

Ouderavond klas 2

Dinsdag 23 september 2025

Van harte welkom, neem plaats en pak een kopje koffie of thee.



Gymnasium ■ Beekvliet

Carla Faassen - Rector



Gymnasium ■ Beekvliet

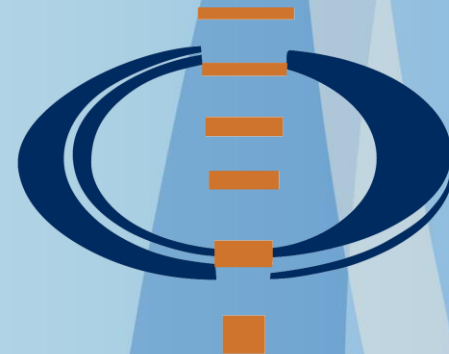
Programma

18.30 uur: Opening door de rector - Carla Faassen

18.40 uur: Afdelingsleider klas 1&2 - Joep Teulings

18.50 uur: Presentatie van Jacqueline Kleijer

19.45 uur: Klassenbijeenkomst per mentor



Opening schooljaar



Microplastics

Houtlijm, fietsband, plastic flesjes: ongeveer de ingrediënten van een pakje kauwgom



Getty Images/iStockphoto

Is het vreemd dat op shampoo wel moet staan dat er plastic in zit, maar op kauwgom niet? Gezondheidsexperts vinden van wel. De kauwgomindustrie is zich van geen kwaad bewust.

Maarten van Gestel 19 augustus 2025, 22:00



Wij hebben er zin in!



Gymnasium Beekvliet 2024/2025



Nieuwe medewerkers

➤ Nieuwe docenten:

- | | | |
|-------------------------|-----|-----------------------|
| ➤ De heer Derks | DKS | Lichamelijk opvoeding |
| ➤ Mevrouw Geers | GSA | Aardrijkskunde |
| ➤ De heer De Graaf | GFR | Klassieke talen |
| ➤ De heer Hurenkamp | HUG | Scheikunde |
| ➤ De heer Peels | PLS | Natuurkunde |
| ➤ Mevrouw Van der Steen | STN | Engels |

➤ Nieuwe onderwijsondersteuners

- | | | |
|-------------------|-----|------------------------------|
| ➤ Mevrouw De Roo | ROO | Technisch onderwijsassistent |
| ➤ Mevrouw Yalinli | YLN | TOA in opleiding |

➤ Stagiaire

- | | | |
|--------------------------|------|--------------------|
| ➤ De heer Van der Burght | SBGT | Stagiaire biologie |
|--------------------------|------|--------------------|



Ouderraad klas 2

- Ouderraad@gymnasiumbeekvliet.nl
- Leden ouderraad:
 - Arnaud Rijkeboer
 - Ingrid Verwielen



Tevredenheid ouders

Ouders 23-24 en 24 -25

Tevreden:

- Veiligheid en sfeer: Zeer hoge scores (9,06) en ervaren een prettige, inclusieve schoolcultuur.
- Betrokkenheid en prestaties: Rapportcijfer school 8,14 (BM 6,77), vertrouwen op goede resultaten.
- Kleinschaligheid en persoonlijke aandacht: Mentoren scoren hoog (9,33), waarderen de zachte landing

Aandacht:

- Communicatie ouders: terugkoppeling en informatie leerjaar 2 (score 5,89).
- Omgaan met telefoongebruik en ICT: pauzes beschikbaarheid ICT (7,27 vs 8,58).
- Lesuitval en vakdidactiek: Nadruk op cognitieve prestaties.

	Brugklas leerjaar 1			
	2023-2024		2024-2025	
	BKVLT	Δ BM	BKVLT	Δ BM
(S)KA3: (Evaluatie, verantwoording dialoog	7,87	1,29	7,32	0,70
OP1: Aanbod	8,37	1,28	7,96	0,82
OR1: Resultaten	8,44	1,42	8,01	0,93
Pestindicator	8,94	-0,02	9,15	0,11
SK1/VS1: Veiligheid	8,92	0,53	9,06	0,64
Brugklas/examenklas	8,30	0,81	7,93	0,46
Burgerschap TO	8,22	0,85	8,04	0,66
Vensters VO	8,78	1,04	8,42	0,63
Gemiddelde	8,48	0,90	8,24	0,62



Tevredenheid leerlingen

Δ BM = Verschil met benchmark

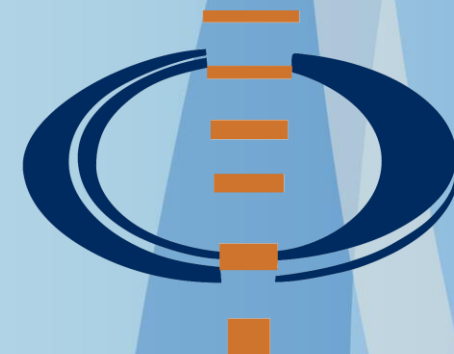
	Brugklas - leerjaar 1				
	23-24	Δ BM		24-25	Δ BM
Brugklas/examenklas	8,31	0,82		8,4	0,85
Burgerschap TL	6,97	0,92		7,08	1
OP0: Basisvaardigheden Taal en Rekenen	7,68	0,76		7,85	1,69
OP1: Aanbod	7,06	1,21		7,51	1,83
OP3: Pedagogisch + didactisch handelen	7,36	1,01		7,45	1,05
OR1: Resultaten				8,22	1,01
SK1/VS1: Veiligheid	8,45	0,64		8,64	0,82
Pestindicator	9,16	-0,07		9,28	0,05
Vensters VO	7,66	0,71		7,82	0,83
Cijfer Tevredenheid	7,96	1,41		7,9	1,27
Gemiddelde	7,90	0,81		8,08	1,07

Tevreden (t.o.v. benchmark):

- Aanbod onderwijs: **+1,83**
- Basisvaardigheden Taal en Rekenen: **+1,69**
- Cijfer algemene tevredenheid: **+1,27**

Aandachtspunten:

- Pestindicator: **+0,05**
- Veiligheid: **+0,82**
- Brugklasbeleving: **+0,85**



Klas 2: Nieuw -> Gewoon



- Geen brugklasser meer
- Extra activiteiten
- Leerlingenraad
- Interesses
- Passie
- Stewards in de pauze
- Sociale media
- Nepnieuws
- Eetcultuur!



