



Keuzedeel Diversiteit

Concepthandleiding, september 2018



Inhoud

Keuzedeel Diversiteit.....	1
Verantwoording	5
Uit de formele beschrijving van het keuzedeel	5
Overzicht tijdplanning	8
Deel 1: Verkenning van diversiteit	10
Les 1: Mijn eigen identiteit.....	10
Introductie	11
Kennismaking: drie waarheden	11
Basisregels voor deze cursus.....	12
Wat is RESPECT?	13
Identiteitenbloem	14
Portfolio 1: Mijn identiteit in kaart gebracht	16
Les 2: Anderen zijn anders	17
Wie overblijft.....	18
Labels	20
Introductie discriminatiespiraal	22
Sociometrie van onderdrukkingen	28
Portfolio 2: Irritatie aan diversiteit	33
Les 3: Gender.....	34
Gender onder de loep	35
Stereotypen.....	39
Seksuele voorlichting en gender.....	40
Portfolio 3: Gendermapping.....	41
Les 4: Cultuur	42
Rafa Rafa.....	43
Portfolio 4: Categorisering	51



Les 5: Handicap.....	52
Blind	53
Gehandicapt eten	54
Hyper	57
Portfolio 5: Hulp geven en accepteren.....	58
Les 6: Seksuele diversiteit	59
Een menselijk kenmerk	60
Veertig vragen.....	62
Een hetero interviewen.....	64
Portfolio 6: Definities	66
Deel 2: Beroepsmatige verdieping.....	67
Les 7: Vecht of vlucht.....	67
Uitleg.....	68
Fight or flight rollenspel	74
Fight or flight oefening.....	75
Portfolio 7: Herken je impuls.....	76
Les 8: Luisteren	77
Stimulerend of remmend luisteren.....	78
Aandachtig luisteren.....	79
Oordeel-loos luisteren	80
Portfolio 8: Bewijs dat je geluisterd hebt.....	81
Les 9: Open en gesloten vragen	82
Gesloten vragen.....	83
Open vragen	84
Portfolio 9: Doorvragen.....	85
Les 10: Dialoog, discussie en debat.....	86
Uitleg gesprekstechnieken	87



Passief, agressief of assertief?	88
Vier hoeken	94
Portfolio 10: Organiseer een discussie	98
Les 11: Dilemma's	99
De matrozenoefening	100
Groepsbeslissingen	101
Portfolio 11: Seksuele dilemma's	103
Les 12: Mensenrechten	104
Mensenrechtencollage	105
Je eigen eiland	109
Portfolio 12: Zijn mensenrechten universeel?	113
Deel 3: Aan de orde stellen van diversiteit	115
Les 13: De media	115
Foto-analyse	116
Commercials	119
Een advertentie ontleden	120
Portfolio 13: Analyse imago stage-instelling	124
Les 14: Vooronderzoek	125
Les 15: De boodschap	126
Coming-out tijdens het eten	127
Kies je boodschap	131
Les 16: Campagneplan	132
Les 17: Storyboard	133
Les 18: Clip maken	139
Les 19: Campagne voeren	144
Les 20: Evaluatie	145



Verantwoording

Deze mogelijk invulling van het keuzedeel diversiteit sluit aan op het Keuzedeel Diversiteit, code K0024, dat in 2015 is goedgekeurd door de Sectorkamer zorg, welzijn en sport en gevalideerd door: Sectorkamer Zorg, welzijn en sport op 26-11-2015.

Uit de formele beschrijving van het keuzedeel

Studielast

480 uur

Relevantie van het keuzedeel

Van iedere beginnende beroepsbeoefenaar in zorg en welzijn wordt verwacht dat zij kan omgaan met diversiteit en sensitiviteit toont voor diversiteit. Van de beginnend beroepsbeoefenaar die het keuzedeel diversiteit heeft afgerond wordt daarnaast verwacht dat zij een informerende en adviserende rol heeft ten opzichte van collega's en hen op dit aspect kan ondersteunen. De beroepsbeoefenaar wordt daarmee aanspreekpunt voor collega's bij vraagstukken en dilemma's rond diversiteit.

Beschrijving van het keuzedeel

Dit keuzedeel bevat kennis en vaardigheden gericht op het omgaan met diversiteit binnen een organisatie. Het keuzedeel bereidt de beginnend beroepsbeoefenaar voor op een specifieke rol op het gebied van diversiteit, namelijk beleidsondersteunend, adviserend, teamvormend. Hij/zij leert de onderlinge diversiteit in het team/de organisatie te benutten ten behoeve van een diverse zorg- of dienstverlening aan cliënten. Er wordt aandacht besteed aan het bieden van informatie, advies en ondersteuning aan collega's bij het omgaan met diversiteit en aan de ondersteuning van de samenwerking in een divers team.

Branchevereisten

Nee



Vakkennis en vaardigheden

De beginnend beroepsbeoefenaar:

1. Heeft specialistische kennis van actuele vraagstukken en ontwikkelingen op het gebied van diversiteit
2. Kan bijdragen aan diversiteits-sensitief beleid
3. Kan dilemma's op het gebied van diversiteit hanteren
4. Kan voorbeeldgedrag tonen (open houding, gespreksvoering rekening houdend met diversiteit)
5. Kan de eigen grenzen benoemen, onderbouwen en hanteren
6. Kan haar eigen deskundigheid op het gebied van diversiteit bijhouden
7. Kan gebruik maken van de kennis van diversiteit van collega's, maar waakt ervoor deze als enige bron te gebruiken
8. Kan kritisch reflecteren op het eigen handelen m.b.v. collega's met een ander referentiekader
9. Kan haar kennis van diversiteit beschikbaar stellen aan collega's
10. Kan anderen helpen om de eigen grenzen te hanteren
11. Kan tekorten in competenties op het gebied van diversiteit signaleren en bespreekbaar maken, zowel individueel als in het team
12. Kan vooroordelen bespreekbaar maken en waakt voor stereotypering
13. Kan knelpunten, verbeterpunten en aandachtspunten op het gebied van diversiteit bespreekbaar maken
14. Kan collega's ondersteunen bij het omgaan met diversiteit in de communicatie
15. Kan feedbackvaardigheden hanteren bij het ondersteunen van het team bij het benutten van de onderlinge diversiteit
16. Kan feedbackvaardigheden hanteren bij het ondersteunen van collega's op het gebied van diversiteit
17. Kan voorlichtings- en presentatietechnieken hanteren bij het informeren en adviseren van collega's op het gebied van diversiteit

Gedrag

De beginnend beroepsbeoefenaar:

1. Toont consequent een open houding en sensitiviteit voor diversiteit en de beleving van collega's;
2. Toont consequent haar bewustzijn van en omgaan met eigen (voor)oordelen;



3. Geeft collega's gericht feedback op de open houding t.o.v. normen en waarden van cliënten en de getoonde sensitiviteit voor diversiteit;
4. Onderzoekt bij vraagstukken en knelpunten actief de mogelijk diversiteitsgebonden aspecten;
5. Bespreekt gericht met collega's een mogelijke aanpak van vraagstukken/knelpunten/communicatie waarbij rekening wordt gehouden met diversiteitsgebonden aspecten;
6. Draagt (bijvoorbeeld in bijeenkomsten) actief en met overtuiging informatie over aan collega's m.b.t. 'kenmerken' van groepen cliënten, communicatie met diverse doelgroepen, veel voorkomende knelpunten en oplossingen en het bewust zijn van en omgaan met eigen (voor)oordelen;
7. Informeert collega's op een begrijpelijke en correcte manier over specifieke aspecten bij het werken met tolken;
8. Ondersteunt collega's doelgericht wanneer bij gesprekken met cliënten een tolk wordt ingezet;
9. Formuleert nauwkeurig in gesprekken met cliënten waarbij een tolk wordt ingezet.

