



De samen werkings koffer



Inhoud

4 1. DE SAMENWERKINGS- KOFFER: VOORSTELLING EN ACHTERGROND Werken aan mentaal welbevinden op school Wat is de samenwerkingskoffer?	8 Waarom aandacht voor zelfsturing en mindset in een samenwerkingskoffer? Hoe zelfsturing en mindset concreet ondersteunen?	13 Het wiel	20 Oefeningen met blinddoeken
5 2. KADERS EN HANDVATTEN 2.1. Veerkracht	10 2.3. Active reviewing als belangrijk instrument Reiskoffer Ik zit aan de top! Waar zit jij? Links = uitstekend, rechts = heel slecht of links = ja, rechts = neen	14 Positieve relatie Waakzame zorg Herstel Netwerk	21 Oefening plankjes Oefeningen zeil
6 2.2. Zelfsturing en Growth Mindset Wat is zelfsturing? Hoe werkt zelfsturing?	11 Duimen/vingers gooien Op de lijn	16 Respect voor autonomie Geweldloos verzet	22 Oefeningen touw
7 Wat is growth mindset?	12 2.4. Nieuwe Autoriteit als duurzame attitude	17 Tips en trics Nieuwe autoriteit	24 Oefeningen elastische touwen
		18 3. DE OPDRACHTEN Tips voor, tijdens of na de opdrachten	25 Oefening gootjes + knikker Oefening Colaspel
		19 De oefeningen	26 Enkele opdrachten uit "NokNok"

1. De samenwerkingskoffer: voorstelling en achtergrond

WERKEN AAN MENTAAL WELBEVINDEN OP SCHOOL

Leerlingen brengen een groot deel van hun tijd door op school. Ze leren er andere kinderen en jongeren kennen en leren zich bewegen binnen sociale regels en afspraken. Naast vriendschappen in de klas en op de speelplaats brengt dit ook sociale conflicten met zich mee. Zowel tussen leerlingen onderling als met de leerkracht. Hoe een school hiermee omgaat bepaalt de veiligheid voor de leerlingen en de mogelijkheid tot het ombuigen van het conflict tot groeikansen. Leerlingen die zich goed voelen op school maken meer gebruik van groei- en leeransen en ontwikkelen zo een positiever zelfbeeld. Het is dan ook belangrijk om hier als school aandacht voor te hebben.

WAT IS DE SAMENWERKINGSKOFFER?

Deze samenwerkingskoffer is een tool waarmee je in de klas kan werken aan het mentaal welbevinden van de leerlingen via het versterken van de groepsfeer. Dit kan zowel preventief als wanneer er al een conflict-situatie in de klas bestaat. Elke leerkracht krijgt immers wel eens te maken met storend gedrag, een slechte groepsfeer, ruzie of kliekjes. Dit is niet enkel vervelend voor jou als leerkracht, ook de leerlingen lijden hieronder. Natuurlijk is het voor iedereen leuker om naar school te gaan indien er een toffe sfeer in de klas heerst. Reden te meer om te werken aan de groepsdynamica in je klas! Deze samenwerkingskoffer gaat jullie zeker helpen om de groepsfeer in de klas te verbeteren en om de veerkracht van de leerlingen te versterken. Hoe meer veerkracht, hoe meer een kind of jongere zelf kan werken aan zijn mentaal welbevinden. In de koffer vind je verschillende materialen. Deze kan je



gebruiken om samen met je klas een aantal opdrachten te doen. Tijdens de opdrachten werk je op een leuke manier rond samenwerking, vertrouwen, communicatie en respect.

PRAKTISCH

Deze handleiding bestaat uit drie delen. En zoals dat hoort, vertrekken we bij enkele algemene begrippen en eindigen we bij de pure praktijk.

In het **eerste deel** gaan we in op *active reviewing* als leidraad voor het reflecteren voor, tijdens of na het vervullen van een opdracht. Zo maak je van de groepsopdracht een unieke leerkans voor zowel leerkracht als leerling. Concrete handvaten om hiermee om te gaan ontvang je tijdens de opleiding voor het gebruik van de samenwerkingskoffer. Het kader voor *active reviewing* vind je in de bijlagen over veerkracht en zelfsturing / *growth mindset*.

In het **tweede deel** laten we je kennis maken met Nieuwe Autoriteit als duurzame attitude. We willen je inspireren om vanuit dit kader de leerlingen te benaderen, zowel tijdens de groepsopdrachten als daarbuiten.

In het **derde deel** bieden we je een inspiratielijst voor groepsopdrachten, opgedeeld per leeftijdscategorie en groeps grootte.

Daarnaast vind je er enkele opdrachten die deel uitmaken van een publicatie door VIGEZ en LOGO: "Inspiratielijst NokNok". Daar kan je nog meer inspiratie vinden vanuit de context van jeugdorganisaties.

Alvast veel plezier!!!

2. Kaders en handvatten

2.1. VEERKRACHT

Goed in je vel zitten is belangrijk voor elke leerling. Want wie zich mentaal goed voelt kan zijn talenten ontplooiën, gaat beter om met de dagelijkse stress en belangrijke levensgebeurtenissen en heeft positievere schoolresultaten.

Wanneer we over geestelijke gezondheid praten wordt bijna automatisch gedacht aan psychische problemen en psychiatrische stoornissen. Hierdoor gaat de hele dimensie van positieve geestelijke gezondheid grotendeels verloren. Geestelijke gezondheidsbevordering heeft als doel de veerkracht van individuen en gemeenschappen te verhogen door mensen te helpen (zelf) terug controle te krijgen over hun geestelijke gezondheid.

Overzicht beschermende factoren voor kinderen en jongeren:

	Individueel niveau	Familiaal niveau	Omgevingsniveau
Kindertijd 0 tot 6 jaar	<ul style="list-style-type: none"> • zelfvertrouwen • zelfdeterminatie • engagement • gevoel erbij te horen 	<ul style="list-style-type: none"> • veilige hechting • veilige thuis • aangepaste opvoeding • autoritatieve opvoeding 	<ul style="list-style-type: none"> • respect kinderrechten • kwalitatieve leeromgeving • veilige omgeving • gezonde sociale en economische omgeving
Jeugd 6 tot 20 jaar	<ul style="list-style-type: none"> • identiteitsgevoel, optimisme • schools succes 	<ul style="list-style-type: none"> • respect • goede interouderlijke relatie • verbondenheid met gezin • goede relatie met minimaal één volwassene binnen/buiten het gezin 	<ul style="list-style-type: none"> • vroege detectie leerproblemen • goede relatie met peers • hoge levensstandaard • scholen met sterke schoolse en niet-schoolse mogelijkheden • toegankelijke sport- en vrijetijdsmogelijkheden

Al deze factoren dragen hun steentje bij om goed in je vel te zitten, geestelijk gezond te zijn en goed om te gaan met tegenslagen en problemen in het leven. Je kan als het ware terugveren als er iets gebeurt. Deze vaardigheden neem je mee in je latere leven (je groeit en leert eruit).

Als school of leerkracht kan je mee het voortouw nemen om te werken aan een positieve geestelijke gezondheid of het versterken van de veerkracht. 'Succesfactoren geestelijke gezondheidsbevordering' zijn alle factoren die hertoe bijdragen. Dit zijn vaardigheden, capaciteiten en omgevingsfactoren die de geestelijke gezondheid beschermen. Door te kijken naar wat leerlingen veerkrachtig maakt en in te zetten op de beschermende factoren voor geestelijke gezondheid kunnen we de hele schoolpopulatie in de positieve zin laten opschuiven.

Interventies die inzetten op 'beschermende factoren om goed in het leven te staan' zijn extra effectief. Sommige van deze factoren zijn belangrijker naarmate de leeftijd vordert. Een goede omgang met peers (leeftijdsgenoten) is bijvoorbeeld erg belangrijk in de adolescentie, terwijl een veilige hechting dan weer de eerste levensjaren van cruciaal belang is.

