

**WEEK
TEGEN
PESTEN**

DE #DURFIJHETAAN?-LES

Les om het thema **#Durfijhetaan?** te behandelen en daarmee te werken aan een positieve groepsvorming





Voorbereiding

Lesduur: 60 minuten

Voorbereidingstijd: 60 – 90 minuten

Benodigdheden

- Smartboard of beamer
- Internet
- Materiaal om kwaliteiten te verkennen (punt 4)

Doelgroep

- Bovenbouw primair onderwijs
- Onderbouw voortgezet onderwijs

Lesdoelen

- De leerling heeft meer inzicht in zijn of haar eigen sterke kanten
- De leerling weet dat iedereen sterke en minder sterke kanten heeft
- De leerling ziet in dat elke kwaliteit waardevol is
- Werken aan groepsdynamica (kennismaking)
- Positieve(re) sfeer in de klas

WOW, SPANNEND



1 Introductie pesten

10 minuten (voorbereiding 20 minuten)

Praten over pesten is lastig. Leerlingen schamen zich (pester of gepeste) of hebben het gevoel dat er iets van ze verwacht wordt wat ze niet kunnen waarmaken (omstanders) of denken dat er in de klas niet gepest wordt. Op de vraag of er gepest wordt in de klas wordt kan daarom ontkennend gereageerd worden.

Om het thema te introduceren vertel je eerst iets over de impact van pesten. Het doel hiervan is om begrip te kweken en te verduidelijken wat de gevolgen kunnen zijn. Het is nadrukkelijk niet de bedoeling om leerlingen het idee te geven dat ze falen als ze niet ingrijpen bij pesten (voor zichzelf of een ander). Ingrijpen bij pesten: graag, maar alleen op jouw manier.

Achtergrondinformatie over pesten is o.a. te vinden op:

- <http://www.schoolveiligheid.nl/thema/pesten/>
- <http://www.pestweb.nl/>
- <http://www.nji.nl/Pesten-Probleemschets>

De volgende fragmenten kunnen de impact van pesten verduidelijken:

- Filmpjes YoungWorks: https://youtu.be/jY_gVSt6T4o
- Spangas: <https://www.youtube.com/watch?v=5WpBufYJhCg>
- Trailer Spijtl!: <https://www.youtube.com/watch?v=S6S6jhgZa9c>
- Logan Fairbanks: <https://www.youtube.com/watch?v=rXLxyOZQ1oM> (Engels)

**IK DURF
HET AAN!**

2 Direct effect

15 minuten (voorbereiding: 5 minuten)

Praten over pesten en de gevolgen daarvan is heel belangrijk, het geeft inzicht en begrip. Met deze #Durfjijhetaan -les gaan we een stap verder, het doel is een positieve(re) sfeer in de groep zodat de kans op pestgedrag afneemt.

[Uit studies blijkt](#) dat het positief benaderen van (een groep) mensen al direct een positief effect heeft. In deze les doen we dit door leerlingen naar hun eigen en elkaars kwaliteiten te laten kijken.

Dat is best spannend; het betekent dat docent én leerlingen zich kwetsbaar op moet stellen. Daar kun je zelf het goede voorbeeld in geven door iets over jezelf te vertellen. Bijvoorbeeld over jouw keuze om voor de klas te gaan staan. Waarom je er plezier uithaalt om les te geven en je leerlingen verder te helpen. Leerlingen zijn verrast als ze horen dat hun docent zich over hun welzijn bekommert.

Laat je daarbij bijvoorbeeld inspireren door dit filmpje: <https://youtu.be/w85h2iiArE8>

JA!

3 Durf jij het aan?

5 minuten (voorbereiding: 5 minuten)

De kop is eraf, je hebt je als docent kwetsbaar opgesteld door iets van jezelf te laten zien: een voorwaarde voor het werken aan sociale veiligheid in de klas.

Nu is het de beurt aan de leerlingen om iets over zichzelf en elkaar te weten te komen: wat zijn hun kwaliteiten? Durven zij het aan om iets van zichzelf te laten zien?

Maak duidelijk dat er een verschil is tussen kwaliteiten en talenten: niet iedereen heeft talenten, iedereen heeft kwaliteiten.

