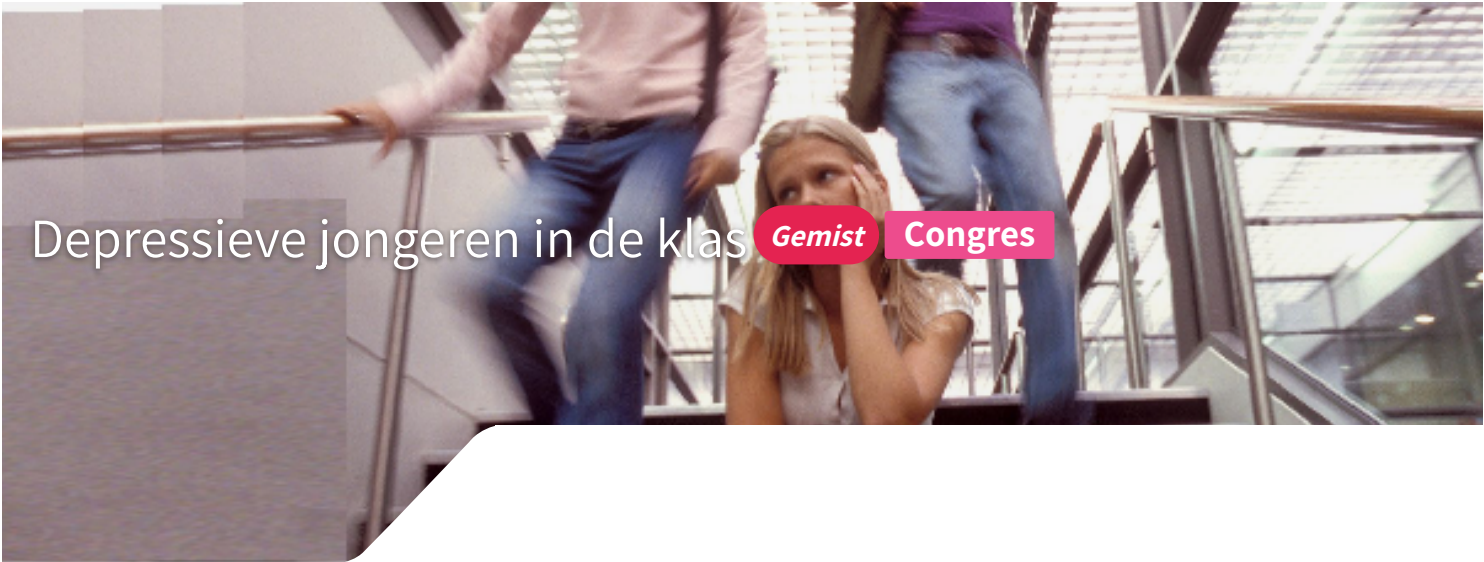




Depressieve jongeren in de klas

Gemist

Congres

Een waardeloos gevoel, nergens zin in hebben en een slechte concentratie: sombere gevoelens liggen als een zware deken op depressieve leerlingen. Snel hulp zoeken is belangrijk om de duur van een depressie te verkorten. Wat kun je vanuit jouw rol doen als een leerling somber of depressief is? En hoe leg je contact met jongeren met psychische problemen?

Bied passende begeleiding aan sombere en depressieve jongeren!

Tijdens dit congres krijg je onder meer antwoord op de volgende vragen:

- Welke gevolgen heeft een depressie bij jongeren op schoolgebied?
- Hoe herken je zelfbeschadigend gedrag of een suïcidepoging?
- Wat is de invloed van sociale media op het welbevinden van jongeren?

Voor wie

Dit congres is ontwikkeld voor:

- Docenten
- Mentoren
- Zorg- / ondersteuningscoördinatoren
- Vertrouwenspersonen
- Studieloopbaanbegeleiders

uit het vo en mbo. Overige geïnteresseerden zijn uiteraard ook van harte welkom.