Afdelingsleider klas 1 en 2 – Joep Teulings



Gymnasium ■ Beekvliet

Klas 2



- Van de brugklasser naar 2^e klasser
- Zelfvertrouwen
- Leerlingen voelen zich thuis
- Mentoraat klas 1 en 2
- Nieuw vak: Duits
- Tempo en verdieping
- Project eetculturen op dinsdag 28 oktober



....met verschillende activiteiten

muziekavond

schoolfeest

sportdag

Eetcultuur

pauzesport

klassenuitje

spooktocht

commissies

projectweek

toneel

Aken



Tips voor ouders

- Benadruk het belang van huiswerk maken
- Beperk afleiding (o.a. games + telefoon)
- Help met planning en overhoring
- Een goed begin is het halve werk



Presentatie - Jacqueline Kleijer



Gymnasium ■ Beekvliet

To be *online* or not to be

Jacqueline Kleijer MA
Mediapedagoog, zorgethicus
23 september 2025



WIE ZIJN ZE & WAAR KOMEN ZE VANDAAN?

- **1930-1940: Stille Generatie** gaat heen en vermenigvuldigt u
- **1940-1955: Babyboomers** geen seks voor het huwelijk, trouwen in gemeenschap van goederen, Marilyn Monroe, 1949 Onafhankelijkheid Indonesië, Lolita 1955
- **1955-1970: Generatie X** vrouwen handelingsbekwaam 1956, 1959 en 1960 eerste geslachtsveranderende operatie, de pil 1962, seksuele revolutie 1969, Brigitte Bardot, coachend, kennisdelen, no nonsense, nuchter en zakelijk, teamplayers, authenticiteit, met de hand schrijven, Nederland 3, samen tv kijken, carbonpapier
- **1970-1985: Praktische generatie/Patatgeneratie** met de hand schrijven, Dolle Mina's, 1974 landskampioenschap damesvoetbal, sekstelefoon, 1974 eerste keer deelname dameshockey wereldkampioenschap, topless zonnen, David Bowie 😊,
- **1980-1994: Generatie Y/Millennials** PacMan, MSN, Walkman, Mark Zuckerberg,, protestgeneratie, 1986: basisbeurs -> iedereen kon studeren: een slimme meid is op haar toekomst voorbereid, digital native, 1996 1^e smartphone Nokia, 1988 Nederland 3
- **1990-2010: Generatie Z** Mp3, 9/11, scoubidoe, recessie, zekerheid willen, latere leeftijd seks, douchen met onderbroek na het sporten, Digital natives, multitaskers, creatieve houding Mp3, 9/11, scoubidoe, digital native, recessie, zekerheid willen, duurzaam, cloud native, autodidact, eerste Iphone 2007
- **2010- : Generatie Alpha/Next?** <- Generatie glas I pad, laptop, Iphone, geld verdienen, 1 april 2001 eerste homohuwelijk, 2017 #metoo, "deeltijdprinsesjes" <- Generatie glas, I pad, laptop, Iphone, geld verdienen, fake news, smart watch, deep fake, corona, Insta, TikTok, veerkracht, weerbaarheid, milieu, oorlog. Politiek, polarisatie, wantrouwen

VERWACHTINGEN GENERATIE



- 1. 'TECH-SAVVY' ZIJN EN UITBLINKEN IN ONLINE COMMUNICATIE
- 2. GEVOEL VOOR DIGITALE BALANS ONTWIKKELEN
- 3. AANDACHT KUNNEN HEBBEN EN KUNNEN FOCUSSEN
- 4. SNEL EN CREATIEF KUNNEN DENKEN
- 5. DURVEN ONDERNEMEN EN SPRINGEN
- 6. ONAFHANKELIJK DURVEN ZIJN EN KEUZES MAKEN
- 7. MEDIA-GELETTERDHEID: KUNNEN OMGAAN MET INFORMATIE OP META-NIVEAU
- 8. GEËNGAGEERD ZIJN EN ZICH INZETTEN VOOR 'THE GREATER GOOD'

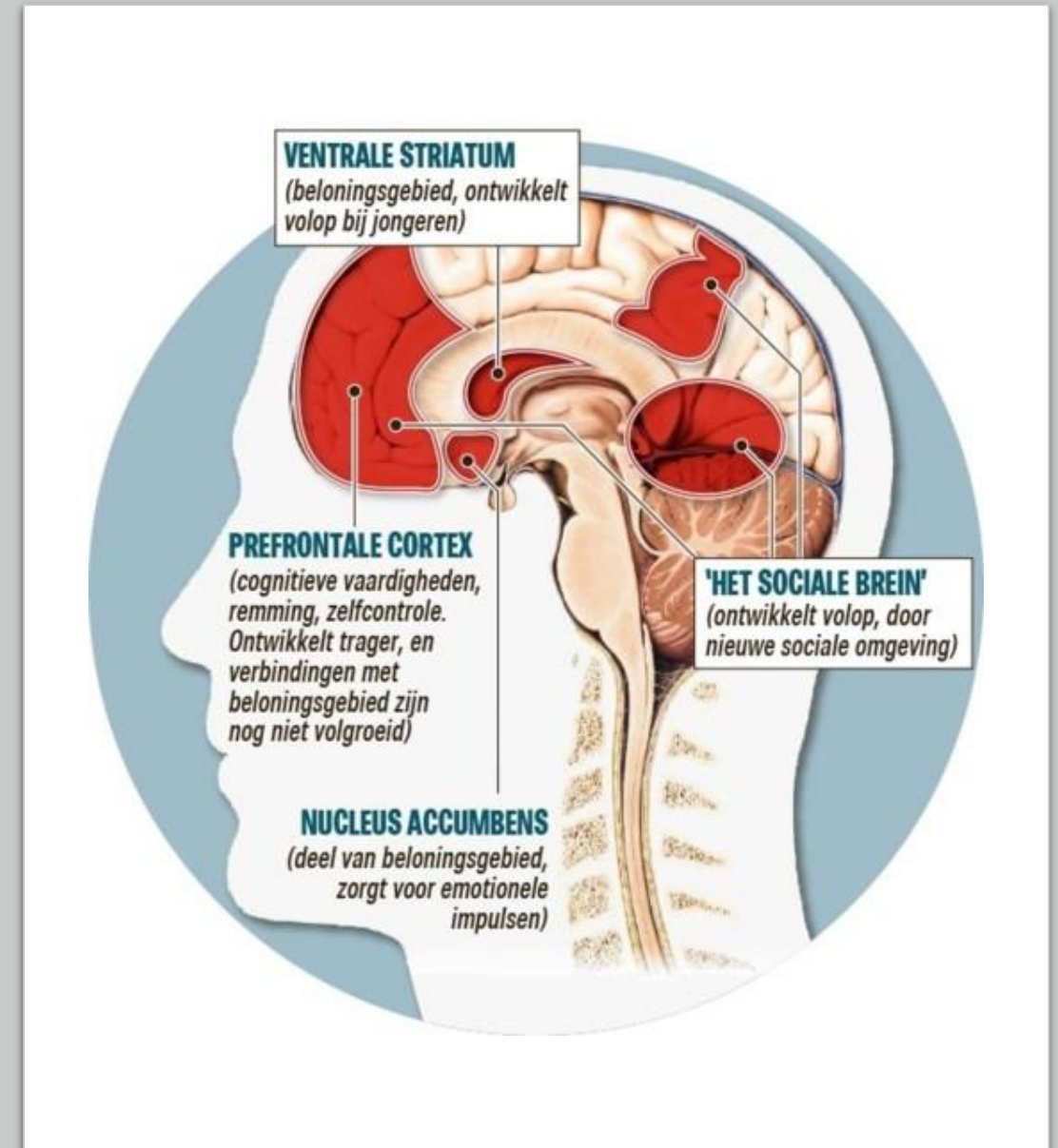
A background image showing two people's hands holding smartphones. The person on the left is holding a silver smartphone, and the person on the right is holding a blue smartphone. The image is slightly blurred, focusing on the speech bubbles in the foreground.

