



EDUCATION PROGRAM FOR STUDENTS AT RISK OF SCHOOL DROPOUT

"Don't Drop Me Outside" Project



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



DROP ME OUTSIDE

PROJECT NR: 2020-1-BE02-KA201-074798



Deze publicatie is een resultaat van het Erasmus plus project "Don't Drop Me Outside", Project Nr: 2020-1-BE02-KA201-074798.

De tekst en foto's van deze publicatie mogen verder worden, bewaard worden en verspreid worden in eender welke vorm (elektronisch, copy, ...) zonder toestemming van de individuele partners, voor niet-commerciële doeleinden en met als doel opleiden.

Gelieve de referenties bij het originele materiaal te noteren, evenals de auteurs als je deze cursus gebruikt. Voor commerciële reproductie of eender welke andere vragen met betrekking tot deze publicatie, contacteer de projectcoördinator : CODEC, vzw: codec.europe@gmail.com

Een downloadbare PDF versie in verschillende talen kan je terugvinden op de project-website <http://dontdropme.codecvzw.eu/>

This project has been funded with support from the European Commission under the Erasmus+ Programme. This publication [Education Program] reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.





1. Toelichting van het educatieve programma en de educatieve benadering van schooluitval

Voortijdig schoolverlaten is een complex en veelzijdig fenomeen en elk interventieprogramma op dit gebied moet met deze verschillende aspecten rekening houden. Een onderwijsprogramma gericht op het terugdringen van uitval moet daarom een evenwichtige, multidimensionale aanpak hebben om de verschillende oorzaken ervan adequaat aan te pakken. Voortijdig schoolverlaten weerspiegelt meestal een combinatie van factoren die resulteren in een geleidelijke terugtrekking van de leerling uit school. Deze persoonlijke, sociale, economische, educatieve en gezinsfactoren zijn met elkaar verbonden en houden, samen met schoolfalen, jongeren weg van school.

Verschuillende onderzoeken tonen aan dat voortijdig schoolverlaten leidt tot verminderde kansen op werk en grotere kansen op werkloosheid, armoede en bijgevolg sociale uitsluiting. Gezien deze situatie is het dringend en noodzakelijk om snel en assertief te handelen om het percentage voortijdige schoolverlaters effectief terug te dringen. De Europa 2020-strategie benadrukt in het beleidsdocument "Europa 2020: Strategie voor slimme, duurzame en inclusieve groei" de noodzaak om op Europees niveau het voortijdig schoolverlaten terug te brengen tot minder dan 10%. Daartoe adviseert het de lidstaten om gecoördineerde, gestructureerde en alomvattende strategieën te implementeren die een evenwichtige combinatie van preventie-, interventie- en compensatiemaatregelen bieden.

Volgens hetzelfde document betekent "De ontwikkeling van een "geïntegreerde schoolaanpak" om schooluitval terug te dringen, dat het doel om voortijdig schoolverlaten te verminderen en onderwijssucces voor iedereen aan te moedigen consequent en systematisch moet worden gepromoot in alle dimensies van het schoolleven die een impact kunnen hebben op het onderwijs succes. In een integrale schoolaanpak" voelen alle leden van de schoolgemeenschap (top- en middelbare schoolleiders, onderwijzend en niet-onderwijzend personeel, leerlingen, ouders en gezinnen) zich verantwoordelijk voor en spelen een actieve rol bij het aanpakken van onderwijsachterstand en het voorkomen van uitval.

Om elke leerling de best passende ondersteuning te bieden, is de hele schoolgemeenschap betrokken bij een samenhangende, collectieve en collaboratieve actie, gebaseerd op multidisciplinariteit en differentiatie. Er wordt een omgeving en cultuur gecreëerd waarin "de hele school is georganiseerd rond de student als geheel" om het onderwijssucces en het gedrag van de student te verbeteren en het emotionele, sociale en psychologische welzijn van de student te ondersteunen.



Vanuit dit perspectief is dit programma ontworpen, gebaseerd op een "geïntegreerde schoolbenadering" die de verschillende factoren aanpakt die de uitval beïnvloeden en bepalen, evenals de verschillende actoren. Deze aanpak moet een visie bevatten over inclusief en leerlinggericht onderwijs, toegankelijk voor iedereen en moet van goede kwaliteit zijn.

Aangezien het aan scholen is om zich te concentreren op het voorkomen van dit fenomeen, door snel en adequaat te reageren op de eerste tekenen dat de leerling niet meer naar school gaat en met het doel de vorige doelstelling te bereiken, is dit programma ontworpen om op verschillende niveaus in te grijpen, met docenten, schoolpsychologen, studenten, ouders/voogden en de omringende gemeenschap.

Om mogelijke problemen te identificeren, is het daarom noodzakelijk om regelmatig en systematisch gegevens te verzamelen over de prestaties van leerlingen, zoals aanwezigheid, toets- en werkresultaten, gedrags- en disciplineproblemen, deelname aan schoolactiviteiten en attitudes ten opzichte van school. Na het monitoren van deze signalen die tot uitval kunnen leiden, dienen scholen onder verantwoordelijkheid van de verschillende betrokken actoren verschillende interventiemogelijkheden te ontwikkelen, namelijk:

- ❖ **Schoolpsychologen** - acties gericht op het vergroten van beschermende factoren (bijv. zelfrespect, aanpassings- en copingvaardigheden, emotionele zelfregulatie, probleemoplossende, communicatieve en assertieve vaardigheden) en het verminderen van risicofactoren (bijv. leermoeilijkheden, seksuele of genderdiscriminatie, sociale uitsluiting, pesten)
- ❖ **Leraren** - tekenen van risico herkennen en opvolgen, open en persoonlijke communicatiekanalen met jongeren opzetten, het belang en het nut van leren versterken, projectie naar de toekomst aanmoedigen, realistische en redelijke verwachtingen/doelen stellen over de academische prestaties van de jongere, de jongere aansporen en betrekken bij een buitenschoolse activiteit, de betrokkenheid van ouders/voogden bij het onderwijsproces bevorderen, projectie naar de toekomst aanmoedigen
- ❖ **Studenten** - hebben toegang tot innovatieve, stimulerende leerplannen en effectieve onderwijsmethoden, een veilige en gastvrije omgeving, een scala aan ondersteunende/begeleidingsactiviteiten (beroepsmatig, emotioneel, psychologisch), buitenschoolse activiteiten, nemen actief deel aan het schoolleven en voelen zich verantwoordelijk voor hun leerproces
- ❖ **Ouders en gezinnen** - betrokken zijn bij de besluitvorming op school, toegang tot duidelijke informatie over het onderwijssysteem en de schoollopties, mogelijkheden voor oudereducatie;



- ❖ **Partners** - betrokkenheid bij het proces van meerdere en verschillende lokale partners (maatschappelijk werkers, jeugdwerkers, verpleegkundigen, therapeuten) met specifieke antwoorden in een strikt begeleidings- en samenwerkingsnetwerk.

Door deze 'geïntegreerde schoolbenadering' zullen scholen ervoor zorgen dat alle leerlingen hun volledige groeipotentieel bereiken, ongeacht individuele en gezinsfactoren, sociaaleconomische status en levenservaringen. Scholen moeten daarom meer betrokken raken bij het denken van leerlingen en het bevorderen van veilige, zorgzame en koesterende leeromgevingen waar jongeren zich ontwikkelen als burgers van de gemeenschap, waar ze worden gewaardeerd en gerespecteerd en waar hun specifieke behoeften en vaardigheden worden erkend.

Dit programma heeft tot doel richtlijnen te geven om projectpartners in staat te stellen en te ondersteunen om in hun land een "geïntegreerde schoolaanpak" te implementeren om voortijdig schoolverlaten te bestrijden door middel van gezamenlijke benaderingen en het delen van goede praktijken.



2. Het bevorderen van studiegewoontes

Minder goede schoolprestaties zijn een van de belangrijkste oorzaken van schooluitval. Toenemend academisch succes kan het gevoel van schoolbetrokkenheid verbeteren van leerlingen die de neiging hebben om af te haken. Om het academisch succes te vergroten, staat het ontwikkelen van studiegewoonten op de eerste plaats. Het ontwikkelen van werkgewoonten omvat de volgende activiteiten:

1. Leerstijlen
2. Tijd effectief gebruiken
3. Motivatieactiviteit

Activiteit 1

Naam van de oefening	Wat is mijn stijl?
Leerdoelen / Doel van de oefening	Op het einde van deze oefeningen zullen studenten het volgende kunnen: - Hun eigen leerstijlen benoemen - Hun eigen leerstijlen herkennen. - Leerstrategieën ontwikkelen die overeenkomen met hun leerstijl.
Duur van de Activiteit	50 minuten
Vorm en type Activiteit	Workshop
Benodigde materialen en voorbereiding	Vragenlijst leerstijlen
Beschrijving van de Activiteit	Om jezelf als leerling beter te leren kennen, kan het nuttig zijn om je leerstijl te definiëren. Als we onze leerstijl kennen, kunnen we strategieën ontwikkelen volgens onze stijl. Deel de vragenlijst uit aan de leerlingen en vraag hen de vragen in de



	vragenlijst openhartig te beantwoorden. Vraag hen vervolgens te scoren volgens de instructie.
Verduidelijking en/of tools voor de leerkracht	Stel de leerling de volgende vragen Wat is je leerstijl? 1. Wat voor soort strategieën kan je ontwikkelen tijdens het werken, rekening houdend met je leerstijl? Wat voor afspraken kan je maken in je werkomgeving? Hoe moet je studeren? Vragenlijst leerstijlen: De volgende beoordeling is een korte en snelle manier om je leerstijl(en) te identificeren. Als je de dominante stijl kent, kun je daar afspraken over maken. Gelieve elke vraag eerlijk te beantwoorden. Download de vragenlijst van: https://docs.google.com/document/d/12jBPAmKtjYR7ffSS0WRPdDWC/MW6npJoi/edit?usp=sharing&oid=106907452140469801701&rtpof=true&sd=true

Activiteit 2

Naam van de oefening	Mijn investeringen
Leerdoelen / Doel van de oefening	Op het einde van deze oefeningen zullen studenten het volgende kunnen: - Herkennen hoe ze hun tijd gebruiken - Een zelfevaluatie maken over hun eigen tijdsgebruik
Duur van de Activiteit	60 minuten



Vorm en type Activiteit	Workshop
Benodigde materialen en voorbereiding	Pen en papier, computer
Beschrijving van de Activiteit	Leg aan de leerlingen het volgende uit: Een dag is 86400 seconden. Elke dag worden er 86400 seconden bijgeschreven op ieders bankrekening. De tijd wordt gelijk over alle mensen verdeeld, maar mensen kunnen deze hulpbron niet effectief gebruiken. Tijd kan niet worden geleend, vermenigvuldigd of teruggebracht. Tijd is niet overvloedig aanwezig, dus het moet effectief worden gebruikt. Vraag de leerlingen om de activiteiten op te sommen (slapen, met vrienden zijn, internet, enz.) die ze op een dag doen. Vraag hen de tijd in seconden op te schrijven die ze aan elke activiteit voor die activiteit toewijzen. Laat ze vervolgens de voor elke activiteit toegewezen tijd in procenten uitdrukken en vraag ze om dit in een cirkeldiagram weer te geven. Hulp bij rekenen. Het cirkeldiagram moet op de computer worden voorbereid. Vraag hen de grafiek te bekijken. Stel dat deze grafiek hun investeringsvehikels laat zien. Laat de leerlingen elke dag zien waar ze hun kapitaal hebben geïnvesteerd. Hoe denkt u winstgevend te investeren? Waar moet je investeren?
Opvolging van Activiteiten	NVT
Verduidelijking en/of tools voor de leerkracht	Stel de leerlingen de volgende vragen: 1. Waar investeer je in? Waarin investeer je het meest? 2. Mensen investeren om te verdienen? Wat hebben jouw investeringen je opgeleverd?