De onderliggende competenties zijn: Aansturen, Begeleiden, Aandacht en begrip tonen, Ethisch en integer handelen, Overtuigen en beïnvloeden, Presenteren, Formuleren en rapporteren, Onderzoeken.

10. Onderzoekt actief mogelijkheden om kennis te delen met betrekking tot diversiteit;
11. Gebruikt constructieve feedback om het team te ontwikkelen;
12. Zet functioneel de eigen kennis en ervaring in ter verbetering van het beleid en de visie van de organisatie m.b.t. diversiteit;
13. Motiveert anderen doelbewust om na te denken over het beleid en de visie van de organisatie/het team m.b.t. diversiteit;
14. Reflecteert kritisch op het eigen handelen met behulp van collega's met een ander referentiekader.

De onderliggende competenties zijn: Begeleiden, Onderzoeken, Creëren en innoveren, Leren

Overzicht tijdplanning

Onderdeel uren uren
docent student portfolio

Deel 1: Verkenning

				concept	goedgekeurd
Les 1	1,5	1,5	Je eigen identiteit		
Opdracht	6	8	Identiteit in kaart brengen		
Les 2	1,5	1,5	Anderen zijn anders		
Opdracht	6	8	Irritatie aan diversiteit		
Les 3	1,5	1,5	Gender		
Opdracht	6	8	Gendermapping		
Les 4	1,5	1,5	Cultuur		
Opdracht	6	8	Categorisering		
Les 5	1,5	1,5	Handicap		
Opdracht	6	8	Hulp geven en accepteren		
Les 6	1,5	1,5	Seksuele diversiteit		
Opdracht	6	8	Definities		

Deel 2: Verdieping

				concept	goedgekeurd
Les 7	1,5	1,5	Vecht of vlucht		
Opdracht	6	16	Herken je impuls		
Les 8	1,5	1,5	Luisteren		
Opdracht	6	16	Bewijs dat je geluisterd hebt		
les 9	1,5	1,5	Open en gesloten vragen		
Opdracht	6	16	Doorvragen		
Les 10	1,5	1,5	Dialoog, discussie en debat		
Opdracht	6	16	Organiseer een discussie		
Les 11	1,5	1,5	Dilemma's		
Opdracht	6	16	Seksuele dilemma's		
les 12	1,5	1,5	Mensenrechten		
Opdracht	6	16	Zijn mensenrechten universeel?		

Deel 3: Aan de orde

				concept	goedgekeurd
Les 13	1,5	1,5	De media		
Opdracht		40	Analysé imago stageinstelling		
Les 14	1,5	1,5	Vooronderzoek		
Opdracht	12,5	40	Onderzoeksrapport & doel		
les 15	1,5	1,5	De boodschap		
Opdracht		40	Pretest boodschap		
les 16	1,5	1,5	Campagneplan		



Opdracht		40	Uitwerken campagneplan		
Les 17	1,5	1,5	Storyboard		
Opdracht		40	Opnamen clip		
Les 18	1,5	1,5	Clip maken		
Opdracht	6	40	Clip monteren		
Les 19	1,5	1,5	Campagne voeren		
Opdracht	6	40	Campagne voeren		
Les 20	1,5	1,5	Evaluatie		
Opdracht	6	26	Reflectieverslag		

132,5	480
-------	-----



Deel 1: Verkenning van diversiteit

Het eerste deel van het keuzedeel is een verkenning van hoe identiteit en diversiteit werkt.

Les 1: Mijn eigen identiteit

Inn deze les verkennen de studenten verkennen hoe hun eigen diversiteit tot uiting komt in hun identiteit.

Doelen:

1. Ze weten het verschil tussen innerlijk identiteitsgevoel, identiteitsexpressie, waargenomen identiteit, en tussen veroordeelde (discredited) identiteit en veroordeelbare (descreditable) identiteit (Goffman).
2. Ze zijn zich meer bewust van de keuzes die zij maken in identiteitsexpressie.
3. Ze herkennen hoe hun eigen positie mogelijk invloed kan hebben op hun eigen mening en een indruk maakt op anderen.

Activiteiten:

1. Kennismaking: drie waarheden
2. Basisregels voor deze cursus
3. RESPECT
4. Identiteitenbloem

Opdracht:

Maak een dossier over jouw publieke identiteit. Het dossier heeft 2 delen.

1. Je life identiteit(en). Maak foto's van jezelf in diverse situaties en laat daarbij zien hoe je jouw identiteit dan presenteert. Schrijf erbij waarom je deze expressie kiest en wat je wilt uitstralen.
2. Je papieren/digitale identiteit(en). Verzamel zoveel mogelijk gegevens van alle publieke documenten, zowel op papier, plastic als op internet en geef aan welke elementen van diversiteit naar voren komen. Beschrijf van elke document of het uitdrukt welke identiteit jij wilt uitstralen of dat het je is opgelegd. Schat in welke vooroordelen je presentatie in elk document op kan roepen.



Introductie

Verwelkom de deelnemers bij het keuzedeel en stel jezelf voor

Vertel dat over de structuur van het keuzedeel:

- Drie delen, 20 lessen
- In de eerste 6 lessen beperkt huiswerk/opdrachten, 2^e deel al meer en derde deel 40 uur per opdracht. Opdrachten derde deel gaan over het maken van een mensenrechtencampagne.
- Elke les eindigt met een opdracht, en elke opdracht heeft een product voor een portfolio. Je cijfer hangt af van de kwaliteit van je portfolio, waarin je laat zien hoe serieus en genuanceerd je omgaat met diversiteit.
- Elke les is vooral interactief en gericht op dingen ervaren. Er zijn weinig klassikale inleidingen over kennis, De kennis moet je opdoen door dingen te lezen en uit te zoeken tijdens de opdrachten. Veel werkvormen tijdens de klassen kan je ook gebruiken in je beroepssituatie.

Kennismaking: drie waarheden

Zorg dat de klas leeg genoeg is om in rond te lopen.

1. Geef elke student een A4. Opdracht:

Schrijf op je blad vier dingen over jezelf. Drie dingen moeten waar zijn, en één moet een leugen zijn. Laat de anderen niet zien wat je opschrijft. Zet niet de leugen altijd op de laatste plaats en maak het niet te gemakkelijk!

Dingen die je kunt noemen zijn bijvoorbeeld: Ik ben Peter en ik:

- *Ga graag naar horrorfilms*
- *Maak mijn eigen kamer elke dag schoon*
- *Hou van chatten met vrienden en vriendinnen*
- *Kijk graag naar TV*
- *Wil leraar worden*
- *Ben gek op pannenkoeken*
- *Draag altijd jeans*
- *Heb een Samsung telefoon*

2. Laat de studenten rondlopen en in koppels van elkaar raden welke de leugen is.



Basisregels voor deze cursus

Leg uit dat diversiteit gevoelig kan liggen en dat he daarom extra nodig is om zorgvuldig met elkaar te communiceren. Daarom maken we deze cursus in aanvulling op de schoolregels extra regels voor hoe we in deze groep en cursus met elkaar willen omgaan.