**Wat gebeurt
er eigenlijk
online?**

**Ahum
gewoon alles...**

MAAR PRECIES DIE DINGEN...

- Moeilijk plannen
- Oorzaak gevolg begrip lastig
- Impulsiviteit hoog
- Vaak humeurig
- Leven op in de avond
- Slaaptekort: creativiteit minder





TOPSPORT VOOR HET BREIN

- OVERPRIKKELING
- VERWERKING
- TACTIELE/VISUELE INFORMATIE /
LICHAAMSFUNCTIES
- LICHAAMSBELEVING
- ZELFBEELD

Mensenbrein [neocortex]

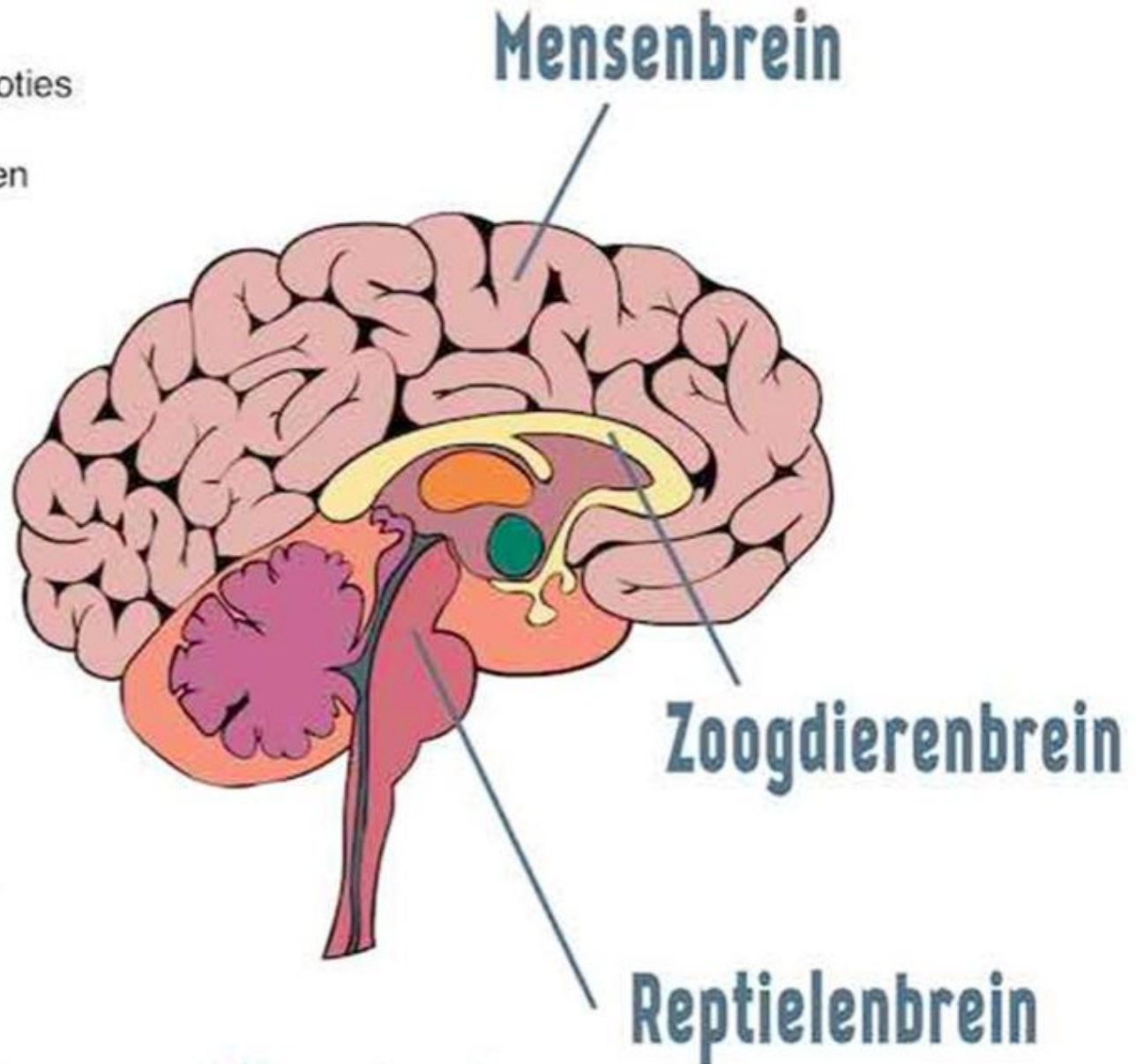
- zelfbewustzijn van gedachten en emoties
- logisch nadenken
- vermogen om gepast gedrag te kiezen
- zelfreflectie
- leren, huiswerk maken en plannen
- probleemoplossend vermogen
- doelen stellen

