

Thema-avond “ Het Puberbrein”

Verslag van een druk bezochte avond.....

Op 2 november jl. organiseerde het bestuur van de Oudervereniging een avond met als thema “ Het Puberbrein”. Dat het thema bij ouders leeft bleek wel uit het aantal aanwezigen: ruim 220 ouders, geweldig!

De avond werd verzorgd door drs. Anke Remijn van de Studiegroep “Investeren in Leren”.

Zij ging in op de volgende onderdelen:

- hoe werkt het puberbrein;
- wat zijn verschillen tussen jongens en meisjes;
- wat kun je ermee in de praktijk als ouder;
- school & huiswerk met een onvolgroeid brein.

Haar uitleg over het puberbrein (of liever gezegd: adolescentenbrein) maakte duidelijk dat het brein van adolescenten eigenlijk pas gerijpt is op de leeftijd van 20 (meisjes) tot 25 jaar (jongens). Dus veel gedragingen van onze pubers zijn te verklaren door een brein dat nog niet volgroeid is; ze kunnen er simpelweg niks aan doen. Dus: de tip die Ankie Remijn ons als ouders meegaf was onder andere: **Ben SLIM!!**

Ben SLIM: geef Steun, Leiding, Inspiratie & Motivatie. Daarnaast gaf ze aan dat het belangrijk is om met je puber in gesprek te blijven. Maar: gelukkig mag je als ouder ook routes wijzen, consequenties van keuzes van je puber benoemen en het is belangrijk dat je ook datgene verbiedt dat je echt niet wilt! Bescherm je puber tegen zichzelf (drugs, slaaptijden, taalgebruik, tijdstip van thuiskomen etc).

Een grappig deel van de avond was het onderdeel waar we de opmerkingen van pubers zagen die ouders vaak te horen krijgen:

- Jullie zijn zoououououou oud;
- Ik schaam me voor je;
- Waarom heb ik de strengste ouders?;
- De hele klas mag tot 03.00 uur uit;
- Iedereen rookt wel eens een joint.....

Herkenbaar voor u? Vast wel!

Een goede tip die Ankie Remijn hier gaf was: bel eens met de ouders van die andere kinderen die tot 03.00 uur



weg mogen blijven of een joint mogen roken...U zult vast merken dat het allemaal iets genuanceerder ligt en u moet uw puber daarmee dan confronteren.....

Aan het eind van de avond ging ze in op het leren van pubers. Bij het gebruik van beide hersenhelften gaat het rendement van leren met 20 tot 25 % omhoog. Tips hiervoor werden door haar gegeven. En wat dacht u van de volgende studietip: onderzoek heeft uitgewezen dat wanneer er 2 x 5 uur geleerd wordt het rendement 8 uur is. Maar: 5 x 2 uur leren levert een opbrengst van 12 studie uren op. Het is maar een weetje!! En pubers vinden dit over het algemeen een prettig weetje, want dan kunnen ze tussendoor even iets anders (iets echt leuk!) doen.

Het Alfrink werkt overigens al met inzichten die deze thema-avond werden gepresenteerd. En docenten en leerlingen van enkele klassen hebben inmiddels ook les hierover gehad van Ankie Remijn.

Was u niet aanwezig, maar bent u nieuwsgierig geworden naar de presentatie van Ankie Remijn, dan kunt u deze aanvragen door een mail te sturen naar: administratie@alfrink.nl, onder vermelding van de naam en de klas van uw kind ! De PowerPoint presentatie wordt u dan per mail toegestuurd.

Ankie Remijn is te bereiken op de volgende manieren:

Ruissen-remijn@hetnet.nl

Tel: 015-2144051/06-12257963

Carlien Abcouwer

Bestuurslid van de Oudervereniging.