2.2. ZELFSTURING EN GROWTH MINDSET

WAT IS ZELFSTURING?

Skarin is in zijn nopjes als uitdagende opdrachten worden gegeven. Zijn oren staan dan ook gespitst als de leerkracht de nieuwe samenwerkingsopdracht 'de chocoladerivier' uitlegt. Ze moeten via enkele plankjes met de hele groep aan de overkant gaan, zonder de grond te raken. Bij het startsein nemen enkele van zijn klasgenoten al onmiddellijk planken vast en gaan erop klaarstaan. Skarin bekijkt eerst goed wat er gebeurt. Hij heeft dan ook direct gezien dat het zo simpel niet zal lopen en merkt op: 'Er zijn te weinig plankjes! We hebben een plan nodig om door te schuiven.' Hij ziet twee leerlingen samen op een plankje staan, elkaar vasthouden... maar er ook snel weer afvallen. Ze beginnen opnieuw... en vallen opnieuw. Het lukt niet. Dit brengt Skarin echter op een nieuw idee: 'We moeten een ketting vormen om elkaar recht te houden en niet te vallen...' Hij merkt dat hij het niet zo goed uitgelegd krijgt en vraagt de hulp van zijn vriend. Samen doen ze het voor. Terwijl zijn vriend nog wat verder uitleg geeft aan enkele anderen, legt Skarin alvast de plankjes op een rij klaar. Niet te ver van elkaar en niet te dichtbij... Klaar voor een nieuwe poging.

HOE WERKT ZELFSTURING?

Zelfsturing start met kunnen kiezen. Hiervoor moet je **weten wat je wil**. Je vormt jezelf een (tot op zekere hoogte concreet) beeld van waar je naartoe wil, van wat bij jou past, van wat jij belangrijk vindt. Door te kiezen stel je jezelf een doel in een bepaalde situatie of toch een richting die je uit wil. Het kan gaan over heel kleine keuzes in dagelijkse situaties, bijvoorbeeld "Hoe wil je deze namiddag je vrije tijd doorbrengen?", "Welke muziek wil je beluisteren of misschien zelf spelen?" of "Wat doe je met 5 euro die je vond?". Maar dit geldt ook voor grotere levenskeuzes, zoals "Wat wil je bereiken met jouw talenten?", "Welk beroep wil je later uitvoeren?" of "Wat vind jij belangrijk in hoe je wil leven?". Zelfsturing loopt mank als je ervan uit gaat dat je geen

keuzemogelijkheden hebt, als je gewoon laat begaan en je je dus overlevert aan de stroom van gebeurtenissen rondom je. Daarnaast vraagt zelfsturing dat je inziet welke kansen en mogelijkheden jij hebt en aanvoelt wat jouw voorkeur draagt. Zonder dit besef laat je kansen liggen en blijf je in situaties vastzitten die je misschien helemaal niet wil.

Eens je weet wat je wil, komt de vraag **hoe je het kan aanpakken** om dit doel te bereiken. Je verkent welke tussenstappen er mogelijk zijn, welke hulpmiddelen je hierbij kan inzetten of wie je hierbij kan helpen... Je bedenkt met andere woorden een plan of een strategie van aanpak. Bij aanvang is vooral het zien van een startscenario belangrijk. Het vervolg kan nog groeien doorheen het proces van uitvoering, rekening houdend met wat zich onderweg aandient. Veel ideeën van kinderen krijgen echter geen vervolg omdat ze vastlopen in het uittekenen van een plan of omdat ze er niet in slagen een plan om te zetten in concrete daden. Ze raken bijvoorbeeld niet van start of blijven steken in één vertrouwde strategie, die niet meer werkt in nieuwe situaties. Ze kunnen geen alternatieven bedenken. Ze komen in hun handelen verward of chaotisch over en lijken willekeurig maar wat te doen. Energie gaat verloren...

Om goed de richting te bewaken in de verschillende stappen, is het ook belangrijk dat je in de loop van het proces het geheel van op een afstand kan beschouwen. Ben ik goed op weg om mijn doel te halen of moet ik bijsturen? Zijn er storende elementen onderweg waar ik rekening mee moet houden of juist nieuwe kansen? Hieruit kunnen nieuwe plannen ontstaan. Je kan eventueel ook het doel zelf in vraag stellen. Is het sop de kool waard? Is dit wat voor jou belangrijk is? Is dit nog wat ik wil?

Tenslotte is ook **de wilskracht** zelf van belang, de vastberadenheid, het blijven volhouden. Het gaat om mentale kracht om je in te spannen, je wens vast te houden en door te zetten om datgene te doen dat nodig is.

Vooraf in situaties van tegenslag, weerstand, tegenstrijdige boodschappen uit je omgeving, is het van belang om je droom of ideaal niet op te geven. Ook dingen die minder leuk zijn neem je erbij.

Zelfsturing zorgt er dus voor dat je in een situatie actief op zoek gaat naar de mogelijkheden en middelen om toe te werken naar datgene wat voor jou echt van belang is. Belangrijk voor jouw noden, jouw behoeften, jouw idealen, op dat moment of op langere termijn.

Kinderen met een hoge zelfsturing gaan met al hun mogelijkheden aan de slag.

In het voorbeeld van Skarin zien we duidelijk dat hij de uitdaging de moeite waard vindt om ervoor te gaan. Hij houdt van zulke moeilijker opdrachten. Hij blijft dan ook niet aan de kant gewoon wachten, noch vliegt hij erin zonder na te denken. Hij gaat gericht op zoek naar kansen: hij kijkt wat anderen doen en denkt hier creatief op verder. Hij ziet de ketting al voor zich, maar kan het niet goed uitleggen. Hij weet dat het met de hulp van zijn vriend wel zal lukken. Skarin zet zo dus in wat hij zelf aan mogelijkheden heeft en zoekt kansen in zijn omgeving. Hij daagt zichzelf uit en creëert mee nieuwe kansen.

Kinderen met een hoge zelfsturing gaan dus met al hun mogelijkheden actief aan de slag. Ze grijpen leerkanalen om hun 'talentenkiemen' verder te ontwikkelen. Een kind is hierbij afhankelijk van zijn context, maar hij leert tegelijk dat hij zelf ook invloed heeft op die context. Beperkingen of teleurstellingen zijn tijdelijk misschien een remming, maar geen reden om op te geven. Ze vormen juist een uitdaging om bij te sturen en verder te zoeken naar andere, nieuwe mogelijkheden. Het zijn kansen om door te groeien, om je talenten te ontplooien. Zelfsturing ontwikkelen is dus een kracht ontwikkelen om je eigen leren in handen te kunnen nemen.

WAT IS GROWTH MINDSET?

Prof. Carol Dweck deed onderzoek naar faalangst. Ze ontdekte hierbij dat sommige mensen, ondanks zeer moeilijke uitdagingen en de vele fouten die ze maakten, toch volhielden en er zelfs nog plezier bij ervaarden. Ze merkte dat deze mensen op een bijzondere manier in het leven staan: zij hebben een 'growth mindset'. Ze staan niet zozeer stil bij de vraag of ze wel competent genoeg zijn... Als ze iets boeiend vinden, dan willen ze het gewoon graag beter leren kennen, zich er helemaal in 'smijten' om het te doorgronden. Ze geloven dan ook dat ze altijd kunnen bijleren en zijn bereid hiervoor veel inspanningen te leveren. Bij tegenslag houden ze goed vol, want ze beseffen dat daar juist de oefen- en leerkanalen in liggen ('fout is goud'). Dweck maakt hierbij het onderscheid met kinderen die (in een bepaalde situatie) een 'fixed mindset' tonen. Deze kinderen stellen zich voortdurend de vraag of ze hier wel slim genoeg voor zijn. Intelligentie of talent is voor hen iets aangeboren, iets dat je hebt of niet hebt. Zij willen daarom ook zo snel mogelijk (lees: zonder teveel inspanning) een heel goed resultaat. Andere kinderen die het beter kunnen zijn voor hen een bedreiging. Als ze merken dat iets niet direct lukt, haken ze af of reageren ze defensief ("het lukt me toch nooit", "dit is saai"). Inspanningen leveren is zinloos.

