



PUBERTEIT

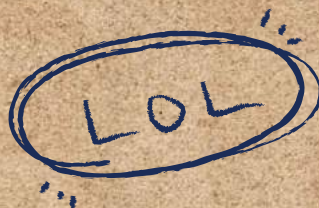
zonder spijt



Jongerenbijeenkomst Draaiboek



ONTWIKKELD DOOR
Cel Preventie CAW Zuid-West-Vlaanderen



CAW Zuid-West-Vlaanderen
Cel Preventie
2022

*Deze uitgave is onderdeel van het preventief project
"Puberteit zonder spijt" van CAW Zuid-West-Vlaanderen.*

JAC
door CAW

inhoud

- * **Inleiding** p 3
 - Pubers en ouders
 - Wat vind je in dit draaiboek?
 - Doel van de bijeenkomst
 - Doelgroep

- * **Voorbereidend werk** p 5
 - Deelnemers
 - Locatie
 - Inhoudelijke voorbereiding
 - Praktische voorbereiding

- * **Bekendmaking** p 6

- * **Verloop** p 8
 - Onthaal
 - Verwelkoming
 - Voorstelling

- * **Aan de slag** p 10
 - Hoe gebruiken?
 - Opwarmers
 - Hoofdoefeningen
 - Afsluiters
 - Takeaway

- * **Bijlagen** p 20



Inleiding

Pubers en ouders

Waarom lukt een normaal gesprek met mijn ouder(s) zo moeilijk?" "Hoe ga ik om met hun eindeloos gezaag?" "Kan ik mijn ouders écht leren mij beter te begrijpen?" "Waarom willen zij alles, maar dan ook álles van mij weten?"

Dit zijn allemaal zeer herkenbare vraagstukken voor pubers. Een **puberteit zonder spijt** klinkt als muziek in de oren, maar niet alleen ouders vinden het een uitdaging. Ook pubers zouden hun ouders soms achter het behang willen hangen.

Vanuit die signalen werd de brochure "Puberteit zonder spijt" ontwikkeld. Een brochure vol **concrete tips**. Om die tips nog dichter bij pubers te brengen, ontwikkelden we een draaiboek om een **jongerenbijeenkomst** te organiseren rond het thema 'puberteit'.

Tijdens de bijeenkomst ligt de focus vooral op de **eigen ervaringen** van de aanwezige pubers, alsook wordt een figuurlijk rugzakje gevuld met **heel wat tips** hoe je als puber je ouders kan overleven tijdens de puberteit. Het uitgangspunt is om **van elkaar te leren** en ook **situaties te normaliseren**.

Wat vind je in dit draaiboek?

Het **draaiboek** is een **handleiding** voor het organiseren van een jongerenbijeenkomst rond het thema 'puber zijn' en dan vooral het **omgaan met je ouders** en de verschillende uitdagingen die dat met zich mee kan brengen. In dit draaiboek wordt ieder deel van de bijeenkomst uitgebreid uitgelegd.

Bij ieder deel zie je **hoelang** het duurt, wat de **benodigdheden** zijn en het **verloop van de oefening**. Dit draaiboek is slechts een **leidraad**, je kunt gerust ook oefeningen aanpassen aan de groep, er bepaalde deeltjes uithalen, ... Kies als organisator wat voor jou comfortabel voelt met in het achterhoofd de pubers die je hiervoor warm maakt.

Neem dit draaiboek **zorgvuldig** door. Belangrijk voor het geven van een puberbijeenkomst aan de hand van dit draaiboek, is dat je de **brochure "Puberteit zonder spijt"** heel goed **doorneemt**, want deze vormt de **basis** voor deze bijeenkomst.

Doel van de jongerenbijeenkomst

- Tieners krijgen **tips** mee waarmee ze onmiddellijk aan de slag kunnen gaan.
- Tieners worden versterkt in het omgaan met hun ouders door de tips én door de **uitwisseling** met andere jongeren
- Tieners zien dat ze er **niet alleen voor staan**. Deze uitwisseling kan steunend zijn.
- Zowel de brochure als de puberbijeenkomst focust zich er op om terug **meer verbinding** te vinden met hun ouder(s).
- Tieners worden **toegeleid naar de organisatie** waar ze terecht kunnen met hun individuele vragen wanneer het thuis wat moeilijker loopt. (JAC, HvHK, CLB, ...)