Laat de groep regels formuleren. Vraag daarbij zo nodig door naar dingen waar studenten niet op komen. Zorg dat er in ieder geval aandacht is voor vier aspecten:

- 1) Respect: We accepteren elkaar zoals je bent (we hebben respect voor anderen)
- 2) Grens: We gaan niet over de streep; persoonlijke en vertrouwelijke informatie houden we binnen de groep
- 3) Geweldloos: We handelen zonder geweld, zowel fysiek als mentaal
- 4) Aanspreekbaar: We zijn aanspreekbaar en open voor feedback

Vraag steeds of iedereen het eens is met de gesuggereerde regel. Zo niet, herformuleer hem dan tot iedereen het er mee eens is.

Sluit af met dat je de poster elke les zulk ophangen en dat iedereen elkaar mag aanspreken op het handhaven van de regels en de veiligheid in de omgang met elkaar.

Je kunt de flap vervangen door een student en een mee overzichtelijke versie van te maken.

Zo nodig kan je (tijdelijk of permanent) werken met groene, gele en rode kaarten. Dit kan in het begin makkelijker zijn dan elkaar rechtstreeks aanspreken.

Eventueel kun je later de regels nog eens aanscherpen of aanpassen.



Wat is RESPECT?

Vertel de deelnemers dat deze oefening een groepsdiscussie tussen iedereen zal aanmoedigen. Maak duidelijk dat u probeert de discussie te verbinden met de omgeving van de deelnemers. Het is belangrijk dat iedereen zijn mening kan geven en dat het voor anderen mogelijk is om te reageren.

Open het gesprek met de volgende vragen:

- Wat is respect?
- Wat betekent respect voor jou?
- Kun je respect verliezen? Wat verlies je dan?
- Hoe kun je respect verkrijgen of verdienen?

Hierna kun je de conversatie omdraaien van respect naar vooroordelen door de volgende vraag te stellen:

- Voor wie zou je geen respect hebben en waarom niet?

Probeer een groepsgesprek over deze vraag te voeren. Hopelijk zullen zij inzien dat mensen wel of niet respect geven is gebaseerd op vooroordelen. Andere vragen kunnen zijn: Wat zijn vooroordelen? Vooroordelen zijn meningen die niet op feiten zijn gebaseerd. Meestal houdt het in dat je een groep mensen op dezelfde manier behandelt.

- Waarom hebben mensen vooroordelen?
- Het is erg gemakkelijk om vooroordelen te hebben
- Het maakt de wereld overzichtelijker
- Je weet niets van elkaar
- Invloed van andere mensen
- Invloed van de media (televisie, radio, internet, tijdschriften, kranten)
- Je zegt wat andere mensen zeggen/denken

Hierna kunt u proberen om de discussie om te buigen naar discriminatie. Hier proberen we de deelnemers hun ervaringen met discriminatie te laten vertellen. U kunt de volgende vragen stellen:



Identiteitenbloem

Materialen

- Pen/markering, Hand-out

Maak werkblad met een bloem met 8 bladen, met op elk blad een tekst:

1. [Leeftijd](#)
2. [Seksuele gerichtheid](#)
3. [Godsdienst en levensovertuiging](#)
4. [Ras](#)
5. [Geslacht](#)
6. [Nationaliteit](#)
7. [Handicap of chronische ziekte](#)
8. [Politieke overtuiging](#)

Dit zijn 8 van de 11 formele discriminatiegronden in Nederland. De andere 3 zijn: burgerlijke staat, soort contract, arbeidsduur. Zie volgende pagina voor een model.

