



Ik denk dat jij...



Hoe speel je dit spel?

- ◆ Speel het spel met één ouder en één kind. Zo kun je rustig praten en echt naar elkaar luisteren.
- ◆ Het spel heeft 12 kaartjes met stellingen over vaperen en opvoeden.
- ◆ Om de beurt pakt iemand een kaartje en leest de stelling hardop voor.
- ◆ Daarna zegt de lezer hoe hij/zij denkt dat de ander over die stelling denkt. Begin met: **“Ik denk dat jij...”** Zo leer je om je in elkaar te verplaatsen.
- ◆ Stel vragen aan elkaar en luister goed. Geef elkaar de ruimte om te praten.
- ◆ Als alle kaartjes zijn gespeeld, vertellen jullie wat jullie verraste of wat je niet had verwacht te horen.
- ◆ Sluit af met een compliment aan elkaar over het gesprek.

VEEL PLEZIER SAMEN!



7 tips voor ouders

1 Toon warmte en betrokkenheid

Door samen tijd door te brengen en belangstelling te tonen, voelt je kind zich gezien en begrepen.

2 Geef het goede voorbeeld

Wat jij doet en zegt over vaperen heeft veel invloed op je kind.

3 Praat met je kind

Door open te praten weet je wat er speelt en blijf je in contact.

4 Stel duidelijke grenzen en maak afspraken met elkaar

Regels geven duidelijkheid en helpen bij het maken van goede keuzes.

5 Zorg dat je zelf genoeg weet

Zo kun je beter uitleggen waarom je grenzen stelt.

6 Herken de signalen

Verandert er iets? Dan is het goed om rustig het gesprek aan te gaan.

7 Praat met andere ouders

Andere ouders maken vaak hetzelfde mee en kunnen steun of tips geven.



**Als je vaperen
verbiedt wordt
het juist extra
aantrekkelijk.**



**Ouders die zelf
vapen, kunnen
het hun kind
niet verbieden.**



**Als je je niet
aan de afspraken
houdt, mag dit
gevolgen hebben.**



**Het is lastig om
'nee' te zeggen
tegen vaperen als
je vrienden
het doen.**



**Vapen is pas
een probleem
als het een
gewoonte wordt.**



**Regels over vapen
zijn niet nodig
als je je kind
vertrouwt.**



**Ouders hebben
weinig invloed op
het vape-gedrag
van hun kind.**



**Jongeren zijn
verstandig genoeg
om zelf te bepalen
of ze wel of
niet vaperen.**



**Als je open
praat over vaperen,
voorkom je
stiekem gedrag.**



**Vapen is een
manier om
erbij te horen.**



**Het stellen van
regels over vapen
brengt de goede
band tussen ouder
en kind in gevaar.**



Regels maken
over vaperen heeft
geen zin, jongeren
doen toch wat
ze **willen**.



HELDER OPVOEDEN

Wil je meer informatie?

Kijk op www.helderopvoeden.nl

Wil jouw kind stoppen met vaperen?

Kijk op www.ikstopnu.nl/jong

Of bel met de gratis Stoplijn (0800-1995).





Ik denk dat jij...