Doelgroep

Voor wie kun je deze bijeenkomst organiseren? Heel simpel: **voor pubers met ouders**, meer bepaald: pubers die het soms wel eens lastig vinden om met hun ouders (of andere opvoedingsfiguren) om te gaan.

Pubers kunnen zelf heel **zoekende** zijn. Krijgen ze op dat moment ook nog te maken met ouders die zich constant **bemoeien** en hun **beletten** om hun ding te doen. Helaas, wanneer je samenwoont onder 1 dak, dan kun je niet anders dan rekening houden met de ander. Of je het nu wilt of niet.

Maar waarom het moeilijk maken, als het ook **gemakkelijk(er)** kan?

Na de jongerenbijeenkomst gaan de pubers naar huis met een figuurlijke rugzak vol **tips**, waarmee ze het 'gedrag' van hun ouders beter kunnen plaatsen.

Hebben de pubers alsnog **nood aan extra ondersteuning** op individueel niveau rond hun thuissituatie, dan kun je hen doorverwijzen naar o.a. het JAC, CLB, HvHK,

...

Het project 'Puberteit zonder spijt' is een **preventief** project. Het is er op gericht om vroegtijdig in te grijpen, nog **vóór** zich grote problemen voordoen.

Voorbereidend werk

Deelnemers

- Bepaal het aantal deelnemers. De voorkeur gaat uit naar een groep van **maximum 15 jongeren**. Dit is een bewuste keuze omdat de bijeenkomst er op gericht is dat jongeren **persoonlijke ervaringen** met elkaar **uitwisselen**.
- Is de groep te groot, dan zit het risico er in dat er weinig interactie is omdat er geen veiligheid is.
- Bestaat de groep uit jongeren die elkaar reeds kennen of elkaar vertrouwen, zoals een klasgroep of leefgroep, dan kan de groepsgrootte **eventueel uitgebreid** worden.

Locatie

- Denk na **waar** je de bijeenkomst wil laten doorgaan. Kies een geschikte locatie of lokaal en hou hierbij ook rekening met de **ligging en bereikbaarheid**.
- De keuze van de locatie kan voor jongeren al een reden zijn om wel of niet deel te nemen. Hou de locatie zo **neutraal** mogelijk.
- Zorg ervoor dat de **grootte** van de ruimte in verhouding is met het aantal deelnemers.
- Het is daarnaast ook mooi meegenomen als het een ruimte is die je zelf **gezellig** kan inrichten.

Inhoudelijke voorbereiding

- Neem de **brochure** 'Puberteit zonder spijt' goed door.
- Stel het **programma** van de bijeenkomst samen aan de hand van het draaiboek. Afhankelijk van hoe lang je bijeenkomst duurt of hoe je groep samengesteld is, kies je de gepaste oefeningen uit.

Bekendmaking

Hoe?

Het is belangrijk om stil te staan bij de manier waarop je de bijeenkomst in de kijker zet. Hiervoor kan je nadenken over de **'magneet'**: wat maakt jouw bijeenkomst aantrekkelijk voor jongeren om er naartoe komen? Wat is hun **persoonlijke 'winst'**? Tijdens de bijeenkomst leren jongeren nieuwe jongeren kennen, krijgen ze tal van tips, ... Pik er de leuke zaken uit en verwerk deze in je uitnodiging!

Jongeren **warm maken** voor een bijeenkomst begint dus met een **aantrekkelijke uitnodiging**. We geven hiervoor alvast een aanzet voor een mogelijke affiche of flyer. Deze vind je in **bijlage 1**.

Je kan de affiche/flyer personaliseren met je **eigen informatie**: waar en wanneer gaat je evenement door en hoe kunnen jongeren zich hiervoor inschrijven. Je kan eventueel vermelden dat je een **hapje en drankje** voorziet, dat is een extra lokmiddel bij jongeren. De voorbeeldaffiche met jullie gegevens kan je aanvragen via preventie@cawzuidwestvlaanderen.be.