	3. Waar moet je volgens deze grafiek in investeren voor je toekomst? Opmerking: vragen kunnen worden gedupliceerd.
--	--

Activiteit 3

Naam van de oefening	Piloot, chirurg en ik
Leerdoelen / Doel van de oefening	Op het einde van deze oefeningen zullen studenten het volgende kunnen: - inzicht krijgen in de verschillen tussen individuen die succesvol of minder succesvol zijn. - zich bewust zijn van de kenmerken van verschillende mensen - kunnen herkennen hoe ze zichzelf kunnen motiveren.
Duur van de Activiteit	50 minuten
Vorm en type Activiteit	Workshop
Benodigde materialen en voorbereiding:	Pen, post-its in drie kleuren, 3 flipcharts
Beschrijving van de Activiteit:	Lees de volgende tekst voor aan de leerlingen: "Stel je een piloot voor die 's ochtends wakker wordt en weet dat hij honderden mensen moet vliegen, of een chirurg die een delicate hartoperatie gaat uitvoeren. Een piloot zei: "Ik wil vandaag niet vliegen." Of een chirurg die zegt: "Ik wil niet meer opereren, ik heb geen zin." Het zou angstaanjagend zijn om je te horen zeggen. Stel de leerlingen vragen om hen te helpen beseffen:



	1. Een van de belangrijke verschillen tussen individuen die succesvol of minder succesvol zijn in een vakgebied is: Hoewel minder succesvolle individuen moeite hebben om hun motivatie onder controle te houden, weten succesvolle individuen hoe ze zichzelf moeten motiveren, zelfs als ze dat werk niet willen doen. 2. Het is belangrijk dat het individu een doel heeft om hem te motiveren om te leren. 3. Het is belangrijk dat het individu zelfvertrouwen heeft om gemotiveerd te zijn. We praten allemaal wel eens tegen onszelf. Deze gesprekken kunnen positief of negatief zijn, zoals "Ik kan slagen" of "Ik faal". Positieve gesprekken motiveren ons om een nieuwe baan te proberen en om te gaan met een moeilijke situatie, terwijl negatieve gesprekken remmend worden. Vertrouwen moet verbaal worden uitgedrukt. U kunt de vragen stellen in de toelichting.
Opvolging van Activiteiten:	N/A
Verduidelijking en/of tools voor de leerkracht	Voorbeeldvragen: 1. Zijn er echt dagen dat de piloot niet wil vliegen en de chirurg niet wil opereren? 2. Zo ja, hoe vliegen ze of opereren ze? 3. Wat zijn de kenmerken van deze mensen? 4. Is de leertaak van de piloot even zwaar als die van een chirurg? 5. Hebben wij net als de piloot en de chirurg een verantwoordelijkheid? Zo ja, hoe kunnen we onszelf motiveren?



3. Leerstrategieën voor studenten

Aanleren van leerstrategieën

Instructie:

→ Er zijn veel leerstrategieën. In dit programma wordt de strategie van onderstrepen, noteren in de kantlijn van de tekst en samenvatten aangeleerd. Deze strategieën zijn eenvoudig te implementeren en zijn de meest gebruikte strategieën. Moeilijke strategieën kunnen ervoor zorgen dat leerlingen met een neiging tot uitval helemaal geen strategieën meer gaan gebruiken.

→ Teksten moeten gemakkelijk zijn. Want het belangrijkste is om te leren een strategie te gebruiken. Daarom moeten de teksten onder het leerlingniveau worden gekozen.

(Hier kunt u de voorbeeldteksten wijzigen)

→ Begin met het aanleren van een strategie door met concrete voorbeelden uit te leggen dat als ze die strategie leren, ze deze gemakkelijker en effectiever kunnen leren, beter kunnen presteren en hogere cijfers kunnen halen.

→ Je voert eerst de strategie uit. Denk hardop als je solliciteert. Op deze manier laat je de leerlingen, wanneer je de strategie toepast, weten wat er in je hoofd omgaat, welke cognitieve processen worden geactiveerd en wat voor soort processen er plaatsvinden.

Activiteit 1

Naam van de oefening	Onderlijnen
Leerdoelen Doel van de oefening	/ Op het einde van deze oefeningen zullen studenten het volgende kunnen: - belangrijke informatie onderscheiden van een tekst - hun aandacht richten op trefwoorden en belangrijke informatie in de tekst - implementeren van de onderlijnstrategie - gebruik een onderstrepingsstrategie tijdens het lezen van een tekst



Duur van de Activiteit	40+40 minuten
Vorm en type Activiteit	Workshop
Benodigde materialen en voorbereiding	Pennen, Tekst lezen (Voorbeeld is hieronder beschikbaar.) Kies goede teksten in je moedertaal
Beschrijving van de Activiteit	Stap 1: Beste leerlingen, vandaag leren we met jullie een strategie waarmee we belangrijke informatie kunnen onderscheiden van een tekst die we aan het lezen zijn. De naam van deze strategie is "Onderstrepen". Aan het einde van deze les leer je de onderstrepingsstrategie en kun je deze gebruiken tijdens het lezen van een tekst. Als we deze strategie gebruiken, kunnen we een tekst die we snel lezen herhalen en gemakkelijker en effectiever leren. Daardoor kunnen we beter presteren en hogere cijfers halen. Onderstrepen is een manier om onze aandacht te richten op de te leren informatie. De onderstrepingsstrategie biedt ons de volgende voordelen: 1. Het stelt ons in staat onze aandacht te richten op trefwoorden en belangrijke informatie in de tekst. 2. We herhalen de tekst sneller en efficiënter. Stap 2: Om deze strategie effectief te gebruiken, moeten we belangrijke informatie van onbelangrijke informatie onderscheiden. Om dit te doen, moeten we eerst snel de afbeelding van de tekst, de titel en de eventuele tussenkopjes bekijken. Dit proces helpt ons belangrijke ideeën te identificeren, omdat het ons in staat stelt te voorspellen waar de tekst over zal gaan. Nadat we dit hebben gedaan, zullen we de volgende stappen in volgorde uitvoeren:



1. Laten we beslissen welke van de zinnen in de tekst belangrijk zijn en welke niet.

2. Laten we onze aandacht richten op de belangrijke elementen.

3. Laten we de belangrijke items leren.

Laten we bij het gebruik van de onderstrepingsstrategie belangrijke zinnen onderstrepen, niet meerdere zinnen.

Let nu op mij. Ik zal de onderstrepingsstrategie gebruiken bij het lezen van de onderstaande tekst.

(Opmerking: hier past de leraar de strategie eerst zelf toe. Hij denkt hardop tijdens het toepassen. Dus wanneer hij de strategie gebruikt, probeert hij de studenten wat er in zijn hoofd omgaat, welke cognitieve processen worden geactiveerd en wat voor soort processen er zijn. Om dit te doen, kan hij de tekst op het bord projecteren.)

“De oude naam van geld is munt. De eersten die geld vonden, waren de Lydiërs. Daarvoor gebruikten mensen dingen in plaats van geld bij het winkelen. Bij het kopen van een woning was het verplicht om er een ander pand voor in de plaats te geven. Nadat het geld echter was gevonden, begon geld te worden gebruikt bij het winkelen. Met de ontdekking en verspreiding van geld werd het drukken van geld door de heersers een van de belangrijkste symbolen van soevereiniteit. Munten bestaan uit twee delen, de voorzijde en de achterzijde. Op de voorzijde zijn er afbeeldingen van de heersers en verschillende vormen. Op de keerzijde staan markeringen, plaats van uitgave, datum en diverse titels.”

Ja, de eerste zin kan belangrijke informatie zijn. De tweede zin is een belangrijk stuk informatie. “Vroeger gebruikten mensen dingen in plaats van geld tijdens het winkelen”, lijkt deze zin geen zin die onderstreept hoeft te worden. Het staat in de volgende zin. Laten we eens kijken naar de volgende zin: "Met de ontdekking en verspreiding van geld werd het drukken van geld door de heersers een van de belangrijkste symbolen van soevereiniteit", ja, het is belangrijk in deze zin. Ja, ik kijk naar andere zinnen. Ik hoef deze zinnen niet te onderstrepen.



Nu benadruk ik de gebieden die ik als belangrijk heb aangemerkt:

“De oude naam van geld is munt. De eersten die geld vonden, waren de Lydiërs. Daarvoor gebruikten mensen dingen in plaats van geld bij het winkelen. Bij het kopen van een woning was het verplicht om er een ander pand voor in de plaats te geven. Nadat het geld echter was gevonden, begon geld te worden gebruikt bij het winkelen. Met de ontdekking en verspreiding van geld werd het drukken van geld door de heersers een van de belangrijkste symbolen van soevereiniteit. Munten bestaan uit twee delen, de voorzijde en de achterzijde. Op de voorzijde zijn er afbeeldingen van de heersers en verschillende vormen. Op de keerzijde staan markeringen, plaats van uitgave, datum en diverse titels.”

Ik richt mijn aandacht nu op de belangrijke items en leer de belangrijke items. Ja, wat is het? De oude naam van geld was munten en geld werd gevonden door de Lydiërs, het slaan van munten door de heersers werd een van de belangrijkste symbolen van soevereiniteit.

Stap 3:

Nu is het jouw beurt. (Geef uw leerlingen een korte en gemakkelijke tekst. Vraag hen om uw onderstrepingsstrategie in deze tekst te gebruiken.)

Geef onmiddellijk feedback terwijl de leerlingen de taak uitvoeren.

Stap 4:

Controleer of studenten de strategie begrijpen en geef indien nodig direct feedback.

Stap 5:

Stel deze vraag: Welke moeilijkheden kwam je tegen tijdens het gebruik van de strategie?

Wat ging er in je om bij het gebruik van deze strategie? Wie wil het ons vertellen? (Laat ze hardop denken)

Geef direct feedback als dat nodig is.



Opvolging van Activiteiten	Stap 6: Geef een nieuwe tekst en vraag hen de onderstrepijngsstrategie te gebruiken. Indien nodig kunt u nieuwe teksten toevoegen. Je kunt ook huiswerk meegeven. Sluit de les af door te zeggen: Je kunt gemakkelijker leren wat je moet leren als je de strategie van onderstrepen tijdens het studeren gebruikt. Je kunt het dan snel herhalen tijdens het studeren voor de examens.
-----------------------------------	--

Activiteit 2

Naam van de oefening	Notities nemen in de kantlijn
Leerdoelen / Doel van de oefening	Op het einde van deze oefeningen zullen studenten het volgende kunnen: - notities noteren in de kantlijn volgens een bepaalde strategie. - hun leerstrategie verbeteren
Duur van de Activiteit	40+40 minuten
Vorm en type Activiteit	Workshop
Benodigde materialen en voorbereiding	Pennen, Tekst lezen (Voorbeeld is hieronder beschikbaar.) U zou meer tekst in uw taal moeten vinden bij verdere activiteiten.
Beschrijving van de Activiteit	Stap 1: Beste leerlingen, vandaag leren we onze tweede strategie. De naam van deze strategie is "Aantekeningen maken in de tekstmarge".



Aan het einde van de les ben je in staat om de strategie van het maken van aantekeningen tijdens het lezen van een tekst toe te passen. Het is een leuke strategie. Ik denk dat je deze strategie leuk zult vinden. De strategie van het maken van aantekeningen in de kantlijn van de tekst is een van de manieren waarop we gemakkelijker en effectiever kunnen leren.

De voordelen van het gebruik van een noot-voor-tekst-strategie bij het lezen van een tekst zijn:

1. Het stelt ons in staat onze aandacht te richten op bepaalde punten in de tekst.
2. Het stelt ons in staat om ons te concentreren op belangrijke informatie in de tekst.
3. Het stelt ons in staat om de tekst sneller te herhalen.

Stap 2:

De strategie van het maken van aantekeningen in de kantlijn van de tekst lijkt erg op de strategie van onderstrepen die we eerder hebben geleerd. Beide hebben betrekking op het selecteren van belangrijke informatie en het focussen op belangrijke informatie. In de onderstrepingsstrategie onderstreepten we alleen de belangrijke informatie in de tekst. Bij de strategie om aantekeningen te maken in de marge van de tekst, maken we aantekeningen in de marge van de tekst, als we vragen hebben, schrijven we die op en gebruiken we verschillende vormen, symbolen, enz.

Wanneer we de strategie voor het maken van aantekeningen toepassen op de tekstmarge, kunnen we het volgende doen:

1. We kunnen de woorden omcirkelen waarvan we de betekenis niet kennen in de tekst. (Je kunt het op verschillende manieren gebruiken om het woord aan te duiden waarvan je de betekenis niet kent in de tekst.)
2. We kunnen een asterisk plaatsen aan het begin van belangrijke informatie in de tekst. (Je kunt verschillende vormen gebruiken.)
3. Wanneer we de zin in een alinea niet begrijpen, kunnen we een



vraagteken naast de zin plaatsen. Of, als we de hele alinea niet begrijpen, kunnen we een vraagteken naast de alinea plaatsen.

4. Als we een vraag hebben over de alinea, kunnen we de vraag naast de alinea schrijven.

5. We kunnen tekens plaatsen die de zin aangeven die de alinea samenvat.

6. We kunnen aantekeningen maken over overeenkomsten en verschillen.

7. We kunnen de vragen waarvan we denken dat ze gesteld kunnen worden als vragen in het examen in de kantlijn van de tekst schrijven.

8. U kunt de oorzaken en gevolgen door nummering opsommen.

Nu ga ik een tekst bestuderen door “in de kantlijn van de tekst te noteren”. Let alsjeblieft op mij. Op deze manier kan ik de tekst later snel herhalen. Let op wat ik doe.