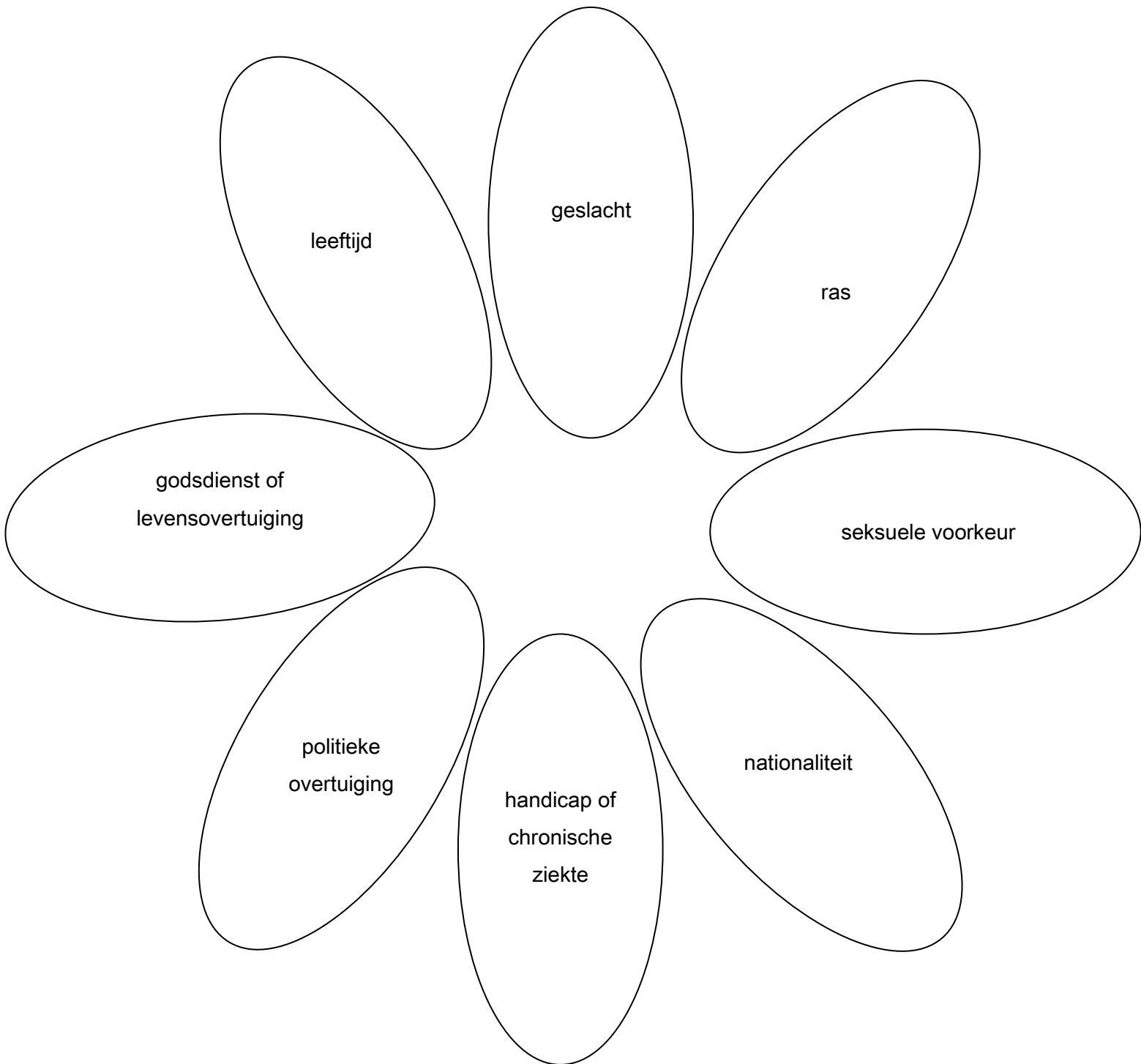
Instructie

1. Geef elke deelnemer een werkblad en leg uit dat dit aspecten van je identiteit zijn, die in Nederland zo belangrijk worden gevonden dat discriminatie formeel verboden is in de Wet Gelijke Behandeling.
2. Vraag de deelnemers om te markeren blaadjes van de bloem (welke aspecten van hun identiteit) ze **het meest trots op zijn** er het liefst zouden uitdragen. Bespreek dit kort.
3. Vraag de deelnemers om na te denken welke aspecten van hun identiteit ze **liever niet actief laten zien**, bijvoorbeeld op hun Facebook profiel. Bespreek dit kort.
4. Vraag de deelnemers om te bedenken of ze wel eens **buitengesloten zijn of gediscrimineerd** op een van deze aspecten. Bespreek dit kort.

Eventueel kan je bij de reflectie aangeven dat niet zichtbare vormen van stigma (discreditable/afwijzbare identiteit) andere effecten opleveren dan wel zichtbare vormen van stigma (discredited identity/afgewezen identiteit).

Je kunt de oefening inkorten door een of meer van deze vragen weg te laten.

Identiteitenbloem:





Portfolio 1: Mijn identiteit in kaart gebracht

Identiteitsuiting/document	Welke identiteitselementen	Uitstraling (Gekozen of opgelegd?)	Mogelijke vooroordelen
Foto 1			
Foto 2			
Foto 3			
Foto 4			
Paspoort			
Rijbewijs			
Toegangskaat mbo			
Facebook			
Instagram			
Snapchat			
...			
...			



Les 2: Anderen zijn anders

In de tweede les staat centraal dat anders zijn irritatie kan oproepen.

Doelen:

1. Studenten herkennen uitsluiting en discriminatie.
2. Ze kennen het verschil tussen irritatie, plagen, pesten en discriminatie.
3. Ze kennen de begrippen “stereotypen” en “vooroordelen”.
4. Ze snappen hoe normen, emoties, houdingen, gedrag en stereotypering onderdeel zijn van een samenhangend complex.
5. Studenten willen uitsluiting en discriminatie tegengaan.

Activiteiten:

1. Wie overblijft
2. Labels
3. Introductie discriminatiespiraal
4. Sociometrie van onderdrukkingen

Opdracht:

De studenten krijgen de opdracht om hun eigen en andermans irritatie rond diversiteit onderzoeken.

1. Zoek op internet naar meer definities van plagen, pesten, discriminatie, vooroordelen, stereotypen, implicit bias
2. Doe een aantal implicit bias testen op <https://implicit.harvard.edu/implicit/netherlands/>
3. Hou een week een logboek bij over wanneer je irritatie voelt bij dingen die afwijken van wat je verwacht. Schrijf hierover en over je ervaringen met je internet zoektocht en de implicit bias testjes een korte blog van een pagina A4.



Wie overblijft

Leg uit dat we deze les onderzoeken hoe uitsluiting voelt en hoe het werkt.

Nodig

Gekleurde kleine stickertjes. Voor 16 mensen heb je 4 blauwe, 4 rode, 4 gele, 3 groene en 1 wit stickertje nodig.

Instructie

1. Plak een stickertje op het voorhoofd van elk van de deelnemers. De deelnemers weten niet welke kleur stickertje er op hun voorhoofd plakt.
2. De deelnemers gaan per kleur stickertje in een groep staan.
3. Er mag niet gepraat worden, alleen non-verbale communicatie worden gebruikt.
4. Nabespreking en evaluatie

Hoe voelde de groep zich tijdens dit spel, wat hebben ze wel en niet ervaren? Enkele mogelijke vragen:

- Hoe voelde je je toen je voor het eerst iemand anders met dezelfde kleur stickertje ontdekte?
- Hoe voelde de persoon met de witte stip zich?
- Hielpen de deelnemers elkaar om hun groepje te vinden?
- Van welke groepen maak je deel uit in het echte leven, bijv.: voetbalploeg, school, kerk..?
- Mag iedereen hier lid van worden of bij komen?
- Wie zijn degenen die in onze maatschappij overschieten?

Tips voor de begeleider

Geef de witte stip aan iemand waarvan je denkt dat hij/zij hiermee overweg kan.

Je kunt ervoor kiezen de samenstelling van de groepjes te beïnvloeden, maar maak het niet te voor de hand liggend. Laat de deelnemers geloven dat de stickertjes willekeurig uitgedeeld worden.

Deze activiteit kan ook gebruikt worden als ijsbreker en om mensen in groepjes in te delen voor een andere activiteit.



Variant

Gebruik geen enkele witte stip, op het einde van het spel is iedereen ingedeeld in groepjes. Ga op dezelfde manier te werk als in de originele versie. Vraag de deelnemers zich in groepjes in te delen. Elk groepje bestaat uit mensen met een andere kleur stickertje. Je eindigt dus met 'multi'-groepjes. Dit is minder bedreigend.



Labels

Leg uit dat we in deze oefening nog een stapje verder gaan om het mechanisme van uitsluiting te onderzoeken. Het gaan nu niet alleen om het gevoel dat je krijgt als je uitgesloten wordt, maar ook om hoe de uitsluiting werkt.

Materialen

Witte stickers of post-its van 5 x 2 cm, één per persoon in de groep

Schrijf één eigenschap op elk label, bijv.: onverantwoordelijk, grappig, dom, slim, onhandig

Instructie

1. Plak op ieders voorhoofd een sticker met daarop een eigenschap, maar laat deze persoon niet weten wat erop geschreven staat.
2. Bepaal een groepstaak, bijv.: ontwerp samen een poster, plan een evenement, verplaats het meubilair of houd een discussie (vraag bijvoorbeeld: 'Als we een grote artiest zouden kunnen vragen om te komen spleen in onze stad, wie zouden we vragen?')
3. Leg de groep uit wat de taak inhoudt. Maak duidelijk dat ze de ander tijdens de uitvoering van deze taak moeten behandelen volgens wat er op de sticker staat. Bijvoorbeeld, als iemand het label 'lui' heeft, moet iedereen hem/haar behandelen alsof deze persoon altijd lui is (maar zonder dit woord te gebruiken! De persoon met de sticker mag het woord niet kennen!)
4. De deelnemers doen hun best de opdracht tot een goed einde te brengen terwijl ze de anderen 'stereotiep' behandelen volgens het label dat de ander heeft.
5. Op het einde van de activiteit kunnen de deelnemers raden welk label ze hebben. Maar dit is geen hoofddoel van dit spel.

