

Draaiboek 'Quiz over schermgebruik'



Colofon

Deze activiteit is ontwikkeld door Dreamsupport, Food4Smiles (Vrije Universiteit en Fred Foundation), gemeente Amsterdam en gezondheidsambassadeurs uit Amsterdam Nieuw-West.

© 2019

Het draaiboek en de bijbehorende quiz mogen vrij gebruikt en verspreid worden door andere partijen.

Meer weten?

www.dreamsupport.nl

www.food4smiles.nl

www.amsterdam.nl/sociaaldomein/blijven-wij-gezond



Draaiboek 'Quiz over schermgebruik'

Benodigheden

- Quizvragen
- A/B/C-kaarten voor deelnemers
- Achtergrondinformatie over het onderwerp

Achtergrondinformatie

Ouders met jonge kinderen vinden het vaak fijn om andere ouders te leren kennen en onderling ervaringen en tips uit te wisselen. Door middel van een quiz willen we op plekken waar ouders al bij elkaar komen het onderlinge gesprek stimuleren. Hierdoor hopen we dat ouders elkaar wat beter leren kennen en dat de onderwerpen die worden besproken ouders helpen bij het nadenken over schermgebruik van hun kind(eren). Tijdens de quiz kunnen deelnemers ervaringen uitwisselen, persoonlijke verhalen delen en uitwijken over gedachten, gevoelens en handelingen.

Aan de slag

1. De gespreksbegeleider stelt zich voor en legt uit wat het doel is:

Gespreksleider/Introductie: *'Wij zijn gezondheidsambassadeurs en willen samen met de buurt bijdragen aan een gezonde leefstijl voor ouders en kinderen, met name voor kinderen van 0 tot 2 jaar'. Deze periode wordt ook wel 'de eerste 1000 dagen' genoemd en is de periode van de zwangerschap tot de tweede verjaardag. In deze periode wordt de basis gelegd voor een gezonde groei en ontwikkeling van het kindje. Wij zetten ons als gezondheidsambassadeurs speciaal in voor ouders met jonge kinderen'.*

Gespreksleider/Het doel: *'En vandaag willen we graag met jullie in gesprek gaan aan de hand van een vragenquiz over schermgebruik die wij graag met jullie willen doen. Het doel hiervan is om elkaar wat beter te leren kennen en ervaringen over het ouderschap uit te wisselen'.*

2. Alle deelnemers stellen zich kort voor en vertellen wat hun eerste gedachte is bij schermgebruik. Afhankelijk van de beschikbare tijd is er ruimte voor de deelnemers om er onderling op in te gaan, maar dit wordt niet actief gestimuleerd door de begeleider.
3. De gespreksleider deelt aan alle aanwezigen de kaartjes uit met A/B/C erop, iedereen krijg een eigen setje.
4. De quiz bestaat uit verschillende meerkeuzevragen, stellingen en open vragen. Bij iedere bladzijde (flap-over) komt eerst de vraag/stelling zodat de deelnemers deze kunnen zien, aan de achterkant staat de vraag met het antwoord (en uitleg) voor de begeleider zelf, zodat

zij/hij deze kan voorlezen.

5. De gespreksleider leest de vraag of stelling voor en vraagt de deelnemers hun antwoord te kiezen en de bijpassende antwoordkaart omhoog te houden (A, B, C). Na het kiezen van een antwoord kan de gespreksleider de deelnemers vragen hun antwoord toe te lichten en gaat men met elkaar in gesprek (hangt van de setting/tijd af). Er zijn ook vragen zonder vast antwoord, dit zijn vragen om in de groep met elkaar te bespreken.
6. Vraag na afloop aan de groep hoe ze de activiteit vonden en rond het gesprek af.

Tips voor begeleiders

- a) Zorg dat je positieve aandacht krijgt: "We gaan gezellig een spel spelen en elkaar leren kennen!", is beter dan: "Heeft er iemand zin in een spel?"
- b) Zorg dat iedereen je kan zien en horen. Keer niet je rug naar de deelnemers door bijvoorbeeld in het midden van een kring te gaan staan, maar ga juist tussen de mensen in de kring staan.
- c) Ondersteun je uitleg eventueel met een voorbeeld.
- d) Als je merkt dat de deelnemers het te ingewikkeld vinden, leg dan alleen de basisregels uit. Als het spel begonnen is, kan je de rest van de regels uitleggen.
- e) Maak duidelijk wat de grenzen zijn/basisregels (geen kwetsende opmerkingen, naar elkaar luisteren en elkaar laten uitpraten).

