

# Inclusiviteit

Deze week kijken we naar inclusiviteit vanuit de lens van voor elkaar zorgen en opkomen tegen degenen die anderen pesten of opzettelijk buitensluiten. Deze lessen mogen geen op pesten gericht curriculum vervangen dat u volgt of dat de school implementeert als onderdeel van haar anti-pestbeleid of -strategieën; in plaats daarvan vormen deze lessen hopelijk een aanvulling op het werk dat u al doet om pesten op school te verminderen en uit te bannen. De primaire focus ligt op hoe je meer inclusief kunt zijn voor anderen door middel van oprecht gedrag. Studenten krijgen de kans om te oefenen een opstander te zijn door middel van rollenspel, discussie, persoonlijke reflectie en creatieve expressie.

Begin de module met de les voor de hele klas en streef er vervolgens naar om gedurende de week ten minste twee van de minilessen met uw leerlingen te volgen. Elke miniles is ontworpen om elementen van de hoofdles op nieuwe en boeiende manieren te presenteren.

## Belangrijkste les

**Hele klas les**  
30 minuten



### ZijnAn Opstander

In deze les wordt uitgelegd wat een opstander zijn inhoudt en welke risico's verbonden zijn aan een opstander zijn. De les gebruikt een voorbeeld uit de Tovenaar van Oz om te demonstreren hoe opstandergedrag eruitziet, waardoor leerlingen de kans krijgen om opstandergedrag en de mogelijke gevolgen van opkomen voor anderen te bespreken. (Zie pagina 2 voor lesdetails.)

## Mini lessen

**Voor kleine groepen**  
15 minuten



### Opstander rollenspel

Verdeel de leerlingen in groepjes. Geef elke groep een rollenspelscenario (zie hieronder) en geef de leerlingen de tijd om een rollenspel te ontwikkelen om voor de rest van de klas op te voeren. Stel na elk rollenspel de volgende vragen:

- Hoe denk je dat de reacties van de omstanders in het rollenspel de uitkomst van de situatie kunnen beïnvloeden?
- Denk je dat de pester zijn gedrag zal veranderen op basis van de acties van de opstander? Waarom of waarom niet?

**Voor Partners**  
15 minuten



### Opstander Acrostichon

We kunnen op veel verschillende manieren reageren als we pesten zien of ervaren. Door op een assertieve manier te reageren, zijn we een opstandeling. Maar het betekent ook een risico nemen: de pestkop kan zich tegen ons keren, de pestkop negeert ons misschien en blijft pesten, en onze vrienden komen misschien niet voor ons op. Het is moeilijker om een risico te nemen en te proberen het pesten te stoppen dan om een passieve toeschouwer te zijn. We hebben dus concrete strategieën nodig om zelfverzekerd een voorstander te zijn wanneer we pesten zien. Gebruik het woord UPSTANDER en maak een acrostichon die woorden of zinnen gebruikt die deel uitmaken van elke letter in UPSTANDER (hoewel zeniet

doen moet met deze letters beginnen). Voor 'U' kunnen leerlingen bijvoorbeeld schrijven: 'Gebruik kalme woorden om met de pestkop te praten'. Voor "P" kunnen leerlingen schrijven: "Houd mijn lichaamshouding open en zelfverzekerd."

Voorbeeld:

**I**NGebruik kalme woorden om tegen de pestkop te praten.  
Geen**P** mijn lichaamshouding open en zelfverzekerd.

**S**  
**T**  
**A**  
**N**  
**D**  
**E**  
**N**  
**R**

Moedig leerlingen aan om creatief te zijn bij het ontwerpen van hun acrostichon. Herinner de cursisten eraan dat hun woorden en zinsneden actiepunten moeten uitdrukken die ze kunnen uitvoeren wanneer ze zich in een eerlijke positie bevinden en niet zeker weten hoe ze kunnen helpen.