(Opmerking: hier past de leraar de strategie eerst zelf toe. Hij denkt hardop tijdens het toepassen ervan. Dus wanneer hij de strategie toepast, probeert hij de leerlingen aan te kondigen wat er in zijn hoofd omgaat, welke cognitieve processen worden geactiveerd, en wat voor processen zijn er. Om dit te doen, kan hij de tekst op het bord reflecteren.)

Text Dolphins:

https://docs.google.com/document/d/12m6bpv5UAFpGAd0n8_JzdLD_E76mMK59s/edit?usp=sharing&ouid=106907452140469801701&rtpof=true&sd=true

Stap 3:

Nu is het jouw beurt. (Geef uw leerlingen een korte en gemakkelijke tekst. Vraag hen om in deze tekst een strategie voor het maken van aantekeningen te gebruiken.)

Geef onmiddellijk feedback terwijl de leerlingen de taak uitvoeren.



	Stap 4: Controleer of de leerlingen de strategie begrijpen en geef zo nodig onmiddellijk feedback. Stap 5: Stel deze vraag: Welke moeilijkheden kwam je tegen tijdens het gebruik van de strategie? Wat ging er in je om bij het gebruik van deze strategie? Wie wil het ons vertellen? (Laat ze hardop denken) Geef direct feedback als dat nodig is.
Opvolging van Activiteiten	Stap 6: Geef een nieuwe tekst en vraag hen de onderstrepijngsstrategie te gebruiken. Indien nodig kunt u nieuwe teksten toevoegen. Je kunt ook huiswerk meegeven.

Activiteit 3

Naam van de oefening	Samenvatten
Leerdoelen / Doel van de oefening	Op het einde van deze oefeningen zullen studenten het volgende kunnen: - samenvattingen implementeren - hun effectieve manier van leren verbeteren - op de hoogte zijn van de belangrijke informatie in een geschreven tekst. - cognitieve processen worden geactiveerd



	- hun studiegewoonten voor de examens verbeteren - hun vaardigheden voor het beoordelen van de tekst verbeteren -
Duur van de Activiteit	40+40+40+40 minutes
Vorm en type Activiteit	Workshop
Benodigde materialen en voorbereiding:	Stylo's, teksten (zie voorbeeld hieronder). Je kan zelf geschikte teksten vinden in het Nederlands voor je eigen activiteiten.
Beschrijving van de Activiteit:	Stap 1: Beste leerlingen, vandaag leren we ook de strategie van samenvatten, wat een effectieve manier is om te leren. Aan het einde van deze cursus ben je in staat om de samenvattende strategie te gebruiken tijdens het studeren. Samenvatten is de selectie en beknopte afkorting van belangrijke informatie in een geschreven tekst. We kunnen onze samenvattingen gebruiken tijdens het studeren voor examens of toetsen. We besparen tijd door de samenvattingen die we hebben gemaakt te lezen. Samenvattend schrijven bereidt ons voor op examens. Omdat veel examens de informatie in onze samenvattingen vereisen. Stap 2: Als je thuis studeert moet je proberen de tekst die je moet bestuderen samen te vatten. Ik zal dit even voordoen. Hou me alsjeblieft goed in de gaten. Let goed op wat ik doe, zeg en wat ik denk. (Opmerking: hier past de leraar de strategie eerst zelf toe. Hij denkt hardop terwijl hij deze toepast. Dus, wanneer hij de strategie toepast, probeert hij de leerlingen te vertellen wat er in zijn hoofd omgaat, welke



cognitieve processen worden geactiveerd, wat soort processen er zijn. Om dit te doen, kan hij de tekst op het bord projecteren.)

THE UNIVERSE and OUR EARTH

Onze planeet Aarde lijkt ons enorm. De aarde is echter een heel klein deel van het universum. Het universum bestaat uit miljarden sterren, planeten en de maan, evenals uit uitgestrekte ruimtes. Niemand weet hoe groot het heelal is. Astronomen zeggen dat het heelal nog steeds aan het uitdijen is.

Volgens astronomen werd het heelal gevormd als gevolg van de explosie van materie die verdicht was en op één plaats vastzat. Sterrenstelsels werden gevormd met de stof- en gaswolken die zich verspreidden als gevolg van de explosie. De aarde, die zich in het melkwegstelsel bevindt, zou ongeveer 4,6 miljard jaar geleden zijn gevormd.

De melkweg is een zeer grote cluster van miljarden sterren en planeten. Het is bekend dat er meer dan 6 miljard sterrenstelsels zijn. De melkweg is een klein stukje van een melkwegstelsel. Toch bestaat het uit miljoenen sterren en planeten. Het zonnestelsel is een heel groot deel van de melkweg.

De zon heeft negen hoofdplaneten. Elke planeet volgt zijn eigen baan en draait om de zon.

De aarde is de derde grootste planeet in het zonnestelsel. Vanuit de ruimte gezien, lijkt het op een blauwe planeet bedekt met constant bewegende wolken.

Het heelal is zo groot dat het onmogelijk is om afstanden te meten met normale metingen. In plaats daarvan wordt het lichtjaar gebruikt. Een lichtjaar is de afstand die het licht in één jaar aflegt. Dit komt neer op 9,5 biljoen km.

Ik bekijk de tekst eerst en lees hem totdat ik hem begrijp. Ik zal onbelangrijke informatie uit de tekst schrappen en de belangrijkste opnoemen. Ik zal de hoofdgedachte die in de tekst moet worden verwerkt, tussen de belangrijke informatie vinden. Ik zal dit hoofdidee combineren met de belangrijke ideeën in elke paragraaf en het in mijn



eigen zinnen opschrijven.

Eerst bekijk ik de tekst. Ik let op de titel. Titel: Het heelal en onze aarde. De tekst gaat dus over onze wereld. Nu lees ik de tekst totdat ik hem begrijp.

Ik kijk nu naar de eerste alinea. Welke zin zou een zin kunnen zijn die de eerste alinea samenvat. De eerste alinea legt uit dat het universum erg groot is en dat de aarde een klein deel van het universum is. Met andere woorden, we kunnen de eerste alinea als volgt samenvatten: "Ook al lijkt de wereld ons heel groot, het is een heel klein deel van het universum, hoe groot is onbekend."

"De aarde maakt deel uit van het melkwegstelsel en is vermoedelijk 4,6 miljard jaar geleden gevormd" is een zin die de tweede alinea samenvat.

Ik herzie de derde alinea. Welke zin kan een zin zijn die de alinea samenvat. Hoe zit het met deze zin? "Het sterrenstelsel is een zeer grote cluster van miljarden sterren en planeten" Laat deze zin staan. De zin klinkt beter als: "Een melkweg is een klein deel van een melkwegstelsel".

De zin "Het zonnestelsel heeft negen grote planeten" is een zin die de vierde alinea samenvat.

De zin "De aarde is de derde grootste planeet in het zonnestelsel" is een zin die de vijfde alinea samenvat.

"Het is onmogelijk om het heelal in normale maten te meten" is de hoofdgedachte die de laatste alinea samenvat.

Ik vond de zin die elke alinea in de tekst samenvat. Nu, rekening houdend met deze, zal ik de tekst in mijn eigen woorden in een zinvolle integriteit samenvatten. Ik ben nu mijn samenvatting aan het schrijven.

"De wereld lijkt ons enorm, maar het is een klein deel van het universum. De aarde maakt deel uit van het melkwegstelsel. Het sterrenstelsel bestaat uit miljarden sterren en planeten. Het zonnestelsel heeft negen hoofdplaneten. De aarde is de derde grootste planeet. Het heelal is zo groot dat het onmogelijk is om het met normale



	<i>maten te meten.”</i> <i>Ja, ik heb geprobeerd de tekst samen te vatten. Heb je nog vragen?</i> Stap 3: Nu is het jouw beurt. (Geef je leerlingen een korte en gemakkelijke tekst. Vraag hen om uw samenvattingsstrategie in deze tekst te gebruiken.) Geef onmiddellijk feedback terwijl de leerlingen de taak uitvoeren. Stap 4: Controleer of je leerlingen de strategie begrijpen geef onmiddellijk feedback als het nodig is. Stap 5: Stel deze vraag: Welke moeilijkheden kwam je tegen tijdens het gebruik van de strategie? Wat ging er in je om bij het gebruik van deze strategie? Wie wil het ons vertellen? (Laat ze hardop denken) Geef direct feedback als dat nodig is.
Opvolging van Activiteiten	Stap 6: Geef een nieuwe tekst en vraag hen om er een samenvatting van te maken. Indien nodig kan je nieuwe teksten toevoegen. Je kan ook huiswerk meegeven. Onthoud dat je goed moet oefenen om samenvattingen te kunnen maken.



4. Bewustmaking van risicovol gedrag gerelateerd aan dropouts

Voortijdige schoolverlaters hebben een negatieve invloed op het sociale leven en laten de persoon weg van het onderwijs. De ontwikkeling van strategieën ter voorkoming en bestrijding van voortijdig schoolverlaten moet dus de prioriteit zijn van nationale en lokale instellingen/organisaties.

Door te voorkomen dat leerlingen niet naar school gaan, dragen we dankzij deze activiteiten bij aan het feit dat ze een nuttig individu zijn voor de samenleving.

In de Europese context is het terugdringen van de omvang van voortijdig schoolverlaten een prioriteit. Volgens sommige onderzoeken: 14,4% van de jongeren tussen 18 en 24 jaar heeft het secundair of lager onderwijs verlaten. Hun aantal is ongeveer 6 miljoen; 17,4% van de personen tussen 18 en 24 jaar heeft alleen de lagere school afgemaakt. Op Europees niveau behoort Roemenië samen met Malta, Portugal en Spanje tot de landen met de hoogste schooluitval.

Activiteit 1

Naam van de oefening	Collage van Emoties
Leerdoelen / Doel van de oefening	Op het einde van deze oefeningen zullen studenten emoties kunnen herkennen, ermee omgaan en ze leren sturen.
Duur van de Activiteit	40 minuten
Vorm en type Activiteit	Deze techniek is bedoeld voor het trainen van emotionele en ideo-emotionele harmonie. Het klaslokaal was ingericht om de natuurlijke sfeer van het klaslokaal te laten zien.
Benodigde materialen en voorbereiding	Leerkrachten moeten hun posters voorbereiden door foto's uit kranten en tijdschriften te knippen en te plakken. Materialen:



	pennen, karton (ook in verschillende kleuren), kranten, tijdschriften, lijmstiften, schaar.
Description o the Activiteit	De leerlingen worden in kleine groepjes verdeeld. De leraar vraagt de leerlingen om foto's uit tijdschriften te zoeken die hun gevoelens van geluk, angst, woede en opwinding beschrijven. Elke groep werkt voor zichzelf en knipt gezichten/afbeeldingen uit tijdschriften en kranten en plakt deze op hun posters onder de bijbehorende emoties. Elke groep verwoordt hoe en waarom ze voor welk beeld en emotie op hun posters hebben gekozen.
Opvolging van Activiteiten	Als resultaat van de foto's en emoties die op de poster zijn geselecteerd, worden de leerlingen die in de risicogroep zitten, gemeld bij de schoolbegeleidingseenheid en worden de nodige onderzoeken uitgevoerd.
Verduidelijking en/of tools voor de leerkracht	In het begin vinden studenten het moeilijk en beschamend om zich uit te drukken uit angst om beoordeeld te worden. Als ze begrijpen dat het doel van het evenement niet het oordeel is, voelen ze zich op hun gemak en beginnen ze te praten. We moeten leerlingen het gevoel geven dat we om hun gevoelens geven en hun betrokkenheid bij de school vergroten.

Activiteit 2

Naam van de oefening	De emotie enquête
-----------------------------	-------------------



Leerdoelen / Doel van de oefening	Op het einde van deze oefeningen zullen studenten • hun culturele expressie en bewustzijn vergroten • de mogelijkheid hebben om zelf te regelen hoe ze zullen leren • hun sociale en burgerschapscompetentie te vergroten
Duur van de Activiteit	40 minuten
Vorm en type Activiteit	Terwijl studenten reflecteren op hun emotionele toestanden en redenen, verhogen de studenten hun sociale en burgerschapscompetenties.
Benodigde materialen en voorbereiding	Registratie in de klas. Een stuk papier of een notitieboekje om de antwoorden van de leerlingen op te schrijven en de ontwikkeling van hun emoties over een bepaalde periode te volgen.
Beschrijving van de Activiteit	De leraar vraagt de leerlingen om hun ware gevoelens te uiten met woorden of een cijfer van 1 tot 10 in plaats van te zeggen: "Ik ben hier". Lage cijfers betekenen een negatieve emotionele toestand. Een hoger cijfer betekent positief. In het geval van het werken met jongeren waren leraren vrij om woorden te gebruiken in plaats van cijfers, in vergelijking met jongere leerlingen. Terwijl de leerlingen hun woorden/nummers zeggen, geeft de leraar slechts kleine antwoorden, maar reflecteert dit op de klas als geheel. Nadat iedereen klaar is, geeft de leraar de leerlingen de gelegenheid om na te denken over hun reacties en emotionele toestand. Er is een kleine discussie over en dan begint de les.