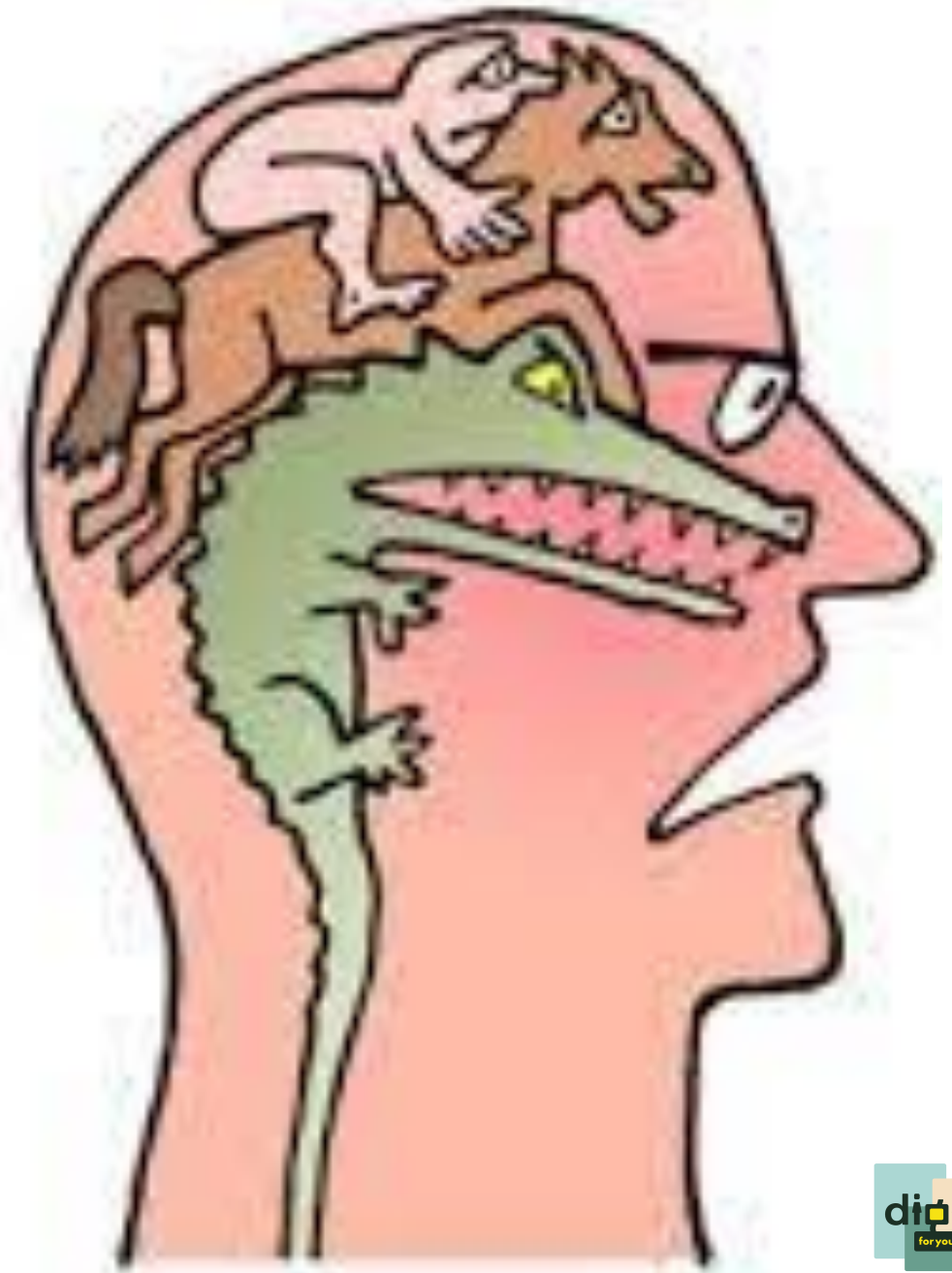
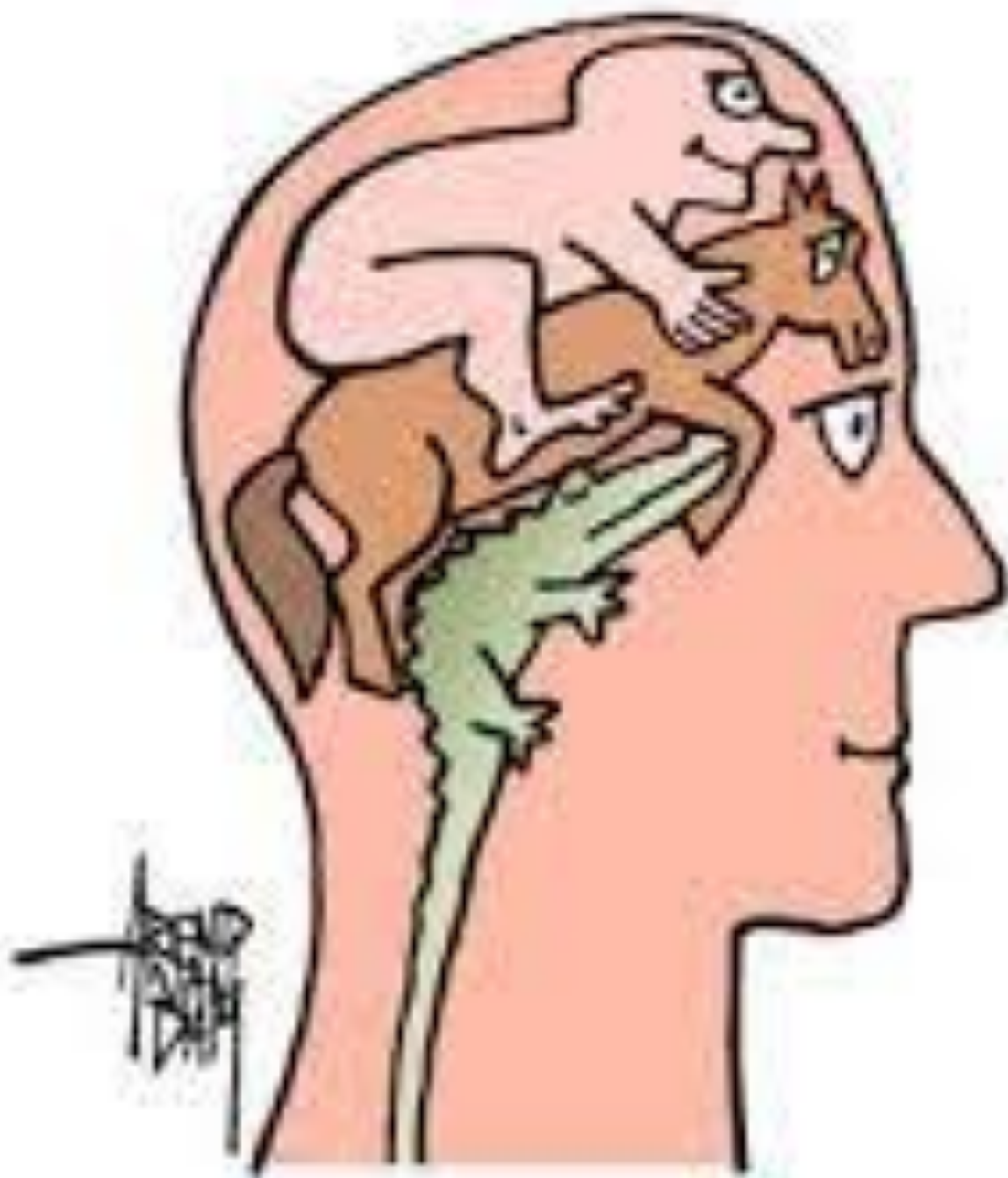
Zoogdierenbrein [limbischsysteem]

