

Bijlage

Werkvorm: luisteren zonder te overtuigen

Aanvullend uitleg:

Iedereen is verschillend, niemand is hetzelfde. Soms denk je hetzelfde als een ander, en soms denk je iets anders. Als iemand heel anders denkt dan jij, dan heet dat polarisatie. Soms kan het spannend of lastig zijn om een gesprek aan te gaan met iemand die anders denkt. Toch is dat belangrijk, omdat we door te praten de ander beter leren begrijpen. We weten niet hoe iemand denkt, wat diegene vindt, of dat je misschien een verkeerd vooroordeel hebt.

De eerste stap om met meer zelfvertrouwen een polariserend gesprek aan te gaan, begint bij een juiste luisterhouding: zonder oordelen en met respect voor de ander.

We gaan oefenen met het geven van je mening, wat je doet als iemand het helemaal anders ziet, én hoe je dan toch allebei respectvol kunt reageren.

Je kunt zelf stellingen bedenken die passen bij de groep, of je kunt de onderstaande lijst gebruiken. TIP: De ananas-vraag werkt heel goed, vooral als je deze spannend inleidt met iets als: *"Bij de volgende stelling lopen de emoties vaak hoog op. Dus luister goed, voel je emoties, en haal eerst even rustig adem voordat je praat, zodat we geen ruzie krijgen."*

Voorbeelden van meningen:

- Ananas hoort niet op een pizza
- Meisjes zijn beter dan jongens
- De Mac is beter dan de KFC
- Vuurwerk moet helemaal verboden worden
- Liegen is soms oké
- Je mag schreeuwen/schelden tegen een vriend of vriendin



Reflectievragen:

Hoe was het om je mening te geven?

Hoe was het om te luisteren naar iemand met wie je het heel erg oneens was?

Hoe was het om niet in discussie te mogen gaan, "dankjewel" te zeggen, of niet weg te lopen zonder je gelijk te krijgen?

Wat kun je hiervan leren over het kijken door de bril van een ander?

Werkvorm groepsdruk en pesten: welk effect heeft mijn gedrag op de ander?

Je kan onderstaande vragen gebruiken om aan de leerlingen van de gang te vragen hoe het experiment voor diegene was:

- Wat viel je op bij het binnenkomen? Hoe voelde het om terug te komen?
- Hoe was het om mee te doen in het gesprek? Was het moeilijk of makkelijk om mee te praten?
- Had je ook de neiging om mee te fluisteren (of iets anders)?
- Hoe voelde het dat de hele groep iets deed, maar jij daar niet bij hoorde?
- Hoe voelde je je? Was je gespannen, nieuwsgierig?
- Hoe voelde het om terug te komen? Fijn, minder fijn en waarom?
- Waarom ging je staan/zitten?

Je kan met de klas nog een aantal andere variaties doen. Ook al snappen ze de bedoeling, het nu nog weer eens zien, ervaring en herkennen geeft inzicht over de uitleg bij de leerlingen.

Belangrijk: Kies als docent bewust welke leerling je bij welke oefening inzet; uitdagen mag, maar veiligheid staat voorop. Voelt een oefening te spannend, begin dan met een laagdrempeliger alternatief. Houd daarbij in gedachten dat de opbrengst van deze oefeningen juist heel groot kan zijn.



De volgende varianten die je kan toepassen zijn:

- Laat de leerling van de gang terugkomen in de klas en iets vooraan in de klas vertellen over zijn of haar hobby's, interesse of iets anders. Als docent help jij de leerling door vragen te stellen. De groepsopdracht is dat de leerlingen mogen lachen (niet hard of uitlachen maar leuk gek lachen) als de leerling vooraan de klas begint met praten. Stopt de leerling met praten? Stopt ook het lachen. Begint de leerling weer met praten? Lach. Gaat de leerling vooraan de klas automatisch mee lachen? Waarschijnlijk wel. Lachen is aanstekelijk ;) -> variant als lachen te onveilig is: laat de leerlingen klappen tijdens dat de leerling iets voor de klas vertelt.
- Laat de leerling van de gang terugkomen in de klas en meedoen in het gesprek. Je hebt als groepsopdracht 1 leerling de taak gegeven om, na jouw knikje, naar het raam te lopen. De leerling roept dan: 'Wow er is een vet groot ongeluk gebeurd!' Laat de leerling het dramatisch maken. De andere leerlingen lopen daarna ook allemaal naar het raam om te gaan kijken. Wat doet dit met de leerling die van niks weet? Loopt diegene ook mee naar het raam om te kijken?
- Stuur twee leerlingen naar de gang. Laat een leerling klappend en juichend het lokaal in komen lopen, en laat een leerling met boegeroep in de klas komen. Hoe voelt dat verschil?