Opvolging van Activiteiten	De leerkracht zal vervolgens maandelijks de les en de individuele trends van de studenten monitoren en bespreken. Deze techniek maakt het mogelijk om een trend waar te nemen en potentiële problemen snel aan het licht te brengen. De techniek is handig om een diepere band met studenten op te bouwen in plaats van hun interactie met academische onderwerpen te beperken.
Verduidelijking en/of tools voor de leerkracht	Door de toegepaste techniek hebben ze tijdens hun schooltijd tijd voor zichzelf en hun observaties, waardoor hun schoolstress afneemt. Studenten hadden ook het gevoel dat ze hun vermogen om emoties te detecteren en te herkennen verbeterd hadden.

Activiteit 3

Naam van de oefening	Voorspel de toekomst
Leerdoelen / Doel van de oefening	Aan het einde van het evenement zullen de studenten van de risicogroep oplossingen vinden voor de huidige probleemsituaties in de wereld, zich bewust zijn van hun eigen interne dynamiek en worden aangemoedigd om ondernemersideeën te creëren en te delen voor huidige en potentiële behoeften voor de toekomst.
Duur van de Activiteit	40 minuten



Vorm en type Activiteit	De toepassing van deze techniek stelt studenten in de risicogroep in staat zichzelf te leren kennen en hun beroepsoriëntatie te uiten. De studenten worden in groepen verdeeld en de studenten in de risicogroep worden aangewezen als woordvoerders van de groepen. Groepswerk wordt gecreëerd zodat studenten effectievere communicatieve vaardigheden kunnen ontwikkelen en zich meer oprecht konden uiten.
Benodigde materialen en voorbereiding	Papier en pen
Beschrijving van de Activiteit	Studenten worden in groepen verdeeld met in elke groep één student in de risicogroep. Risicogroepstudenten zijn de woordvoerders van hun groepen. De zakelijke en ondernemersideeën die zij produceren voor de problemen en behoeften van de samenleving en de wereld worden geproduceerd door de groepen. Het wordt vervolgens gedeeld door de woordvoerder van de groep voor de klas. Het ontwikkelen en herzien van gedeelde ideeën gebeurt klassikaal. Zo krijgen leerlingen in de risicogroep zowel een positief gevoel van betrokkenheid bij de school als ze moeite hebben met het kiezen van een beroep.
Opvolging van Activiteiten	De resultaten van de activiteit worden gedeeld met de schoolbegeleidingsdienst of GOK. Indien nodig zal de schoolbegeleidingsdienst of GOK samen met de begeleidingsleerkracht studies uitvoeren en de kinderen in de risicogroep begeleiden.
Verduidelijking en/of tools voor de leerkracht	De meest aan bod komende regel van de activiteit is dat de studenten in de risicogroep optreden als woordvoerder van de groepen. Er moet een omgeving worden gecreëerd waarin zij zich prettig voelen. Dankzij deze techniek is de betrokkenheid



	van leerlingen uit de risicogroep bij de school en hun uitingsvermogen positief verbeterd.
--	--



5. Preventie van een uitdagende houding, onverantwoordelijkheid en preventie van agressie jegens anderen

Een centraal onderdeel van geweldpreventie op school is het rechtstreeks met kinderen werken aan een aantal van de onderliggende oorzaken van gewelddadig gedrag. Het is praktisch en op de lange termijn gunstig om in het lesprogramma vaardigheden op te nemen om geweld te herkennen, veilig te blijven, conflicten op een geweldloze manier op te lossen, met emoties om te gaan, hulp en steun te zoeken en iemand anders te steunen die met geweld te maken kan krijgen. Dit is doeltreffender dan eenmalige maatregelen. De volgende drie belangrijke strategieën kunnen op scholen worden toegepast en maken deel uit van de INSPIRE-pakket dat zeven strategieën schetst om een einde te maken aan geweld tegen kinderen (INSPIRE; WHO, 2016a), en dat wereldwijd wordt uitgerold:

Ontwikkelen van levensvaardigheden: Dit zijn cognitieve, sociale -en emotionele vaardigheden die worden gebruikt om met het dagelijks leven om te gaan. Ze omvatten: probleemoplossing, kritisch denken, communicatie, besluitvorming, creatief denken, relatievaardigheden, zelfbewustzijn opbouwen, empathie en omgaan met stress en emoties (WHO, 2015). Deze vaardigheden stellen kinderen in staat om emoties te hanteren en het risico op gewelddadig gedrag te doen afnemen (WHO, 2016a). Ze kunnen ook de prestaties op school verbeteren, wat beschermt tegen jeugdgeweld doordat leerlingen een grotere rol spelen in het schoolleven en betere vooruitzichten hebben op een baan (WHO, 2015). Levensvaardigheden kunnen ook risicofactoren voor geweld verminderen, zoals alcohol- en drugsgebruik (Onrust et al; Faggiano et al., 2014).

Leer kinderen veilig gedrag aan: Dit omvat het vermogen om situaties te herkennen waarin misbruik of geweld kan plaatsvinden en te begrijpen hoe ze potentieel risicovolle situaties kunnen vermijden en waar ze hulp kunnen vinden. Deze kennis kan kinderen minder kwetsbaar maken voor misbruik en het risico verminderen dat geweld opnieuw plaatsvindt (door het bijvoorbeeld aan een vertrouwde volwassene te vertellen) (WHO, 2016a). Men kan ook risicofactoren voor geweld aanpakken, zoals alcohol- en drugsgebruik, door kinderen bewust te maken van deze middelen, inclusief de gevolgen van het gebruik ervan en door risicovolle situaties te herkennen (Onrust et al, 2016; Faggiano et al., 2014).

Sociale en culturele normen aan de kaak stellen en gelijke verhoudingen bevorderen: Sociaal -en cultureel gedrag en stereotypen rond bijvoorbeeld geslacht, seksuele geaardheid, religie, etniciteit en handicap, vergroten het risico op pesten en geweld. Het uitdagen van schadelijke normen en het versterken van normen die geweldloze, positieve en gelijkwaardige relaties



bevorderen, kan elke rechtvaardiging voor gewelddadig gedrag verminderen (WHO, 2016a). Het bevorderen van politieke, religieuze en etnische tolerantie is waarschijnlijk ook belangrijk bij het voorkomen van haatmisdrijven, evenals gewelddadig extremisme en radicalisering (Bellis et al, 2017). Het uitdagen van waargenomen sociale normen rond het gebruik van middelen door jongeren is ook een belangrijk onderdeel van het voorkomen van middelenmisbruik (Onrust et al, 2016; Faggiano et al, 2014) dat risicofactoren voor geweld helpt aanpakken.

Deze strategieën kunnen alleen of in combinatie worden gebruikt en kunnen gedurende het hele schoolleven van kinderen worden toegepast (tabel 3.1). Hoe vroeger je begint, hoe meer potentieel er is om een positief effect te hebben op de attitudes en het gedrag van kinderen. De kleuterschool is daarom een ideale plaats om met kinderen te werken, voordat hun gedrag en manier van denken diepgeworteld is (bijvoorbeeld pesten, cyberpesten, bendegeweld en datinggeweld). Deze vereisen meer op maat gesneden vormen van geweldpreventie, maar de onderliggende strategieën zijn nog steeds dezelfde.

Tabel 3.1: Sleutelfactoren voor een preventief curriculum mbt agressie, voor elke leeftijdsgroep

Kleuterschool (3 tot 5 jaar)	Lagere school (6 tot 12 jaar)	Secundaire school (13 tot 18 jaar)
Ontwikkelen van levensvaardigheden		
Eigen gevoelens en gevoelens van anderen identificeren	Communicatievaardigheden	Zelfregulering
Luisteren naar anderen en aandacht schenken	Bewustzijn van morele redenen	Seksuele intimidatie
Vragen naar eigen behoeften	Woede beheersen	Omgaan met ernstige conflicten tussen leeftijdsgenoten
Opschieten met anderen	Vaardigheden voor sociaal en academisch succes	Het aanpakken van schadelijk gebruik van alcohol en drugs
Teleurstellingen beheren	Pesten voorkomen	
	Percepties begrijpen	
	Medeleven tonen	
	Problemen oplossen	
	Omgaan met groepsdruk	
	Omgaan met roddels	



Veilig gedrag aanleren

Het identificeren van misbruiksituaties	Internet veiligheid	Veilig datinggedrag
Het vermijden van risicovolle situaties	Klasgenoten helpen, veilig gedrag van omstaanders	Internet veiligheid
Hulp krijgen van volwassenen	Voorkomen dat leeftijdsgenoten lid worden van bendes	Klasgenoten helpen, veilig gedrag van omstaanders
		Voorkomen dat leeftijdsgenoten lid worden van bendes

(Preventie van geweld op school, Wereldgezondheidsorganisatie, 2019)

Het opnemen in het leerplan van onderwerpen die helpen geweld aan te pakken, zal op lange termijn voordelen hebben (tabel 3.1). Of je dit kan doen, kan echter afhangen van de mate waarin je je eigen curriculum kunt aanpassen of ontwikkelen, vooral als het op nationaal of regionaal niveau is vastgelegd. Bij het plannen van uw curriculum zal het helpen om met de volgende factoren indien mogelijk rekening te houden (gebaseerd op UNESCO en UN Women 2016):

- Zorg ervoor dat de materialen die u gebruikt geschikt zijn voor de leeftijd van de kinderen;
- Gebruik actieve deelname om kinderen te helpen informatie op te nemen;
- Maak gebruik van bekwame en gemotiveerde opvoeders en geef hun een degelijke opleiding over de inhoud van de boodschappen en de manier waarop ze moeten worden overgebracht (de opleidingskosten kunnen met andere scholen worden gedeeld);
- Het leerplan herzien en feedback krijgen van studenten en personeel;
- Zorg ervoor dat het materiaal cultureel relevant is. Dit houdt in dat taal, concepten en leveringsmethoden moeten worden herzien en getest voordat ze regelmatig worden gebruikt (zie tabel 3.1 voor een voorbeeld).

De volgende stappen zullen helpen om **geweldpreventieactiviteiten** op te zetten:

Stap 1: Bepaal de basis van de gevonden of verzamelde gegevens over geweld op uw school of instelling (deel2) welke geweldpreventieactiviteiten het meest geschikt zijn om de soorten geweld aan te pakken die u het vaakst tegenkomt en die haalbaar zijn om in uw instelling uit te voeren. Pas de strategie aan uw context aan. U moet nagaan of het mogelijk zal zijn om deze activiteiten op lange termijn vol te houden. Test deze activiteiten op kleine schaal, bv. in één klas of als buitenschoolse activiteiten.



Stap 2: Zodra de preventiestrategie is aangepast en getest, bekijk het bestaande leerplan en de bestaande routines en activiteiten en beslis samen met het coördinatieteam/directie waar elke preventiestrategie moet worden ingevoerd.

Ontwikkelen van levens- en sociale vaardigheden

Deze aanpak is erop gericht de weerbaarheid van leerlingen te vergroten door hen beter in staat te stellen positieve relaties aan te gaan en alledaagse problemen op een constructieve manier op te lossen. Levensvaardigheidstraining kan helpen om gedragsproblemen bij kinderen, agressie en geweld te verminderen, de sociale competentie en het vermogen om met emoties om te gaan te vergroten, en de schoolprestaties te verbeteren. De leerdoelen kunnen:

- worden uitgevoerd van de kleuterschool tot en met de middelbare school (tabel 3.2).
- gecombineerd worden met oudertraining en lerarenopleiding.
- worden gegeven door opgeleide docenten die gebruik maken van verschillende methoden zoals rollenspel, discussie groepsactiviteiten en schriftelijke oefeningen.

Levens- en sociale vaardigheidstrainingen omvatten vaak:

- problemen oplossen: besluitvorming, kritisch denken, oplossen van conflicten;
- relaties opbouwen: communicatie, samenwerking, assertiviteit;
- omgaan met emoties: omgaan met stress, woedebeheersing, zelfbewustzijn;
- ontwikkelen van empathie: helpen en zorgen, begrip opbrengen voor andere standpunten.