6. Nabespreking en evaluatie

Het is erg belangrijk tijd over te laten zodat de deelnemers hun mening kwijt kunnen. Vraag of de deelnemers hun label konden raden. Ga vervolgens verder met vragen stellen:

- Hoe voelde je je tijdens deze activiteit?
- Was het moeilijk mensen te behandelen volgens hun label?
- Waren er mensen die zich begonnen te gedragen volgens hun 'label'? Bijv. Begon iemand met het label 'grappig' grapjes te vertellen en zich zelfverzekerder op te stellen? Of stopte de persoon met het label 'lui' met helpen?
- Welke labels plakken we in het echte leven op mensen? Welk effect heeft dit op mensen? Beïnvloedt het de manier waarop we over hen denken?



- Welke mensen krijgen labels die we tijdens deze activiteit gebruikten in het echte leven?
- Kloppen deze labels?

Leg tijdens de nabespreking de begrippen “stereotypen” en “vooroordelen” uit.

Vooroordelen: een oordeel hebben voordat je voldoende informatie hebt. Dus bijvoorbeeld op grond van een label.

Stereotypen: een afgevlakt beeld dat alleen bepaalde karaktertrekken benadrukt. Veel stereotypen hebben een kern van waarheid, of er zijn in ieder geval voorbeelden van te noemen. Maar ze zijn altijd erg overdreven en doen alsof iedereen in een hele groep aan deze kenmerken voldoet. Er zijn zowel positieve als negatieve stereotypen.

Bijvoorbeeld:

- “Alle moslims zijn radicaal”
- “Alle homo’s zijn op seks uit”
- “Homomannen zijn trendsetters in de mode”
- “Alle vrouwen roddelen”
- “Mannen komen van Mars (oorlogszuchtig), vrouwen komen van Venus (liefhebbend)”
- “Alle Marokkanen zijn lui”
- “Nederlanders zijn zuinig”
- “Nederlanders zijn tolerant”
- “Alle zigeuners (Roma/Sinti) stelen en bedriegen”

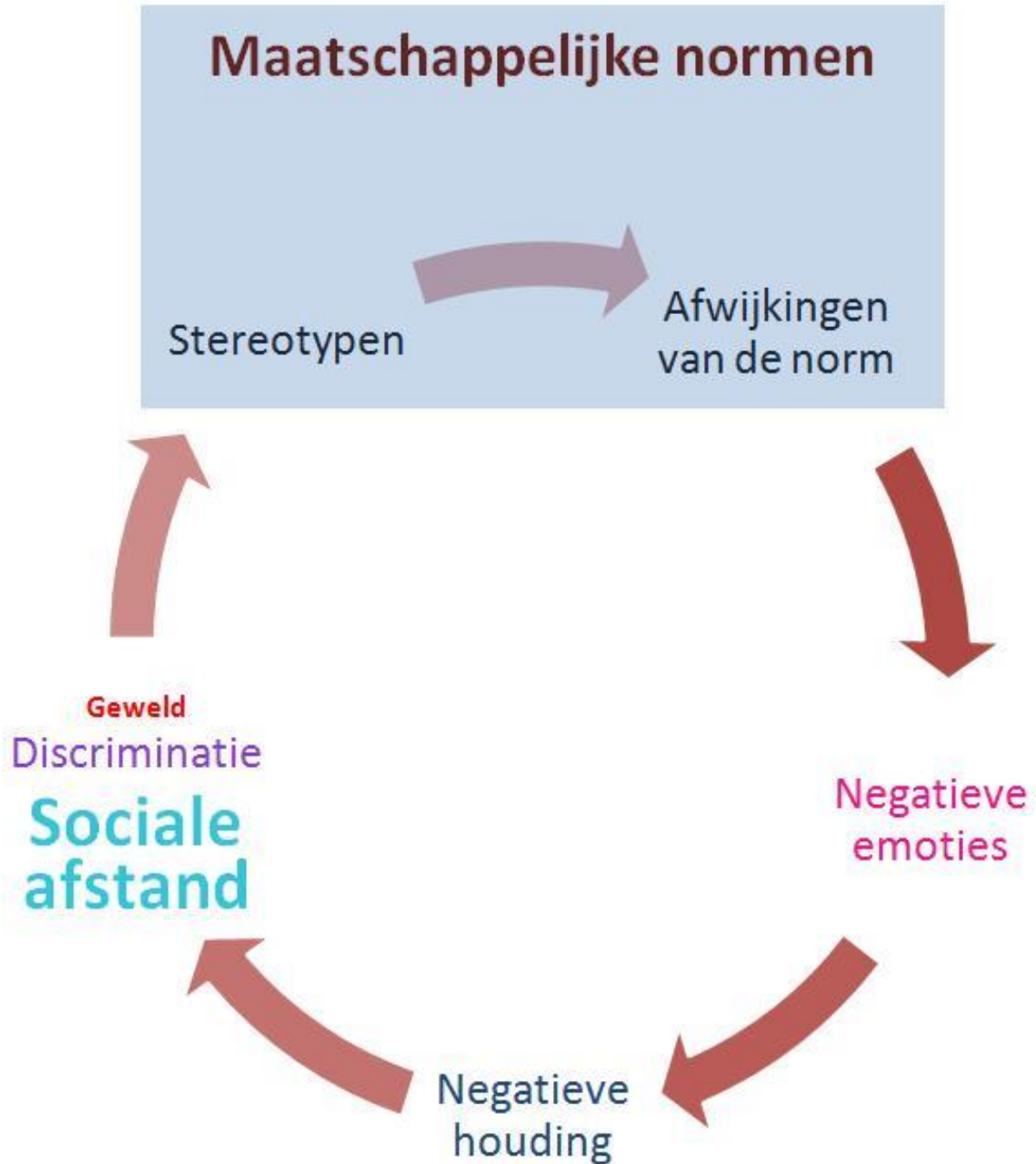
Tips voor de begeleider

Wees voorzichtig bij het linken van labels met mensen. Als iemand in de groep bijvoorbeeld wat lui is, is het beter om deze persoon niet dit label op te plakken. Het doel van dit spel is niet om persoonlijke meningen over mensen te uiten. Integendeel, dit kan erg negatief uitdraaien en wordt best vermeden.

Wees je ervan bewust dat dit spel sterke emoties kan oproepen.

Introductie discriminatiespiraal

Maak een PowerPointpresentatie van deze afbeelding.





De discriminatiespiraal

In de praktijk is dit natuurlijk lang niet altijd zo. Veel mensen zullen op een of meer punten van de verwachtingen afwijken. Als dit gebeurt, krijgen mensen vaak een onbehaaglijk gevoel: een negatieve emotie.

Negatieve emoties

Deze primaire emotie is een natuurlijke en instinctieve reactie. Vanuit onze overlevingsdrang hebben wij een ingebouwde zogenaamde vlucht- of vechtrespons in onze hersenen. Bij beelden over gebeurtenissen die voor ons ongewoon zijn, besluiten onze hersenen in eerste instantie instinctief dat er sprake is van de mogelijke bedreiging en dat we moeten *vluchten* of *vechten*. Deze *fight-or-flight* respons is geheel natuurlijk en niet te onderdrukken. Maar in een moderne maatschappij is het je volledig overgeven aan je instinctieve emoties niet constructief. "Beschaafd" gedrag betekent daarom dat we moeten leren is om ons niet helemaal aan deze primitieve instincten over te geven en ernaar te handelen.

