) -Eerst eigen woede/frustratie laten zakken. Het erna pas over hebben. 2.2(9) -O. in consumeer-stand bij 20 min. Powerpoint presentatie. Niet te lang maken. 2.2(13) -Powerpoint/beeld gebruiken voor het geven van informatie. 2.1.3 (12) -Men houdt plaatje vast als herinnering. 2.1.3 (12) -Filmpjes met voorbeeldgesprekken over thema’s gebruiken (van mooie sites.) 2.2a/2.1.2(14) - Website voor filmpjes. 1= Sense. Ander stuur Loes toe. X2 -O. leren andere manier van vragen stellen en hoe ze over een onderwerp kunnen praten. 2.2a/2.1.2(14) -Eigentijdser maken met filmpjes.3.1.2 (12) -Belangrijk dat ouders herkenning vinden in beeldmateriaal 3.1.3 (13) -Afwisseling in praten en beeldmateriaal 3.2 (15) -Inspelen op verschillende leerstijlen.3.1.3 (16) -H. wil theorie over puberbrein in de cursus 3.2 (19) -H. wil achtergrondinfo over puberbrein voor cursusleider 3.2 (19)	Tips & Adviezen hulpverleners	
--	--	--

-Professionele, aanvullende/ actuele artikelen meegeven aan o.3.2 (19) -H. wil aanvulling digitaal. 3.2 (19) -Thema Social media in de aanvulling. H. echt belangrijk 3.2 (21) -Digitale verkeer is verweven in ieders leven.3.2 (23) -M. hv: Alle opvoedthema's in cursus toe te passen voor virtuele wereld. 3.2 (23) -Huiswerkopdrachten richten Op Social Media. 3.2 (23) -Thema pesten. Digitaal pesten. O. belangrijke rol hierin activeren.3.2.a(24) -M hv: neem stelling als ouder (digitaal gebruik).3.2.a (24) -M Hv:Vraag er actief naar als ouder.(digitaal gebruik) Blijf in verbinding. 3.2.a(24) - Belang positief opvoeden - staan met wat je vindt. 3.2 (28) - Je hoeft niet altijd lief en aardig gevonden te worden als O. 3.2 (28) -Erkenning, herkenning & relativeren in groep. 3.1(29) -Empowerment O. :Nee zeggen mag. 3.2 (30) -Thema's veelal aansluitend. Maar het is toe aan vernieuwing. Vooral de DVD.. 5.1.3 (10) -Nieuwe DVD. 5.2 (13) - Voorbeelden aansluiten op wereld jongeren. 5.2 (13) -O. weten weinig van belevingswereld waar j. in zitten. 5.1&3 (14) - Voorbeelden verwerken van belevingswereld j. 5.2 (15) - Thema A&D mag meer up to date met actuele middelen. 5.2.a&1.3 (16) -Aansluiten op belevingswereld 5.2 (17) - Werken met aansluitende voorbeelden 5.2 (17) - Thema 'pubers en school' mag criminaliteit aan toegevoegd worden (misstapjes in puberteit)5.1.3.a (20) - O. neigen oordelend te zijn. Leer praten met je puber. 5.1.2 (22) - Beeld geeft verduidelijking opvoedingsstijl. 4.1.2&3 (7) - Elementen van het Oplossings Gericht werken sluit aan bij de kanteling in actueel hulpverleningsland.4.2 (8) -Groepsopdrachten actualiseren. 4.2.a (9) -Prezi/powerpoint gebruiken. Beeld gebruik ter ondersteuning. 4.2.a (9) - Kunde van o. benadrukken en niet betweterig zijn als hv. .4.3.2(12) - O. ondersteuning geven in communicatievaardigheden binnen oplossingsgericht werken. 4.2(17) O. neutraal en positief uitgangspunt aanleren: 'ok, dit hoort bij de ontwikkelingsfase, daar moet ie doorheen en wat kan ik doen om hem daar zo goed mogelijk door heen te helpen?' 4.2(17)		
-Invulling hv: aandacht geven vragen O. 1.1.2 (17) -Thema's in bijlagen BOMP ter info om mee te geven. 1.1.2 (17) -Thema's geen vulling in training BOMP 1.1.2 (17) -Positieve benadering H. 1.1 (30) -Ouders laten redeneren/Reflecteren 1.1 (30) -Inspelen vraag O met eigen bagage 1.1.2 (7)	Visie HV over wat aansluit bij ouders	