Tabel 3.2: Benaderingen van levens -en sociale vaardigheden in verschillende onderwijsfasen

Kleuterschool	Lagere school	Secundaire school
Korte sessies bijv. 5 tot 7 minuten per dag of 20 tot 30 minuten per week	Langere wekelijkse of tweewekelijkse sessies, bijv. 20 tot 40 minuten	Langere wekelijkse sessies, bijv 50 minuten
Gebruik van rollenspel, poppenliedjes, creatief spel en groepswork	Gebruik van rollenspelen, spelletjes en groepsdiscussies	Groepsdiscussies, korte films en geschreven werk



Voorbeeld lesprogramma's

Ongelofelijke jaren	Paden: het bevorderen van alternatieve denkstrategieën	LST: Life Skills Training
Een lesprogramma voor kinderen van 3 tot 8 jaar. Niveau 1 (kleuterschool) leert twee keer per week sociale -en emotionele vaardigheden gedurende 20 tot 30 minuten, via een leerplan met dinosaurus thema. Een lerarentraining ontwikkelt vaardigheden gericht op het leerplan en op klasmanagement. Het is ontwikkeld in de VS en gebruikt in landen als Australië, Canada, Jamaica, Noorwegen, Singapore en het Verenigd Koninkrijk.	Een levens- en sociaal leerplan voor kinderen van 3 tot 12 jaar (ontwikkeling passend bij elke leeftijd). Er worden minimaal twee lessen per jaar week gegeven van 20 tot 30 minuten per dag door een getrainde leraar. Het is ontwikkeld in de VS en gebruikt in landen, waaronder Argentinië, Australië, Canada, Chili, Israël, Jamaica en het Verenigd Koninkrijk.	Een leerplan voor 12 tot 14-jarigen dat risicovol gedrag aanpakt, zoals geweld, druggebruik, alcoholgebruik en delinquent gedrag. Dertig sessies worden gedurende 3 jaar gegeven, gericht op vaardigheden in zelfmanagement, sociale interacties en weerstandsvaardigheden, die specifiek verband houden met drugsgebruik. Het is ontwikkeld in de VS en gebruikt in landen zoals, Australia, Denemarken, Italië, Qatar, Zuid-Afrika en Venezuela.



Activiteit 1

Naam van de oefening	Bezoek van een alien en verhalen vertellen
Leerdoelen / Doel van de oefening	Op het einde van deze oefeningen zullen studenten het volgende kunnen: nadenken over genderstereotypen; bepalen welk gedrag in een relatie tekenen van geweld vertoont. herkennen de tekenen, kenmerken en oorsprong van geweld in relaties en de dynamiek van geweld en stellen genderrollen in vraag.
Duur van de Activiteit	60 minuten
Vorm en type Activiteit	Klaslokaal
Benodigde materialen en voorbereiding	Pennen; papier; afdrukken van de verhalen.
Beschrijving van de Activiteit	1. Inleiding: De eerste Activiteit bestaat uit een bezoek van een vreemdeling die geen idee heeft van hoe het leven op aarde en zijn soort is, ze begrijpen geen onderscheid tussen de verschillende geslachten. De alien vraagt de klas hoe ze een man of een vrouw kunnen herkennen en wat hun kenmerken zijn. 2. De deelnemers hebben 10 minuten de tijd om de kenmerken op te schrijven (ze kunnen het in kleine groepjes doen). 3. Als ze klaar zijn, delen ze hun werk en schrijven ze de kenmerken op een flip-over. Ze kijken daarna samen: gelden de kenmerken die ze bijvoorbeeld voor mannen neerschreven echt alleen voor mannen of geldt dat ook voor vrouwen? Bijvoorbeeld: het dragen van rokken, fysieke kracht, etc. 4. De meeste voorbeelden zullen verband houden met verschillende geslachten, dus hoe kunnen we ervoor zorgen dat de vreemdeling deze zaak begrijpt? 5. Leg uit wat gender is, dat het iets cultureels is en het resultaat van leren gedurende ons hele leven. Verwijder vervolgens de voorbeelden die verband houden met verschillende geslachten en laat alleen de biologische kenmerken achter.



6. Na afloop introduceer je de storytelling activiteit: je leest het begin van verschillende verhalen en de deelnemers in kleinere groepen (bijvoorbeeld als er in totaal 4 groepen zijn: 2 groepen werken mee hetzelfde verhaal) zullen ze moeten afmaken.

Verhaal 1: A en B zijn al enkele maanden een koppel, het zijn klasgenoten. A vergezelt B altijd naar zijn/haar huis en middelbare school, is altijd bij B en probeert alle tijd van B in beslag te nemen. B is altijd comfortabel geweest in die situatie totdat B op een gegeven moment besluit om ook tijd met andere mensen door te brengen en niet altijd bij A te zijn. Vanaf dit punt van het verhaal moeten de deelnemers het voortzetten.

Verhaal 2: A en B zijn met hun vrienden in de disco en er verschijnt ineens een ex-partner van B. B gaat die persoon met veel enthousiasme een knuffel geven. De reactie van A is ... Vanaf dit punt van het verhaal moeten de deelnemers het voortzetten.

7. Geef de groepen 10 minuten om de verhalen af te maken en lees ze hardop voor aan de rest van de groepen. Analyseer het na het lezen van elk verhaal samen: zijn er tekenen van geweld in die relatie? Welke? (schrijf ze op de flipover) Wat zijn de gevolgen van dit gedrag voor de betrokkenen? Kun je me vertellen over andere situaties van gendergerelateerd geweld in een relatie?

Activiteit 2

Naam van de oefening:	Stoelengevecht
Leerdoelen / Doel van de oefening	Op het einde van deze oefeningen zullen studenten het volgende kunnen: visualiseren en reflecteren over onderwerpen: competitie versus samenwerking, genderrollen, genderstereotypen, machtsverhoudingen, enz. kritisch denken (wordt gestimuleerd).
Duur van de Activiteit	60 minuten



Vorm en type Activiteit	Workshop - introductie die betrekking heeft op: machtsverhoudingen; genderrollen.
Benodigde materialen en voorbereiding	Gelijk aantal stoelen voor deelnemers; Afdrukken van de taken
Beschrijving van de Activiteit	1. Groepeer de stoelen willekeurig in het midden van de ruimte en vraag de deelnemers om zich rond de stoelen te plaatsen. 2. Iedereen krijgt een stuk papier met een schriftelijke taak die ze de komende 5 minuten moeten uitvoeren. Belangrijk: ze moeten hun taak op dit moment niet delen. (Er zijn twee verschillende taken die aan de deelnemers worden gegeven: de helft van de groep moet de stoelen in de cirkel plaatsen en het andere deel van de groep moet de stoelen nemen uit de kamer.) 3. Wanneer iedereen zijn taak heeft begrepen, vraag hem dan om te beginnen. Laat de deelnemers hun actie doen en observeer hun gedrag en de strategieën die ze gebruiken. Wanneer een oplossing min of meer is bereikt, stop de activiteit, vraag deelnemers om zich heen te kijken en ga met z'n allen zitten om de laatste debriefing te doen. 4. Voorgestelde vragen voor de reflectie: • Hoe voel je je? Wat gebeurde er in de activiteit? • Ben je tevreden over hoe je het hebt uitgevoerd? • Wat was je eerste reactie toen de trainer "Start!" zei? • Wat was je strategie om je taak te voltooien? • Heb je met anderen gecommuniceerd? Zo nee, waarom niet? Zo ja, hoe en met wie? • Welke taken denk je dat je collega's hadden? • Heb je er wel eens over nagedacht hoe je prestaties in de activiteit anderen hebben beïnvloed? • Kan de oefening op een andere manier worden opgelost? Zo ja, hoe? • Hoe denk je dat deze activiteit verbonden is met jouw leven? Leren we in ons leven meer om samen te werken of meer om te concurreren? Wat betekent dit? • Is er ruimte voor gelijkheid in de manier waarop we nu leven? • Hoe kon deze activiteit aansluiten bij het thema gendergelijkheid?



	• Wat betekent de toewijzing van rollen als we het over gender hebben? • Hoe worden de genderrollen toegewezen en hoe beïnvloedt dit ons en anderen? 5. Je kunt de reflectie voortzetten door te praten over genderstereotypen en hun gevolgen, gendergerelateerd geweld, het hangt af van de mate van acceptatie en/of begrip van het onderwerp in de groep. De activiteit is vrij open en kan inspelen op de verschillende leerbehoeften van de deelnemers.
--	---

Activiteit 3

Naam van de oefening	Slechte dag
Leerdoelen / Doel van de oefening	Het doel van het spel is dat de deelnemers strategieën leren die worden gebruikt voor conflictoplossing en -beheer en leren om een geschikte strategie te kiezen, afhankelijk van de situatie. De deelnemers zullen: - meer te weten komen over conflictoplossings- en managementstrategieën; - deze strategie toe te passen in real-life situaties; - rollenspel conflictsituaties kunnen spelen; - hun strategie afhankelijk van de situatie leren kiezen; - reflecteren.
Duur van de Activiteit	2-3 uur
Vorm en type Activiteit	Bordspel
Benodigde materialen en voorbereiding	Het regelboek: https://www.salto-youth.net/downloads/toolbox_tool_download-file-2539/Bad-day-Rulebook-01.05.pdf) en kaarten: https://www.salto-youth.net/downloads/toolbox_tool_download-file-2540/Bad-day-cards-01.05.pdf Je hebt een dobbelsteen of een app nodig om om te dobbelen https://rolladie.net



Beschrijving van de Activiteit

Voor het spel moet je de materialen uitprinten en de kaarten uitknippen. De situatiekaarten moeten worden afgedrukt met hun omslag aan de andere kant van de pagina of samen met de omslag worden gelijmd. Voor het spel moet de spelleider de handleiding van de meester zorgvuldig lezen en zich vertrouwd maken met de aanbevolen middelen om het spel goed en veilig te laten verlopen (en vlot).

Aan het begin van het spel ontvangt elke speler de volgende kaarten: een naamkaart, 4 verschillende prioriteitskaarten, 2 cadeaubonnen en 2 sets strategiekaarten (5 verschillende strategiekaarten in elk).

Situatiekaarten A en B vormen respectievelijk twee stapeltjes die met de voorkant naar beneden op tafel worden gelegd. De bronkaarten worden met de voorkant naar boven op tafel gelegd.

Het spel bestaat uit vier rondes. Elke speler speelt één ronde als speler A (de hoofdspeler) en één ronde als speler B (een partner). Een ronde bestaat uit de volgende fases:

Voorbereiding: kies de hoofdspeler, een partner, lees de situatiekaart en stel prioriteit in.

Rollenspel en observatie: laat spelers een strategie raden die ze hebben gebruikt.

Discussie en scoren: spelleider legt uit welke strategie is gebruikt; de spelers ontvangen hun punten.

Vervolgens wordt de volgende ronde volgens dezelfde regels gespeeld.

Voorbereiding

Het kiezen van de hoofdspeler

Degene die een slechte dag heeft ofwel wordt de beurt bepaald door een dobbelsteenworp (gebruik je eigen dobbelstenen of bezoek <https://rolladie.net/>) onder de spelers die nog niet hun slechte dag gehad hebben: elke speler gooit de dobbelstenen en degene met de laagste score wordt de hoofdspeler voor die beurt.

Het kiezen van een partner

Een partner voor de conflictsituatie wordt bepaald volgens dezelfde procedure als de hoofdspeler onder de spelers die nog geen partner hebben.

De situatiekaarten tekenen

Aan het begin van de beurt trekt de hoofdspeler een kaart van stapel A en leest deze en legt hem neer. De partner vindt een kaart van stapel B met hetzelfde nummer erop als de kaart van de hoofdspeler. Hij/zij leest het ook in stilte.

De prioriteiten definiëren

Vervolgens evalueren ze allebei hoe belangrijk de situatie en de relatie die in de kaart wordt beschreven voor hen zijn, kiezen ze de



prioriteitskaart die de situatie het beste beschrijft en leggen ze de kaart op de tafel met de voorkant naar beneden.

Vorbereiding Rollenspel en observatie: vervolgens wordt de volgende ronde volgens dezelfde regels gespeeld.

Introductie en rollenspel

De hoofdrolspeler en zijn/haar partner stellen zich voor (de namen en relaties tussen hen) en spelen vervolgens de situatie na.

Observatie en strategie-evaluatie

De andere spelers en de spelleider observeren het rollenspel en kiezen de strategiekaarten die zij denken dat de conflicterende partijen beschrijven en leggen ze met de tekst naar beneden op tafel.

Discussie en scoren

Strategiediscussie

De strategiekaarten worden dan omgedraaid. De spelleider draait ook zijn/haar strategiekaarten naar boven en legt uit welke strategieën daadwerkelijk zijn gebruikt.

