

Van de redactie

Wat waren we met zijn allen blij dat de kinderen na de zomervakantie weer lessen op school konden volgen. Eindelijk weer live contact met leeftijdsgenoten. En les van een docent voor de klas is toch echt leuker dan online. Gelukkig viel het aantal besmettingen op onze school mee. Er werd goed gehandhaafd op het dragen van mondkapjes en bij mogelijke besmettingen bleven leerlingen en medewerkers thuis. Helaas laat het Coronavirus ons nog niet los en moesten we de week voor Kerst toch weer terug naar online lessen voor de niet-examenklassen. Laten we met zijn allen ons best doen om de komende tijd de verspreiding van het Coronavirus in te dammen, zodat na de voorjaarsvakantie alle leerlingen weer terug kunnen naar school. Vanuit de Ouderraad wensen we u veel kracht om deze periode door te komen. Weet dat school ondersteuning biedt aan kinderen die niet lekker in hun vel zitten door deze coronatijd. Neem gerust contact op met de mentor als u zich zorgen maakt om uw kind.



In deze editie:

- 👉 Van de redactie
- 👉 Uit de vergadering van de Ouderraad
- 👉 Stichting Ouders voor Leerlingen
- 👉 Terugblik thema-avond webinar 'Help! Mijn kind verdwijnt in social media of gamen
- 👉 Even voorstellen
- 👉 Ouderraad Stanislascollege Westplantsoen

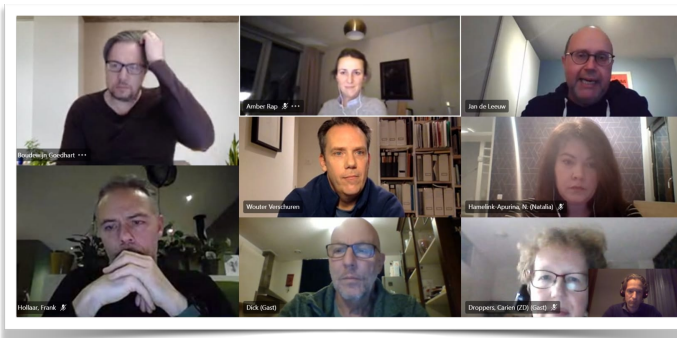
Uit de vergadering van de Ouderraad

Elke maand komen de leden van de Ouderraad (OR) bij elkaar om het wel en wee van de school en de belangen van onze leerlingen te bespreken met de rector Sonja de Kreij, of een van de conrectoren.

Onderwerpen die besproken zijn de afgelopen maanden:

- 👉 Nieuwe onderwijsconcept met 60-minutenrooster en met vraag en aanbod maatwerkuren.
- 👉 Extra ondersteuning voor leerlingen met achterstand door coronatijd.
- 👉 Zorgen over de leerresultaten na de eerste toetsweek van dit schooljaar. Komt dit door het nieuwe onderwijsconcept? Doordat ouders niet meer in Magister kunnen zien wat het huiswerk is? Is er achterstand bij kinderen door online onderwijs van voor de zomervakantie? Zijn de kinderen niet (meer) gewend om toetsen goed voor te bereiden?
- 👉 Lesplanners in Classroom in plaats van huiswerk via Magister. Regie bij de leerling en leren plannen.
- 👉 Maatregelen op school rondom Corona, protocol bij sluiting van de school en overstap naar online onderwijs, ventilatie van de lokalen, afstandsonderwijs.
- 👉 Huisvesting en fietsenstalling.
- 👉 Wat zijn leuke coronaproof activiteiten nu de Stanislasdag, schoolfeesten e.d. niet door kunnen gaan.
- 👉 Hoe te handelen bij problemen met het chromebook.

Nieuwe bestuursleden Stichting Ouders voor Leerlingen Westplantsoen



Met groot genoegen kan worden gemeld dat er binnenkort maar liefst zeven nieuwe leden worden benoemd in het bestuur van de Stichting Ouders voor Leerlingen Westplantsoen. Naar aanleiding van een oproep ontving het huidige bestuur vele interessante en spontane reacties van ouders/verzorgers uit de onderbouw van HAVO, Atheneum en Gymnasium. Het nieuwe bestuur gaat met een frisse blik zorgen dat de komende jaren er weer

mooie projecten kunnen worden gerealiseerd op het gebied van cultuur, kunst en sport voor alle leerlingen van het Stanislascollege Westplantsoen. Leerlingen en docenten zullen nadrukkelijker worden betrokken bij de ontwikkeling van die projecten. Komende maanden zullen huidige bestuursleden Dick Rekelhof en Jan de Leeuw het nieuwe bestuur begeleiden en adviseren bij de overdracht en van alle taken.