Het is duidelijk dat mindset en zelfsturing twee begrippen zijn die in elkaars verlengde liggen: kinderen die uitdagingen zien vanuit een growth mindset, hebben alvast een positieve attitude en wilskracht om hun mogelijkheden breed te verkennen. Als zij de ruimte en ondersteuning krijgen om vanuit hun eigen noden en wensen te starten, om scenario's te verkennen en mogelijkheden te exploreren, zullen zij hun talenten maximaal ontwikkelen.

WAAROM AANDACHT VOOR ZELFSTURING EN MINDSET IN EEN SAMENWERKINGSKOFFER?

Samenwerkingsspelen zijn uitdagingen, waarbij een growth mindset en zelfsturing van kinderen nodig zijn om ze tot een goed einde te brengen. Het zijn geen taken waarbij je gewoon een (vooraf door iemand anders bedacht) stappenplan volgt, maar juist open projecten waarin initiatief nemen en uitproberen onontbeerlijk is. Het feit dat kinderen die uitdagingen samen moeten aangaan, is hierbij een extra waardevolle complexiteit. Het zijn kansen uit de omgeving die elk van hen kan inzetten.

Soms lukken samenwerkingsopdrachten dankzij de sterke zelfsturing en het leiderschap van enkele kinderen. Zij kunnen uitgenodigd worden hun denkproces hardop te verwoorden en goed in communicatie te gaan met anderen om ook hun mening te vragen. Door hen zo 'model' te laten zijn voor anderen, stimuleer je niet alleen hun eigen zelfsturing, maar ook die van meer volgzaamere kinderen. Zij krijgen zo ook expliciet de kans om aan te geven (of zich af te vragen) wat zij belangrijk vinden.

Maar opdrachten kunnen ook mislukken omdat verschillende kinderen elk hun eigen plan maken en te weinig rekening houden met elkaar. Ook bij een groep waarin kinderen weinig tot geen initiatief (durven te) nemen, valt de samenwerking helemaal stil. Het lukt niet in deze groepen. Dit nemen we op vanuit een growth mindset: het is geen probleem dat bewijst dat we met beperkte mogelijkheden te maken hebben... Neen, het is een leerkans om te groeien naar wat 'nog niet' lukt. De facetten van zelfsturing kunnen een kapstok zijn om samen met de groep hiernaar te kijken. Dit sluit aan bij de begeleiding die ook via active reviewing wordt ingezet, nl. afstand nemen en stilstaan bij scenario's om het doel te bereiken. Het kan ook wenselijk zijn om vooraf te reflecteren of kinderen kapstokvragen te geven, zoals "wat is precies de uitdaging?", "wat zijn mogelijke strategieën?", "wat kan je allemaal gebruiken?", "hoe kan je zien dat het lukt?".

Het kader van zelfsturing biedt tenslotte ook een kapstok om als leerkracht het verloop van het samenwerkingsspel te observeren: welke kinderen nemen initiatief? Hoe krijgt het scenario vorm? Welke ideeën worden opgepikt en welke andere waardevolle ideeën gaan verloren? Wie houdt in het oog of het wel werkt? Wie blijft zoeken en volhouden en hoe pakt hij dit dan aan? Feedback op de positieve aspecten die je ziet in het samenwerkingsproces, zijn dan ook zeer waardevolle ondersteuningskansen die je als leerkracht kan teruggeven.

Procesgerichte vragen: is iedereen akkoord met de gang van zaken? Voelt iedereen zich goed bij hoe er wordt omgegaan met elkaar? Wil iedereen meedoen? ...

Feedback geven is een heel belangrijke manier (misschien wel de belangrijkste) om kinderen te ondersteunen.

HOE ZELFSTURING EN MINDSET CONCREET ONDERSTEUNEN?

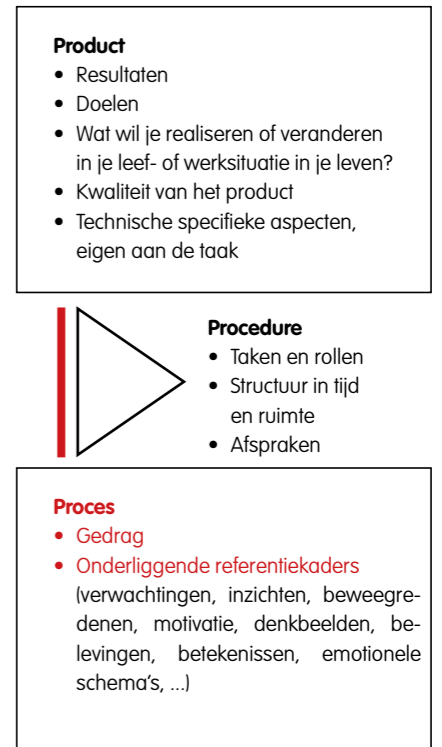
Feedback geven is een heel belangrijke manier (misschien wel de belangrijkste) om kinderen te ondersteunen in hun leerproces.

- Geef feedback op niveau van de taak
- Geef feedback op de manier waarop kinderen naar zichzelf kijken naar hun presteren op taakniveau, ondersteun hen met andere woorden in zelfkennis
- Geef feedback op het proces (in plaats van het product)
- Geef feedback op hoe kinderen het proces zelf aanpakken, help hen bij de zelfsturing zodat ze weten wat te doen op het moment dat het moeilijk wordt

Enkele tips om dit concreet te maken in het werken met de samenwerkingskoffer:

- Observeer goed het proces van samenwerking tijdens de opdrachten. Hoe gedragen de kinderen zich? Welke kinderen zijn zelfgestuurd? Welke kinderen nemen de leiding? Welke kinderen zijn vooral volzaam en geneigd af te haken? Welke kinderen worden wel of niet gehoord? Welke kinderen luisteren naar anderen? Welke kinderen hebben oog voor hoe iedereen zich voelt? Welke kinderen kunnen hun eigenbelang aan de kant schuiven voor het groepsbelang? Geef kinderen de kans om ook zelf te ontdekken hoe zij zich hebben gedragen (zelfkennis). Laat hen zelf nadenken ipv jouw observaties te delen.
- Geef in de terugblikfase extra aandacht aan zelfsturing en leren uit ervaring. Bijv. Welk idee werd opgepikt en welk niet? Welke fouten waren leerzaam? Waarom werkte de ene manier wel en de andere niet? Hoe ben je hiertoe gekomen (= verduidelijk je plan)? Wat was helpend? Wie besliste welk idee werd uitgevoerd? Wie heeft stress ervaren? Op welk moment? Wie heeft er gezien dat x gefrustreerd was? Nodig iedereen expliciet uit om een bijdrage te doen en hun ideeën te delen.
- Samenwerkingsopdrachten die dreigen te mislukken zijn ideale kansen om ondersteunend te werken op zelfsturing en growth mindset! Stimuleer hen vooral te kijken naar het proces. Hoe gaan ze hier samen mee om? Hoe gaan ze met elkaar om?
- Als het te gemakkelijk loopt, moet je zeker de uitdaging groter durven maken (of aan de kinderen vragen hoe dit kan!).
- Soms is het wenselijk om tijdig een stop-moment in te voeren en 'gestructureerd' te ondersteunen om terug te kijken: wat was het doel? Wat was het plan om dat te bereiken? Wat was het effect hiervan? Wie heeft nog een ander idee?