Scoren: Inzichten, middelen, cadeaus

Als een speler voor een van de conflicterende partijen dezelfde strategiekaart heeft gekozen als de spelleider, dan krijgt hij/zij één inzichtspunt. De hoofdspeler en de partner draaien vervolgens hun prioriteitskaarten naar boven en krijgen hun middelen (energie- en relatiekaarten) zoals beschreven in het scoreschema. De mening van de spelleider bepaalt welke strategie zal worden gebruikt in het scoreproces (zelfs als de spelers beweren dat ze een andere strategie hebben geprobeerd te gebruiken). Bovendien kan elk van de spelers die NIET deelnemen aan deze ronde een van hun cadeaubonnen geven aan een (of beide) van de spelers die deelnemen aan de ronde en zijn/haar uitleg geven over zijn/haar keuze. De geschenken konden gegeven worden voor goed acteerwerk, actief luisteren etc. Elk geschenk geeft één bonuspunt aan de speler die het ontvangt. De spelers nemen/retourneren resourcekaarten van/naar de stapel op basis van hun score. Een mini-debriefing kan na elke ronde worden uitgevoerd, afhankelijk van de behoeften van de groep. Het spel eindigt wanneer alle spelers één conflict als hoofdspeler en één conflict als partner hebben gespeeld.

Aan het einde van het spel worden alle punten (middelen, inzichten en geschenken) bij elkaar opgeteld. De speler met de hoogste score wordt de winnaar. Nadat de winnaar is gedefinieerd, voert de spelleider een debriefing uit.



6. Verbetering van de relaties tussen studenten en docenten/schoolpersoneel

Dit onderwerp is belangrijk omdat de leerkracht/school een belangrijke rol opneemt in de opvoeding van de schoolgaande jongeren. Zij zijn mede van cruciaal belang in de opvoeding en motivering van de schoolgaande jongeren. Een warme en hechte relatie met de leerkracht biedt een leerling emotionele ondersteuning en veiligheid.

Een positieve relatie tussen de school/leerkracht en de leerling kan een belangrijke factor zijn bij het aan boord houden van de leerling. Wanneer de relatie begripvol, aanmoedigend en motiverend is, verlaagd het de kans op vroegtijdige schooluitval.

Leerlingen die dreigen uit te vallen hebben vaak een laag zelfbeeld, ze zien alles negatief. Via deze weg gaan we kijken wat wel nog werkt, hun talenten en op welke manier ze dit op school kunnen inzetten om toch gekwalificeerd de schoolbanken te verlaten.

Uit cijfers blijkt dat de relatie met de leerkracht een verschil maakt. Getuigenissen verklaren vaak dat die bepaalde leerkracht het verschil heeft gemaakt:

[Why Strong Teacher Relationships Lead to Student Engagement and a Better School Environment - Waterford.org](https://www.waterford.org/why-strong-teacher-relationships-lead-to-student-engagement-and-a-better-school-environment)

[Relation of teacher with students | by Usama Ali Haider | Medium](#)

Activiteit 1

Naam van de oefening	<i>Ik kies voor mijn talent!</i>
Leerdoelen Doel van de oefening	/ Aan het einde van deze oefening kunnen studenten: • Jongeren leren hun talenten ontdekken: wie zijn ze? Hoe kan ik mijn talent inzetten? En welke tips krijgen ze? Wat zijn mijn valkuilen als ik ga overdrijven met mijn talent? - Positief op elkaar letten, aandacht voor talenten. Leren complimenten geven gericht op inspanning



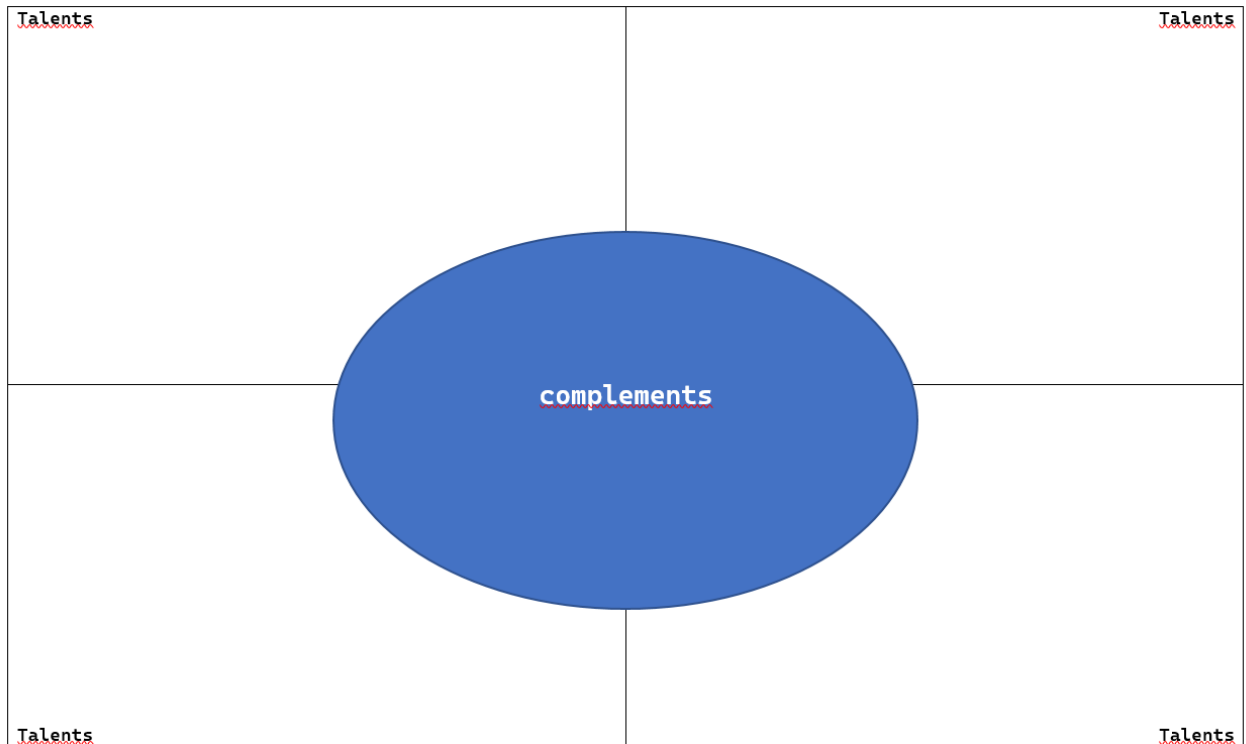
Duur van de Activiteit	3 keer per schooljaar tijdens een coachingsmoment / 115 minuten
Vorm en type Activiteit	Deze activiteit is een praktische activiteit die een inleiding is tot de module en moet zowel werken als een ijsbreker, waardoor een persoonlijke en groepsreflectie wordt bevorderd. Elke deelnemer doet zijn eigen reflectie die binnen de groep wordt besproken..... Een werkvorm die een fysieke, visuele plek geeft aan de talenten in de groep. Deze gebruik je een langere periode en hij groeit en verandert gaandeweg het proces. Dit is een theoretische en praktische activiteit. Theoretisch gezien is het belangrijk dat je weet wat een talent is. Hoe je dat talent in actie kan laten komen en welke valkuilen er kunnen zijn. Op praktische wijze gaat de leerkracht klassikaal of individueel de talenten ontdekken met de leerlingen. Dit vraagt tijd en herhaling.
Benodigde materialen en voorbereiding	Trainer moet zich voorbereiden via de talentenkaarten van Lannoo Campus: Go with Your Talent Uitgeverij Lannoo Materialen: - A4-blad per deelnemer met 4 vakken en in het midden een cirkel (bijlage 1) - post-its - Blauwe en groene pen - Actieplan + reflectie (bijlage 2)
Beschrijving van de Activiteit	Gedetailleerde beschrijving van de activiteit, zodat iedereen het gemakkelijk kan implementeren! 1. Bespreek in de groep: wat zijn talenten? Laat de groep voorbeelden geven van talenten en laat ze deze ook ontdekken via de talentenkaarten (enkel de voorzijde) Go with Your Talent Uitgeverij Lannoo - 50 minuten 2. Geef elke individuele deelnemer een A4- blad (bijlage 1) - laat



	hem/haar talenten/sterke punten opschrijven van zichzelf (Wat kan hij goed? - Wat doet hij graag? - ...) - 15 minuten 3. Laat het A4-blad in groep aanvullen door mede-deelnemers met complimenten die ze zichtbaar hebben gezien bij de persoon. - 15 minuten 4. Laat de deelnemer zijn/haar “talentenblad” goed bekijken en laat hem/haar (eventueel met hulp) een talent kiezen waar hij/zij de volgende periode op gaat inzetten met een actieplan (bijlage 2). - 20 minuten 5. Voer een coachingsgesprek met de deelnemer om zijn/haar actieplan samen vorm te geven en te ondersteunen eventueel met tips van de talentenkaarten van Lannoo. - 15 minuten
Opvolging van Activiteiten	Plan deze activiteit herhaaldelijk per jaar om de talenten levendig te houden, bij te sturen of uit te breiden. - 3x/schooljaar
Verduidelijking en/of tools voor de leerkracht	Trainer moet deze activiteit faciliteren als een ijsbreker en reflectiemogelijkheid ... Voeg eventuele opmerkingen toe die nuttig kunnen zijn voor de facilitator om deze activiteit uit te voeren. • Zorg dat je als trainer een brede waaier aan talenten kan voorleggen aan de groep. Gebruik hiervoor de talentenkaarten van Lannoo. Je kan het ook gebruiken als ijsbreker in een groep die je kent. Geef elke leerling een talentenkaart die volgens jou passend is bij deze persoon. Op deze manier kan je ook de start maken naar de oefening. • Begin per periode (3 per schooljaar) met één talent. Zo kan er gestructureerd gewerkt worden met het gekozen talent in de volgende periode. Bespreek de tips tijdens het coachingsmoment en reflecteer bij het volgende coachingsmoment het talent: (zie voorbeeld in bijlage 2)



Annex 1



Annex 2

Mijn talent: _____ Welk doel heb ik in het leven? _____ Hoe kan ik mijn talent koppelen aan mijn doel? _____ Welke hulpmiddelen heb ik hierbij nodig? _____ Wie kan me helpen om mijn talent te laten groeien? _____ Wat moet ikzelf doen om mijn talent te ontwikkelen? _____ Hoe ga ik de volgende periode aan de slag met mijn uniek talent? (stappenplan) 1. _____ 2. _____ 3. _____	 Reflectie: Op welke manier heb ik de voorbije periode mijn talent ontdekt? _____ Op welke manier heb ik de voorbije periode mijn talent ingezet? _____ Welke moeilijkheden heb ik ontdekt bij het inzetten van mijn talent? _____ Welke positieve ervaringen had ik de voorbije periode bij het inzetten van mijn talent? _____ Welk gevoel heb ik bij deze talentenontdekking? _____ 
--	---



Activiteit 2

Naam van de oefening	“Zonder relatie, geen prestatie”
Leerdoelen / Doel van de oefening	Aan het einde van deze oefening kunnen studenten: De groep leert elkaar beter kennen op een actieve en een beetje competitieve manier. Groepsdynamiek op een positieve manier opbouwen.
Duur van de Activiteit	30 minuten
Vorm en type Activiteit	Deze activiteit is een praktische activiteit die een inleiding is bij de kennismaking en kan werken als een ijsbreker waardoor een persoonlijke en groepsdynamiek wordt bevorderd.
Benodigde materialen en voorbereiding	Trainer moet zich voorbereiden om de opdracht gestructureerd uit te leggen aan de groep. Materialen: - Grote ruimte om de groep in een cirkel te zetten - Eventueel stoelen of kussens
Beschrijving van de Activiteit«:	Gedetailleerde beschrijving van de activiteit, zodat iedereen het gemakkelijk kan implementeren! - De groep gaat in een cirkel zitten. - Elke deelnemer houdt 5 vingers omhoog. - De lesgever gaat de cirkel langs en vraagt aan elke student om iets te vertellen wat hij of zijn nog nooit heeft gedaan (een activiteit mag maar 1 keer genoemd worden). De deelnemer begint telkens met: ‘Nooit heb ik ...’ (bijvoorbeeld: ‘Nooit heb ik zwart haar gehad’). - Nadat een student een zin heeft gezegd moeten de studenten in de cirkel die de activiteit <u>wel</u> hebben gedaan 1 vinger omlaag doen en



	blijven er dus nog 4 vingers over. Als deelnemer wil je zo lang mogelijk in het spel blijven en dat kan als je nog vingers omhoog hebt staan. Stimuleer deelnemers dus om activiteiten te noemen die ze wel hebben gedaan.
Opvolging van Activiteiten	Evaluatie: Kort besproken wat je nu van elkaar geleerd hebt.
Verduidelijking en/of tools voor de leerkracht	Stimuleer de deelnemers om activiteiten te kiezen waarmee ze elkaar beter leren kennen.