- gevoelens
- emoties
- moederliefde
- sociale binding

Reptielenbrein [hersenstam]

- vechten
- vluchten
- bevriezing
- hormonale en temperatuur regulatie
- honger en dorst gevoelens
- adem en hartslag regulatie





VERLANGEN



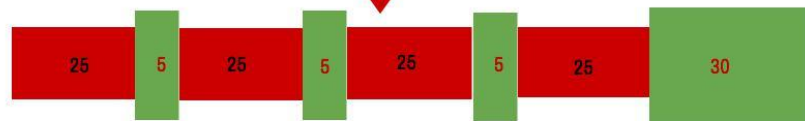
DISCONNECTED





FOCUS

Effectief werken met de pomodoro



#1

Besluit welke taak je gaat doen

#2

Zet de wekker op 25 minuten

#3

Werk aan de gekozen taak tot de wekker gaat

#4

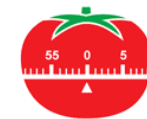
Neem een korte pauze van 5 minuten

#5

Elke vierde pomodoro neem je een pauze van 30 minuten

www.stopmultitasken.nl

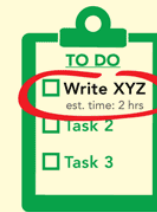
HOW TO BE PRODUCTIVE USING



THE POMODORO TECHNIQUE

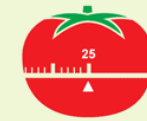
NAMED AFTER THE ITALIAN WORD FOR TOMATO SINCE THE TIMER USED BY THE TECHNIQUE'S CREATOR WAS SHAPED AS A TOMATO

PICK A TASK



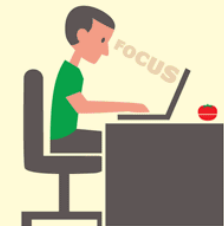
A list should be planned ahead of time.

SET THE TIMER TO 25 MINUTES



Although a mechanical timer is suggested (like this tomato-shaped kitchen timer), any type will do.

GET TO WORK



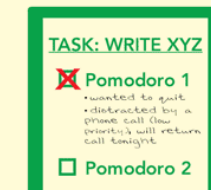
NO DISTRACTIONS ALLOWED

STOP WHEN TIME IS UP



This block of work time is called a POMODORO.

RECORD PROGRESS



Make note of anything that could aid future improvement.

TAKE A FIVE MINUTE BREAK



Breaks keep you fresh.

GET BACK TO WORK



AND REPEAT PREVIOUS STEPS

AFTER THE FOURTH POMODORO TAKE A LONGER BREAK (15 - 30 MINUTES)



Squeeze in mindless chores for increased productivity.

CONTINUE LIKEWISE UNTIL CALLING IT A DAY



With such focus and flow, time is used more efficiently while reducing mental fatigue.

© 2015 ELVINDANTES.COM



A stylized illustration of a desk setup. On the left, a blue desk lamp with a grey shade is positioned over a white mug. In the center, a laptop screen displays the text '75 procent van de ouders worstelt met media opvoeding' in green. To the right of the laptop is a potted cactus with green segments and blue spines. The background features light blue abstract shapes.

**75 procent
van de ouders
worstelt
met media
opvoeding**

MEDIA-OPVOEDING BESTAAT UIT:



1. AFSPRAKEN

**Over veiligheid,
gezondheid, planning**

2. GESPREK

**(Online) welbevinden,
wereldbeeld,
informatie**

#AFSPRAKEN/VOORNEMENS

- IPV SCHERMTIJD -> OFFLINETIJD
- EN WERK MET EEN SCHEMA
- PLANNING
- GEZONDHEID
- VEILIGHEID

#GESPREK

- UITNODIGEN
- BEDANKEN
- BEVESTIGEN
- COMPLIMENTEREN
- NIET GELUKT?
-> HERSTELLEN 😊

WAT DOEN JONGEREN ONLINE?

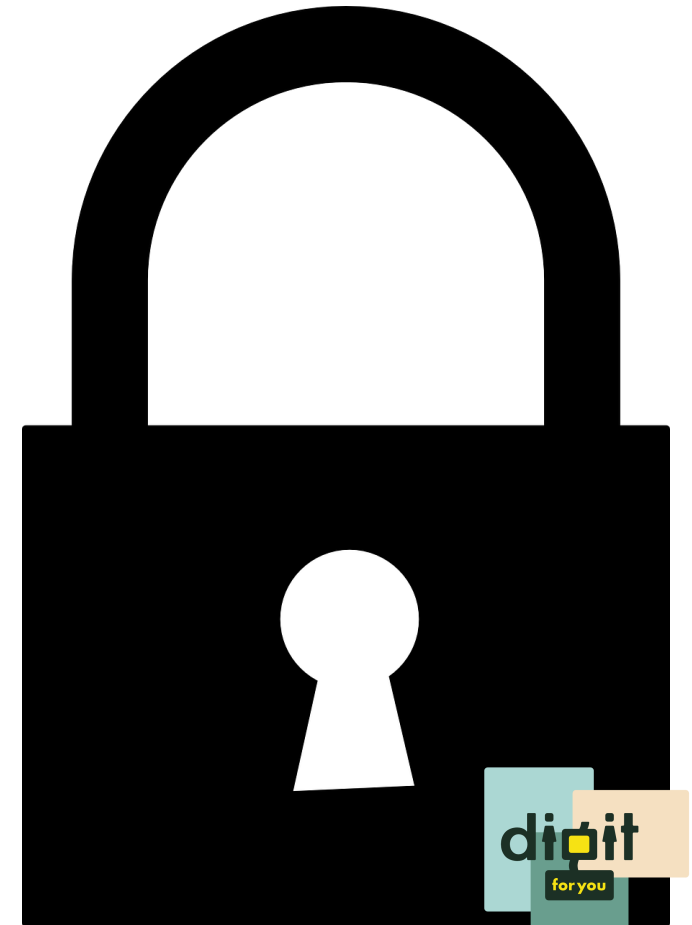


SNAP MAP: LOCATIEBEPALINGEN



INSTELLINGEN -> WHATSAPPGROEPEN

- OPEN WHAT'S APP
 - GA NAAR INSTELLINGEN
 - KIES ACCOUNT
 - KIES PRIVACY
 - KIES GROEPEN
-
- SELECTEER 'CONTACTEN' IPV IEDEREEN





TWEE STAPSVERIFICATIE!!!