Je kan er voor kiezen om al dan niet met **inschrijvingen** te werken, maar besef dat dit voor jongeren een **extra drempel** kan zijn. Jongeren beslissen vaak maar het moment zelf wat ze gaan doen. Je hebt soms maar enkele jongeren nodig die hun eigen vriendenkring hiervoor warm maken, en zo heb je plots meer aanwezig dan gedacht.

Mond-aan-mond reclame werkt ook nog altijd heel goed! Zorg dat je contact hebt met jongeren als organisatie, ofwel rechtstreeks ofwel via andere personen, bijvoorbeeld een jeugdwerker, jeugdopbouwwerkers, leiders van jeugdbewegingen, brugfiguren,... zij kunnen een grote rol spelen als het om bekendmaking en toeleiding gaat.

Ben je leerkracht, leefgroepbegeleider, begeleider van een groep jongeren, dan kun je zeker ook aan de slag met dit draaiboek. Het voordeel hiervan is dat het een reeds bestaande groep is en de jongeren elkaar (goed) kennen, bijgevolg is bekendmaking en inschrijven dan ook minder van toepassing.

Waar bekendmaken?

Reclame maken voor de bijeenkomst kan je via verschillende kanalen doen:

- **Mond-aan-mondreclame**
- **Flyer** die je gericht kan uitdelen aan jongeren. Bijvoorbeeld: op pleintjes, aan de schoolpoort, aan het station/bushalte, ... Ook aan jongeren die bij jullie op gesprek komen, in de wachtzaal van je organisatie, tijdens huisbezoeken, ...
- De flyer kun je ook **digitaal** verspreiden via je mailinglijst, via partnerorganisaties, via smartschool van school, ...
- **Affiche** om uit te hangen aan de voordeur van je gebouw, in de wachtzaal, in gespreksruimtes, ... Deze kun je verspreiden in openbare gebouwen of diensten zoals jeugddiensten, jeugdhuizen, station, winkelcentra, broodjeszaken, bibliotheken... Denk hierbij na wat de plaatsen zijn waar jongeren aanwezig zijn.
- Via **sociale mediakanalen** die **jongeren zelf gebruiken** (snapchat, Instagram, tiktok, ...). Zorg dat je post openbaar staat zodat anderen dit kunnen delen of vraag aan jongeren die je kent om de uitnodiging mee te helpen verspreiden.
- Je kan ook **ouders van pubers** op de hoogte brengen zodat zij hun pubers kunnen warm maken voor een bijeenkomst.

Wanneer bekendmaken?

Vanaf een **3-tal weken** vóór de bijeenkomst, verspreid je idealiter de affiches en flyers, alsook de digitale communicatie.

Jongeren **mondeling aanspreken** moet je niet te vroeg doen, tegen dat de activiteit doorgaat, zijn ze dit al vergeten. Een **teaseraffiche** kan wel aanleiding geven om hen al iets te vertellen over de activiteit.

Stuur **1 week** vóór de bijeenkomst nog eens een herinnering, en zet nog eens alles op alles door het evenement in de kijker te plaatsen via je sociale mediakanalen.

Hang **op voorhand** al een zichtbare affiche of flyer uit aan het lokaal of gebouw waar de bijeenkomst doorgaat. Jongeren die daar passeren kunnen zo ook op de hoogte gebracht worden.

Verloop van de bijeenkomst

Inrichting lokaal

Richt je lokaal zo in dat de jongeren op hun gemak kunnen zitten.

Je kan opteren voor een **huiselijke sfeer** om de drempel zo laag mogelijk te maken en het comfort zo hoog mogelijk.

Enkele ideetjes zijn: zetels, zitzakken, kussens, tafeltjes met stoelen errond, receptietafels met hoge stoeltjes, kaarsjes, ... Leg wat muziek op om de stilte bij het binnenkomen wat te breken.

Je kan de zetels/stoelen/kussens ... zo opstellen dat de jongeren in een **cirkel zitten**. Dat maakt het **makkelijker** om iedereen te zien en maakt het minder geforceerd voor de jongeren.