- Wees alert op een sfeer waarin kinderen elkaar als bedreigend ervaren. Sommige kinderen hebben goede ideeën, maar durven het niet te delen. Bang dat het 'niet juist' is in de ogen van anderen... Fouten die gemaakt worden kunnen in sommige groepen ook aanleiding zijn tot conflicten. Tracht dit als begeleider om te buigen tot leeransen door kinderen uit te dagen om elkaar te bevragen, elkaar toelichting te geven en zo te stimuleren om van elkaar te leren. Een vraag of een fout kan juist een opening creëren voor nieuwe oplossingen.
- Complementeer vooral hoe je kinderen elkaar ziet inspireren en hoe ze door samenwerken tot nieuwe ideeën/oplossingen komen. Verduidelijk dat dit ook de manier is waarop grote ondernemers of onderzoekers tot hun resultaten zijn gekomen.
- Leg de link met hoe kinderen het leren in de klas algemeen ervaren: wat helpt hen om door te zetten bij fouten? Hoe kan samenwerking ook bij oefeningen echt helpend zijn? Hoe kan je het aanpakken als je voor een uitdaging staat?



2.3. ACTIVE REVIEWING ALS BELANGRIJK INSTRUMENT

Natuurlijk is het voor, tijdens of na een samenwerkingsopdracht ook heel belangrijk om regelmatig stil te staan bij hetgeen er gebeurt. Een evaluatieformulier invullen of een gesprek aangaan, werkt niet altijd even goed. Om je leerlingen allemaal in de reflectie te betrekken, kan je de techniek van *active reviewing* toepassen, nl. reflecteren op een actieve manier.

Deze actieve reflectietechniek geeft de leerlingen de kans om hun mening over de opdrachten, hun eigen inbreng en de inbreng van anderen te uiten op een veilige en speelse manier.

Je kunt deze techniek toepassen in je klaslokaal, maar beter nog ergens buiten op de speelplaats of in een groot leegstaand lokaal.

Hieronder enkele voorbeelden die je in je klas kan toepassen maar laat deze voorbeeldjes zeker niet je eigen creativiteit beperken!

REISKOFFER

Iedereen gaat in een kring zitten, als leerkracht neem je het woord en zeg je dat je verschillende voorwerpen hebt meegenomen. Een vuilzak, een reiskoffer en een kluisje (deze voorwerpen kunnen uiteraard ook ingebeeld zijn).

Je neemt als eerste de vuilzak en zegt dat iedereen er iets mag ingooien dat hij/zij niet mee naar huis wil nemen, iets dat gebeurd is, dat hij/zij wil vergeten. De vuilzak gaat de kring rond, de laatste mag de vuilzak toebinden en buiten gaan zetten, ver weg.

Dan neem je de reiskoffer, daarin mag iedereen iets steken dat hij/zij geleerd heeft en dat hij/zij wil onthouden. Als ook de koffer de kring is rond gegaan, mag iemand hem dichtdoen (NIET OP SLOT) zodat we er nog terug aankunnen.

Als laatste passeert ook het kluisje de kring, daarin mag iets gelegd worden dat we gaan koesteren, iets dat we nooit zullen / willen vergeten, uiteindelijk mag iemand dit op slot doen.

Je kan de leerlingen aanmoedigen om hun antwoorden te motiveren maar zorg ervoor dat ze zich niet verplicht en dus ongemakkelijk voelen.

IK ZIT AAN DE TOP! WAAR ZIT JIJ?

Iedere leerling neemt een plaats in binnen de driehoek op basis van twee vragen:

- Voel jij je een leidersfiguur in de groep? (De leiders komen meer in de top van de driehoek)
- Heb je het gevoel eerder positief of negatief aan bod te komen in de groep? (rechterkant = positief, linkerkant = negatief)

Wanneer iedereen zijn plaats heeft ingenomen bekijkt men de situatie. Iedereen krijgt de kans zijn positie te verwoorden. De posities van de leerlingen kan je op een papier met een gelijkaardige driehoek vastleggen. Leuk om terug boven te halen als je in de loop van het schooljaar nog eens op deze manier evalueert.

LINKS = UITSTEKEND, RECHTS = HEEL SLECHT OF LINKS = JA, RECHTS = NEEN

Leg aan de leerlingen uit dat je zo dadelijk vragen zult stellen. Als het antwoord van de leerlingen "heel goed" is, dan moeten ze zich in de linkerkant van de ruimte positioneren. Hoe linkser ze zich plaatsen, hoe beter ze het vonden. Dit werkt voor "heel slecht" uiteraard net zo, maar dan andersom. Het midden van de ruimte betekent noch goed noch slecht.

Na de positionering kan je peilen of je leerlingen hun positie extra willen toelichten, maar dat is niet verplicht. (deze opdracht kan je ook met hoog en laag doen: hoog = heel goed, laag = heel slecht)

Mogelijk te stellen vragen:

- Hoe vond je de opdracht? (goed ↔ slecht)
- Hoe verliep de opdracht? (goed ↔ slecht)
- Wat vond je van de samenwerking? (goed ↔ slecht)
- Hoe heb je zelf meegewerkt? (goed ↔ slecht)
- Zou je de opdracht volgende keer anders aanpakken? (ja ↔ neen)
- Had je je meer kunnen inspanssen? (ja ↔ neen)
- Hadden jullie als groep meer kunnen doen? (ja ↔ neen)

Nog enkele vragen die gesteld kunnen worden en waar je in een kort kringgesprek mee kunt eindigen (je kan deze vragen ook integreren in de methodiek van active reviewing):

- Wat gebeurde er, wat deed je?
- Wat vergemakkelijkte, bemoeilijkte de opdracht?
- Hoe heb je het geheel ervaren?
- Hoe voelde jij je tijdens de opdracht?
- Waarom is de opdracht (niet) gelukt?
- Hoe zou er beter samengewerkt kunnen worden?
- Wat zou jij zelf beter kunnen doen?
- ...



Als je één of meerdere samenwerkingsopdrachten met je klas gedaan hebt en deze ook geëvalueerd hebt, is het vaak een handig werktuig om tijdens je lessen naar terug te grijpen. Het is daarom ook goed om voor jezelf notities te maken over wat er tijdens een opdracht gebeurt en wat er tijdens de evaluatie gezegd wordt.

DUIMEN/VINGERS GOOIEN

Iedereen steekt zijn hand in een vuist vooruit.

Je telt tot 3. Op 3 laat iedereen zien

- hoe hij/zij het vond
- hoe hij/zij het gedaan heeft
- hoeveel rekening hij/zij gehouden heeft met de anderen
- hoe ze het als groep gedaan hebben
- ...

Door een score op 10 te geven met hun vingers of door met dit met hun duim aan te geven (duim omhoog/omlaag of ergens ertussen)

OP DE LIJN

Kinderen zich laten positioneren door voor, op of achter een lijn te gaan staan



2.4. NIEUWE AUTORITEIT ALS DUURZAME ATTITUDE

Aanvullend aan het verbeteren van de groeps sfeer door middel van 'active reviewing' willen we jullie kort onderdompelen in de visie van 'Nieuwe autoriteit'.

Deze visie van Haim Omer biedt concrete handvatten in de omgang met kinderen en jongeren, zowel thuis als in de schoolcontext. De 'Nieuwe Autoriteit' zoekt een mooi evenwicht tussen de 'laisser-faire opvoedingsstijl' van de jaren 70 en het 'autoritair opvoeden' van daarvoor.