-& deel opdrachten cursus gebruikt/aangepast 1.1.2 (7) -Vertaalslag maken voorbereiding H. 1.1.2 (4) - Bijeenkomst 1 gekoppeld over het Puberbrein. 2.1.2 (3) - H. geeft informatie met verhalen en filmpjes. 2.1.2 (3) -Werkvorm: verhaal voorlezen en ouders reactie op laten schrijven. Prikkel nadenken eigen handelen.2.1.2 (10) -Vorm: rollenspel, of verhaal. Aansluiten op leerstijlen ouders.2.1.2 (10) -Vorm: kinderspel warm/koud oefening. 2.1.2 (10) Eerst negatief bekrachtigen tijdens zoektocht O. 2.1.2 (10). Daarna positief bekrachtigen tijdens zoektocht O. 2.1.2 (10) - H. gaat filmpjes als huiswerk meegeven 2.1.2/2.2b(15) -Vragen meegeven bij het huiswerk om O. te prikkelen in zijn/haar handelen.2.1.2/2.2b (15) -H. zelf bedacht: zevende bijeenkomst afschaffen. 2.2 (17) -Keuzebijeenkomst in andere vorm. 2.2 (17): Samenwerken met CJG. CJG maakt jaarplanning met drie thema-avonden. H. zorgt voor ouders vanuit cursus maar is ook openbaar voor andere ouders door de jaarplanning & krant. Andere hv'ers ook promoten. Grotere opkomst 2.2 (17) -Inspelen op voorlichting ter preventie en tips in omgaan met mogelijk lastig gedrag 2.3.1(19) -Taal, oefeningen en werkvorm aangepast3.1.2(8) -Twee bijeenkomsten gebundeld.3.1.2 (8) -Presentatie over het actuele item 'puberbrein' verwerkt. 3.1.2 (8) -Werkvorm: gedichten gebruikt ter illustratie. 3.1.2 (8) -Hv probeert filmpjes te halen van youtube. 3.1.2 (10) -Hv houdt zich aan de thema's. 5.1.2 (2) -H. maakt informatie echt concreet met voorbeelden die aansluiten.5.1.2 (4) -Hv. Doet groeps oefeningen plenair. 5.1.3 & 1.2 (5) -Hv speelt o. O. speelt puber (voorbeeld luisteroefening met reactie moeder)5.1.3 & 1.2 (5) -Hv noemt voorbeelden die in levensstijl past van o. 5.1.2 (7) -Voorbeelden aandragen eigen opvoed- Ervaringen.5.1.2 (7) -Hv. Toont geen oordeel maar begrip en oplossings Gerichte vragen.5.2 (9) -Hv gaat erg met o. in gesprek. Positief effect. 5.1.2 (24) -Hv. Volgt heel erg het programma. 4.1.2a(5) - Hv schrijft thema's op die spelen voor volgende keer 4.1.2a(5) - Hv. Speelt op groep in. 4.1.2a		
--	--	--