We kiezen bewust **niet** voor **één 'spreker'** die **vooraan** staat en jongeren die op rijen stoelen naar de spreker kijken. Het is geen avond om te luisteren naar een spreker, het is een **uitwisselingsavond** tussen de jongeren met de organisator als moderator. Plaats jezelf als **organisator** gewoon **tussen de jongeren** in de cirkel.

Maak het voor iedereen dus zo **comfortabel** mogelijk.

Ontvangst

Bij aankomst van de jongeren, kun je hen van een **drankje en een hapje** voorzien. Dit brengt meteen al een wat informelere sfeer.

Voorzie **etiketten** met de naam van de deelnemers, alsook voor jezelf. Het is namelijk minder afstandelijk als je anderen kunt aanspreken bij hun voornaam.

Verwelkoming

Start de avond met een **korte voorstelling van jezelf**. Onderstaande vragen kunnen je hierbij helpen:

- Wat is de **reden** dat je als organisator dergelijk uitwisselingsmoment organiseert?
- Wat is **jouw link** met het thema 'puberteit'?
- Wat is het **aanbod van jouw organisatie** naar pubers en eventueel ouders toe?

Stel de brochure 'Puberteit zonder spijt' kort voor aangezien deze de kapstok vormt voor deze bijeenkomst.

"Veel tieners vinden het samenleven met hun ouders écht niet gemakkelijk. Er zijn te veel regels, ouders bemoeien zich te veel, en ze zijn helemaal niet meer mee met wat de jeugd zich bezighoudt.

Tegelijk, geven ouders ook het signaal dat het niet altijd van een leien dakje loopt als het over de opvoeding van hun puber gaat. Op dat vlak komen ze alvast overeen.

Vanuit die vaststellingen en talrijke verhalen schreef het CAW de brochure 'Puberteit zonder spijt' met als doel de band tussen en puber en hun ouder(s) terug te versterken. De brochure richt zich tegelijkertijd naar ouders én naar pubers.

De brochure behandelt verschillende thema's zoals praten met je ouders, afspraken, controleren,... Er wordt telkens vertrokken vanuit herkenbare situaties, waaraan concrete tips gekoppeld worden voor de jongeren."

Voorstelling

Laat de **jongeren** zichzelf kort **voorstellen** aan de hand van hoe hun **gezinssituatie** in elkaar zit.

"Ik ben Sarah en woon samen met mijn papa, plusmama en heb een oudere broer".

Vraag niet naar de reden van aanwezigheid of naar de verwachtingen van deze bijeenkomst tenzij jongeren daar zelf over beginnen.

Nadat iedereen zich kort heeft voorgesteld, kun je als organisator het **doel** van de bijeenkomst nogmaals duidelijk aangeven. Sta er bij stil dat het de bedoeling is om onderling **ervaringen** uit te wisselen en de jongeren te **versterken** in hoe ze met hun ouders kunnen omgaan. Dat het dus zeker niet de bedoeling is om de les te spellen, maar net extra **tips** en **tricks** mee te geven.

Aan de slag

Hoe gebruiken?

Hieronder volgen enkele **fiches** met oefeningen om zelf je bijeenkomst samen te stellen. Op iedere fiche vind je een **methodiek** terug die in detail omschrijft hoe je aan de slag kan gaan met jongeren rond het thema puberteit en hun ouders. Je kan zelf kiezen welke methodieken je er uit pikt om je bijeenkomst vorm te geven. Afhankelijk van het aantal jongeren, de voorziene tijd, ... **stel je zelf het programma samen.**

Er is echter wel een opdeling tussen **opwarmers**, **hoofdoefeningen** en **afsluiters**. Die volgorde dient behouden te worden. Opwarmers zijn bedoeld om het ijs wat te breken, en afsluiters hebben tot doel om de avond luchtig af te sluiten.

Je kan naast de oefeningen ook **take-away opdrachten** terugvinden. Deze kan je mee geven met de jongeren naar huis, om thuis verder aan de slag te gaan.

Als organisator is het de bedoeling dat je de brochure "Puberteit zonder spijt" goed doorneemt om iedere methodiek zo goed mogelijk te begeleiden.