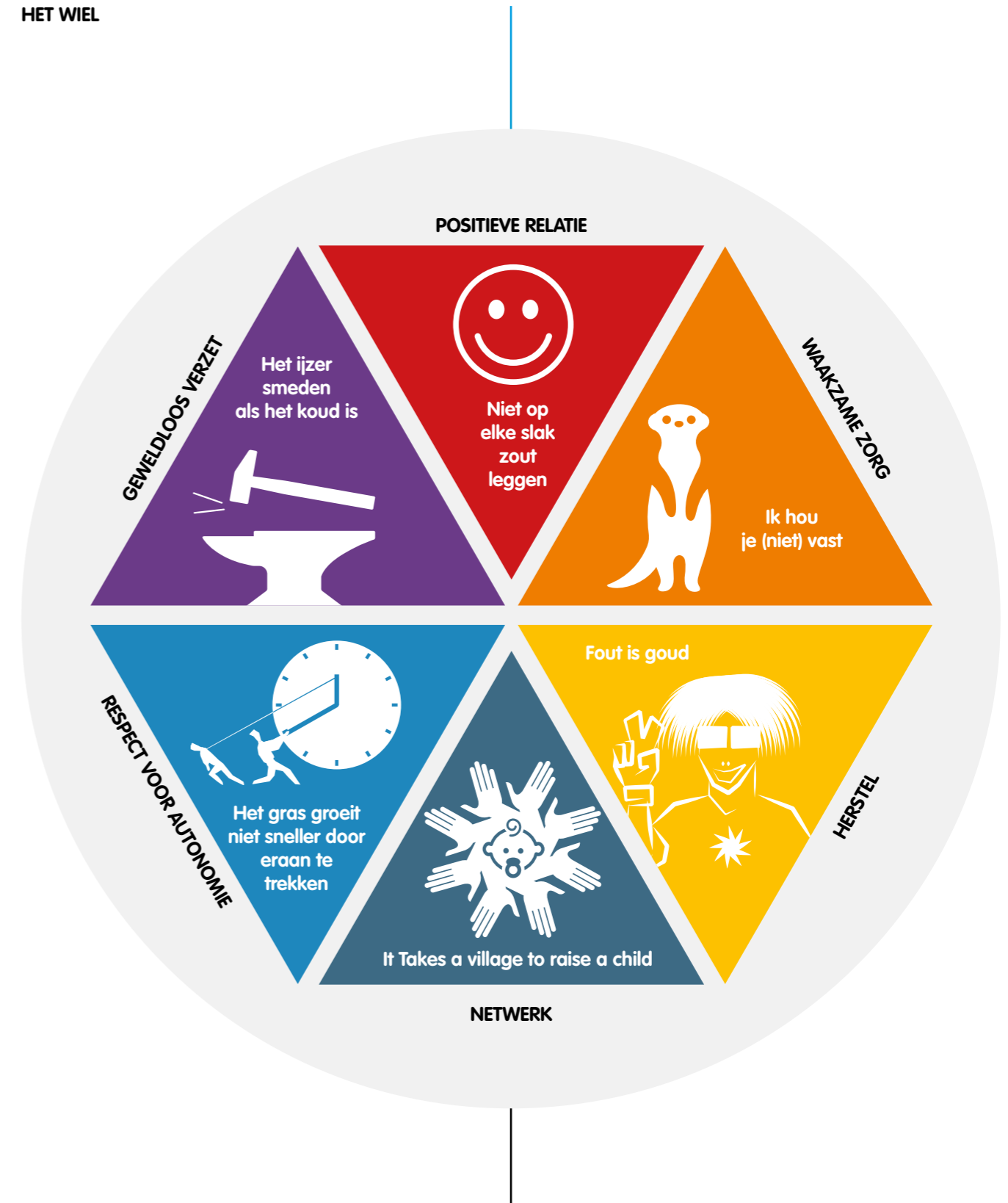
Het zet de goede relatie tussen opvoeder en kind aan de basis van de opvoeding. Een goede relatie kan perfect hand in hand met duidelijk gezag van de opvoedingsverantwoordelijke. Wanneer er een respectvolle relatie is tussen het kind en de volwassenen, heeft de volwassene ook de mogelijkheid tot sturing en het laten naleven van regels en grenzen.

Een ander belangrijk concept is het besef van 'controle over eigen handelen'. Enkel als we als volwassenen controle hebben over hoe we zelf reageren bij (conflict)situaties en zelf de rust bewaren, kunnen we het gedrag van een kind op een positieve manier beïnvloeden. We kunnen invloed hebben op het gedrag van een ander, door ons eigen gedrag of reactie aan te passen. Een voorbeeld hiervan is de de-escalatie: wanneer we tijdens een conflict erin slagen om de rust te bewaren, zal het kind zelf ook de rust terugvinden. Indien we bij conflicten zelf intens reageren, zal het conflict enkel escaleren.

Hiernaast vinden jullie het 'Wiel' van 'Nieuwe Autoriteit'. Dit vat kort en bondig de kernwaarden en visie samen.

De 'Nieuwe Autoriteit' zoekt een mooi evenwicht tussen de 'laisser-faire opvoedingsstijl' van de jaren 70 en het 'autoritair opvoeden' van daarvoor.

HET WIEL





POSITIEVE RELATIE 'NIET OP ELKE SLAK ZOUT LEGGEN'

Een positieve relatie is voorwaarde voor al de rest! Door aandacht te besteden aan de positieve eigenschappen/gedragingen van het kind en minder aandacht en reacties te geven op negatieve of storende gedragingen, creëren we een positieve relatie. Als opvoeder/leerkracht hebben we vaak de valkuil om kinderen over alles aan te spreken "ruim uw boekentas op, hang je jas op, doe je schoenen uit, zit recht, eet met je mond toe, ...". Hierdoor ervaart het kind veel negativiteit, wat nefast is voor de relatie.

'Nieuwe Autoriteit' helpt ons op zoek te gaan naar welk storend gedrag belangrijk is om op te reageren. Door te filteren en keuzes te maken op welk 'storend' gedrag we reageren, ervaart het kind minder negativiteit en meer betrokkenheid.

Dit wil niet zeggen dat we als opvoeder niet reageren op storend gedrag, we denken vooral na op de manier waarop we het kind aanspreken. Alles wat helpt om een goede relatie mogelijk te maken tussen de jongeren en leerkrachten is OK.

Bijvoorbeeld: stel het kind sluit zich altijd te laat aan bij de groep

Wij zijn blij dat je hier bent en met ons mee doet. Wij zijn niet akkoord dat je te laat bent, het is fijn dat je nu toch aansluit. We gaan kijken met de groep, hoe je dit kan goed maken en willen je helpen met het zoeken naar manieren waarop je volgende keer wel op tijd kan zijn.



WAAKZAME ZORG 'IK HOU JE (NIET) VAST'

Afhankelijk van de situatie wegen we af hoe nabij we als volwassenen moeten zijn.

Hieronder twee voorbeelden.

Hoge nabijheid

Als leerkracht ben je op de hoogte van een moeilijke agressieve relatie tussen 2 leerlingen, dan blijf je in de buurt en verhoog je de nabijheid. Je kijkt toe, grijpt in en laat de kinderen zelf nadenken wat ze anders kunnen doen. Ook als je als leerkracht op de hoogte bent van een pestproblematiek kan je door de waakzame zorg (de nabijheid) te verhogen, ingrijpen in het hier-en-nu. Je hoeft dit zeker niet alleen te doen. Door met collega's te communiceren, kunnen ze jou en de leerlingen hierin helpen.

Gemiddelde nabijheid

Stel: je bent als leerkracht bewust dat een leerling snel afgeleid is. Ga samen met het kind of de klas op zoek welke manieren hem/haar kunnen helpen toch de aandacht bewaren. Ga samen op zoek HOE, WAT of WIE hem hierbij kan helpen om de aandacht te bewaren bij de activiteit. Vaak kunnen medestudenten hier ook een belangrijke rol in spelen door bv. het kind aan te spreken...