(5) - Hv gebruikt één stukje uit de video.(opvoeding Stijlen) 4.1.2&3 (7)		
- O hielden vragen 1.3 (14) -O. willen het gezellig hebben thuis 1.3.1(35) -O. vertellen moeiten en incidenten thuis. 3.3.4 (6) -O. zeggen niets over het niveau. 3.3 (31) -Kind moeilijk te motiveren huiswerk. Hoe doe ik dat? 3.3.1a(33) -Kind huiswerk, facebook, whats app. 3.3.1a(33) -O. kunnen niet meer helpen met huiswerk wegens gebrek kennis. 3.3.1a(33) - O. vinden loslaten moeilijk bij hun puber. 5.3 (23) O. vinden rollenspel 'onecht'/lastig. 4.3(3)	Geluiden/wensen ouders tijdens algemene cursus	Ouders
-Positief: Contact ouders. Herkenning. Relativeren 1.3.4 (29) -Warm/koud Oefening hakt erin bij ouders. 2.3.2 (11) -O. zijn actief bezig in het positief benaderen van kind. 2.3.2 (11) -O. geven aan het belangrijk te vinden om bewust te worden hoe belangrijk positief benaderen is. 2.3.1a (20) -O. geven aan: van anderen leer ik heel veel 2.3.1a (20) -+ Ervaringen uitwisselen. Interactieve vorm 3.3 (31) -Reactie O. 'goh, jij bent een professional en zelfs voor jou is het moeilijk. Niet alleen moeilijk voor niet-professionals'. 5.3 (8) - Mailtje moeder met haar bewustwording. 'als mijn kind zegt ik haat je. Dan weet k dat hij me niet echt haat' eyopener. 5.3.2(21) - O. beoordelen het meer met een 8, 9 dan een 7. 4.3 (10) - Twee groepen zijn zeker vier, vijf jaar doorgegaan met samenkomen 4.3 (10)	Positieve reacties ouders	
-O. vinden beeldmateriaal oudbollig 3.3 (31) - O: Statisch en verouderd. 1.3a (25) -Irritatie O huidig powerpoint. 1.3 (11) -Beeldmateriaal wekt hilariteit op. 3.1.3 (11)	Negatieve reacties ouders	
- Videofragment ter Illustratie verhaal H 1.3 (11) -Wens o.: Kan speelser. 1.3 (28) -Behoeft naar informatie en ervaringen delen. 1.3.1.a(36) -Praten over de praktijk met elkaar. 2.3.1a (20) - O. willen dieper ingaan op thema's. 1.3.b.(26) -Hoe begeleid ik mijn kind. Wat betekent het voor een kind, echtscheiding. 3.3.1 (25) -Tip O. beeldmateriaal mag meer up to date. 3.3 (31) -Wens O. genotmiddelen bijeenkomst. 3.3.1 (32) Wens O. handvatten, voorlichting	Wensen en behoeften van ouders	

internetopvoeding/S.M3.3.1 (32) -O. veel vragen/zorgen Huiswerk.in top 3. 3.3.1a(33) -Behoeft o. thema Crimineel gedrag van kinderen. 5.3.1 (18) -Hoe signaleren ouders dit & wat kunnen ze ermee doen. 5.3.1 (18)		
-Thema's o. :Later thuiskomen, telefoon en omgaan met geld (Ineke) - Thema Puberbrein Verwerken in een avond 1.2 (33) -Puberbrein veel in het nieuws. 2.2 (2) - Puberbrein in de actualiteit. 2.1.2.a.(4) - O. krijgen vragen over puberbrein. Soms door opmerking 'ja dat komt omdat die kwab hiervoor nog niet ontwikkeld is bij mij mam.' 2.3 (5) -Wat bij ouders van pubers leeft: omgaan met seksualiteit, sociale media, omgaan met drugs en alcohol, omgaan met geld.2.3 (18) -En Omgaan met internet en media 2.3 (18) -O. angst voor internetgevaren als loverboy verleidingen. 2.3 (18) -Thema's : Gamen en het omgaan met sociale media. Gesprekken met kinderen seksualiteit, omgaan met geld, omgaan met alcohol en drugs.2.2(21) -O. hebben vragen over internetgebruik (Social Media) 3.3 (22) -H. wil theorie over puberbrein in de cursus 3.2 (19) -Thema Social media in de aanvulling. H. echt belangrijk 3.2 (21) -Thema pesten. Digitaal pesten. O. belangrijke rol hierin activeren.3.2.a(24) -O. worstelen met thema echtscheiding. 3.3.1 (25) -O. hebben echt zorgen over blowen. Bang voor het verkeerde pad. Bang voor verlies contact. 3.3.1 (26) -O. veel vragen/zorgen Huiswerk.in top 3. 3.3.1a(33) -Druk op jongeren door keuze maatschappij. 5.2 (13) -Behoeft o. thema Crimineel gedrag van kinderen. 5.3.1 (18) -Hoe signaleren ouders dit & wat kunnen ze ermee doen. 5.3.1 (18) -Voorlichting Alcohol en drugs schiet tekort. 5.2.a&1.3(16) -Thema A&D mag meer up to date met actuele middelen. 5.2.a&1.3 (16) -O. geen know-how van Internet en Facebook jongeren5.1&3 (14) -Thema: ontwikkeling van pubers 'puberbrein' 4.3.1(13) -Thema Seksualiteit.4.3.1(15) -O. lastig om met puber over seksualiteit te praten. 4.3(16)	Thema's gehoord /genoemd door HV	Thema's