De fiches zijn als volgt opgesteld:

- **TIJD:** hoelang neemt de oefening ongeveer in beslag
- **DOEL:** welk doel heeft de methodiek
- **NODIG:** alle benodigdheden en waar je deze terugvindt
- **VOORBEREIDEND WERK:** wat je in orde moet brengen vóór de bijeenkomst
- **VERLOOP:** verloop van de methodiek

De bijlagen zijn niet opgenomen in dit draaiboek maar kunnen gratis aangevraagd worden via het aanvraagformulier dat je terug vindt op www.caw.be/puberteit-zonder-spijt.

Ouderbingo

OPWARMER

Tijd

15 min.

Doel

Via deze opwarmer wordt de jongerenbijeenkomst op een informele manier ingeleid. Het thema van de jongerenbijeenkomst wordt geïntroduceerd op een luchtige, ludieke manier met herkenbare, cliché uitspraken van ouders.

Nodig

- Bingokaarten - **bijlage 2**
- Pot of glazen bokaal
- Ouderuitspraken - **bijlage 3**
- Schrijfgerei (balpennen of (uitwisbare) stiften)

Voorbereidend werk

- **Print** het aantal **bingokaarten** af en knip deze uit, het aantal is afhankelijk van het aantal deelnemers. Er zijn 16 verschillende bingokaarten, voor maximum 16 deelnemers dus.
- **Print** de **ouderuitspraken** af en knip deze uit.
- **TIP:** Wil je deze kaarten in de toekomst nogmaals gebruiken, lamineer ze. Indien je deze lamineert, dan veeg je best de bingokaarten onmiddellijk na de bijeenkomst terug proper.

Verloop

De pubers krijgen **elk** één bingokaart met 3x3 vakjes. De typische ouderuitspraken worden een voor een uit een pot gehaald en voorgelezen. Wie de uitspraak op zijn kaartje heeft staan, mag die uitspraak doorstrepen. Heeft iemand 3 vakjes op een rij (horizontaal, verticaal of diagonaal) doorstreept, dan roept die BINGO.

Hou een korte **nabespreking**:

- Welke uitspraken hoorden de pubers al? Zijn deze herkenbaar of niet?
- Hoe reageren ze daar meestal op?

Door deze (soms) grappige uitspraken, is het ijs al een beetje gebroken. Hiermee breng je al een verbinding in de groep en zien de jongeren dat ze écht niet de enige zijn die dit soort uitspraken thuis al eens hoorden.

Ik heb nog nooit... gepuberd

OPWARMER

Tijd

15 min.

Doel

Via deze opwarmer wordt de jongerenbijeenkomst op een informele manier ingeleid. Het thema van de jongerenbijeenkomst wordt geïntroduceerd op een luchtige, ludieke manier met herkenbare en/of tenen krullende situaties.

Nodig

- "Ik heb nog nooit"-stellingen - **bijlage 4**
- Een potje om de stellingen in te steken
- Stoelen/kussens/... of iets anders die een fysieke zitplaats kan voorstellen

Voorbereidend werk

- **Print** de stellingen af en knip ze uit OF schrijf ze op houten ijsstokjes.
- **Steek** de stellingen in een potje.

Verloop

Laat de jongeren in een **cirkel zitten**, met één stoel/kussen/... minder dan het aantal deelnemers.

Het is de bedoeling dat **één iemand in het midden** van de cirkel gaat staan met het potje met "Ik heb nog nooit"-stellingen. De persoon in het midden van de cirkel neemt een stelling uit de pot en leest deze hardop voor. Iedere jongere die deze situatie al eens meemaakte/deze stelling herkenbaar vindt, moet een **nieuwe zitplaats veroveren**, inclusief de persoon die in het midden stond.

De persoon die geen zitplaats heeft, moet in het midden van de cirkel staan en een nieuwe stelling uit de pot nemen. Zo gaat het spel voort.

Je kan dan als organisator de jongeren die willen even het woord geven om te vertellen hoe het voor hun was. Zo worden spontaan ervaringen gedeeld en eventueel ook al tips gegeven!

Herkenbaar, of niet?

HOOFD OEFENING

Tijd

30 à 40 minuten

Doel

In deze oefening staan jongeren in groep stil bij **herkenbare thema's** die ook aan bod komen in de brochure 'Puberteit zonder spijt'. Jongeren hebben soms het gevoel dat ze de strengste ouders ter wereld hebben, dat hun vrienden veel meer mogen, dat ze geen eigen keuzes mogen maken, dat hun leven alleen maar bestaat uit regeltjes volgen, ...