Het nieuwe bestuur zal worden gevormd door:
Boudewijn Goedhart - Voorzitter
Carien Droppers - Secretaris
Natalia Hamelink-Apurina - Penningmeester
Amber Rap - lid Communicatie en Marketing
Mattijs Bodegom - lid Communicatie en Marketing
Wouter Verschuren – lid contact Ouderraad en Leerlingenraad



Colofon

Redactie:
Katja Lamers
Vandana Lange
Inge Stollman

Leden Ouderraad

Natasja Aussems
Eli van den Broek
Sander van Geest
Paul van Heel
Anouscka van der Kuyp
Katja Lamers
Vandana Lange
Poen Loo
Carlo Reeser
Inge Stollman (voorzitter)
Henk Vermeulen
Wouter Verschuren

Contact met de Ouderraad:

ouderraadscw@stanislascollege.nl



Stichting
Ouders voor Leerlingen
Stanislas
college
Westplantsoen

**CULTUUR, KUNST
& SPORT.
STEUN ONS!**

NL25 RABO 0122 455800
#WATDOETBESTICHTING?
VOOR MEER INFORMATIE KIJKT U OP:
WWW.STANISLASCOLLEGE.NL/WESTPLANTSOEN
EN ZOEK OP 'STICHTING'

Terugblik thema-avond 24 november en 2 december: Puberbrein

“Help! Mijn kind verdwijnt in social media of gamen”

Kinderen die (te?)veel gamen of op social media rondhangen. Voor de meeste ouders een herkenbaar beeld. Maar hoe komt het nu dat die pubers van ons zich er zo moeilijk van los kunnen rukken (antwoord: iets met een aapje)? En hoe kun je als ouder op een constructieve manier met je kind het gesprek aangaan, zonder dat er ruzie ontstaat? Het interactieve webinar van Laurens Veltman (digital awareness coach) op 24 november en 2 december heeft ons ouders veel geleerd en nuttige opvoedtips gegeven. En ook wel gerustgesteld. Een echte verslaving, daarvan is gelukkig niet zo snel sprake.

Bij Laurens zelf was dat wel anders. Vier jaar was hij gameverslaafd. Hij wist wel van zichzelf dat het niet goed ging. Zijn cijfers op school kelderden en hij ging spijbelen. Maar stoppen kon hij ook niet. Want gamen was het enige dat nog leuk was. Pas toen een online vriend toegaf verslaafd te zijn en stopte ging ook bij Laurens een knop om. Het ging beter op school, zijn ouders waren weer blij. Tijdens zijn examenperiode ging het toch weer mis. Er werd een WK georganiseerd van het spel waar hij zo goed in was. Op 0,2 punt zakte hij en ook het herexamen ging in de mist. Laurens voelde zich op dat moment een echte *loser*. Maar juist daardoor kreeg hij de kracht er echt mee te stoppen. Hij deed zijn 6 VWO over, slaagde nu wel. En ging psychologie studeren, om zijn eigen ervaringen te koppelen aan de theorie. Het leerde hem wat er gebeurt met je als je verslaafd bent.

“Alleen dit level afmaken”



Waarom kunnen de kinderen (en wijzelf soms ook!) zo lastig stoppen, worden we er ingezogen? Het antwoord is te vinden in het brein en heet de chimp-paradox. Hoe werkt dat dan? Stel: je moet leren voor een proefwerk. De mens in ons zegt: ik leer 2 uur, dan even pauze, wat eten en verder. Maar dan klinkt het aapje dat ook in ons zit: ik heb geen zin. Die aap heeft geen plan, denkt niet logisch. En gaat vijf keer sneller dan de mens. Het brein is in dit geval een computer die patronen opslaat en herkent. Hoe vaker het voorkomt dat de aap het overneemt ("ik doe even niets"- ik pak mijn telefoon. "Ik heb geen zin"- ik pak mijn telefoon. "Ik ga naar de wc"- ik pak mijn telefoon), hoe meer dit een automatisme wordt. Zolang je dit patroon niet doorhebt is het lastig te doorbreken. Want je kind ziet ook de noodzaak niet om zijn gedrag aan te passen. Die denkt dat hij of zij er geen last van heeft. Het mist nog de levenservaring die wij de ouders hebben opgedaan.