Definitiebeschrijving kernthema's :

- | Label | Thema | Kernthema |
|---|-------------------------------|-------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> - Rol school in volwassenwording puber 6.X.1 (1) - Schoolmaatschappelijk werk 6.1.3. (3) - School wijst ouders op het CJG 6.1.3. (3) - School probeert oplossing op maat te bedenken 6.1.3. (3) - Er wordt veel gebruik gemaakt van de cursus sociale vaardigheid op school 6.1.4. (2) - School heeft remedial teaching, SOVA training, faalangsttraining en dyslexiebegeleiding 7.1.3. (1) - School heeft vak 'Mediawijsheid' met o.a. Cyberpesten als onderwerp. 9.X.3. (3) - Docenten en mentoren kunnen veel signaleren bij kind 9.X.2. (2) - Goede samenwerking tussen school en CJG 8.X.1 (1) - School is een goede plek om ouders te bereiken: samenwerking CJG en school is daarom een win-winsituatie 8.X.3. (3) - School heeft trainingen zoals remedial BO, faalangsttraining, SOVA training. 8.1.2. (1) - Wanneer problematiek buiten school ligt en niet gerelateerd is, moeten ouders zelf hulp zoeken. 8.1.3. (1) | Aanbod school (1) | 1. zorgaanbod scholen |
| <ul style="list-style-type: none"> - Puberteit periode van onbalans 6.X.2 (2) - Nuanceverschil per middelbare school wat betreft thema's, verder komen thema's overeen 6.X.3. (3) - Thema's vergelijkbaar met andere scholen, wel nuanceverschillen in normen. 7.X.3. (3) - Onderzoek naar wat mediagebruik met hersenen pubers doet, neemt toe 7.X.1 (1) - Puberteit is vervroegd, overgangsleeftijd in groep 6 naar groep 7. 7.1.4. (6) - 'Oude hantering van de oudercursus leeftijdsnorm puberteit 12 t/m 16 is ouderwets.' 7.X.4 - 'Pubers zijn heerlijk kritisch. Heel naturel. Ze prikken door nep heen.' 8.X.8. (8) | Uitspraken over puberteit (2) | 2. Ervaring en visie ZC |
| <ul style="list-style-type: none"> - ZC brengt kennis in een gevarieerd team 6.1.2 (1) - Zorgvraagformulier bevat toestemmingsformulier 6.1.2 (3) - Als teamleider of mentor er niet uit komen, gaat de zorgvraag van LL naar t ZAT. 7.1.3 (2) - Voor het ZAT moet het een school gerelateerd probleem zijn. 7.1.2. (1) | Taken zorg coördinator (1) | |