In de realiteit is dit niet zo zwart-wit zoals ze het ervaren. Door stil te staan bij verschillende situaties, en op zoek te gaan naar manieren om als puber (anders) te reageren, vullen ze hun rugzak met **tips** over hoe ze zich beter **begrepen** kunnen **voelen** en hoe er ruimte kan gemaakt worden voor **onderhandeling**.

Ook ervaren ze dat ze **niet de enige** ter wereld zijn die zich soms voelen zoals ze zich voelen.

Nodig

- Kaartjes met situaties - **bijlage 5**
 - Er zijn meerdere situaties, die je niet allemaal kan bespreken, dus kies op voorhand de stellingen uit die je wil gebruiken
- Een pot (of iets anders) om de situaties in te steken
- Gespreksleidraad - **bijlage 6**
- Tips per situatie - **bijlage 7**

Voorbereidend werk

- **Selecteer** de stellingen die je wil gebruiken
- **Print** de kaartjes met stellingen af en knip ze uit
- **Print** de gespreksleidraad af
- **Print** de tips per situatie af voor jou als organisator
- **TIP:** Wil je deze kaartjes in de toekomst nogmaals gebruiken, lamineer ze dan
- Neem als organisator grondig de brochure "Puberteit zonder spijt" door

Verloop

Voor deze oefening kunnen de jongeren in een cirkel blijven zitten. Het is een oefening die in grote groep gedaan kan worden.

Leg kort het **doel** van de oefening uit: samen stilstaan bij situaties en nagaan wat zij ervan vinden.

Uit de **pot met stellingen** mag er een kaartje getrokken worden. Lees de stelling luidop voor.

Laat de jongeren reageren op de situatie en hou de **gespreksleidraad** erbij om het gesprek te voeren.

Sta als organisator bij iedere situatie stil bij de **concrete tips** uit de brochure, hiervoor kun je de tips per situatie erbij nemen. (bijlage 7)

Duivelse dilemma's

HOOFD OEFENING

Tijd

30 à 40 minuten

Doel

In deze oefening krijgen de jongeren **dilemma's** voorgeschoteld die op het eerste zicht misschien gemakkelijk lijken om een keuze te maken. Maar... er is een **advocaat van de duivel** aanwezig die roet in het eten kan gooien en die ervoor kan zorgen dat de jongere 'overloopt' naar de andere kant.

Jongeren staan bij deze oefening stil bij welke (familie)**waarden** ze belangrijk vinden. Willen ze persé hun gelijk kunnen halen, of staan ze ook open voor de mening van hun ouders? Is er ruimte om naar elkaar te luisteren?

Nodig

- 2 dobbelstenen
- Kaartjes met dilemma's - **bijlage 8**
- Kaartjes met duivelse vragen - **bijlage 9**

Voorbereidend werk

- **Print** de dilemma's af en knip ze uit
- **Print** de kaartjes met de duivelse vragen af en knip ze uit
- **TIP:** Wil je deze kaartjes in de toekomst nogmaals gebruiken, lamineer ze dan.
- Neem als organisator grondig de brochure "Puberteit zonder spijt" door zodat je de tips kan linken aan de dilemma's.