 **Een luchtige en laagdrempelige manier om het onderwerp kwaliteiten bespreekbaar te maken is het volgende filmpje van Bert & Ernie** https://www.youtube.com/watch?v=eIAhJ_mw4SQ

- Welke kwaliteiten heeft Ernie (energiek, grappig, vrolijk)?
- Welke kwaliteiten heeft Bert: (geduldig, eerlijk, dankbaar)?
- Kent de leerling zijn eigen kwaliteiten? En die van de anderen?

4 Activiteit: kwaliteiten ontdekken

15 minuten (voorbereiding: 15–30 minuten)

Ga met elkaar op onderzoek, welke kwaliteiten hebben de leerlingen?

Er zijn diverse materialen op de markt die helpen om hierachter te komen. Het ene is uitgebreider dan het andere:

AANBIEDER	ACTIVITEIT	PO/VO
CPS	Kinderkwaliteitenspel (Kaartspel) Handleiding	PO
CPS	Ken je Kwaliteiten! (Kaartspel) Handleiding	VO (vanaf 14 jaar)
Gelukskoffer	Lessen in Geluk (Lessenserie) Les 4, oefening 1	PO (8-11 jaar)
Onderwijsmaakjesamen.nl	Kleedje Draaien (Spel) welke kwaliteiten zijn er te onderscheiden?	PO + VO
	Nieuwe Naam (Spel) Kies een bijvoeglijk naamwoord dat overeenkomt met een kwaliteit	PO + VO

- [Lessen in Geluk](#) van Stichting Lessen in Geluk biedt een gratis lessenreeks. In één van de lessen wordt gewerkt aan het leren kennen van kwaliteiten.

5 Verwerken testresultaten: dit is onze klas

10 minuten (voorbereiding: 10-20 minuten)

Nu heeft iedere leerling zicht op (een deel van) zijn eigen kwaliteiten. Dat is een mooi begin. Een stapje verder in het 'positieve proces' is het in kaart brengen van alle kwaliteiten bij elkaar. Doel hiervan is dat leerlingen zien dat klasgenoten ook kwaliteiten hebben en dat deze net zo waardevol zijn als die van zichzelf. Benadruk de kracht van diversiteit.

Woordwolk:

<http://www.tagcrowd.com/>

<http://www.woordwolk.nl/>

Infographic

<https://infogr.am/>

<http://piktochart.com>

JA!

6 Afsluiting

Er is nu een mooi beeld ontstaan van de diversiteit aan kwaliteiten in de klas. Dit kan bijvoorbeeld geplaatst worden op de Facebookpagina van de klas of worden uitgeprint en opgehangen in de (mentor)klas.

Maar er zijn meerdere mogelijkheden; koppel het aan de handvaardigheidsles en maak een mooi beeld van de klas. Of kies per kwaliteit een dier en stel een diertuin samen. Waarom is het leuk om een diertuin te bezoeken? Omdat er zoveel verschillende soorten te zien zijn!

IK DURF
HET AAN!

7 Effect

Heeft deze les effect gehad? Kunnen leerlingen hier iets mee? Heb je zelf het idee dat het wat heeft opgebracht? Dat zijn vragen waar je graag antwoord op wilt. Je komt hier het best achter door het gesprek aan te gaan:

- **Met leerlingen**

Wat vonden jullie van deze les? Heb je het idee dat je anders naar jezelf en je klasgenoten kijkt?
Heb je dingen ontdekt die je hebben verrast? Hoe denk je dat we hiermee verder kunnen?

- **Met jezelf**

Wat zie ik aan de leerlingen? Wat merk ik aan de sfeer in de klas?
Hoe vond ik het zelf om deze les te geven? Hoe wil ik hiermee verder?

- **Met collega's**

Wat is hun ervaring met de les? Waar liepen zij tegenaan? Hoe hebben hun leerlingen gereageerd?
Hoe willen zij ermee verder? Willen we hier samen iets mee?

Lees ook de blogs op www.weektegenpesten.com! Verschillende collega's uit het land durven het aan om hun ervaringen te delen. Hun ervaringen met de les, met de eerste dagen van het nieuwe schooljaar, met de momenten waarin 'het lukt' en die waarin 'het niet lukt'. Mocht je een bijdrage willen leveren aan het blog, nodigen we je van harte uit om ons te mailen op wtp@schoolenveiligheid.nl.

Veel succes!