- Zorgvragen komen binnen via mentor 7.1.2. (2) - Het ZAT bestaat uit een breed team met verschillende disciplines 7.1.2. (3) - Positie en takenpakket ZC is per school verschillend 8.1.1. (1) - Zorgvragen komen binnen via zorgvraagformulier 8.1.2. (2)		
- Leerlingen met extra zorg worden besproken 6.1.2 (1) - Zorgvraagformulier en dossier LL wordt gemaakt om vervolgens te kijken naar wat LL nodig heeft 6.1.2. (2) - LL naar onderwijsservicebureau 6.1.3. (1) - Indien nodig andere school 6.1.3. (2) - School heeft informatie over LL bijvoorbeeld over faalangst 6.1.3. (3) - Contact met basisschool bij LL met indicatie 6.1.3. (3) - School wil duidelijk beeld krijgen van LL bij binnenkomst 9.1.2. (1) - Indien er een zorgvraag ligt, gaat school in gesprek met ouders. 9.1.3. (1) - School probeert kind op goede niveau/plek te krijgen tbv het welzijn van kind 9.X.1. (1) - Tolerantie van school is toegenomen 7.X.2. (2) - Mentor is eerste aanspreekpunt voor LL op school 8.1.2. (3) - Onderwijs en zorg/HV tegenwoordig meer met elkaar verbonden 8.X.5 (5) - ZAT: Er kunnen eerder linken worden gelegd, Bijv: 'op school is LL lastig, politie kent het gezin als probleemgezin'. 8.1.3. (2) - School meer verbinding met jeugdzorg (Rouvoet) 8.X.6. (6)	Zorg voor leerlingen door school(1)	
- Er wordt toestemming aan ouders gevraagd 6.1.2 (3) - School wil het samen met ouders doen 6.1.2 (3) - Sommige ouders herkennen in hun kind eigen puberteit 6.2.1.(2) - Ouders komen soms voor kind op en gaan tegen gezag van school in. 7.2.1. (2) - Opvoedingsstijl kan op gespannen voet staan regels die op school gehanteerd worden 7.2.1. (3) - Dynamische driehoek belangrijk; ouder, school en kind. 8.X.2.(2) - Mening ZC: 'Ouders zouden moeten kunnen deelnemen aan het ZAT' 8.1.3. (4)	Ouders betrokken bij school (1)	
- LL vinden moeilijk aansluiting bij andere LL 6.1.4. (1) - LL zijn niet handig in aansluiting vinden bij andere LL 6.1.4. (1) - Door puberteit gevoel van ongemak onzekerheid en daardoor terugtrekken 6.1.4. (1) - Puber slaapt kort door sociale media 6.1.4. (4) - Puber basisbehoefte te weten 'ben ik oké?' 6.1.4. (5) - School heeft veel te maken met autisme-gerelateerde problematiek 7.1.4. (1) - Pubers overmatig computergebruik 7.1.4. (1) - Door overmatig mediagebruik door puber, weinig concentratie op school 7.1.4. (2) - Mentale vermogen neemt af 7.1.4. (2) - Op middelbare school neemt mediagebruik toe 7.1.4. (2) - Games en interactie met elkaar via social media is intensief	Gesignaleerde thema's (3)	3. Thema's

7.1.4. (2)