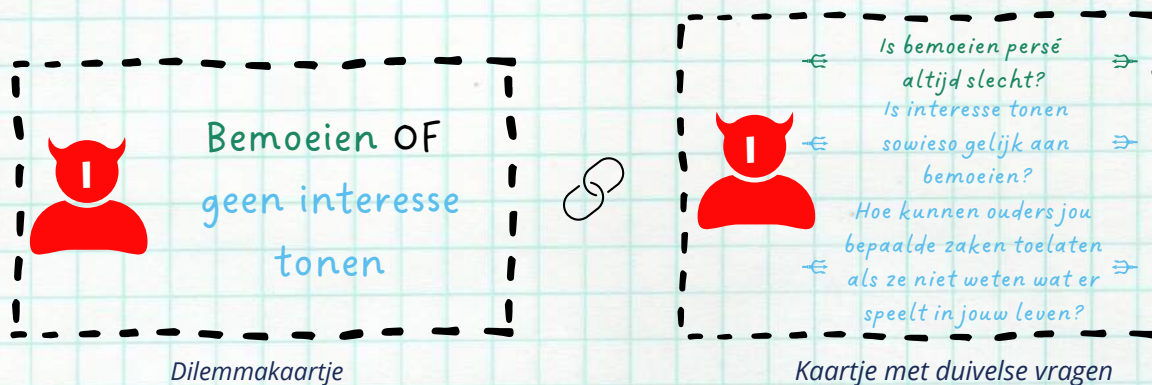
Verloop

De jongeren gooien elk om beurt met 2 dobbelstenen. Afhankelijk van het cijfer dat gegooid wordt, krijgen ze het bijhorende dilemmakaartje voorgeschoteld. Voor de lage cijfers wordt er maar met 1 dobbelsteen gegooid.

De dilemma's hebben te maken met de thema's **communiceren**, **afspraken maken en controleren**. Op elk dilemmakaartje staat een cijfer. Dit verwijst naar het andere kaartje, waarop de duivelse vragen op staan.

De bedoeling is dat alle jongeren moeten kiezen in welke uitspraak ze zich het meest kunnen vinden. Als moderator mag je je van je duivelste kant laten zien door **duivelse vragen te stellen**. Deze zijn terug te vinden op de duivelse kaartjes met hetzelfde nummer als het getrokken dilemmakaartje.

Hieronder zie je een voorbeeld:



Op de dilemma-kaartjes zie je een **groen** en een **lichtblauw** dilemma. Deze kleuren komen ook terug op de kaartjes met de duivelse vragen.

In dit voorbeelddilemma staat **bemoeien** in het groen, dit hangt samen met de groene duivelse vraag *Is bemoeien persé altijd slecht?*

Bij **geen interesse tonen** horen de duivelse vragen *Is interesse tonen sowieso gelijk aan bemoeien?* en *Hoe kunnen ouders jou bepaalde zaken toelaten als ze niet weten wat er speelt in jouw leven?*

Op kaartje nr 4 en nr 5 vind je naast de groene en blauwe vragen ook een **rode** duivelse vraag, deze vraag geldt voor beide uitspraken.

Confession time

AFSLUITER

Tijd

15 min.

Doel

Op een luchtige manier staan de jongeren stil bij situaties waarvan ze zelf vinden dat ze éxtra puberaal handelden.

Nodig

- Blad met confession-rad - **bijlage 10**
- 1 lege fles per groepje of een spinner

Voorbereidend werk

- Print bijlage 10 zoveel keer af als groepen die je zal hebben. Print het liefst af in A3.

Verloop

Om te beginnen verdeel je de jongeren op in kleinere groepjes van ongeveer 4 personen. Geef elke groep een blad met het confession-rad en een flesje.

Elk om beurt mag iemand het flesje op het rad draaien. Het vakje waar de hals van de fles op stil komt te staan, is het vakje dat gelezen moet worden. De jongere die de fles draaide beantwoordt de vraag. Indien de andere jongeren dit willen, kunnen ze ook antwoorden op de vraag.

Hierna is de volgende jongere in de groep aan de beurt. Zorg dat iedereen minstens één keer aan bod kwam.

Als organisator kun je tussen de groepjes lopen en eventueel inpikken op de zaken die gezegd worden of je kan er voor kiezen om mee te spelen.

Memes

AFSLUITER

Tijd

15 min.

Doel

Via deze oefening denken de jongeren na over grappige, **typische situaties** die ze met hun ouders meemaken. Met het format van "meme's" denken ze na over deze situaties in hun eigen leven. De bedoeling is dat de jongeren via deze oefening bij elkaar situaties **herkennen** en dus beseffen dat ze heus **niet alleen** zijn die deze zaken meemaken. Dat in een grappig jasje.

