

# Ouderavond Vapen, Alcohol en Drugs

Herbert Visser College

# Wie ben ik?



# Programma

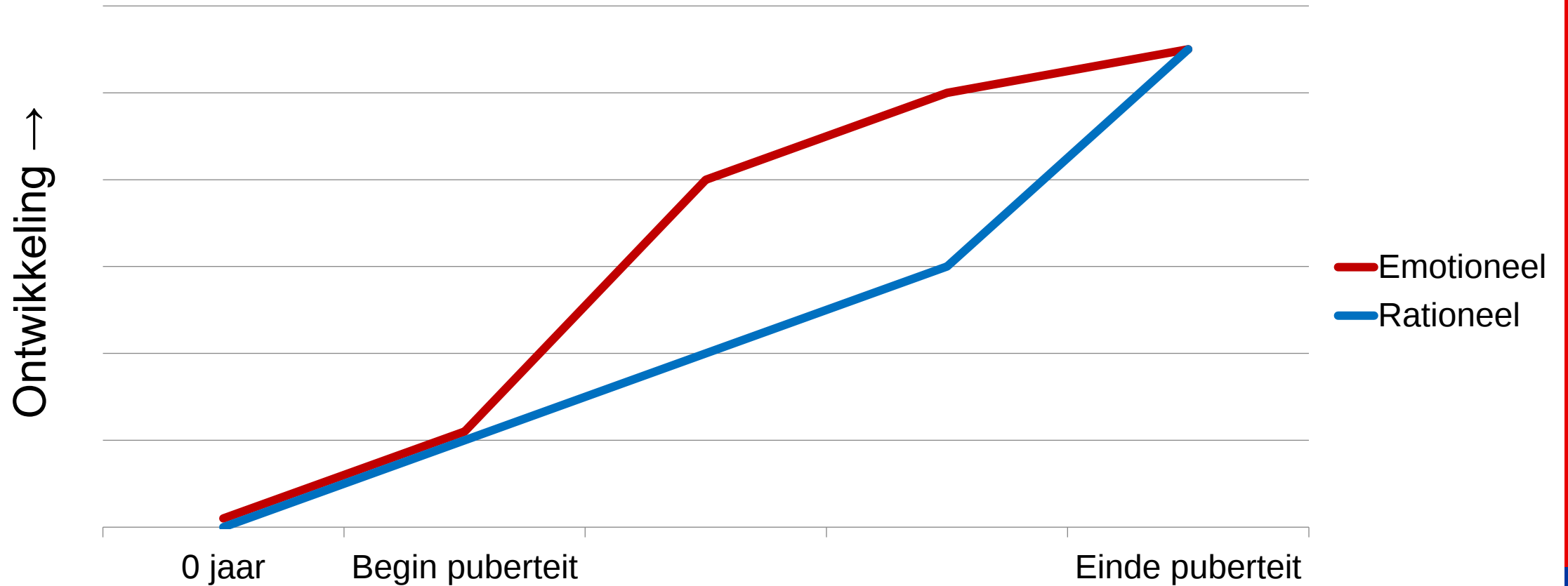
- › Puberbrein & leefwereld
- › Vapen, alcohol en drugs
- › Waar ligt je invloed?



# De jeugd van tegenwoordig

*En waarom het best logisch is dat jongeren experimenteren*

# Ontwikkeling puberbrein



# Belevingswereld

| Jongeren          | Volwassenen          |
|-------------------|----------------------|
| Identiteit        | Gezondheid           |
| Hier en nu        | Lange termijn        |
| Genieten          | Gebruik als probleem |
| Ontdekken         | Bestempelen          |
| Mateloos is stoer | Mateloos is negatief |

Jongeren zijn ongevoelig voor afschrikwekkende boodschap

# Belangrijke punten

- Gevoelig voor beloning, geef complimenten
- Vertonen van risicovol gedrag
- Impulsief en ongeremd

# Wat betekent dit voor u als ouder?



# Vraag

## Waarom gebruiken jongeren?

# Waarom gebruiken jongeren?

- nieuwsgierigheid
  - lekker
  - groepsdruk
  - spanning
- 
- ontspannen
  - onprettige gevoelens of problemen te vermijden
  - psychische stoornissen