- Structuur in hersenen veranderd 7.1.4. (2)
- Frustratietolerantie, vermogen tot concentreren wordt minder bij puber door mediagebruik 7.1.4.(2)
- Drankgebruik is voor deel jongeren vanzelfsprekend 7.1.4. (3)
- Er wordt door pubers thuis gedronken en onderling met elkaar. 7.1.4. (3)
- LL heeft grote mond en is brutaal tegen leraar 7.1.4. (4)
- Bij een groep horen is belangrijk voor LL 7.1.4. (5)
- Normen in een groep belangrijker dan objectieve werkelijkheid daarbuiten 7.1.4. (5)
- Faalangst zie je veel bij LL 9.1.4. (1)
- Niet voldoen aan prestatiedruk kan leiden tot depressiviteit bij LL. 9.1.4. (2)
- Depressiviteit komt voor onder jongeren 9.1.4. (3)
- Kinderen zitten soms tot diep in de nacht achter de pc. Bijv. gamen. 9.1.4. (4)
- Gameverslaving 9.1.4. (4)
- Veel tijd kwijt met social media; chat, Facebook. 9.1.4. (4)
- Pesten via internet. 'Een onzichtbare wereld'. 9.1.4. (5)
- Jongeren zien impact digitaal pesten niet, omdat het niet face to face gebeurt. 9.1.4. (5)
- Cyber (digitaal) pesten komt veel voor 9.1.4. (6)
- Automutilatie om stress kwijt te kunnen en geestelijke pijn te verlichten. 9.1.4. (7)
- Suïcidaliteit onder jongeren 9.1.4. (7)
- Tegenwoordig moet je op scholen veel meer samenwerken; voor sommige kinderen lastig. 8.X.4 (4)
- Echtscheidings-problematiek 8.1.4. (1)
- Gedragsstoornissen; bijv. ADHD, en dyslexie 8.1.4. (1)
- Mentor signaleert dat kind verdrietig is of opstandig door echtscheidings-problematiek 8.1.4. (1)
- Faalangst komt veel voor onder pubers 8.1.4. (1)
- Sociale vaardigheden LL; problemen in sociale omgang met andere LL 8.1.4. (2)
- Echtscheidingsproblematiek 10.1.4 (1)
- Overlijden; rouwverwerking 10.1.4 (1)
- Depressiviteit komt veel voor 10.1.4 (1)
- Verliefdheid op docent 10.1.4 (1)
- Depressiviteit of depressieve gevoelens? 10.1.4 (1)
- Depri: Negatief denken 10.1.4 (1)
- Depri: Minder goed voor zichzelf zorgen 10.1.4 (1)
- Depri: Slecht slapen 10.1.4 (1)
- Depri: Piekeren 10.1.4 (1)
- Identiteitsvragen 10.1.4 (1)
- Identiteitsvragen; geaardheid. 10.1.4 (1)
- Eigen gevoelens ontdekken 10.1.4 (1)
- Gepest op basisschool, last ervan op middelbare school doordat druk hoger wordt. 10.1.4 (1)
- Druk hoger op middelbare school, pubert valt zichzelf tegen. 10.1.4 (1)
- Irreële gedachten van pubers 10.1.4 (1)
- Pesten via social media 10.1.4 (1)
- Buitensluiting via social media 10.1.4 (1)
- Ontvrienden is een begrip 10.1.4 (1)
- Jongeren zijn tegencultuur 10.1.4 (1)

- Contact van P met ouders onder druk 6.2.1. (1) - LL thuis niet gezellig 6.1.4. (1) - Puber gevoel dat ouders hen niet begrijpen. 6.1.4 (3) - Dig. Pesten: Pubers maken dit soms moeilijk bespreekbaar vanwege schaamte of angst dat het erger wordt. 9.1.4. (7) - Kinderen moeite met prestatiedruk; soms opgelegd door ouders; 'atheneum beter dan havo'. 8.2.1. (2)	Puber in omgang met o. (3)	4. Ouders
- Onzekerheid bij ouders vanwege gedragsverandering kind 6.2.1 (6) - Als ouders puber niet begrijpen kan dit voor strijd in gezin zorgen. 6.2.1 (3) - Ouders willen vriend zijn, puber wil grenzen. 6.2.1. (4) - Sociale media voor ouders niet bij te houden 6.2.1. (5) - Het is niet makkelijk voor ouders om toe te geven dat opvoeden lastig is of dat je onzeker bent 6.2.1. (6) - Ouders vinden het lastig om hun kwetsbaarheid te bespreken 6.2.1. (6) - Ouders zijn huiverig voor contact BJZ 6.2.1. (6) - Ouders vragen zich af of ze het wel goed doen 6.2.1. (7) - Ouders hebben snel oordeel over dingen 6.2.1. (8) - Ouders hebben weinig zicht op wat kind doet, doordat kind PC op kamer heeft. 7.2.1. (1) - Ouders vinden het moeilijk informatie van puber af te wegen: moeten ze school of puber geloven? 7.2.1. (2) - Opvoedings-verlegenheid: ouders vinden grenzen stellen moeilijk 7.2.1. (2) - Ouders reageren soms emotioneel op het kind, terwijl objectief reageren nodig is. 7.2.1. (2) - Ouders denken soms: kinderen moeten een succes zijn en goed presteren. 7.2.1. (2) - Ouders hebben hoge verwachtingen van het kind 7.2.1. (2) - Gezag ouder is niet meer vanzelfsprekend 7.2.1. (2) - Ouders vinden kind begrenzen moeilijk; het hanteren van regels en eraan vasthouden 7.2.1. (3) - Onwetendheid bij ouders over waar het kind is en wat het doet in combinatie met handelings-verlegenheid 7.2.1. (4) - Ouders maken zich zorgen om seksuele ontwikkeling kind; 'op welke sites zit mijn kind en is hij al seksueel actief?' 7.2.1. (5) - Ouders weten niet hoe ze met kind moeten praten over seksualiteit 7.2.1. (5) - Ouders spreken niet zelfde taal als puber, weten veel afkortingen niet (FB, YOLO) 9.2.1. (2) - Dig. Pesten: Ouders vinden het moeilijk dat hun kind dat doet. 9.2.1. (3) - Ouders hebben hoge verwachtingen van kind 9.2.1. (1) - 'Gesprek over de heg is weg'; ouders missen contact onderling 8.2.1. (1) - Opvoedings-verlegenheid bij ouders; ouders durven moeilijk grenzen te stellen 8.2.1. (3) - Opvoedings-verlegenheid: Voor gescheiden ouders soms moeilijk om de dingen logistiek te regelen. 8.2.1. (3) - Ouders worden vrienden van pubers; daar schuilt gevaar in.	Ouders in de opvoeding (4)	