Dan is er nog het effect van beloningen, digitale suikers zoals een like-button, een nieuw level in een game, meer volgers, notificaties, enz. Die zorgen voor dopamine en geven een goed gevoel. Maar

deze suikers zijn ook weer snel afgebroken. Het aapje wil steeds meer, wordt een 'aapje nooit-genoeg'. De mens raakt opgesloten, het aapje heeft de controle overgenomen. En zal primitief reageren (vechten of vluchten) als je als ouder je kind eruit haalt. "Nog vijf minuten." "Alleen dit level afmaken." "Geef mijn telefoon terug." Dit kan zelfs uitmonden in stevige ruzie. Een betere aanpak is om met je kind in gesprek te gaan. Zonder je eigen angsten, frustraties of boosheid op hem of haar te projecteren. Geef het goede voorbeeld is ook belangrijk. Trek samen op. Begin met een uur en bouw dat uit. Benoem dat dat ook voor jou lastig is.

“Nog vijf minuten”

Wanneer is er nu sprake van een verslaving? Gelukkig niet zo snel, zelfs niet als je kind meerdere uren per dag achter een scherm zit. Als school, hobby's, sport, omgang met vrienden nog goed gaat: maak je geen (weinig) zorgen. Een verslaving gaat juist ten koste van andere dingen in het leven: hobby's, eten, drinken, slapen. Het is een constante drang in je hoofd om alleen daar mee bezig te zijn. En kan dat niet, dan ontstaat er onrust, spanning. Komen er afkickverschijnselen. Bij een verslaving draait het om triggers.

Je wilt ergens goed in zijn omdat je online ziet hoe geweldig anderen het hebben en het bij jou niet lekker gaat op school of thuis. De gedachte is: ik hoor er niet bij. Hieruit vloeit onrust, stress (gevoel). Daarna sluit de cirkel: ik moet ook zo perfect zijn. In de digitale wereld kan dat. Daarom werkt verbieden ook niet. De aap ziet zijn beloning wegvallen, maar daarmee komt je kind terug bij zijn negatieve gevoelens. De aap zal een andere verslaving zoeken. Dit doorbreken is meestal alleen mogelijk met externe hulp van een vertrouwd persoon of een hulpverlener. Help je kind door de onrust heen door iets anders te gaan doen samen, een bordspelletje, een wandeling. En vooral: maak contact.

“Ik heb geen zin”

Kortom: het was een nuttige avond die ons een hoop inzichten heeft gegeven. De belangrijkste les: verdiep je in je kind. En koop een wekker. Dan hoeft die telefoon 's avonds niet mee naar de slaapkamer.

Opvoeden is topsport!

Juist in deze tijd kunnen wij ouders wel wat inspiratie gebruiken bij de opvoeding van onze pubers. Want het is af en toe best een uitdaging. Soms ben je scheidsrechter, dan weer coach of juist supporter. Wanneer zet je welke pet op, neem je welke rol aan? Op woensdag 31 maart krijgen we, live vanuit 'het stadion' van Theatergroep De Nieuwe Lichting, coachtechnieken aangereikt, laten de spelers zien hoe grenzen aan te geven en hoe je als trouwe supporter je spelers steunt bij tegenslag. Binnenkort sturen we u de officiële uitnodiging met aanmelding voor deze online interactieve voorstelling Opvoeden is topsport!

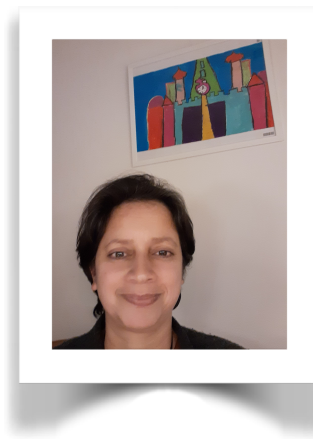
Even voorstellen

De Ouderraad heeft dit schooljaar weer een nieuw lid mogen verwelkomen. Hieronder stelt ze zich aan u voor.

Mijn naam is Anouscka van der Kuyp, gehuwd Asin. Twee jaar geleden kwamen we met ons gezin weer wonen in Delft nadat we 13 jaar in het buitenland hadden gewoond. De dynamische tijd als jurist verruilde ik voor het primair onderwijs in 2003.

Het regulier onderwijs daarna voor het Montessori onderwijs.

Onze zoon en dochter zijn dit schooljaar begonnen in de VWO- en VWO-plus brugklas. Via de Ouderraad denk ik graag mee met de school waar onze kinderen de komende jaren veel tijd gaan doorbrengen.



Ouderraad Stanislascollege Westplantsoen

De Ouderraad bestaat op dit moment uit 12 ouders van leerlingen van het Westplantsoen.

Wij komen 10 keer per schooljaar in de avonden bij elkaar. Sinds april van dit jaar doen we dit online.