1. Instellingen
2. Account
3. Verificatie in twee stappen
- 4 Pincode in toetsen



(P.S beveilig ook je voicemail met een eigen code, anders doen hackers dat.)

Hoe leert **Z** online?

Door te luisteren naar wat jongeren juist aanspreekt online, kunnen we misschien leren hoe zij zelf graag onderwezen zouden willen worden. Dat is meer dan af en toe een YouTube filmpje laten zien in de klas.

- **YouTube, Twitch en TikTok**
- **Zowi Vermeire promoveerde 22 sept 23**
- **Voorbeeld: Speedrunners Twitch**

In een online gemeenschap van ethische hackers op Twitch helpen jongeren elkaar met het leren van programmeren om daarmee tools te bouwen waarmee ze bedrijven legaal hacken om hen te helpen hun beveiliging op orde te brengen.

- **Leren in community's, elkaar verder helpen ipv individueel**

Dat gaat regelmatig fout en ze moeten vaak opnieuw beginnen. In scholen ervaren jongeren tegenwoordig veel prestatiedruk: er is geen ruimte om te falen. Online zien ze dat dit wel kan en kunnen zo in die online omgeving aan die druk ontsnappen.”

- **Taken verdelen**
- **Dat vereist commitment**
- **Sceptisch tegenover de wetenschap**





MORELE ONTKOPPELING-> morele mist

- Je handelt niet meer volgens jouw eigen normen en waarden
- Je neemt afstand van jouw eigen gedrag.
- Je gaat een bepaald gedrag bijvoorbeeld goedpraten of minder groot maken dan dat het is. *(Bij beroemde mensen, die een andere status dan jijzelf hebben, gaat dat bijvoorbeeld makkelijker.)*
- Haatcomments worden gezien als entertainment
- Creators/followers vinden dat een eigen schuld is en dat zij er gewoon mee moeten dealen.

4 STADIA NAAR VOLWASSENHEID

- **Het impulsieve stadium:** De puber is *egocentrisch*. Alles staat in het teken van hem of haar. Recalcitrant, brutaal gedrag en het zoeken naar de grens van wat wel en niet mag is in deze fase niet ongebruikelijk.
- **Een gelijkwaardige 'wij' houding:** Wat een ander vindt is bijna net zo belangrijk als de eigen mening. Het blijft lastig om afgewezen te worden of om kritiek te krijgen. Daarom wordt de groepsgelijkheid gewaardeerd en is het volgen van groepsnormen en -waarden erg belangrijk.
- **Zelfbewustzijn:** Het belang van de eigen mening en het eigen gedrag is groot.
- **Tolerantie en flexibiliteit:** Andere mensen kunnen andere meningen en opinies hebben. Hiervoor hebben pubers min of meer respect. Lang niet iedereen bereikt dit stadium.





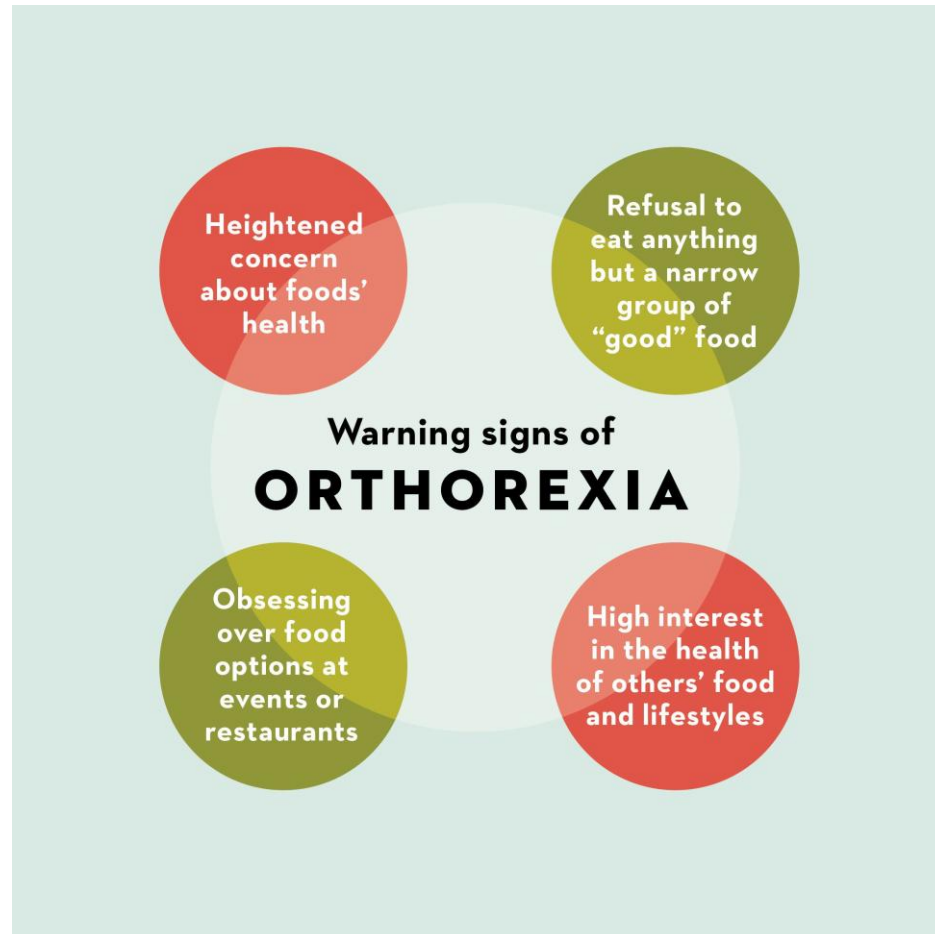
ZIE MIJ



FITSPIRATION

- YouTube laat sinds september 2024 minder video's zien over fitness en lichaamsgewicht
- Veel fitspiration hangt samen met een negatief zelfbeeld
- Influencers die deze video's maken heten fitfluencers
- Dit resulteert in obsessief sporten en eetgestoord gedrag
- Het is vooral de herhaling die een imprint veroorzaakt

Fitspiration



Amount of work required to look good:



WOMEN:
Nothing, just don't eat
like a fucking hippo every single day



MEN:
Years of hard work at the gym
many times a week and a strict
diet with enough proteins and
little fats and sugars

Vormen van perfectionisme

Een zeer bekende en veel bestudeerde studie over perfectionisme is dat van Hewett en Flett (1991). Zij hebben perfectionisme ondergebracht in een multidimensionaal model, waarbij zij drie vormen van perfectionisme onderscheiden:

- **Perfectionisme gericht op jezelf** – hierbij stel je onrealistisch hoge standaarden aan jezelf. Je bent kritisch naar jezelf en hebt moeite met het accepteren van je eigen fouten.
- **Perfectionisme gericht op anderen** – hierbij stel je onrealistisch hoge standaarden aan anderen. Je vindt het belangrijk dat anderen perfect zijn en beoordeelt het gedrag van anderen op strenge wijze.
- **‘Sociaal voorgeschreven perfectionisme’** – deze vorm heeft betrekking op jouw wil om te voldoen aan standaarden en verwachtingen van anderen. Je hebt het idee dat dierbaren onrealistische verwachtingen van jou hebben, jou streng beoordelen en druk op je uitoefenen om perfect te zijn.