Desondanks blijft het van belang te erkennen dat de *fight-or-flight* impuls zelf *natuurlijk* is en dat het disfunctioneel is hem volledig te onderdrukken. Het onderdrukken van deze primaire emoties kan negatieve gevolgen hebben, bijvoorbeeld zelfonderdrukking, met als gevolg stress en op termijn burn-out. Het afkappen van de primaire emoties van andere mensen - ook als die nogal homofob, racistische of seksistisch zijn - zal op hen doorgaans overkomen als een gebrek aan erkenning voor wat zij persoonlijk voelen. Als je wilt omgaan met mensen die een primaire fobische emotie voelen, kun je daarom het best hen eerst even laten uitzagen, daarna benoemen wat je hebt gezien en vragen wat er gebeurde. Een emotionele vlucht of vechtrespons duurt altijd maar kort. Na het even uitspreken is de emotie vaak al voorbij en kunnen mensen misschien reflecteren op hun gevoel.

Negatieve houding

Als negatieve emoties aan de lopende band worden bevestigd, zullen mensen uiteindelijk een negatieve houding ontwikkelen. Van negatieve houdingen is het belangrijk om te weten dat ze uit twee soorten elementen bestaan: cognitieve en affectieve elementen. De cognitieve aspecten van de negatieve houding komen tot uiting in de argumenten die mensen gebruiken om andere mensen te veroordelen. Men kan proberen deze cognities of redeneringen te veranderen door mensen de juiste informatie te geven, maar in de praktijk van een voorlichting of een gesprek zal je merken dat dit weinig zin heeft.



EduDivers/GALE noemen dit het "Choco" effect. In een Choco ijsje wordt het ijs bedekt met een dunne laag chocolade. Op deze manier moeten we naar "houding" kijken: er ligt een dunne laag cognitieve argumenten aan de oppervlakte van het echte ijs, wat de "bevroren emoties" representeert. Omdat mensen met een negatieve houding de neiging hebben om zich voor een echte dialoog af te sluiten, werkt het "Choco effect" als volgt: zodra je ingaat op één van hun vooroordelen, dan komen ze met een volgend argument. Het lijkt alsof ze niet luisteren. Dit komt omdat de kern van een negatieve houding niet ligt op het cognitieve niveau van argumenten, maar op het onderliggende emotionele niveau. Het "Choco effect" verklaart ook waarom de bezwaren van homofobe, racistische of seksistische personen zich vaak ook *niet* uiten in de vorm van heftige emoties. Vaak komen ze meer tot uiting in de vorm van zakelijke maar starre meningen, zure of bagatelliserende opmerkingen en desinteresse.

Een goede strategie om met veroordelende houdingen om te gaan is om een dialoog te starten over de *gevoelens* ten grondslag liggen aan de oppervlakkige meningen en vooroordelen. Met andere woorden: door de argumenten te negeren en het ijs (de bevroren emoties) te ontdooien. Een echt leerproces komt alleen op gang als je leerlingen zover kunt krijgen open en serieuze nieuwsgierige vragen te stellen. Deze openheid ontstaat pas op het moment dat je de negatieve emoties en houding hebt kunnen verwerken.

Negatief gedrag

Als een negatieve houding wordt omgezet in gedrag, kan er sprake zijn van discriminatie. Bij discriminatie denken we vaak in eerste instantie aan hele expliciete negatieve handelingen, zoals schelden en geweld. In de praktijk blijkt echter dat het overgrote deel van negatief gedrag bestaat uit sociale afstand. Als men weet of vermoedt dat je "anders" bent, gaat men liever niet met je om en probeert men op allerlei subtiele manieren minder met je in contact te komen of letterlijk uit je buurt te blijven. Dit soort meer en soms minder subtiele sociale uitsluiting is een belangrijke reden waarom minderheden gestrest kunnen worden: iedereen heeft nu eenmaal behoefte aan sociaal contact. Stress door langdurige subtiele sociale uitsluiting noemt men ook wel *minderheidsstress*.

Naast sociale afstand is er natuurlijk ook harder negatief gedrag. In groepen zie je vaak een gradueel verloop waarbij uitsluiting escaleert van plagen naar geweld.

Plagen: op zich is plagen een onschuldig vriendschappelijk fenomeen. Vrienden en vriendinnen lokken elkaar een beetje uit door elkaar te plagen. Bij echt plagen vinden beide



vrienden het leuk en prettig gedrag. Maar bij een negatieve inslag kan plagen een nare bijmaak krijgen. Dan is het vanaf het moment dat de ander het niet meer leuk vindt, geen plagen meer maar het begin van pesten. Homoschelden is het meest bekende voorbeeld daarvan. Veel jongeren zeggen dat dit alleen maar plagen is, maar het is duidelijk dat dit meestal niet zo is zodra de ander het niet meer als leuke grap beschouwt.

Pesten: pesten is herhaald negatief gedrag van iemand die minder status of macht heeft, vaak omdat de pestkop denkt dat die op die manier in de ogen van anderen (de toekijkers) meer status kan krijgen.

Discriminatie: betekent juridisch gezien: onterechte ongelijke behandeling. Discriminatie kán gewelddadig of gemeen zijn, maar ook genuanceerd of zelfs onbedoeld. Vrouwen minder betalen als mannen is bijvoorbeeld soms niet echt bedoeld door werkgevers, maar gebeurt als vrouwen minder salaris vragen bij hun aanstelling of in hun carrière. Dat maakt het niet minder oneerlijk, maar soms onbedoeld door de werkgever.

Stereotypering en negatieve beeldvorming

Als mensen structureel LHBTI op afstand houden, kennen ze dus niemand in werkelijkheid, en kennen ze alleen maar beelden van LHBTI die hun opvallen omdat ze anders zijn dan wat ze gewend zijn. Dus: anders dan de norm van heteroseksualiteit. Deze beelden van afwijkingen van de norm van heteroseksualiteit noemen we stereotypen. Stereotypen zijn dus *niet* door LHBTI zelfgecreëerde extreme rolmodellen, maar *beelden* die zijn ontstaan door het eenzijdig waarnemen van kenmerken. Omdat de stereotypen overkomen als afwijkingen van de norm, kunnen ze weer tot vlucht- en vecht-emoties leiden. Daarmee is de vicieuze cirkel rond.