**Voor individuen**  
15 minuten



### Opstander-herinnering

Laat de leerlingen een armband, enkelbandje, sticker, speld, beschilderde steen, bladwijzer of een ander geheugensteuntje maken dat ze bij zich kunnen houden om hen eraan te herinneren op te staan als ze pesten zien. Zorg van tevoren voor de juiste kunstbenodigdheden voor studenten, maar houd het simpel zodat de nadruk kan liggen op de herinnering van de opstander. Armbanden kunnen bijvoorbeeld zo simpel zijn als uitknipsels van gekleurd papier, of, als je leerlingen hebt die bedreven zijn in het maken van vriendschapsarmbanden, kunnen ze anderen in de klas leren hoe ze die moeten maken. Dit is een goede manier om de betrokkenheid van studenten te stimuleren, wat leidt tot een groot gevoel van inclusiviteit.

Als het vaartuig klaar is, herinner de leerlingen er dan aan om het op een plek te bewaren waar ze vaak zullen zijn of op een plek die hen voortdurend zal herinneren aan hun kracht om een opstander te zijn.

**Technologiegericht**  
15 minuten



### Hindert pesten ons echt?

Grote groepsdiscussie: bespreek hoe pesten wordt uitgebeeld op tv en in films; is het "verheerlijkt"? Als we het veel zien, herkennen we het dan minder in het echte leven? Normaliseren tv/films pesten? Overweeg een tv- of filmfragment te laten zien dat geschikt is voor uw leerlingengroep en laat zien hoe pestgedrag wordt geportretteerd en waarop wordt gereageerd. De film Wonder is misschien een goede plek om een kort fragment te vinden.

# Wees een opstander

In deze les wordt uitgelegd wat een opstander zijn inhoudt en welke risico's verbonden zijn aan een opstander zijn. De les gebruikt een voorbeeld uit de Toveraar van Oz om te demonstreren hoe opstandergedrag eruitziet, waardoor leerlingen de kans krijgen om opstandergedrag en de mogelijke gevolgen van opkomen voor anderen te bespreken.

## Tijdschema van de les

30 minuten

## Benodigde materialen

- ❑ Whiteboard of ander apparaat om de filmclip af te spelen (kan betekenen dat de dvd en een dvd-speler/tv-combinatie moeten worden beveiligd)

## Normen kaart

Deze les sluit aan bij CASEL-competenties, National Health Education Standards, International Society for Technology in Education Standards, indien van toepassing, en Common Core State Standards. Raadpleeg de [Normen kaart](#) voor meer informatie.

## Lesdoel

Studenten zullen:

- Begrijp de rol van een opstander.
- Oefen opstaand gedrag.
- Bespreek pestgedrag en hoe u inclusiever kunt zijn in situaties waarin mensen worden gepest of opzettelijk buitengesloten.

## Leraarverbinding / zelfzorg

Soms kan inclusief zijn riskant aanvoelen. Het kan betekenen dat je nieuwe mensen leert kennen. Het kan betekenen dat we de manier waarop we denken of handelen moeten veranderen. Het kan betekenen dat we ons uitspreken als we ons in de minderheid voelen. Het kan betekenen dat je voor iemand opkomt of ervoor zorgt dat het beleid en de omgeving voor iedereen eerlijk en billijk zijn, zowel studenten als medewerkers. Welk risico zou je deze week willen nemen om iets (of jezelf!) inclusiever, eerlijker of rechtvaardiger te maken? Welke actiestappen zijn nodig om uw idee te realiseren?



## Deel

5-7 minuten

Deze week gaan we het hebben over wat we moeten doen als we zien dat andere kinderen buitengesloten of zelfs gepest worden. Opkomen tegen een pestkop of iemand die opzettelijk anderen buitensluit, kan riskant aanvoelen, maar er zit kracht in aantallen. De meeste mensen zijn geen pestkoppen of slachtoffers, maar wat wij noemen omstanders. Dit zijn de mensen die kijken of weten dat er iets onaardigs of oneerlijks gebeurt, maar die niets doen. Deze grote groep mensen kan het verschil maken!