8.2.1. (4) - Eigen problematiek ouders lastig in opvoeding 10.2.1 (1) - Opvoedingsonzekerheid 10.2.1 (1) - Lastig voor ouders om je kind los te laten 10.2.1. (2) - VB: Ouders kijken anders tegen mobieltjes aan dan pubers 10.2.1. (3) - Ouders maken het soms zwaarder dan nodig. 10.2.1. (4)		
- CJG lijkt toegankelijker voor ouders 6.2.1. (6) - Openheid over eigen ervaringen van HV'er opent gesprek met ouder 6.2.1. (6) - Je kind 'terugpakken' of confronteren met 'zie je wel', gooit gesprek dicht. 6.2.1. (9) - Huiswerkbegeleiding is veel vraag naar, omdat ouders werken. 8.X.7 (7) - Duidelijkheid, structuur, zekerheid en veiligheid is belangrijk voor pubers. 8.2.2. (3) - LL leggen niet snel de link tussen school en hulp 10.X.1. - Belangrijk voor jongere om bij te blijven op sociale media en te updaten 10.1.4. (2) - Jongeren hebben soms praktische tips nodig 10.2.2. (3) - Er gaan meer meiden dan jongens naar een vertrouwenspersoon 10.X.3 (2)	Ervaring/visie ZC (2)	