HERSTEL 'FOUT IS GOUD'

Fouten maken mag, kan en moet! Het zijn de fouten die net het leren op gang brengen. Belangrijk hierin is dat kinderen ondersteund worden om fouten te herstellen. Door een fout te herstellen (bv. dmv een gesprek, een tekening, een gebaar) breng je de relatie terug op gang. Laat het kind zelf op zoek gaan naar een gepaste manier om de relatie te herstellen, kinderen zijn erg creatief in het zoeken van oplossingen. Weigert een kind om een herstelactie uit te voeren, doe het dan in zijn plaats. Zo laat je het kind zien dat jullie dit als school noodzakelijk vinden en tegelijk laat je het slachtoffer voelen dat je hem/haar belangrijk vindt.



NETWERK 'IT TAKES A VILLAGE TO RAISE A CHILD'

Opvoeden en zoeken naar verandering doe je niet alleen! Ook binnen de school is het belangrijk om op zoek te gaan welke leerkrachten, directie, zorg, ouders of leerlingen je kunnen ondersteunen. Door steun van de omgeving vergroot je als leerkracht je draagkracht. Doordat andere volwassenen het kind op hun gedrag aanspreken (zowel bij goede als minder goede momenten) zal het effect hiervan groter zijn. Spreek het kind aan in de wandelgangen, ook al zit het niet in je eigen klas.

Bijvoorbeeld

"Ik keur het niet goed dat je vandaag een grote mond had tov de leerkracht L.O. Ik verwacht dat je de dingen die je storen op een respectvolle manier vertelt tegen de leerkracht. Ik verwacht dat je zoekt naar een manier om het te herstellen. Ik geloof dat je het kan en wij gaan je hierbij helpen!". Vergeet zeker ook niet om het kind te bekrachtigen als hij het wel goed doet. Een klein, kort, informeel schouderklopje, duim of positieve woorden kunnen een enorm grote impact hebben op een kind dat vooral gewend is om negatieve aandacht te krijgen.

Indien je voelt dat jouw eigen energiepeil en enthousiasme niet op peil zijn, laat je dan ondersteunen door collega's. Even je hart luchten, een collega die even overneemt, samen met jou voor de klas staat, met je nadent over de aanpak... helpt om je terug een boost te geven. Ook ouders kunnen een belangrijke steun bieden. Bespreek met hen wat er moeilijk loopt en vraag hen of ze willen helpen zoeken naar manieren waarop hun kind zich terug goed kan voelen op school/minder straf kan krijgen.



RESPECT VOOR AUTONOMIE 'HET GRAS GROEIT NIET SNELLER DOOR ERAAN TE TREKKEN'

Het is belangrijk om als opvoeder/leerkracht bewust te zijn dat elk kind leert op zijn eigen tempo, dat iedereen zijn eigen weg zoekt en dat deze weg belangrijker is dan de bestemming!

Pas ook je verwachtingen als leerkracht aan op maat van het kind. Bijvoorbeeld: je hebt een kind met ADHD in de klas. Kijk samen met de ouders en het kind wat haalbaar is in de klas. Kan het kind stilzitten en aandachtig zijn als het met zijn handen bezig kan zijn? Geef daar dan de ruimte voor.

GEWELDLOOS VERZET 'HET IJZER SMEDEN ALS HET KOUD IS'

Bij conflicten is het aan te raden om een gesprek te voeren wanneer het ijzer koud is. Het is nooit een goed idee om oplossingen te bedenken, je gelijk te halen of de ander proberen te overtuigen tijdens momenten van hoge emotie. Kom er later wel op terug en bedenk wat je anders kan doen. Zo komen belangrijke zaken op tafel.

Bijvoorbeeld: als er een conflict is tussen de leerlingen in de klas, geef hen dan de tijd om tot rust te komen. Pas wanneer iedereen kalm is, kan je het gesprek aangaan. Probeer dan te onderzoeken wat jij anders kan doen om terug met elkaar om te kunnen, wat jij nodig hebt om opnieuw naast elkaar te kunnen zitten. Ga vooral niet op zoek naar wie de oorzaak is, wie de waarheid vertelt. Elk kind heeft zijn eigen waarheid. Probeer daarom op zoek te gaan naar oplossingen: wat heeft elk kind nodig om terug rustig in de klas te zitten?

Heb je zelf een conflict met een leerling? Geef dan aan dat je niet op deze manier wil communiceren en dat je erop terugkomt als het kind en jijzelf terug rustig zijn. Als jullie beiden rustig zijn, kan je duidelijk aangeven welk gedrag jij niet aanvaardbaar vindt en wat je van het kind in de toekomst verwacht. We kunnen echter niet van het kind verwachten dat het vanaf dat moment het gewenste gedrag zal vertonen. Dit is een leerproces. Het kind zal ongetwijfeld nog fouten maken. Onze taak is om vol te houden en het kind te blijven aangeven wat we van hem/haar verwachten.

TIPS EN TRICS NIEUWE AUTORITEIT

WEL

- Jij moet laten zien hoe het moet (rolmodel)
- Geef jezelf tijd om ergens over na te denken
- Geen onmiddellijke maar geleidelijke verandering
- Zelfcontrole/zelf rustig blijven
- Voorkomen van escalaties, kalm blijven
- Bewust worden van eigen prikkelbaarheid en eigen provocaties
- Eén keer iets zeggen
- Pas terugkomen op een incident als de rust is teruggekeerd
- Positief zijn
- Duidelijk zijn in de grens van wat er verwacht wordt
- Volhouden (maar je hoeft niet te winnen)
- De kracht van de stilte

NIET

- Preken, zagen, moraliseren of dreigen
- Veel praten
- Redetwisten
- Je stem verheffen
- Venijnige opmerkingen
- Veroordelen
- Kwetsen/dreigen
- Agressieve lichaamstaal
- Het kind fysiek dwingen
- Ingaan op provocaties van de andere

DENK ERAAN

- Je hoeft niet te winnen, wel volhouden.
- Je geeft om het kind dus je moet weerstand bieden aan bepaald gedrag.
- Je gaat hen niet de les lezen (of hen straffen).
- Je reageert nooit met geweld.
- Herstellen is essentieel.

**Geef jezelf tijd om
ergens over na te denken**

3. De opdrachten

TIPS VOOR, TIJDENS OF NA DE OPDRACHTEN

Afhankelijk van de groep kan je de opdrachten ook aanpassen:

- Na een opdracht kan je de ervaringen van de leerlingen bespreken:
 - Hoe heb je het geheel ervaren?
 - Wat vergemakkelijkte/bemoeilijkte de opdracht?
 - Ben je zelf goed/slecht aan bod gekomen?
 - Hoe zou er beter samengewerkt kunnen worden?
 - ...
- Bij alle opdrachten kan je spelen met de communicatie. Niemand mag iets zeggen, slechts één of enkele leerlingen mogen spreken. Dit geeft meteen een heel andere wending aan de opdracht.
- Bij sommige opdrachten is het beter om te starten in kleinere groepen om na verloop van tijd de opdracht in de grote groep te doen slagen.
- Door enkele opdrachten tijdens het schooljaar een paar keer te herhalen, kan je zien welke vooruitgang je klas als groep heeft gemaakt.
- Let erop dat je zelf niet te veel zegt tijdens de opdrachten. Laat de leerlingen zelf naar oplossingen zoeken en hun problemen oplossen.
- Focus bij besprekingen vooral op de relaties tussen de leerlingen, hoe het individuele kind zich voelde tijdens de oefening en welke verschillen er zijn in dit gevoel bij de leerlingen.

Active reviewing is een wijze van terugblikken op ervaringen waarbij elke deelnemer geactiveerd wordt tot het uitwisselen van zijn ervaring en reflectie. Het ontwikkelen van een positieve groepsfeer, empowerment, creatieve werkvormen, het versterken van het bewustzijn van deelnemers en het niet vastleggen van het beoogde leerresultaat zijn belangrijke bouwstenen van deze methode.