Programma

9.15

Ontvangst met koffie en thee

9.45

Opening door dagvoorzitter Natasha Seesink

10.00

Depressie nader bekeken

Yvonne Stikkelbroek, klinisch psycholoog GGZ Oost Brabant en docent orthopedagogiek Universiteit Utrecht

- Een dipje, somberheid of depressie? Signalen en cijfers
- Wat zijn oorzaken en risicofactoren bij het ontstaan van een depressie op jonge leeftijd?
- Hoe verloopt een depressie?
- Welke gevolgen op schoolgebied heeft een depressie bij jongeren?
- Blik op de toekomst - mogelijke gevolgen van een depressie op de lange(re) termijn

11.00

Koffie- en theepauze

11.15

Preventie van depressie op school

Denise Bodden, universitair docent en gz-psycholoog

- Wat kun je doen vanuit jouw rol als een leerling somber of depressief is?
- Wat werkt in de preventie van depressie op school?
- Oefeningen voor in de klas ter preventie van depressie

12.15

Ervaringsverhaal

Elwin Goedgedrag, ervaringsdeskundige

De 32-jarige Elwin is negen jaar depressief geweest. Het begon toen hij op de middelbare school zat. Tegenwoordig begeleidt hij bijeenkomsten voor lotgenoten en is hij actief als community manager op een online platform voor mensen met depressie. Hij vertelt waar onderwijsprofessionals op in kunnen spelen als het gaat om begeleiding van leerlingen met depressieve klachten, gebaseerd op de ervaring van medestudenten.

12.45

Verzorgde lunch

13.45

Zelfbeschadiging of een suïcide(poging) bij jongeren

Annelies Spithoven, trainer en teamcoach Vloed en Eb

- Hoe herken je zelfbeschadigend gedrag of een suïcidepoging?
- Hoe leg je contact met jongeren met zelfbeschadigend gedrag of suïcideproblematiek?
- Een suïcide(poging) en zelfbeschadigende jongeren op je school - wat doet dit met jou, leerlingen en ouders?
- Welke verantwoordelijkheid heeft de school? En wat is jouw rol?

14.45

Koffie- en theepauze

15.00

Social media en mentaal welbevinden

Klaartje Schüngel, trainer/coach jeugd en sociale media SocialmediaIMPACT

- Wat is de invloed van sociale media op het welbevinden van jongeren?
- Op welke sociale media zijn jongeren actief en hoe tonen ze hun gevoelens?
- Hoe ga je in gesprek met jongeren over mentale problemen en social media?

16.00

Afsluiting door dagvoorzitter

Spontane quotes

Deskundige sprekers, goede link naar de praktijk, goed verzorgd, mooie en goed bereikbare

locatie

vo docent



Deskundige sprekers, goede link naar de praktijk, goed verzorgd, mooie en goed bereikbare

locatie

vo docent



Praktische Informatie



Datum

Vrijdag 2 februari 2024



Kosten

Naast toegang tot het congres krijg je:

- ✓ hand-outs met de presentatie van de sprekers
- ✓ een persoonlijk certificaat van deelname
- ✓ de hele dag koffie, thee en versnaperingen
- ✓ een uitgebreide lunch

De prijs bedraagt 445 ex btw. Kom je met een groep, dan is iedere **5e deelnemer gratis**.



Adres

Congrescentrum In de Driehoek

Willemsplantsoen 1c

3511 LA Utrecht



Locatie en parkeren

Congrescentrum In de Driehoek, Utrecht

[Klik hier voor de website van Congrescentrum In de Driehoek](#)

Wegwerkzaamheden Utrecht-Centrum

Vanwege diverse wegwerkzaamheden in Utrecht-Centrum raden wij je aan met het openbaar vervoer naar deze locatie te komen. Indien je met de auto wenst te komen verwijzen wij je voor de actuele stand van zaken naar: <http://www.cu2030.nl/actueel/werkzaamheden>.

Met de auto

Utrecht Centrum aanhouden, nabij Hoog Catharijne

Parkeren

- Parkeergarage Hoog Catharijne P1 aan de Spoorstraat 22; dag en nacht geopend
- Parkeergarage Hoog Catharijne P2 aan de Spoorstraat 17; dag en nacht geopend
- Parkeergarage Hoog Catharijne P3 aan de Stationsstraat 152; dag en nacht geopend

- Parkeergarage Hoog Catharijne P4 aan de Stationsstraat 29; dag en nacht geopend
- Parkeergarage Hoog Catharijne P5 aan de Rijnkade 16; dag en nacht geopend

Met het Openbaar Vervoer

Congrescentrum In de Driehoek ligt in het centrum van Utrecht, vlak bij het Centraal Station en het busstation:

Vanaf de stationshal richting Hoog Catharijne. Volg de borden uitgang Moreelsepark. Sla linksaf, steek de Catharijnesingel over en ga rechtsaf. Loop rechtdoor, na 130 meter ziet je aan je linkerhand een kerk met 2 identieke torens. Links van de kerk is een stenen gebouw met grijze deur, dat is de ingang van In de Driehoek.

[Download routebeschrijving](#)



Certificaat

Je ontvangt na afloop een certificaat van deelname, dat je kunt downloaden via je [Profielpagina](#).