Nodig

- Memes of eigen afgeprinte memes - **bijlage 11**
- Tekstkaarten - **bijlage 12**

Voorbereidend werk

- **Print** de memes af en knip uit
- **Print** de tekstkaarten af en knip uit
- Voor duurzaamheid kun je de memes en tekstkaarten **lamineren**

Verloop

Elke speler krijgt 5 meme-kaarten (kaarten met foto - A5) die ze bijhouden. Per ronde is er één spelleider die een tekstkaart vanaf de stapel openlegt. Een ronde gaat als volgt:

- Een tekstkaart wordt opgelegd door de spelleider van deze ronde
- Iedere speler kan uit zijn hand 1 van de 5 meme-kaarten uitkiezen die volgens hun het beste bij de tekstkaart hoort. Deze meme-kaart wordt nog niet opgelegd.
- Wanneer iedereen een meme gekozen heeft geven ze deze, zonder tonen, aan de spelleider.
- De spelleider bekijkt alle memes en kiest er diegene uit die volgens hem het beste bij de tekstkaart hoort.
- Diegene die de 'winnende meme-kaart' koos, krijgt de tekstkaart en verdient zo een punt.
- De volgende ronde is de winnaar spelleider.

Praatraad



Tijd

5 min

Doel

Deze **kaartjes met praatraad** geven op een ludieke manier zeer goeie tips om communicatie zo vlot mogelijk te laten verlopen. De jongeren kunnen deze meenemen naar huis.

Nodig

- Kaartjes met praatraad - **bijlage 13**

Voorbereidend werk

- **Print** de kaartjes af, aantal is afhankelijk van het aantal aanwezige jongeren

Verloop

Omdat dit een 'take-away' oefening is, kun je gewoon kort stilstaan bij wat de praatraad kaartjes zijn en ze uitdelen.

Indien er tijd genoeg is kun je ieder kaartje kort overlopen.

Bucketlist

TAKE AWAY

Tijd

5 min

Doel

Deze **bucketlist** geeft de jongeren een idee van een aantal leuke, grappige of interessante ideeën om samen met hun ouder te doen. De jongeren kunnen ervoor kiezen om er één iets uit te selecteren, of ze kunnen er meerdere doen - én er is ook plaats voorzien om nog verder aan te vullen met eigen ideeën.

Nodig

- De bucketlist - **bijlage 14**

Vorbereidend werk

- **Print** de bucketlist zoveel keer af als deelnemers

Verloop

Omdat dit een 'take-away' oefening is, kun je gewoon kort stilstaan bij wat de bucketlist is en de jongeren die geïnteresseerd zijn eentje laten nemen.

Evaluatie (optioneel)

Tijd

5 min

Doel

Het is optioneel, maar je kan na de bijeenkomst ook tijd maken voor een korte **evaluatie**. Hoe hebben de jongeren de bijeenkomst ervaren? Wat vonden ze goed, wat nemen ze zeker mee, wat vonden ze minder? Hebben ze nood aan meer ondersteuning rond dit thema of rond een ander thema? Via de evaluatie kan je hierbij stilstaan.

Nodig

- Evaluatieblad - **bijlage 15**
- Post-it's

Vorbereidend werk

- **Print** het evaluatieblad af op A3 of voorzie een blanco A3-blad.

Verloop

Breng de jongeren samen in grote groep en leg het doel van de evaluatie uit. Hang de evaluatiebladen uit en deel aan iedereen post-its uit.

De jongeren kunnen hun feedback opschrijven, alsook welke vragen ze nog hebben. Wil je bijvoorbeeld te weten komen of er nog nood is aan extra ondersteuning, of een bijeenkomst rond andere thema's? Of ben je benieuwd welke tips ze meenemen naar huis? Dan is dít het moment om dit te bevragen.

Laat de jongeren zelf kiezen of ze nog meer uitleg bij hun feedback willen geven of niet.

Bijlagen

* Bekendmaking

1 Flyer/affiche

* Puberbingo

2 Bingokaarten

3 Pubervitspraken

* Ik heb nog nooit

4 Ik heb nog nooit-stellingen

* Herkenbaar, of niet?

5 situatiekaarten

6 gespreksleidraad

7 tips per situatie

* Dwivelse dilemma's

8 dilemma's

9 dwivelse vragen

* Confession time

10 confession time rad

* Memes

11 memes

12 tekstkaarten

* Take away

13 praatraad

14 bucketlist

15 evaluatie