Wij fungeren als klankbordgroep voor de directie voor onderwerpen als het onderwijs, beleidsmatige zaken en buitenschoolse activiteiten. Daarom is tijdens een deel van het maandelijks overleg een lid van de directie aanwezig, meestal is dit Sonja de Kreij, de rector van de school.

Een aantal leden van de Ouderraad zitten ook in de MR van school, in de MR van Stichting Lucas en in de Regioraad (het overleg tussen de Stanislussen in Delft, Rijswijk en Pijnacker-Nootdorp).

Naast de functie van klankbordgroep is de Ouderraad betrokken bij de organisatie van de vastenactie, het boekenfonds en werkgroep-I (identiteit).

We organiseren thema avonden en brengen twee keer per jaar het Torakel uit, een nieuwsbrief van ouders voor ouders.

Eén keer per jaar hebben we een altijd erg leuke en voor ons leerzame gezamenlijke bijeenkomst met de leerlingen van de leerlingenraad.

Ouderraad ontvangt graag signalen van andere ouders over school

De Ouderraad heeft een klankbordfunctie voor de schooldirectie en kan gevraagd en ongevraagd adviseren. Daarbij zijn signalen en vragen van andere ouders een belangrijke bron. We hebben gemerkt dat het niet altijd duidelijk is met welk type vragen je bij de school terecht kunt en voor welke vragen je bij de Ouderraad aan het juiste adres bent. Hieronder geven we een korte uitleg.

De mentor is je eerste aanspreekpunt

In beginsel is de mentor jouw aanspreekpunt over zaken in de klas. Als je vragen hebt die je eigen kind betreffen, richt je je altijd eerst tot de mentor. Kom je er met de mentor niet uit, dan is de coördinator de aangewezen persoon. De coördinator zal indien nodig de corrector erbij betrekken. Gaat het over de sfeer in de klas, bijvoorbeeld pestgedrag, ook dan kan je bij de mentor terecht. Zijn er klachten over een docent, dan is de corrector de juiste contactpersoon.

Ouderraad bespreekt beleid met directie

Heb je vragen over meer beleidsmatige zaken, dan kan je deze aan de Ouderraad doorgeven. Wij nemen je vraag dan mee in ons maandelijks overleg met de directie. Het kan dan bijvoorbeeld gaan over het nieuwe onderwijsconcept dat dit schooljaar is ingevoerd. Of als je bezorgd bent over ziekteverzuim bij leraren en je merkt dat je zoon of dochter vanwege uitval te weinig lessen van een bepaald vak krijgt. De Ouderraad is te bereiken via de mail: ouderraadscw@stanislascollege.nl.

Oproep ouders HAVO-leerlingen

Wij willen in de Ouderraad graag een afspiegeling van alle leerjaren en afdelingen. Op dit moment zijn de ouders van leerlingen die op de HAVO zitten ondervertegenwoordigd. Daarom bij deze een oproep aan ouders met een kind op de HAVO om u bij de Ouderraad aan te sluiten. U kunt geheel vrijblijvend een keer een vergadering bijwonen. Door ons een mail te sturen kunt u uw interesse kenbaar maken. Ons mailadres is ouderraadscw@stanislascollege.nl.

Rolverdeling OR

Voorzitter	Inge Stollman
Vice-voorzitter	Carlo Reeser
Secretaris	Sander van Geest
MR (Westplantsoen)	Poen Loo, Carlo Reeser
Regioraad	Carlo Reeser, Paul van Heel
GMR (Stichting Lucas)	Paul van Heel
Thema-avonden	Natasja Aussems, Vandana Lange, <i>vacature</i>
Torakel	Katja Lamers (redactie), Vandana Lange (interim, lay-out), Inge Stollman, <i>vacature</i>
Contact Werkgroep-I	Eli van den Broek, Vandana Lange
Vastenactie	Eli van den Broek, Vandana Lange
Communicatie	Katja Lamers, <i>vacature</i>
Boekenfonds	Inge Stollman
St. Ouders voor Leerlingen	Wouter Verschuren
Algemeen lid	Henk Vermeulen
Algemeen lid	Anouscka van der Kuyp

Heeft u belangstelling om deel te nemen aan de Ouderraad?

U kunt vrijblijvend een vergadering bijwonen van de Ouderraad. De Ouderraad vergadert in het schooljaar 2021 op: 6 april, 19 mei en 1 juli. De komende periode vinden de vergaderingen online plaats en als dit weer mogelijk is op school. Heeft u belangstelling stuur dan een mail naar

ouderraadscw@stanislascollege.nl.