Activiteit 3

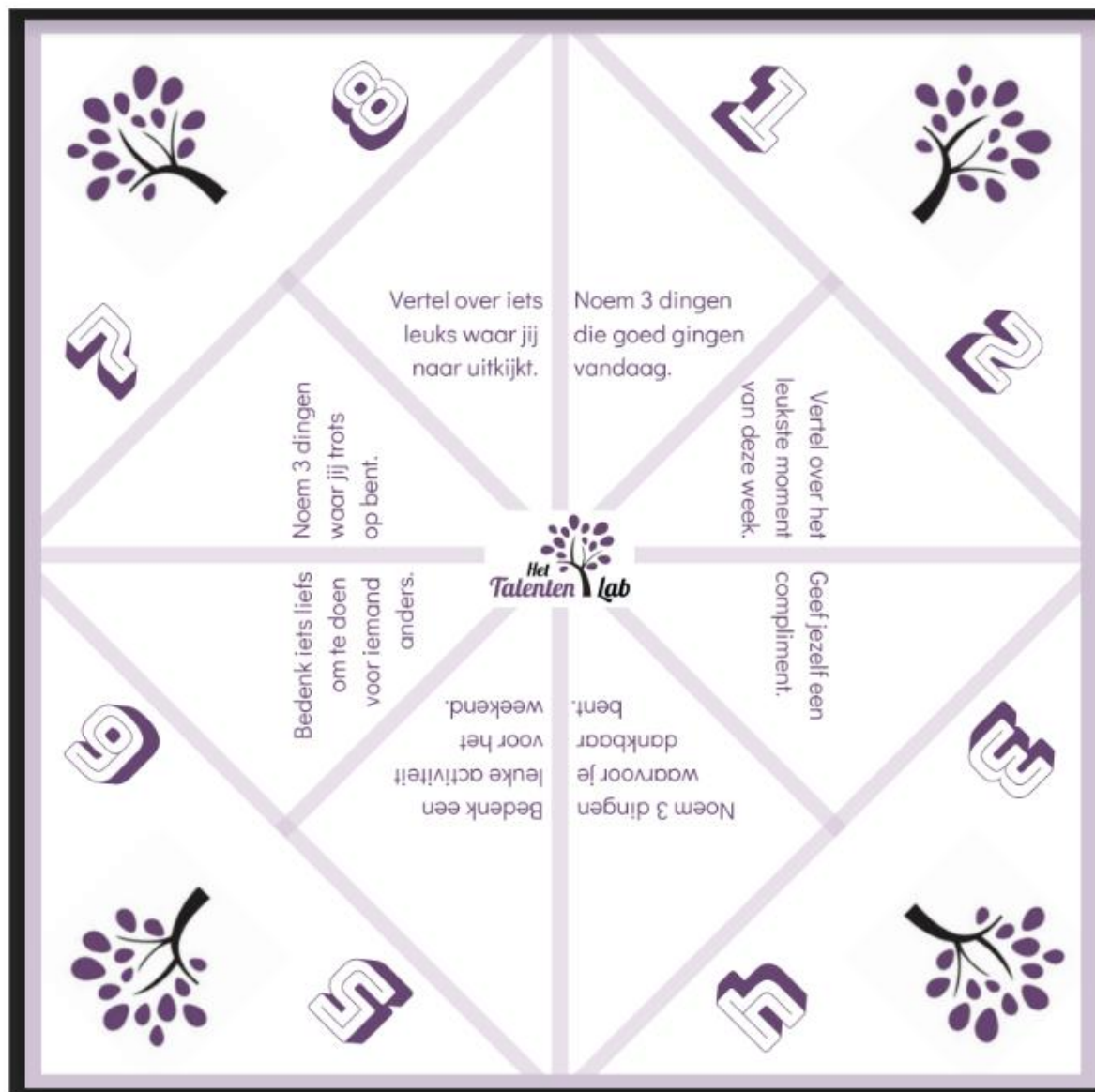
Naam van de oefening	Samen veerkrachtig
Leerdoelen / Doel van de oefening	Op het einde van deze oefeningen zullen studenten het volgende kunnen: - Aandacht hebben voor elkaars welbevinden en veerkracht - werken met positieve psychologie
Duur van de Activiteit	50 minuten
Vorm en type Activiteit	Via het “Happertje (spel)” positieve psychologie werk je praktisch en spelenderwijs aan een positief en optimistisch pedagogische klimaat. Zo bevraagt lesgever en deelnemer elkaar op een stimulerende wijze.
Benodigde materialen en voorbereiding	Trainer moet zich voorbereiden om het creatieve ontwerp van een Happertje: Een happertje vouwen: 10 stappen (met afbeeldingen) - wikiHow Materialen:



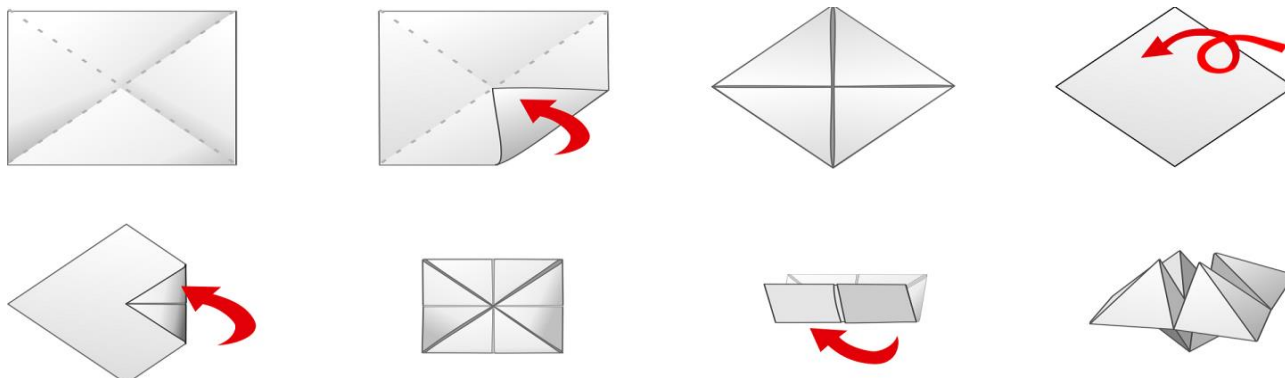
	A4 - Happertje (zie bijlage 1) per 2 deelnemers Schaar
Beschrijving van de Activiteit	Gedetailleerde beschrijving van de activiteit, zodat iedereen het gemakkelijk kan implementeren! - Geef de deelnemers per 2 een Happertje dat ze uitknippen en vouwen volgens de instructies (zie bijlage 2) - Een speler houdt het happertje onderaan vast met de wijsvinger en duim van zijn beide handen, zodanig dat er twee keer twee hoeken tegen elkaar worden gedrukt. De helft van de binnenzijde is nu maar zichtbaar, er ontstaan twee groepen aan keuzes. De houder schakelt nu tussen de twee keuzegroepen door zijn vingers naar binnen te duwen en terug open te duwen in de andere richting. - Het aantal keer dat hij moet schakelen hangt af van gekozen methode. Kies hierbij voor een cijfer bijvoorbeeld 4 en schakel. - Zodra de houder klaar is met schakelen schieten er vier keuzes over. Hij/zij laat zijn medespeler één van de keuzes kiezen aan de hand van het aangebrachte label. Nu onthult hij/zij de vraag dat onder de optie zit verborgen. Dit kan herhaaldelijk gedaan worden tot de deelnemers alle vragen hebben beantwoord.
Opvolging van Activiteiten	Je kan na afloop aan de groep vragen wat ze van elkaar te weten zijn gekomen. Welke positieve ervaringen hebben ze bij dit spel?
Verduidelijking en/of tools voor de leerkracht	Bijlagen Een happertje vouwen: 10 stappen (met afbeeldingen) - wikiHow



Annex 1



Annex 2





7. Verbetering van het niet-academische zelfvertrouwen van studenten, zoals sociale evenementen en een betere integratie in het sociale leven

Het ontwikkelen van zelfvertrouwen is geen inspanning die waarschijnlijk van de ene op de andere dag kan worden volbracht. Nu de tienerjaren in volle gang zijn en de fase van volwassenheid voor de deur staat, is het begrijpelijk dat middelbare scholieren een laag gevoel van eigenwaarde kunnen ervaren.

Tekenen van laag zelfvertrouwen bij middelbare scholieren

- Voortdurend met de vinger wijzen naar anderen voor fouten
- Gebrek aan belangstelling, zowel thuis als op school
- Voortdurende negativiteit
- Het gevoel dat niemand om je geeft
- Voortdurend angstig of verdrietig zijn

Wat veroorzaakt een laag zelfvertrouwen bij middelbare scholieren?

Er kunnen verschillende redenen zijn waarom een middelbare scholier worstelt met een laag gevoel van eigenwaarde. Het lijkt vaak hand in hand te gaan met het tiener zijn. Helaas komt pesten vaak voor op de middelbare school en kan het de leerling nog jaren beïnvloeden.

Mishandeling thuis kan een leven lang een laag gevoel van eigenwaarde geven.

Van school veranderen tijdens de middelbare schooltijd kan een traumatische gebeurtenis zijn die leidt tot problemen met zelfvertrouwen.

Stemmingsstoornissen met onvoorspelbare hormonen.

Een niet-ondersteunende familie kan een gevoel van waardeloosheid teweegbrengen.

Hoe kan een laag zelfvertrouwen invloed hebben op middelbare scholieren?

Het effect van een laag gevoel van eigenwaarde kan de tienerjaren van een leerling aanzienlijk afremmen.

Het kan aanzetten tot:

- Een vroeg gebruik van alcohol en problemen met drugs
- Geen interesse in het voortzetten van hun opleiding
- Negatief zelfbeeld
- Negativiteit
- Problemen om relaties te onderhouden

Als ouder, voogd, verzorger, leerkracht of mentor.... moet u een verscheidenheid aan zelfvertrouwen activiteiten in het leven van het kind opnemen, zodat ze zich



kunnen blijven concentreren op hun capaciteiten, sterkte punten en positieve eigenschappen.

Hen voortdurend herinneren aan al het goede in henzelf...en in het leven. Positieve aanmoediging van iemand die ze bewonen is de sleutel tot het vormen van jonge geesten.

Risico's van vroegtijdige schoolverlaters

Schooluitval gaat ook gepaard met het tal van andere negatieve gevolgen, zoals een grotere kans op werkloosheid of volledige uitval uit het arbeidsproces, lagere huwelijkscijfers, meer echtscheidingen en geboorten buiten het huwelijk, een grotere betrokkenheid bij het sociale en het rechtsstelsel, en zelfs een slechte gezondheid. Al deze resultaten zijn niet alleen kostbaar voor de dropouts persoonlijk, maar ook voor de samenleving.

De kosten van gevangenschappen behoren bijvoorbeeld tot de snelst groeiende posten in bijna elke staatsbegroting en meer dan tweederde van de gevangenen in de staatsgevangenschappen zijn schoolverlaters, hoewel velen in de gevangenis een GED-diploma (General Educational Development) behalen.

Evenzo vond in 2006 67% van alle geboorten van jonge dropouts buiten het huwelijk plaats, vergeleken met 10% van de geboorten van vrouwen met een masterdiploma. Omdat gezinnen met buitenechtelijke kinderen vijf tot zes keer meer kans hebben om in armoede te leven dan gezinnen van gehuwde paren, is het logisch dat zij ook meer kans hebben om in de hulpverlening te belanden. In beide voorbeelden wordt voortijdig schoolverlaten in verband gebracht met sociale problemen die grote openbare kosten voor het land met zich meebrengen.

Mogelijkheden voor schoolverlaters om “weer op het goede spoor te komen”

Hoewel het ons doel is het aantal voortijdige schoolverlaters terug te dringen, kunnen we het niet helemaal voorkomen. Voor diegenen die toch afhaken, zijn er verschillende mogelijkheden om weer op het goede spoor te komen en terug te keren naar school of zich te integreren in de actieve samenleving:

Een leertijd beginnen

Er zijn tal van redenen waarom een leertijd een aantrekkelijke optie is. Om te beginnen is er in Australië momenteel een nationaal tekort aan vaardigheden, wat betekent dat er veel werk is in de ambachten. Dit tekort aan vaardigheden betekent over het algemeen dat de werkzekerheid groot is en de lonen goed.

Een ander voorbeeld van een leer- of stageplaats is dat je betaald krijgt terwijl je leert. Dit is enorm vooral als je bedenkt dat universiteitsstudenten hun diploma's behalen met tienduizenden dollars schuld. Tijdens de leerstage kan men tienduizenden dollars verdienen terwijl men zich kwalificeert.



Om in aanmerking te komen voor een leerstageplaats, moet de stagiaire solliciteren. Deze moet het 4^{de} middelbaar afgemaakt hebben, om toegang te hebben. Eveneens toegang hebben tot een auto en in het bezit zijn van een rijbewijs.

