

Weerbaarheid

Lesbrief 5 - De muur

Naam:

Klas: VMBO: BL KL TL (omcirkel)

School:

Als je stevig in je schoenen staat, is dat een goede stopper voor machtsmisbruik en geweld. Je kunt voorkomen dat er ruzie ontstaat.

Lees eerst de informatie over Weerbaarheid op vmboplus.nl goed door. Je kunt ook een printje maken. Daarna begin je aan de oefening.

Heb je meer ruimte nodig om te schrijven? Pak dan je (digitale) schrift erbij!



Oefening: de muur

Hoe krijg je iets gedaan van iemand? En hoe reageer je vanuit je eerste impuls op een vraag van iemand? Elke actie roept een reactie op. Welke reactie dat is, hangt af van de actie.

- Drie leerlingen gaan zij aan zij staan en maken een muur. Ze zijn op zichzelf gericht en heel geconcentreerd.
- De vierde leerling moet proberen aan de andere kant van de muur te komen. Dat kan alleen door het aan de drie leerlingen te vragen. Bijvoorbeeld door te zeggen: 'Mag ik er even langs?' of 'Wil je alsjeblieft opzij gaan?'.
- De drie leerlingen reageren vanuit hun gevoel. Als je van harte op zij wilt gaan, is dat prima. Maar het kan ook zijn dat je het niet wilt, ook al wordt het tien keer gevraagd.
- De vierde leerling let goed op de stemming waarin de anderen zijn. Kom je niet door de muur heen? Verander dan van toon, tempo, houding. Wees flexibel en voel wat er gebeurt.
- Als de vierde leerling is doorgelaten, wisselen de leerlingen hun ervaringen uit.

Nabespreking:

- Hoe was het om te doen?
- Reageerde je per persoon anders?

Kort verslag

Beantwoord bovenstaande vragen. Schrijf op wat je (over jezelf) hebt ontdekt.

.....

.....

.....

.....

.....