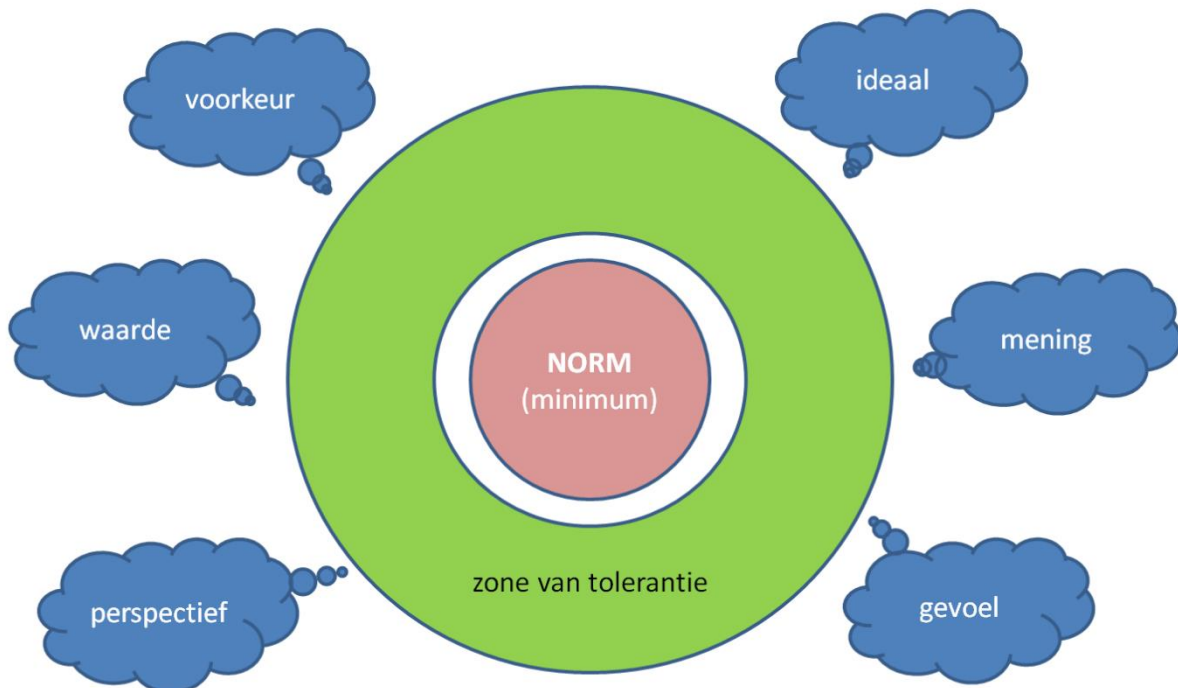
Samenvatting

Om het samen te vatten: de discriminatiespiraal vormt een samenvatting van hoe door het continu versterken van emoties negatieve houdingen en negatief gedrag een vicieuze cirkel van negativiteit en stereotypering ontstaan. Als wij uitsluiting en discriminatie willen bestrijden, moeten we dus eigenlijk heteronormativiteit en deze negatieve spiraal doorbreken. Dat kunnen we doen door:

1. de beeldvorming rond het ideaal te nuanceren
2. door negatieve emoties even de ruimte te geven zonder ze te bevestigen en daarna

- te benoemen wat je gezien en verbaasd en nieuwsgierig door te vragen naar wat er gebeurt
3. door een dialoog aan te gaan over negatieve houdingen en hun consequenties
 4. door negatief gedrag - waaronder vooral sociale afstand - in de praktijk tegen te gaan en door samenwerking te bevorderen

Leg ook het de termen waarden, normen, normaal, normaliteit en tolerantie uit.



Waarden: ideeën die een persoon of groep als richtsnoer of ideaal nastreven.

Normen: minimumeisen aan hoe je samen wilt functioneren.

Tolerantie: de ruimte die je toestaat tussen de maatschappelijke minimumnormen en de waarden van diverse groepen in de samenleving.

Normaal/normaliteit: een variatie op het begrip “gewoon” die benadrukt dat iemand vindt dat je van (diens) norm afwijkt. **Waarschuwing:** als iemand het woord “normaal” als oordeel gebruikt, is dat vaak een signaal dat men iets dat men “abnormaal” vindt of vindt afwijken van de eigen norm veroordeelt. Het gaat dan vaak niet over het afwijzen van



maatschappelijk verboden gedrag maar om een poging om andere een persoonlijke norm op te leggen.



Sociometrie van onderdrukkingen

Zorg voor gekopieerde en gesneden identiteitskaarten en een gekopieerd papier met de “sociometrie van onderdrukking” om aan de groep voor te lezen. Zorg voor een tamelijk grote open ruimte.

- Deel kaarten uit aan iedere deelnemer. Leg uit dat ze de kaarten niet aan andere deelnemers mogen laten zien. Het kan zijn dat u een paar deelnemers individueel moet helpen als zij vragen hebben over hun identiteitskaart.
- Plaats de deelnemers in een rij tegen een muur. Begin ermee dat alle deelnemers met hun gezicht naar de muur staan. Vraag degenen die open zijn over hun seksualiteit om zich om te keren en vooruit te kijken.
- Lees de overige vragen. Deelnemers die “ja” op de antwoorden geven, doen een stap vooruit. De rest blijft waar zij zijn. Degenen met hun gezicht naar de muur, lopen achteruit, en degenen met hun gezicht vooruit, lopen vooruit.
- Nadat alle vragen zijn voorgelezen en de deelnemers in verschillende graden stappen vooruit hebben genomen, blijven de deelnemers staan in de uiteindelijke positie van privilege op het moment dat de vragen beëindigd zijn. Vraag iedere deelnemer om de beurt zijn of haar identiteit voor te lezen en te bespreken hoe hij of zij het ervoer. Wees er, zoals bij iedere ervaringsoefening, op voorbereid dat iemands persoonlijke ervaringen worden geprikkeld zodat verdere debriefing nodig is.
- Bespreek, nadat iedere deelnemer met de anderen heeft gedeeld hoe het was, hoe privilege werkt en hoe degenen die zo’n privilege hebben, succesvol kunnen zijn, terwijl degenen die ze niet hebben, in de samenleving achterop kunnen raken. Spreek over “dubbele en driedubbele onderdrukkingen”. Dit is het geval wanneer bij een persoon een aantal factoren die met elkaar verbonden zijn, hem achterhouden (zoals kleur, gender en seksuele oriëntatie). Bespreek de reden waarom dit in de samenleving gebeurt. Waarom worden groepen onderdrukt? Wat is het doel ervan om een groep mensen te onderdrukken? Aan wiens behoeften komt het tegemoet? Is het acceptabel? Wettig? Eerlijk? Moreel verantwoord? Wat kunnen we doen om het te veranderen? Hoe kunnen we het doen? Wie is verantwoordelijk voor wat in onze samenleving gebeurt? Wat leerden we van deze discussie?



Vragen bij Sociometrie van Onderdrukking

Deze vragen worden gesteld zodra de individuen hun pseudo-identiteitskaart hebben (die ze niet aan anderen mogen laten zien) en met hun gezicht naar de muur opgesteld staan.