- Ouders moeten zicht hebben op social media 6.2.2. (2) - Grenzen stellen wat betreft sociale media 6.2.2. (1) - Bespreekonderwerpen tussen ouder en puber over social media 6.2.2. (2) - Computer in huiskamer en GSM niet mee naar bed 6.2.2. (2) - Rekening houden met leeftijd bij grenzen stellen 6.2.2. (2) - Controle op wat je kind op internet zet 6.2.2. (2) - Ouder moet kennis hebben van hoe het puberbrein werkt 6.2.2. (2) - Gedragsverandering snappen van je kind 6.2.2 (2) - Kinderen hebben bevestiging nodig van ouders 6.1.4. (6) - Ouders dingen bespreken met puber, zonder te oordelen 6.2.2. (3) - De relatie centraal stellen 6.2.2. (3) - Laat je als ouder niet opzij duwen door je puber 6.2.2. (4) - Een grens is veiligheid voor puber 6.2.2. (4) - Ouders moeten balans vinden in grenzen stellen en vrij laten 6.2.2. (4) - 'Als ouders mag je je eigen normen en waarden vasthouden' 6.2.2. (4) - Grenzen op een ontspannen manier brengen, met een geintje tussendoor werkt bij LL 7.2.2. (1) - Ouder moeten op tijd signaleren en afspraken maken, niet achteraf na een escalatie 7.2.2. (2) - Ouders moeten weten hoe rooster kind eruit ziet en hoe laat hij thuis komt 7.2.2. (2) - Als puber andere plannen heeft, moet hij ouder op de hoogte stellen; 'ben je later, dan bel je'. 7.2.2. (2) - Grenzen stellen: al voor de puberteit een basis leggen 7.2.2. (3) - Het is heel belangrijk dat ouders betrokken zijn en interesse tonen in hun kind. 9.2.2. (1) - Balans vinden in op de hoogte zijn en vrijheid respecteren. 9.2.2. (1) - Wees als ouder niet te oordelend, probeer mee te denken. 9.2.2. (1) - Wees als ouder geen vriend of vriendin, maar neem je verantwoordelijkheid. 9.2.2. (1) - Zoek contact met school als ouder, als je zorgen hebt. Check dit bij de mentor. 9.2.2. (1) - Ouders moeten impact van computers, internet en sociale media onderkennen. 9.2.2. (2) - Ouders moeten in gesprek gaan met kind over wat hij/zij meemaakt op het internet. 9.2.2. (3) - Wissel van gedachten met je kind over internetgebruik, niet meteen oordelen, maar open gesprek. 9.2.2. (3) - Media wijsheid: omgaan met vertrouwelijk gegevens. Wat zet je op internet? 9.2.2. (4) - 'Je kind verbieden alcohol te drinken is mogelijk.' 8.2.2. (1) - 'Geef een puber duidelijkheid, structuur en rust.' 8.2.2. (2) - 'Geef een brugklasser geen TV of PC op zijn kamer.' 8.2.2. (2) - 'Neem tijd en rust voor je kind, zorg dat er iemand thuis is.' 8.2.2. (2) - Het is belangrijk voor ouders om te netwerken met andere ouders 8.2.2. (3) - 'Zeg als ouder: Dit zijn de lijnen, jij komt daar niet buiten. Naarmate je ouder wordt, worden de lijnen wijder.' 8.2.2. (3) -	Adviezen aan ouders door ZC (4)	
--	--	--

Hou contact met vrienden van je kind(eren), haal hen in huis en leer ze kennen'. 8.2.2. (3) - Bij pubers is sturing nodig 10.2.2 (1) - Echt luisteren naar je puber 10.2.2 (1) - Vraag door 10.2.2 (1) - Kom niet te snel met eigen adviezen 10.2.2 (1) - Eerlijk benoemen wat je er van vindt, niet omheen draaien. 10.2.2 (1) - Pubers steeds meer leren zelfstandig te worden. 10.2.2 (1) - Soms moeten pubers tegen dingen aanlopen. 10.2.2 (1) - Gescheiden ouders: belangrijk voor puber dat er heldere afspraken zijn en dat er een open en eerlijke communicatie is. 10.2.2. (2) - Verdiep je in social media, weet een beetje hoe het werkt. 10.2.2. (2) - Vind een balans tussen zelfstandigheid en invloed uitoefenen. 10.2.2. (2) - Wees voorbereid, als een kind gepest wordt, start zoektocht niet achteraf 10.2.2. (2) - Wees op de hoogte van juridische aspecten 10.2.2. (2) - Maak dingen niet zwaarder dan nodig; jongeren hebben soms relativering nodig 10.2.2. (3)		
---	--	--

Bijlage 4 Inhoudsopgave DVD

In dit onderzoeksverslag is een DVD toegevoegd, waarin de volgende documenten te vinden zijn:

A. Uitgewerkte interviews hulpverleners

Interview 1: Ineke ten Thije

Interview 2: Loes Jacobs

Interview 3: Marijke van den Brink

Interview 4: Ida Verlaan

Interview 5: Hafida Tmim

B. Uitgewerkte interviews zorgcoördinatoren

Interview 6: Janet van Bentum

Interview 7: Martijn Kroon

Interview 8: Christa van Kooten

Interview 9: Suzan Bokdam

Interview 10: Adryan Nijland

C. Uitnodigingsbrieven respondenten

I. Uitnodigingsbrief hulpverleners

II. Uitnodigingsbrief zorgcoördinatoren