



Nieuwsbrief schoolmaatschappelijk werk januari 2023

Thema: Schoolstress

Beste ouders/ verzorgers,

Heeft je kind er weleens last van dat hij of zij iets opeens niet meer durft? Dichtslaat voor een toets of niet uit zijn/haar woorden kan komen bij een goed voorbereide spreekbeurt? Dan kan je kind last hebben van schoolstress.

Uit onderzoek blijkt dat 40% van de kinderen op de basisschool tussen de 8 en 12 jaar last heeft van schoolstress. Dit heeft te maken met de druk om te presteren, niet kunnen voldoen aan de eisen en steeds jonger en vaker toetsen moeten doen.

Stress

School kan dus stress geven. Bij leerlingen is dit een groeiend probleem. Het is slecht voor je gezondheid en je wordt er ook ongelukkig van. Niet iedereen reageert hetzelfde op stress. Toch zal je kind de rest van zijn leven nog in aanraking kunnen komen met triggers die stress kunnen veroorzaken. Hoe kan je als ouder hiermee omgaan en het effect van schoolstress verminderen?

Informatieavond voor ouders

Wil je meer over dit onderwerp te weten komen of tips en adviezen over hoe je ermee om kan gaan? Op **31 januari 2023 om 19.00** uur wordt er een online informatieavond door Schoolformaat georganiseerd, deze informatieavond wordt georganiseerd in samenwerking met de Jeugdformaat academie'. Om deel te kunnen nemen aan de Webinar moet je jezelf aanmelden. [Klik hier](#) om je aan te melden.

Heb je nog vragen, dan kun je altijd contact met mij opnemen.

Met vriendelijke groet,

Annette Louwersheimer (school maatschappelijk werker)
a.louwersheimer@schoolformaat.nl