Zet: 'Een opstander worden, betekent risico's nemen' op het bord.

Moed tonen door op te staan tegen een pestkop vereist assertiviteit. Kan iemand assertiviteit voor ons definiëren? Wat betekent het om assertief te zijn? (Nodig de reactie van de leerling uit. De RAK-definitie van assertiviteit is opkomen voor jezelf en waar je in gelooft, terwijl je anderen respecteert.)

Goed! En het kan riskant zijn! Onze angst om een risico te nemen kan ons er zelfs van weerhouden om iets te doen als we zien dat mensen buitengesloten

worden of, erger nog, gepest worden. Laten we het hebben over de risico's die gepaard gaan met het opkomen voor iemand anders.

Schrijf elk risiconiveau op het bord en geef voorbeelden van elk terwijl u de risiconiveaus uitlegt.

- Geen risico: sluit je aan bij de pestkop door te lachen of in te stemmen.
- Laag risico: kijk weg; sluit je niet aan bij de pestkop, maar ga niet weg en vestig de aandacht niet op je ongemak of apathie.
- Gemiddeld risico: verander van onderwerp, loop weg en moedig anderen aan om ook weg te lopen.
- Hoog risico: sta op, spreek u uit en vraag indien nodig om hulp.

Als u zich in een positie bevindt waarin u getuige bent van pestgedrag of kinderen die opzettelijk worden buitengesloten, welk risico denkt u dan te nemen (of meestal)? Je hoeft het niet hardop te zeggen, maar geef jezelf een eerlijk antwoord. Wat is uw risicotolerantie wanneer u de kans krijgt om voor iemand op te komen?



## Inspireren

15 minuten

We zullen blijven nadenken over hoe te reageren in situaties van pesten of uitsluiting door een kort fragment uit de film *The Wizard of Oz* te bekijken. Hoeveel van jullie hebben het gezien? (Nodig reacties van cursisten uit.)

Het is een film over een meisje genaamd Dorothy die ver van huis is en veel vrienden (en vijanden!) Maakt op weg naar huis. Ze leert ook veel over zichzelf en over haar relaties met andere mensen. Er zijn een aantal geweldige personages in deze film, waaronder een leeuw. In de clip die we gaan bekijken, wil ik dat je observeert wat er gebeurt, hoe Dorothy reageert en hoe de scène eindigt. Het is iets minder dan 3 minuten, dus we kijken eerst en bespreken dan.

Laat het filmpje zien: <https://www.youtube.com/watch?v=z2itQkiQUOE> (u kunt de clip op dit specifieke punt in de film ook via dvd afspelen als het niet mogelijk is om de clip gezamenlijk op internet te bekijken).



## Machtigen

15 minuten

Dit zijn de vragen die ik wil dat we bespreken. Laten we ze een voor een bekijken:

- Wie was de pestkop in deze clip? (Leeuw)
- Wie waren de slachtoffers? (Vogelverschrikker en Blikken Man)
- Dorothy was de omstander. Hoe is ze een opstander geworden? (Nodig reacties van cursisten uit.)
- Welk risico nam Dorothy? (hoog)
- Wat gebeurde er toen Dorothy opstond tegen de leeuw? (Nodig reacties van cursisten uit.)
- Wat hebben we geleerd over de leeuw? (Hij is eigenlijk een lafaard. Hij gedraagt zich alleen stoer.)

Deze laatste vraag is waarschijnlijk de belangrijkste omdat we weten dat de meeste pestkoppen of mensen die anderen respectloos behandelen of anderen buitensluiten waarschijnlijk niet echt slechte mensen zijn. Ze worstelen gewoon met iets in hun eigen leven en kiezen ervoor om het op iemand anders af te reageren. Als we kunnen reageren met vriendelijkheid en inclusiviteit, zoals Dorothy, Tin Man en Scarecrow deden, zouden we de pestkop voorgoed kunnen veranderen.