Externe factoren

Cultuur
(patriachaat -> verstand versus gevoel,
welbevinden) Intergenerationeel
Traditie
Sociaal voorgeschreven perfectionisme
Afwijzing
Niet gezien/gehoord worden
Groepsprocessen
Magister (controle van buitenaf)
Internet (vergelijken)
Prestatiedruk
Wereldproblematiek
Groepsdruk
Slutshaming
Victimblaming

Intrinsieke factoren

Intelligentie
Controle
Hormonen
Perfectionisme gericht op het zelf
Gevoelens lastig verwoorden
Willen voldoen -> excelleren
Persoonlijheidsstructuur
Zelfbeeld
Gevoel van (on)veiligheid
Gevoel van eenzaamheid, er niet bij horen
Onzeker

Verwerking

Loyaal aan afkomst
Het eigen subject objectiveren,
door opgelegd beeld/ traditie
Gelijken vinden op fora
Cultuur doorbreken maar dan
aanpassen
Ontkenning van het zelf
Geen ruimte innemen
Automutilatie, eetstoornis, etc
Perfectionisme gericht op
anderen
Verliezen in filosofische
gedachten

Kennis versus welbevinden...

15

Waarom hebben meisjes vaker een depressie dan jongens?



‘Meisjes zouden rond de pubertijd meer empathie ontwikkelen waardoor vervelende gebeurtenissen iets heftiger binnenkomen’

De bevindingen zijn gepubliceerd in [Science Advances](#).

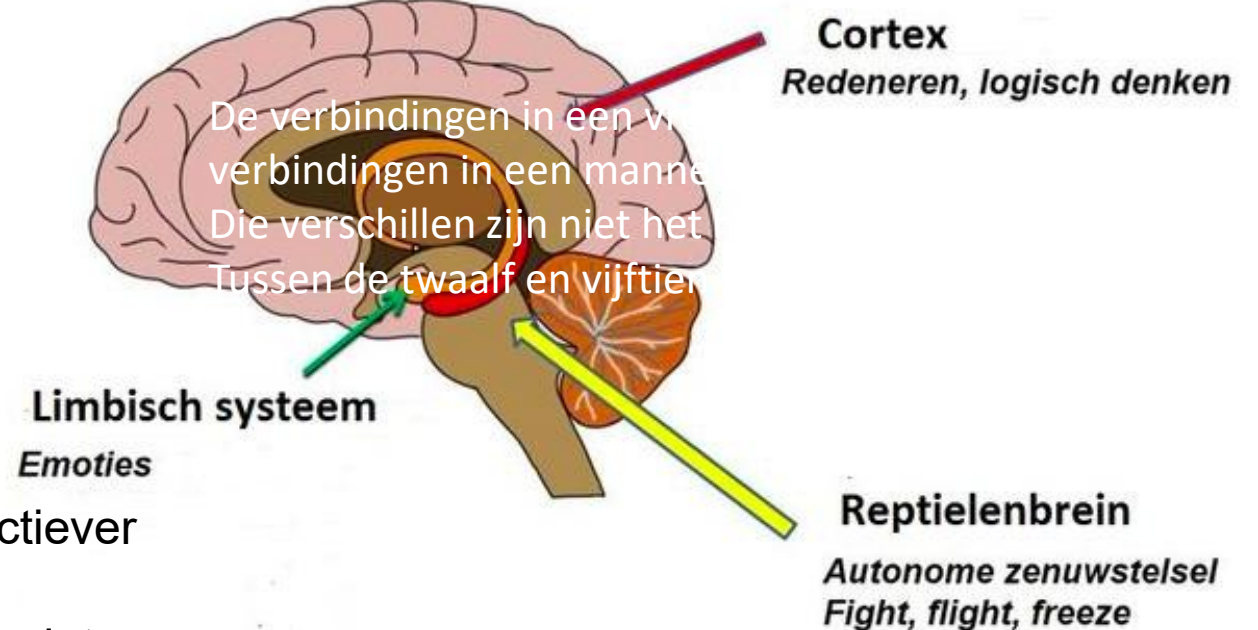
Op vijftienjarige leeftijd hebben meisjes twee keer zoveel kans om depressief te raken als jongens. Nieuw onderzoek suggereert dat verschillen in hersenontwikkeling daar iets mee te maken hebben.

Meisjes piekeren vaker

- Ze zijn sneller angstig en voelen zich vaker ongelukkig dan zo'n vijf jaar geleden. Daar blijft het niet bij: op de spoedeisende hulp komen steeds vaker tienermeisjes en jonge vrouwen (tot 30 jaar) die zichzelf ernstig hebben verwond of een poging tot suïcide deden. Het aantal meiden en jonge vrouwen dat vanwege 'zelf toegebracht letsel' werd opgenomen op de eerste hulp, steeg in tien jaar tijd met bijna 50 procent.
- Hoe dat komt, is niet zeker. Onderzoekers wijzen op de prestatimaatschappij – (vooral) meisjes ervaren steeds meer druk van schoolwerk, maar ook op de nadelige effecten van sociale media. Grote maatschappelijke kwesties zoals de krappe woningmarkt en zorgen over het klimaat spelen mogelijk ook een rol.



Vrouwenbrein vatbaarder depressie angst



- De meeste hersengebieden van vrouwen zijn actiever dan die van mannen.
- Dat geldt met name voor de prefrontale cortex – dat deel van het brein dat belangrijk is voor de concentratie en impulsbeheersing – en het limbische systeem, dat deel van het brein dat betrokken is bij emoties en angst.
- De significant actieve hersengebieden bij de mannen waren met name de visuele en coördinerende gebieden.

