

Het puberbrein

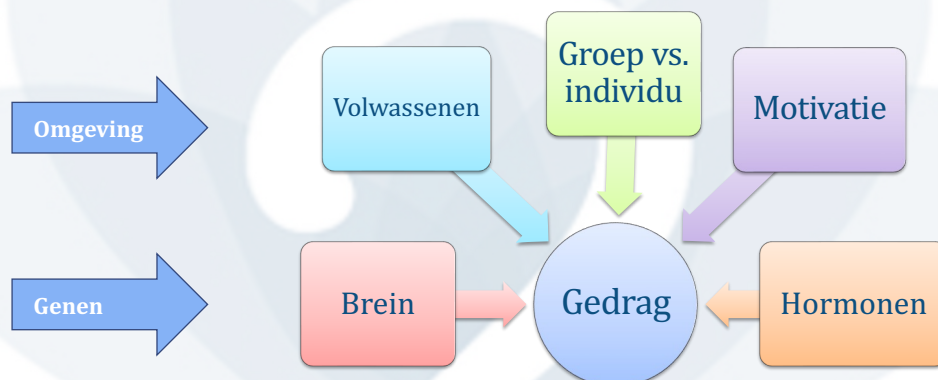
Wegens werkzaamheden tijdelijk buiten bereik?

Dr. Jiska S. Peper



1

Inhoud



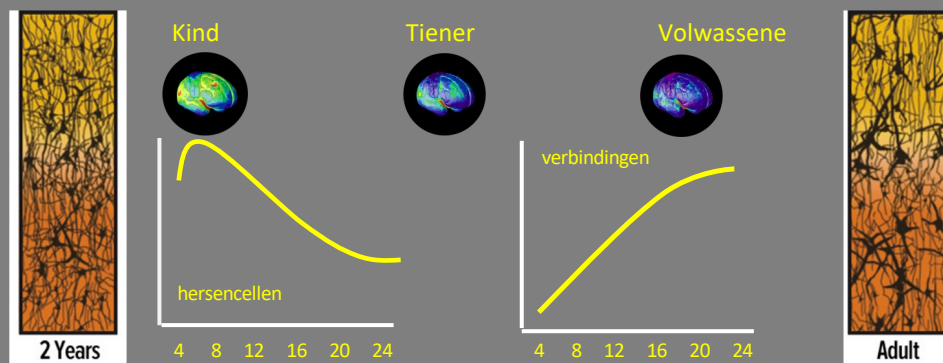
2

Wanneer?



3

Efficiënt brein

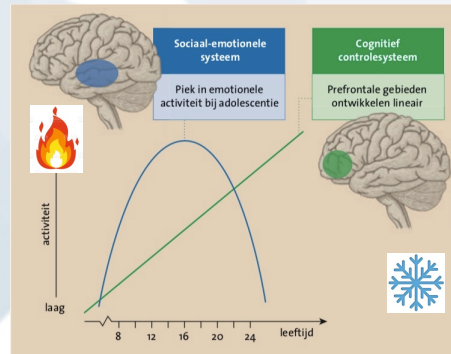
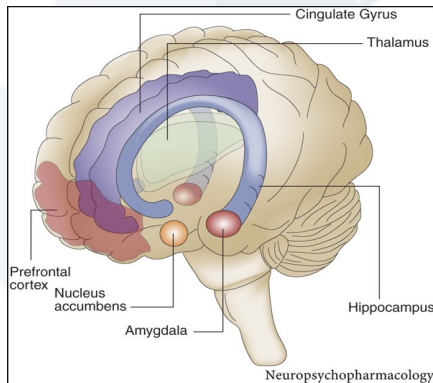


Tamnes et al (2017)

4



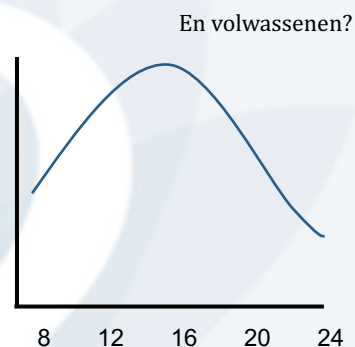
‘Hot’ versus ‘Cool’ brain



Casey (2015)

5

1. Beloningen en het brein



Ook complimenten van volwassenen zijn belonend !

Braams et al (2017), Van Houtum et al (2022)

6

Belonen – kleine mits...



Nu



Over 1 maand

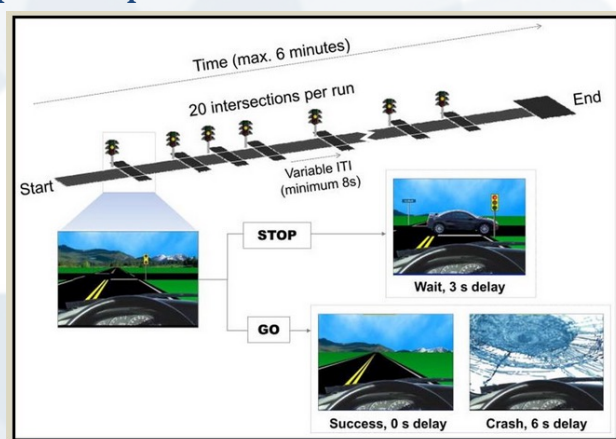
7

2. Prefrontale cortex – is 'ie online?

Stoplicht spel

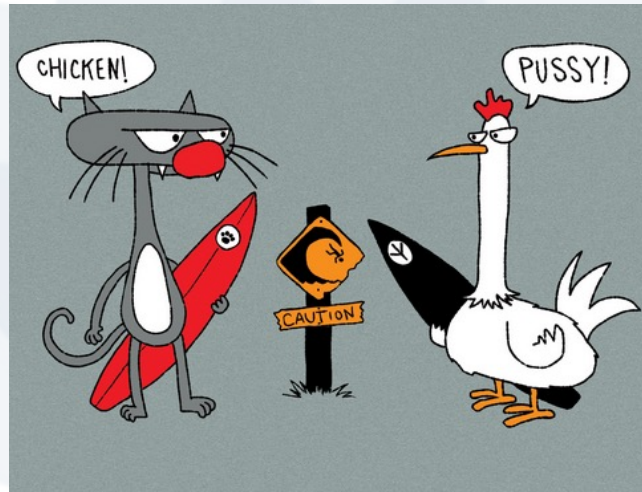
Chein et al (2011).

- Leefijdgenoot
- Volwassene



8

Groepsdruk



9

Risicogedrag 2.0

- Actie starten voor een goed doel
- Vrienden maken/opkomen voor gepeste leerling
- Nieuwe haarstijl uitproberen
- ...

10

De andere kant van groepsdruk



11

Psychologische basisbehoeften

- Relatie (ik word gezien)
- Competentie (ik kan het)
- Autonomie (ik kan het zelf)

12

Tips:

*** Competentie:**

Het is niet altijd onwil, maar vaak onmacht! (kleine succeservaringen)

*** Relatie:** Ondersteuning –op afstand- is nodig (en luisterend oor/begrip)

*** Autonomie:**

- Tieners zien graag het nut van dingen
- Laten meedenken
- Oplossingen verzinnen
- Respectvolle taal

13



Universiteit Leiden
The Netherlands

Dank voor de aandacht!

jiska@science2share.nl
www.science2share.nl

14