## Reflecteer

5-7 minuten

Om te onthouden hoe we risico's kunnen nemen om anderen te helpen die gepest worden, gaan we 3 bewegingen oefenen. Laten we samen zeggen: "sta op, spreek u uit, zoek hulp!" Als we zeggen "sta op", wil ik dat iedereen opstaat uit zijn stoel. Als we zeggen "spreek uit", vorm een microfoon rond je mond, en als we tenslotte zeggen "zoek hulp", steken we onze hand op alsof we de leraar een vraag stellen. Oké, laten we het nu allemaal samen proberen. Sta op, spreek je uit, zoek hulp!

Ik wil iedereen er ook aan herinneren dat als je hulp nodig hebt met iemand die anderen pest of anderen buitensluit, je met mij of een andere leraar of schoolmedewerker kunt praten. Wij helpen u en lossen de situatie met u op. Als jij voor anderen opkomt, komen wij ook voor en met jou op.

# Miniles Rollenspelsituaties

## SCENARIO 1

Carlos is een nieuwe jongen op school en heeft niet veel vrienden. David, een groep 8 die vaak nieuwe kinderen pest, heeft herhaaldelijk onvriendelijke sms'jes naar zijn vrienden gestuurd over Carlos. Degene die hij vandaag stuurde, is gemeen en onwaar.

Maak een rollenspel dat laat zien hoe jij en je vrienden een vriendelijke omstander kunnen zijn in plaats van een omstander voor Carlos.

---

## SCENARIO #2

Lakisha maakt deel uit van het voetbalteam en kan niet wachten om dit nieuws op Facebook te plaatsen. Als ze thuiskomt, ontdekt ze dat sommige van de meisjes die het team niet hebben gehaald, nare geruchten over haar posten, suggererend dat ze met de coach flirtte om het team te maken en dat ze leugens over hen vertelde zodat ze het niet zouden halen. het team. Dit is niet de eerste keer dat ze dergelijke opmerkingen plaatsen.

Maak een rollenspel dat laat zien hoe jij en je vrienden een vriendelijke omstander kunnen zijn in plaats van een omstander van Lakisha.

---

## SCENARIO #3

Meneer Villagomez staat bekend als een echt uitdagende wiskundeleraar. Op een dag is Marcus online aan het chatten en post hij het volgende: "Ik haat meneer V. Ik ga wraak op hem nemen." Maak een rollenspel dat laat zien hoe jij en je vrienden zouden kunnen reageren op Marcus om hem te helpen op een positieve manier met zijn frustratie om te gaan als je dit bericht ziet.

---

## SCENARIO #4

Marissa maakt een foto van zichzelf terwijl ze een spijkerbroek en een onthullend topje draagt. Ze plaatst de foto op Facebook, maar beseft al snel dat ze een fout heeft gemaakt. Ze verwijdt het bericht, maar niet voordat een medestudent de foto downloadt en kopieert. Als Marissa de volgende dag op school aankomt, ontdekt ze dat de foto in de kluisjes van de leerlingen is gepropt.

Maak een rollenspel dat laat zien wat jij en je vrienden kunnen doen om te laten zien dat je om ze geeft als je de foto ziet en wees een opstander in plaats van een omstander voor Marissa.

---

## SCENARIO #5

José is een zeer getalenteerde jazzsaxofonist. Daniel speelt ook saxofoon en is jaloers op José. Hij heeft al eerder nare opmerkingen over hem online geplaatst. Deze keer neemt hij in het geheim het spel van José op, verandert de opname zodat het stuk heel slecht klinkt en plaatst het vervolgens anoniem op YouTube.

Maak een rollenspel dat laat zien wat jij en je vrienden doen als je de opname ziet en hoort en hoe je een vriendelijke omstander kunt zijn in plaats van een omstander voor José.