DE OEFENINGEN

filter	communicatie	samenwerking	vertrouwen	frustratietolerantie	betrokkenheid	motivatie	wennen aan fysiek contact	probleemoplossend denken	doorzetten	concentratie	8+	10+	12+	minimum 4	minimum 5	minimum 6	minimum 8	minimum 10	maximum 12	maximum 25	maximum 30	
blind schikken	✓	✓	-	-	-	-	-	-	-	-	✓	-	-	✓	-	-	-	-	-	-	-	✓
geblinddoekt voorwerp zoeken	✓	-	-	-	-	-	-	-	-	-	✓	-	-	✓	-	-	-	-	-	-	-	✓
de tafelandeling	-	-	✓	-	-	-	-	-	-	-	-	-	✓	-	-	-	-	✓	-	-	-	✓
chocolade-rivier	✓	✓	-	✓	✓	✓	-	-	-	-	✓	-	-	-	✓	-	-	-	-	-	✓	-
zeil omdraaien	✓	✓	-	✓	-	-	-	-	-	-	✓	-	-	-	-	-	✓	-	-	-	✓	-
verplaatsen met zeil	✓	✓	-	-	-	-	-	-	-	-	✓	-	-	✓	-	-	-	-	-	-	✓	-
zo klein mogelijk zeil	✓	✓	-	-	-	-	✓	-	-	-	✓	-	-	-	-	-	✓	-	-	-	-	✓
8-knoop	✓	✓	-	-	-	-	-	-	-	-	-	✓	-	✓	-	-	-	-	-	-	-	✓
geblinddoekt touw in vierkant	✓	✓	-	-	-	-	-	✓	-	-	-	-	✓	-	✓	-	-	-	-	-	-	✓
touwtje springen	✓	✓	-	-	-	-	-	-	-	-	-	✓	-	✓	-	-	-	-	✓	-	-	-
het touw rond	-	✓	✓	-	-	-	-	-	-	-	-	-	✓	-	-	-	✓	-	-	-	-	✓
elektrisch touw	✓	✓	-	✓	✓	✓	-	-	✓	-	✓	-	-	-	-	✓	-	-	-	-	✓	-
spinnenweb	✓	✓	-	✓	✓	✓	-	-	✓	-	-	✓	-	-	-	✓	-	-	-	-	✓	-
knikker door de gootjes	✓	✓	-	✓	✓	-	-	-	-	✓	✓	-	-	✓	-	-	-	-	-	-	✓	-
colaspel	✓	✓	-	✓	✓	✓	-	-	✓	✓	✓	-	-	-	-	✓	-	-	✓	-	-	-

OEFENINGEN MET BLINDDOEKEN

BLIND SCHIKKEN

Alle spelers worden geblinddoekt. Men krijgt dan de opdracht om de tafels, die nu nog overal verspreid staan, in een kring te plaatsen, juist in het midden van het lokaal. De stoelen moeten rond de tafels worden gezet. Men mag afspraken maken, een leider aanduiden, individueel werken. Alles mag, behalve kijken. Als de spelers na 20 minuten nog niet klaar zijn, help je hen een beetje of je geeft hen extra tijd. Laat hen in ieder geval de klus volledig klaren.

Doel: communicatie + samenwerking

Materiaal: tafels, stoelen, blinddoeken

Leeftijd: + 8jaar

Groepsgrootte: 4 -30 deelnemers

DE TAFELWANDELING

Eén persoon gaat geblinddoekt, zonder schoenen, op een tafel staan. De andere deelnemers gaan rond te tafel staan. De geblinddoekte persoon moet nu voorzichtig op de tafel rondwandelen. Krijg je een tik op je voeten dan moet je een andere richting kiezen. Je kunt de spanning opvoeren door onopgemerkt aan één kant een tafel erbij te zetten. De geblinddoekte persoon kan nu ineens een veel langere weg afleggen. Dit zal heel vreemd aanvoelen. Je kunt er dus tafels bijzetten, maar ook weghalen. Hou ten alle tijd de veiligheid in het oog bij deze opdracht!!!

Doel: vertrouwen

Materiaal: tafels, blinddoek

Leeftijd: +12 jaar

Groepsgrootte: 10 – 30 spelers



GEBLINDDOEKT VOORWERP ZOEKEN

Eén leerling wordt geblinddoekt. De begeleiding legt op een bepaalde afstand een voorwerp neer. De andere leerlingen blijven achter een lijn staan en mogen aanwijzingen roepen naar de geblinddoekte speler die het voorwerp moet zoeken. Probeer het daarna opnieuw maar duidt deze keer één leerling aan die aanwijzingen geeft. Bespreek daarna wat gemakkelijker was voor de geblinddoekte leerling.

Doel: communicatie

Materiaal: blinddoek, voorwerp

Leeftijd: + 8 jaar

Groepsgrootte: 4 – 30 deelnemers



OEFENING PLANKJES

CHOCOLADERIVIER

De groep krijgt een aantal plankjes. Ze moeten met deze plankjes met de hele groep in één keer aan de overkant geraken (ca. 30 meter). Als er iemand van de groep de grond raakt, gaat iedereen terug en moeten ook alle plankjes terug over de startlijn. Hoe minder plankjes de groep krijgt, hoe moeilijker het wordt en hoe intensiever ze moeten samenwerken. Hoe hobbeliger het terrein, hoe moeilijker.

Vb. 14 leerlingen:

- gemakkelijk = 9 plankjes
- gemiddeld = 8 plankjes
- moeilijk = 7 plankjes

Doel: samenwerking + communicatie + frustratietolerantie + betrokkenheid + motivering

Materiaal: plankjes

Leeftijd: +8 jaar

Groepsgrootte: 5 – 25 spelers



OEFENINGEN ZEIL

VERPLAATSEN MET ZEIL

Alle leerlingen op twee na bevinden zich op een zeil. Het is nu de bedoeling dat de groep aan de overkant geraakt zonder dat één van de leerlingen die op het zeil staan de grond raken. Gebeurt dit toch, dan moeten ze opnieuw beginnen.

Doel: samenwerking + communicatie

Materiaal: zeil

Leeftijd: + 8 jaar

Groepsgrootte: 4 – 25 deelnemers

ZEIL OMDRAAIEN

De hele groep staat op een zeil. De leerlingen moeten dit zeil omdraaien zonder dat iemand de grond raakt. Indien toch iemand de grond raakt, moeten ze opnieuw beginnen.

Doel: samenwerking + communicatie + frustratietolerantie

Materiaal: zeil

Leeftijd: + 8 jaar

Groepsgrootte: 8 – 25 deelnemers



ZO KLEIN MOGELIJK ZEIL

De hele groep staat op het zeil en moet het oppervlak van het zeil zo klein mogelijk maken zonder de grond te raken.

Deze opdracht kan je op verschillende tijdstippen tijdens het schooljaar opnieuw uitvoeren. Zo kan je ontdekken of de groep na een tijdje meer samenhangt.

Doel: samenwerking + communicatie + wennen aan fysiek contact

Materiaal: zeil

Leeftijd: + 8 jaar

Groepsgrootte: 8 – 30 deelnemers



OEFENINGEN TOUW

8-KNOOP

De begeleiding maakt met een klein touw een 8-knoop. De groep krijgt een lang touw dat IEDEREEN van de groep met twee handen moet vastnemen. Nu moet de groep dezelfde knoop maken maar niemand mag het touw loslaten. Als iemand het touw toch loslaat, moeten ze volledig opnieuw beginnen.

Hoe je de 8-knoop maakt, vind je in bijlage 1.

Natuurlijk kan je deze oefening ook doen met een gewone knoop.