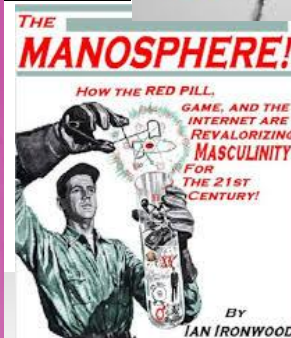
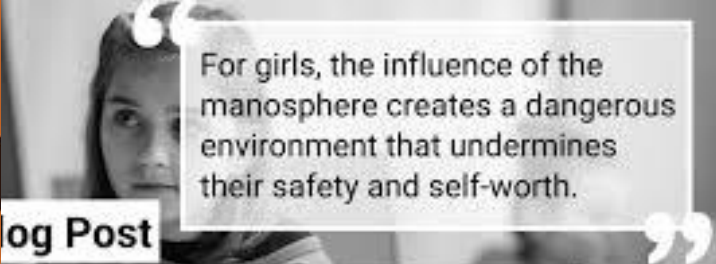


CO-rumineren

Het excessief bespreken van zorgen, problemen en negatieve emoties zoals angst, woede of somberheid binnen een vriendschap. Kort door de bocht: samen piekeren. Vooral meiden en vrouwen doen dat relatief veel.

- Praten lucht op, beloven goedbedoelde overheidscampagnes jongeren – maar in de praktijk lijkt dat niet altijd op te gaan. Je kunt elkaar óók de put in praten.
- ‘Co-rumineren kan een voedingsbodem leggen voor depressieve symptomen, angstklachten en andere psychische stoornissen’, zegt Patricia Vuijk. ‘En hoe jonger iemand dat soort klachten ontwikkelt, hoe groter de kans dat ze er later in haar leven weer last van krijgt.’





Extremisten misbruiken videogames om propaganda te verspreiden: "Concentratiekampen in Minecraft"



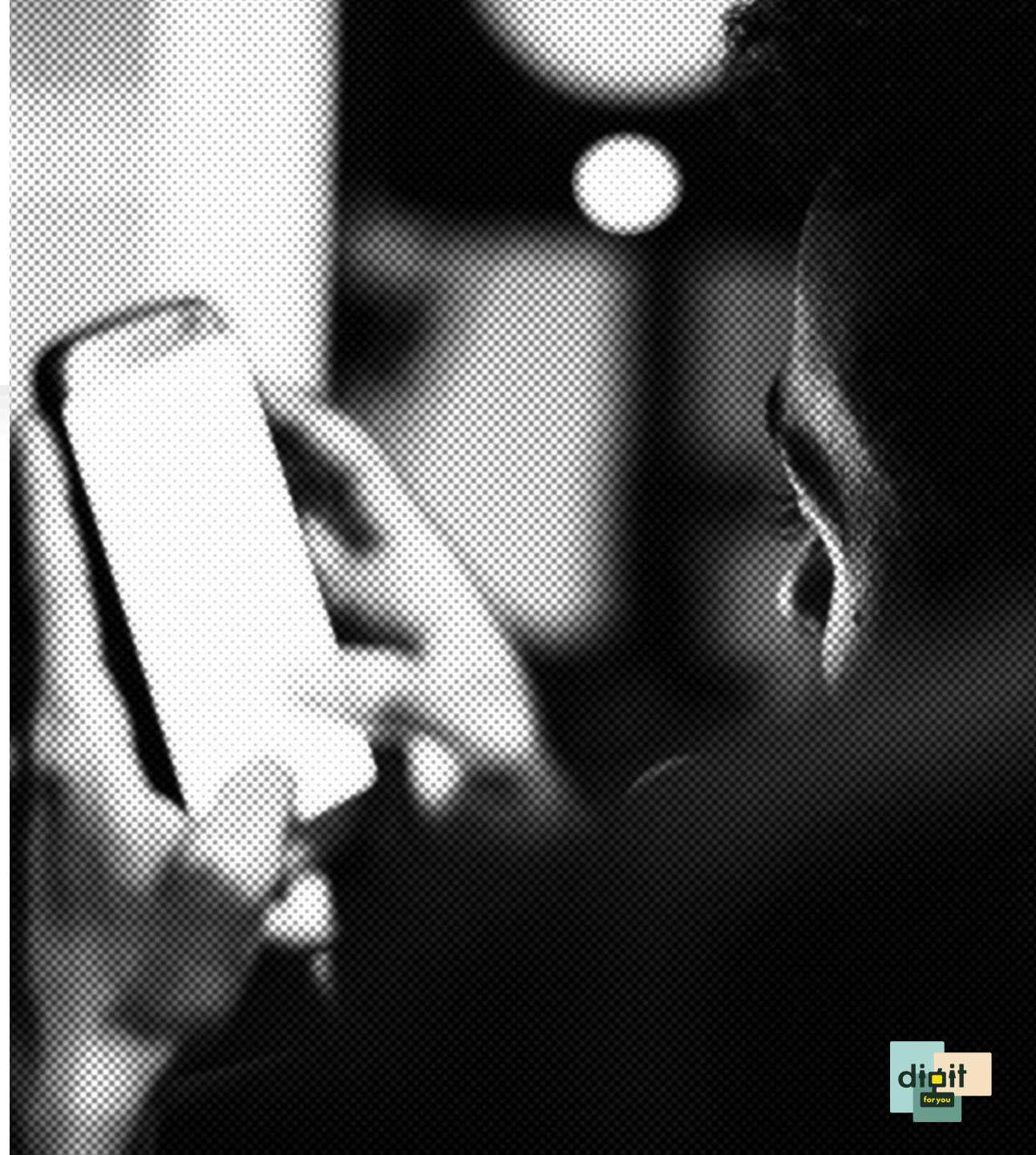
varsityredheads
@varsityredheads

Replying to @nomatchwindyno and @slammie8
One funny. One creepy. Discuss



Conflict Care

- Zorg voor jongeren = méér dan corrigeren
- Verbinden, begeleiden en ruimte geven
- Digitale wereld en conflicten zien als kans om democratisch burgerschap te versterken



Zorg tijdens de conformistische fase

Conflicten niet onderdrukken, maar benutten als leeromgeving

- Democratisch omgaan met verschil
- Spanning verdragen
- Vreedzaam uitwisselen van tegengestelde opvattingen

-> Doel: pluraliteit erkennen & verantwoordelijkheid nemen voor gedeelde toekomst (amor mundi)





#GESPREK:

- **UITNODIGEN**
- **ERKENNEN**
- **BEDANKEN/**
- **BEVESTIGEN**
- **COMPLIMENTEREN**
- **UITNODIGEN**
- **UITLEGGEN**
- **IN CONTACT BLIJVEN**

WAT GEBEURDE HIER?



Jacqueline Kleijer



www.digitforyou.nl

j.Kleijer@digitforyou.nl

Lokaalindeling per mentor

- Klas 2A – lokaal 13
- Klas 2B – lokaal 14
- Klas 2C – lokaal 15
- Klas 2D – lokaal 16