Stage lopen

Een stage lopen is een andere goede optie. In tegenstelling tot wat je misschien denkt, is een stage niet zomaar een baan waar je niet voor betaald wordt. Het wordt door de National Society for Experiential Education gedefinieerd als een “zorgvuldig gecontroleerde werk- of vrijwilligerservaring waarbij een individu intentionale leerdoelen heeft en actief nadenkt over wat hij of zij leert gedurende de ervaring”. Dus eigenlijk is een stage een vaste periode van praktische werkervaring waarin je bepaalde vaardigheden wilt leren.

Het doel is dat je na je stage wordt aangenomen, hetzij bij de organisatie waar je stage liep, hetzij bij een andere. Soms krijg je een beetje betaald, maar meestal niet. Je kunt vrijwel overal stage lopen, afhankelijk van het vakgebied waarin je wilt verdiepen.

Zoek een baan

Een startersfunctie is een zeer waardevolle ervaring. Niet alleen leer je praktische vaardigheden die je later van pas zullen komen, maar werk krijgen en geld verdienen is ook een geweldige manier om je leven in perspectief te zien. Je hoeft niet voor altijd dezelfde baan te hebben, maar je moet ergens beginnen.

In plaats van af te haken, overweeg “op te staan”

Misschien heb je er een hekel aan om elke dag op dezelfde school te moeten verschijnen en een strak schema te volgen. Of misschien maakt de sociale of fysieke omgeving van je middelbare school je angstig en ongemakkelijk. Voor veel leerlingen zijn deze factoren een belangrijke reden om de middelbare school te verlaten. Maar veel van hen ontdekken een andere oplossing – één die hen in staat stelt hun opleiding met hernieuwde hoop en motivatie voort te zetten.

Overstappen naar een andere middelbare school:

Toegegeven, deze optie is niet voor iedereen weggelegd. En zelfs als je de kans krijgt, kom je misschien niet op een betere school terecht. Toch is het altijd een optie die het onderzoeken waard is. Elk jaar stappen honderden middelbare scholieren over naar een andere school en worden ze daar gelukkiger en succesvoller van. Een verandering van omgeving, andere leraren en nieuwe klasgenoten is misschien alles wat je nodig hebt om weer op te bloeien.

Naar een alternatieve school gaan:



Veel openbare schooldistricten in de V.S. bieden dit soort mogelijkheden. Alternatieve scholen zijn vaak opgezet om risicoleerlingen te helpen hun middelbare schoolopleiding af te maken. Veel van deze scholen bieden bijvoorbeeld een betere leeromgeving voor leerlingen die moeite hebben met hun cijfers. Sommige zijn ook goed voor leerlingen die zwanger zijn, leerstoornissen hebben, of worstelen met andere sociale uitdagingen zoals armoede of geestelijke gezondheidsproblemen.

Thuisonderwijs/omscholen:

Bij deze optie nemen jij en je ouders de leiding over je onderwijs. Je hoeft alleen maar de richtlijnen van de Vlaamse overheid te volgen, wat waarschijnlijk inhoudt dat je je lessen moet documenteren. Maar je hebt meer controle over hoe, waar, wanneer en wat je studeert. Het gaat allemaal om zelfgestuurd, avontuurlijk leren en de vrijheid hebben om te ontdekken wat je interesseert in een minder gestructureerde omgeving.

Je middelbare schooldiploma online halen:

Veel studenten zijn in staat om hun diploma te halen door middel van online middelbare schoolprogramma's. De cursussen zijn meestal zeer vergelijkbaar met wat de student aan fysieke lessen op een middelbare school zou krijgen, behalve dat de student hier leert vanuit zijn huis en kiest zijn eigen schema. Het is een optie die vooral populair is bij studenten-atleten, entertainers, en degenen die veel reizen of intense sociale fobieën hebben. Plus, het nemen van een versnelde onlineprogramma is een manier om aan de middelbare school vroeg af te studeren, omdat je je kunt aanmelden voor extra lessen en hierdoor credits verdiend. (Je hoeft niet ouder te zijn dan een bepaalde leeftijd om af te studeren op de middelbare school).

Door op te klimmen in plaats van af te haken, krijg je het voordeel dat je je middelbare schooldiploma meer op je eigen voorwaarden kunt behalen. En je eindigt met een diploma dat veel meer deuren voor je openhoudt, waaronder betere kansen op werk en op de universiteit. Als je later je originele diploma kwijtraakt, kun je een kopie van je diploma krijgen door contact op te nemen met de school waar je je diploma hebt gehaald of het Vlaamse onderwijsdepartement. Je hoeft maar je identiteit aan te tonen.



Activiteit 1

Naam van de oefening	Sjabloon voor een zelfrespect dagboek
Leerdoelen / Doel van de oefening	Voor degenen onder u die wel eens van een dankbaarheidsdagboek hebben gehoord of deze hebben bijgehouden, kan deze oefening bekend voorkomen. Niet alleen kan een dagboek je helpen om meer dingen in je leven te vinden om dankbaar voor te zijn, maar het kan ook de mogelijkheid geven om na te denken over je eigen gedachten en gevoelens, wat leidt tot de ontdekking en het begrip van jezelf (Kaczmarek et al.,2015).
Duur van de Activiteit	45-90 minuten
Vorm en type Activiteit	Deze activiteit is een praktische activiteit die een inleiding is op de module en zou moeten werken als een ijsbreker, die persoonlijke en groepsreflectie bevordert.
Benodigde materialen en voorbereiding	Materialen: penne, post-its met 3 verschillende kleuren, vellen papier.
Beschrijving van de Activiteit	Het werkblad begint met een korte paragraaf over de mogelijke voordelen van het bijhouden van een dagboek, waaronder een beter gevoel van eigenwaarde en welzijn. Gebruikers worden aangemoedigd om deze sjabloon te gebruiken om na te denken over de betekenisvolle momenten van hun dagen en om de veranderingen in hun emoties en algemene opvattingen in de loop van de tijd te bekijken. Vervolgens zijn er vijf tabellen opgesteld met prompts en ruimte om te schrijven. De eerste tabel bevat de volgende aanwijzingen: - 5 dingen waardoor ik me vandaag vredig voelde: - Ik was trots op mezelf toen: - Ik vond het leuk:



	De prompts in de tweede tabel zijn: - Mijn familie bewondert me om mijn: - 5 kleine successen die ik vandaag had waren: - Het hoogtepunt van mijn dag was: De derde tabel bevat: - Mijn beste eigenschap is: - 3 unieke dingen over mij zijn: - Ik ben het meest trots op mezelf als: In de vierde tabel zijn de prompts: - Ik ben enthousiast over: - 5 dingen of mensen waar ik dankbaar voor ben zijn: - Ik ben in mijn element wanneer: De laatste tafel bevat deze drie prompts: - 5 manieren waarop mijn leven geweldig is: - Mijn grootste succes deze week was: - Ik voel me het beste over mezelf wanneer: Je hebt waarschijnlijk gemerkt dat deze prompts bedoeld zijn om positieve reacties uit te lokken. De positieve focus van deze oefening is wat het onderscheidt van het gewone dagboek of het schrijven in een dagboek. Zelfs als je een zware dag hebt gehad, kunnen deze aanwijzingen je helpen de goede dingen in je leven te vinden en je eraan herinneren dat hoe moeilijk dingen ook zijn geweest, je ze hebt overleefd.
Opvolging van Activiteiten	De follow-up geeft de deelnemers een dieper inzicht in hun reflectie en vergroot hun zelfvertrouwen.
Verduidelijking en/of tools voor de leerkracht	Als je een leraar bent die dit werkblad aan je leerlingen geeft, moedig ze dan aan om kritisch na te denken over wat hun antwoorden onthullen. Deze oefening kan een snelle en kortdurende stemming boost zijn of met inzet en inspanning, positieve groei en ontwikkeling vergemakkelijken.



Activiteit 2

Naam van de oefening	"Ik ben"
Leerdoelen / Doel van de oefening	"Ik ben" maakt gebruik van de effectieve en positieve bevestigingstechniek. Studenten worden aangemoedigd om positief en met energie na te denken over wat hen maakt tot wie ze zijn. Het idee is dat door dergelijke positieve gedachten op te schrijven, ze worden versterkt in de hoofden van de studenten en door positief over zichzelf en hun eigenschappen te denken, wordt hun zelfrespect verhoogd.
Duur van de Activiteit	60 minuten
Vorm en type Activiteit	Deze les is bedoeld om studenten te helpen begrijpen hoe het succesvol oplossen van een probleem of het aangaan van een uitdaging hun zelfvertrouwen kan vergroten.
Benodigde materialen en voorbereiding	Benodigdheden: een blad papier; een pen of potlood; sommige tijdschriften, een schaar en lijm.
Beschrijving van de Activiteit	Op het papier maken de leerlingen een lijst van "ik ben". Enkele voorbeelden zijn: "Ik ben een harde werker." en "Ik ben goed in basketbal." Elke zin moet beginnen met "Ik ben..." De leerling schrijft zoveel <u>positieve</u> eigenschappen en eigenschappen over zichzelf op als hij of zij kan denken. Daarna kunnen de leerlingen hun lijst verfraaien door tijdschriftuitsparingen toe te voegen van dingen die ze leuk vinden of door te tekenen, enz. Het idee is dat studenten deze het hele jaar door bewaren, of ze zullen in de klas worden opgehangen zodat zij en hun klasgenoten het onthouden om het hele jaar positief te zijn.
Opvolging van Activiteiten	Zelfreflectie het hele jaar door en studenten kunnen hun status bijwerken.



**Verduidelijking en/of tools
voor de leerkracht**

Trainers/leerkrachten moeten deze activiteit faciliteren als een ijsbreker en reflectiemogelijkheid.

Activiteit 3

Naam van de oefening	Je lichaamsbiografie
Leerdoelen / Doel van de oefening	Leren over jezelf en je eigenschappen
Duur van de Activiteit	30-90 minuten, in een weekend is het beste!
Vorm en type Activiteit	Je lichaam vertelt een uniek verhaal - zijn eigen biografie. Je bent meer dan je uiterlijk; je bent een collectief meesterwerk van genen en herinneringen en ervaringen die niemand anders heeft. Het is gemakkelijk om verstrikt te raken in de valkuil van willen en willen lijken op iemand anders, of je lichaam vergelijken met onrealistische beelden die je overal om je heen ziet. Het maken van een lichaamsbiografie zal je helpen het verhaal van je fysieke kenmerken te begrijpen en je te helpen jezelf te accepteren.
Benodigde materialen en voorbereiding	Studenten kunnen zich voorbereiden
Beschrijving van de Activiteit	<u>EERSTE STAP: ONTDEK!</u> Bekijk familiefoto's, oud en nieuw, praat met je ouders, grootouders, oude vrienden, iedereen die om je heen opgroeide over je voorouders. Journal over jeugdherinneringen en maak een geschiedenis van jezelf. Terwijl u naar de foto's kijkt en met uw gezinsleden praat, beantwoordt u, indien mogelijk, de volgende vragen: 1. Wat viel je als eerste op aan je gelijkenis met andere gezinsleden?



	2. Waar komen je ogen vandaan? 3. Wiens haar heb je? 4. Wiens bouw heb je? 5. Zoals wie gedraag je je? 6. Waar komen je manieren vandaan? 7. Welke delen van jou zijn volledig uniek? <u>TWEEDE STAP: JE LICHAAMBIOGRAFIE MAKEN</u> Teken een omtrek van een lichaam met het meegeleverde papier. Met de meegeleverde markeringen label je elk deel van je lichaam met familienamen, herinneringen, enzovoort. Je kunt zelfs foto's van jou en je gezin toevoegen als je dat wilt. Vul de contouren van je lichaam met herinneringen die je perceptie van de wereld hebben gevormd. Toen ik jonger was, hielp ik mijn moeder graag in de tuin. We droegen nooit handschoenen en onze handen werden erg vuil. We gaven niet om het vuil of de wereld om ons heen - we groeven en plantten en praatten en genoten van elkaar. Doe een stap achteruit en waardeer je werk. Je bent meer dan je uiterlijk; je bestaat uit je geschiedenis, je herinneringen en de generaties van degenen die je voorgingen. <u>DERDE STAP: 10 KRACHTIGE WAARHEDEN</u> Voeg langs de randen van je lichaamsbiografie 10 krachtige waarheden over jezelf toe. Dit kunnen beschrijvingen zijn van je karakter, je dromen, je verlangens, je doelen, je passies of je talenten. Wie is het ik dat in dit lichaam verblijft?
Opvolging van Activiteiten	Het is mogelijk om het onderzoek te verbreden via familieleden.
Verduidelijking en/of tools voor de leerkracht	Trainer/leerkracht moet deze activiteit faciliteren als reflectie-mogelijkheid. Deze activiteit is zeer flexibel, dus er zijn veel variaties.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Heb je nog vragen? Contacteer ons gerust.

internationalisering@campusflx.be