Doel: samenwerking + communicatie

Materiaal: touw

Leeftijd: +10 jaar

Groepsgrootte: 4 – 30 deelnemers



HET TOUW ROND

Maak een stevige knoop met de uiteindes van het touw zodat je een cirkel krijgt. De leerlingen gaan in een kring staan en hebben het touw stevig vast. Het touw is over de hele kring gespannen. Nu moet één van de jongeren op het touw klimmen en zo heel de kring rondlopen. Hij mag de grond niet raken maar hij mag wel de hulp van zijn klasgenoten gebruiken.

Doel: vertrouwen + samenwerking

Materiaal: touw

Leeftijd: +12 jaar

Groepsgrootte: 8 – 30 deelnemers

GEBLINDDOEKT TOUW IN VIERKANT

Alle leerlingen worden geblinddoekt en nemen een touw vast. Het is de bedoeling dat ze dit nu in een vierkant op de grond leggen.

Doel: samenwerking + communicatie + probleemoplossend denken

Materiaal: touw, blinddoeken

Leeftijd: +12 jaar

Groepsgrootte: 5 – 30 deelnemers

TOUWTJE SPRINGEN

Twee leerlingen draaien en de rest van de groep springt. Je kan hen uitdagen door te vragen met hoeveel ze tegelijk kunnen springen. Je kan hen vragen hoeveel keren ze tegelijk erover kunnen springen,...

Doel: communicatie + samenwerking

Materiaal: touw

Leeftijd: +10 jaar

Groepsgrootte: 4 - 12 deelnemers



OEFENINGEN ELASTISCHE TOUWEN

SPINNENWEB

De hele groep moet aan de overkant van het spinnenweb geraken. Ze mogen er niet over, onder of langs. Door elk gat mag maar één leerling (indien er meer leerlingen als gaten zijn, kan je als leerkracht zelf aanduiden door welk gat er twee leerlingen moeten). Vanaf het moment dat de opdracht begonnen is, mag er niemand meer het spinnenweb aanraken. Als er toch iemand het web raakt, gaat de hele groep terug.

Let op: hou als leerkracht steeds de veiligheid van je leerlingen in het oog!

Doel: samenwerking + communicatie + doorzetten + frustratietolerantie, betrokkenheid + motivering

Materiaal: elastische touwen

Leeftijd: + 10 jaar

Groepsgrootte: 6 – 25 spelers

ELEKTRISCH TOUW

De hele groep moet aan de overkant van het 'elektrische' touw geraken. Hang het touw op een hoogte waar ze net niet over kunnen stappen. Als iemand het touw raakt, moet de hele groep opnieuw beginnen. Let steeds op de veiligheid!

Doel: samenwerking + communicatie + doorzetten + frustratietolerantie, betrokkenheid + motivering

Materiaal: elastisch touw

Leeftijd: + 8 jaar

Groepsgrootte: 6 – 25 spelers



OEFENING GOOTJES + KNIKKER

KNIKKER DOOR DE GOOTJES

Iedereen van de groep krijgt een gootje. Het is de bedoeling dat de hele groep een knikker door de gootjes laat rollen en zo een bepaalde afstand aflegt. De knikker moet door IEDEREEN zijn/haar gootje gerold zijn. Als de knikker valt, moet de groep opnieuw beginnen.

Als je merkt dat het moeizaam verloopt, kan je een overeenkomst met je klas sluiten.

Vb. Als de knikker 1 keer valt, moeten de leerlingen 1 rondje lopen, valt de knikker 10 keer, moeten ze 10 rondjes lopen. Laat de leerlingen zelf een compromis sluiten, stuur bij indien nodig.

Doel: samenwerking + concentratie + communicatie + frustratietolerantie + betrokkenheid

Materiaal: gootjes + knikker

Leeftijd: + 8 jaar

Groepsgrootte: 4 – 25 spelers



OEFENING COLASPEL

FLES IN EVENWICHT HOUDEN

Startpositie: het spel ligt met het houten platform op een matje. Op het houten platform staat een fles met water. De oefening wordt moeilijker of gemakkelijker naar gelang er meer of minder water in de fles zit. De elastieken liggen gestrekt op de grond. Aan het uiteinde van elke elastiek staan één of twee deelnemers. De deelnemers moeten proberen om door middel van de elastieken het houten platform op te tillen en het te verplaatsen naar het eindmatje.

Doel: samenwerking + aanmoediging + frustratietolerantie + communicatie + doorzetten

Materiaal: houtenplatform met de elastieken + fles met water + 2 matjes

Leeftijd: + 8 jaar

Groepsgrootte: 6 -12 spelers

ENKELE OPDRACHTEN UIT "NOKNOK"

DONKERE STOELCIRKEL

De jongeren worden geblinddoekt geplaatst rond een berg stoelen. Ze proberen als groep de berg te ontwarren en in een cirkel te plaatsen, zodat alle stoelen op een meter afstand van elkaar staan. Er mag onderling overlegd worden. Wanneer ze denken dat de opstelling correct is, mogen ze allemaal op een stoel gaan zitten.

Doel: samenwerking + teambuilding + groepsgevoel + samen sterk + er zijn voor mekaar

Materiaal: stoelen (zoveel als er jongeren zijn)

Leeftijd: 12 – 16 jaar

Groepsgrootte: vanaf 10 spelers

Deze opdracht maakt deel uit van een reeks samenwerkingsspelen die je best na elkaar speelt.

WAARHEID OF LEUGEN

Aan de hand van juiste of foute stellingen over jezelf, kunnen jongeren elkaar op een andere manier leren kennen.

Geef elke jongere een blad en een pen en vraag hem na de toelichting van de activiteit zich even af te zonderen. De jongeren moeten op hun blad in het midden hun naam schrijven en vervolgens in elke hoek van het blad een stelling. Drie van deze stellingen moeten juist zijn. De vierde stelling moet niet waar zijn. Laat de jongeren goed nadenken over de stellingen, want ze schrijven best kwaliteiten of kenmerken van zichzelf op die nog niet gekend zijn door de anderen. Dat maakt het immers moeilijker om te raden welke juist of fout zijn. Iedereen loopt nu door elkaar en spreekt de ander aan. De stellingen worden voorgelezen en toegelicht. Je kan de jongeren ook steeds – door streepjes te trekken – laten bijhouden hoeveel jongeren hun foute stellingen meteen vonden.

Nabespreking:

Laat elke jongere in één zin even zeggen wat hem was opgevallen bij deze activiteit. De eerste die het woord neemt krijgt een balletje in handen. Bedoeling is dat iedereen in de groep de bal één keer toegeworpen krijgt en vervolgens zijn bevindingen meegeeft. Degene die de bal in handen heeft is ook de enige die mag praten.

Doel: wie ben ik – ik ben uniek

Materiaal: pennen, papier en een bal

Leeftijd: 12 - 16 jaar

Groepsgrootte: 4 – 25 spelers

Duur activiteit: 30 minuten

VOOR HET SCHRIJVEN VAN DEZE HANDLEIDING DEDEN WE INSPIRATIE OP BIJ:

• www.ervaringsleren.be

• <http://reviewing.co.uk/>

• Joris Piot, praktijklector en onderzoeker aan de UC Leuven-Limburg, sociaal cultureel werk. Trainer in active reviewing.

Growth mindset

• Dweck, C. (2011). Mindset, verander je manier van denken om je doelen te behalen.

Nieuwe autoriteit

• Lieve Wijckmans, gezinsbegeleidster in OBC Ter Wenden, zelfstandig coach/supervisor en opleider binnen vzw Rapunzel.

• Van Nus, W. (2015). Het ijzer smeden als het koud is. Geweldloos verzet op school. Een nieuwe kijk op gedragsproblemen.

• Omer, H. (2011). Nieuwe Autoriteit. Samen werken aan een krachtige opvoedingssituatie thuis, op school en in de samenleving.

• Vlaams Instituut Gezond Leven, Effectiviteitsreview geestelijke gezondheidsbevordering (2011)