# Risicofactoren

| Persoonlijkheidskenmerken | Psychiatrische kenmerken    |
|---------------------------|-----------------------------|
| Impulsiviteit             | AD(H)D                      |
| Sensatiezoekers           | Autismespectrum stoornis    |
| Sombere inslag            | Stemmingsstoornissen        |
| Gevoelig voor angsten     | Angst- en paniekstoornissen |



# Het nieuwe roken

# Vapen: het nieuwe roken

*Bron NRC*

Vapen slecht voor je? 'Die klachten komen later wel', zeggen de jongeren in het park

**E-sigaretten** Artsen protesteren weer tegen vapen. Ruim een vijfde van de jongeren probeerde de 'e-sigaret' uit en dat is heel schadelijk. „Chill, 12.000 hijsjes Cherry cola voor maar 20 euro.”

# Cijfers

➤ Van de 16-jarige heeft 37% ooit een vape of sigaret gerookt

..... Dus 63% nog nooit



Alcohol

**Als ouders hun kinderen verbieden  
te drinken...**

**...beginnen kinderen later met drinken**

# Wat kun je doen als je kind al alcohol drinkt?

- Geen alcohol thuis
- Maak afspraken over tijd thuiskomen en hoe vaak uitgaan
- Geef geen alcohol mee
- Maak geen afspraken over hoeveelheden

- 
- Alcoholintoxicatie
  - Ongelukken en geweldsincidenten
  - Met iemand vozen die later toch niet leuk is

# Risico's

- Rem groei hersenen
- Concentratie problemen
- Kans op ouderdomsziekten
- Verslaving

NIX18

# Tips

- Ken je kind
- Balans tussen grenzen en gesprek
- Contact met andere ouders



# Cannabis

Wiet en hasj

# Signalen gebruik

- Dalende schoolprestaties
- Andere vrienden
- Gedrag veranderd aanzienlijk
- Minder aandacht, concentratie
- Slomer

# Signalen puberteit

- Dalende schoolprestaties
- Andere vrienden
- Gedrag veranderd aanzienlijk
- Minder aandacht, concentratie
- Slomer

# Risico's

- Remming persoonlijke ontwikkeling
- Psychische stoornissen
- Slaap
- Motivatie

# Effectieve aanpak

Stellen van grenzen

Het gesprek aangaan

# Hoe ga je het gesprek aan?

Kies een goed moment

Verzand niet in “Welles–Nietes”

Verwacht geen wonderen

Informatie inwinnen

# Gesprekstips

- Stel open vragen en vraag door, uit nieuwsgierigheid
- Toon begrip
- Veroordeel niet
- Benoem eventueel de grens vanuit thuis
- Geef complimenten!

# In gesprek over alcohol, vaperen en drugs: het gesprek starten

## GEBRUIK ACTUALITEIT!

Stel bijvoorbeeld deze vragen:

- Wat weet je van vaperen?
- Doen kinderen in jouw klas dat?
- Wat lijkt jou leuk aan vaperen?



# Wees je bewust van jouw voorbeeldgedrag



**Kinderen kopiëren  
jouw drinkgedrag**

Meer weten? Ga naar [www.ziendrinkendoetdrinken.nl](http://www.ziendrinkendoetdrinken.nl)

 **ALLIANTIE  
ALCOHOLBELEID  
NEDERLAND**

# HELDER OPVOEDEN

Omgaan met opgroeiende kinderen en met alle verleidingen die ze tegenkomen. Hoe je dat kunt doen, vind je op deze website.



## Opvoedtips voor ouders met pubers

De puberteit is niet de makkelijkste tijd om ouder te zijn. Kinderen zijn vooral bezig met hun eigen grenzen ontdekken en lijken zich weinig aan te trekken van wat ouders zeggen.

[Lees meer >](#)



# Evaluatie

## Contactgegevens

Olwen Dekker  
06-57108950  
[o.dekker@brijder.nl](mailto:o.dekker@brijder.nl)

**Preventie:**  
088 – 538 22 60  
[Preventie@brijder.nl](mailto:Preventie@brijder.nl)