Je kan nog aanvullende vragen op het eind stellen, met als voorbeeld:

- Hoe willen jullie als groep zijn?
- Heb je weleens iets gedaan door groepsdruk waar je achteraf spijt van had?
- Op welke plekken zien we groepsdruk nog meer terugkomen? Denk aan: trends, social media, in vriendengroepen, met roken enzovoort.
- Wat heb je nodig om je eigen plan te trekken en niet te veel mee te gaan in negatieve groepsdruk?



Werkvorm: rollenspel met wisbordjes (20 minuten)

Voorbeelden van situaties:

- Jullie krijgen een nieuw meisje in de klas, genaamd Ria. Ria heeft nog niet veel vrienden op school gemaakt en voelt zich daardoor wat onzeker vandaag. Het is lunchtijd. Ria heeft een pannenkoek met pindakaas en hagelslag mee. Ze opent haar broodtrommel en staat op het punt om een hap te nemen van haar pannenkoek. Op dat moment komt de pester aangelopen. De pester hangt boven haar broodtrommel en zegt: "Gadverdamme, eet je nou een pannenkoek met pindakaas en hagelslag? Bah. Waarom eet je dat? Je bent echt een vies varken. De pester doet een biggetje na en zegt 'knor knor'
- Tijdens de gymles moet de klas teams maken voor een sport. Een leerling wordt als laatste gekozen en hoort iemand zeggen: "Ugh, nu moeten we die erbij nemen.
- Je bent aan het fietsen in je buurt. Je ziet op het schoolplein jouw vrienden of klasgenoten tegenover een groep vierdejaars jongens staan. De vierdejaars jongens maken een dreigende houding naar jouw vrienden/klasgenoten toe. Het lijkt erop dat ze bijna gaan vechten.

Extra reflectievragen:

- Welke behoefte denk je dat er onder het gedrag van de pester zit? Waarom pest hij/zij?

- Welke behoefte denk je dat er onder het gedrag van een toeschouwer die niks doet zit?

Waarom doet hij/zij niks? En als iemand wel ingrijpt, waarom doet diegene dat dan wel?

- Welke behoefte denk je dat een slachtoffer heeft? Wat zou jij kunnen doen om te helpen?

Kun je iets doen om niet of minder gepest te worden?

Optioneel: Vaak hoor je terug in de antwoorden dat je niet mag snitchen. Wat nou als wij de norm veranderen en afspreken met elkaar dat het wel goed is om af en toe te snitchen? Hoe zou dat dan zijn?



Werkvorm: verschil plagen en pesten

Voorbeeld stellingen:

- Een leerling loopt langzaam naar je kluisje. Iemand roept lachend: 'Kom op, slome slak.'
- Iedere pauze zeggen drie jongens: 'Hé vieze nerd, ga je weer alleen zitten?'"
- Een vriend zegt: 'Wow, jij klinkt echt als een robot als je Engels praat.'
- Je moet huilen bij een film. Iemand roept: "Doe niet zo gay, man."
- Een meisje zegt bij gym: 'Jij? Keeper? Dan verliezen we sowieso.'
- Iemand zegt: "Jij spreekt best goed Nederlands voor een buitenlander."
- Jij hebt ADHD, dus jij snapt dit toch niet.
- Er is iets gestolen. Iemand zegt 'sowieso hebben die kut-Turken dit weer gestolen, dat is altijd zo bij dat volk'
- Een jongen wordt uitgelachen omdat hij nagellak draagt.