1. Als je vrij en open bent over je seksualiteit met degenen die dichtbij je staan (voorbeeld van de meeste situaties van uit de kast komen), keer je dan om met je gezicht naar het midden van de ruimte?
2. Verwacht je dat je open en gemakkelijk over je seksuele oriëntatie en/of genderidentiteit op school of op je werk kunt spreken zonder angst voor intimidatie of negatieve gevolgen?
3. Voel je je veilig als je in het donker alleen over straat loopt?
4. Verwacht je dat je door de politie eerlijk behandeld zult worden?
5. Verwacht je dat jij en je lichaam met respect en waardigheid behandeld zullen worden, op school of op je werk, zonder angst of intimidatie?
6. Kun jij snel en gemakkelijk te voet naar de winkel op de hoek?
7. Kun jij langs een groep tieners lopen zonder angst voor aanvallen of intimidatie?
8. Verwacht jij dat je kinderen naar school zullen gaan zonder discriminatie of intimidatie?
9. Kun jij wettig trouwen?
10. Verwacht jij dat je financieel goed af zult zijn en in staat zult zijn om te reizen na je pensioen?
11. Je komt in aanmerking voor een promotie. Ben je er zeker van dat je persoonlijke leven of identiteit een hindernis zal zijn?
12. Je bent in een nieuwe sociale situatie en je wordt gevraagd of je getrouwd bent. Voel je je er comfortabel bij om de waarheid te vertellen?
13. Voel je jezelf er comfortabel bij om je partner mee te nemen naar het schoolfeest?
14. Verwacht je dat je in staat bent om gemakkelijk een grote lening van de bank te krijgen?
15. Zou het gemakkelijk voor je zijn om je partner aan de hele familie te introduceren?
16. Denk je dat jouw kansen goed zijn wanneer je door een sociaal werker wordt ondervraagd over als je wil adopteren?
17. Voel je jezelf er comfortabel bij om in het openbaar de hand van je partner vast te houden?
18. Zouden sommige mensen zeggen dat je een onschuldig slachtoffer bent in plaats van dat je het verdiend hebt als je ziek zou worden door aids?
19. Verwacht je dat je een religieus leider in je gemeenschap kan worden?
20. Kun je op je werk of op school openlijk je religieuze praktijken en vakanties bespreken zonder angst voor intimidatie?



21. Kun je gemakkelijk met anderen communiceren die je nog maar net ontmoet hebt?
22. Als je partner zou komen te overlijden, zou jij dan automatisch herkend worden als dichtstbij staand familielid?

18-jarige oude, donkergetinte, gehandicapte vrouw, die een rolstoel gebruikt en een praktiserend christen is.	14-jarige, geadopteerde, Japanse lesbienne, die hogeschool of universiteitsstudente is.	17-jarige witte heteroseksueel, die sportfanaat is en erg populair is binnen de school.
16-jarige, hoge school- of universiteitsstudente, die lesbisch is en doof is. Ze gebruikt gebarentaal om te communiceren.	16-jarige vrouw die uitgaat met een witte man. Ze praktiseert traditionele inheemse spiritualiteit.	16-jarige vrouw die bij een bakkerij werkt om haar geïmmigreerde familie te kunnen helpen. Ze is katholiek opgevoed. Haar moeder spreekt een klein beetje Engels.
19-jarige witte heteroseksuele vrouw die een relatie heft met een oudere Turkse man.	16-jarige witte man die samenleeft met zijn moeder. Zij heeft drugsproblemen. Hij is recent door haar vriendje in elkaar geslagen.	16-jarige homoseksuele man die in de kast zit. Hij date met meisjes en doet aan sport. Recent heeft hij een jongen ontmoet die hij leuk vindt.
17-jarige vrouw met een baby van één jaar, die bij haar ouders woont. Ze probeert haar laatste jaar aan de hogeschool/universiteit af te ronden.	17-jarige zwarte vrouw die op straat leeft. Ze is verslaafd aan crack.	19-jarige lesbische vrouw, die een praktiserende heks is.
15-jarige witte man die school meestal overslaat en in het winkelcentrum rondhangt. Hij is begonnen om drugs te gebruiken.	17-jarige witte lesbische thuisblijfmoeder van twee kleine kinderen, die op kosten van sociale voorzieningen leeft. Ze studeert via onderwijs op afstand.	19-jarige vegetarische, vrouwelijke rockmusica, met een lesbische relatie. Beschouwd zichzelf als biseksueel.

16-jarige heteroseksuele hippy man die openlijk dope rookt. Hij is thuisgeschoold.	Transseksueel, van man naar vrouw. Wil vrouwelijke kleding dragen, make-up naar school en gebruik maken van de vrouwelijke toiletten.	Vrouw die zich zorgen maakt over de omgeving en met anderen twist over het eten van vlees, etc.
Lesbiëne uit de kast. Haar vrienden proberen een docent te vinden die de oprichting van een GSA op hun school ondersteunt.	17-jarige witte, depressieve vrouw, die twijfelt over haar seksualiteit en al vier keer geprobeerd heeft om suicide te plegen.	15-jarige witte vrouw die een relatie heeft met een oudere man, waarbij geweld te pas komt. Ze is bang om het iemand te vertellen.
Gothisch geklede witte man die een relatie heeft met een zwarte vrouw. Zijn familie heeft armoedeproblemen.	Witte man, skater. Hij heeft een nauwe groep van vrienden om zich heen, zowel mannen als vrouwen.	Iemand met leermoeilijkheden die erover nadenkt om school te verlaten. Zijn ouders verwachten eigenlijk niet dat hij zal afstuderen.
17-jarige witte heteroseksuele vrouw van wie de vader rijk is. Ze skiet in Stockholm en verblijft in de weekenden in hun condo in Parijs	16-jarige vrouw. Haar familie negeert haar en zij loopt op school twee jaar achter. Ze is altijd op haarzelf en ze ziet er eenzaam uit.	Turkse vrouw, die een witte man date. Haar familie is tegen de relatie. Ze denkt dat ze in verwachting raakt.
19-jarige homoseksueel die een vriendin heeft maar in het geheim seks met jongens heeft. Zijn vriendin denkt dat zij moeten gaan trouwen.	16-jarige witte vrouw die vorige jaar voor het eerst seks had. Ze is er net achtergekomen dat ze HIV-positief is.	17-jarige vrouw die getalenteerd is in basketbal en graag basketball speelt. Ze is vaak laat voor de training omdat ze voor haar broertjes en zusjes moet zorgen.



Portfolio 2: Irritatie aan diversiteit

Voorbeeld logboek irritatie bij diversiteit

Datum	Waar	Wie	Diversiteit	Irritatie
12-10-2019	Tv	Politicus	Geloof	Maak stereotyperende opmerking over Moslims
13-10-2019	ROC-kantine	Ik	Seksuele oriëntatie	Medestudent maakt me uit voor homo



Les 3: Gender

In deze les verkennen studenten de rol van gender, een van de meest belangrijke en bepalende categorieën van diversiteit, stereotypering en marginalisatie.

Doelen:

1. De studenten weten wat gender en verwante begrippen betekenen.
2. De studenten beseffen hoe diep de stereotypering op gender verankerd is in de maatschappij.
3. De studenten nemen zich voor om genderstigmatisering en -discriminatie persoonlijk en beroepsmatig tegen te gaan.

Activiteiten:

1. Gender onder de loep
2. Stereotypes (VO 54)
3. Seksuele voorlichting en gender

Opdracht:

Studenten krijgen de opdracht om de invloed van gender op hun eigen leven te verkennen.



Gender onder de loep

Materialen

- Poster (zie hieronder)
- Wit bord
- Post-its en pennen

Instructies

Leg de deelnemers uit wat seksuele identiteit betekent. Er zijn vier onderdelen:

1. Geslacht (bij je geboorte): je wordt als man, vrouw of interseksueel geboren, dit wordt bepaald op basis van de geslachtsorganen en andere niet zichtbare kenmerken zoals chromosomen en hormonen.
2. Genderidentiteit: Hoe voel je je? Voel je je mannelijk of vrouwelijk?
3. Genderexpressie: Hoe druk je je uit?
4. Seksuele geaardheid: word je verliefd op mannen? Vrouwen? Op beiden? Op niemand? Noem je jezelf homo, lesbisch, biseksueel, aseksueel, hetero?

Laat eventueel de filmclip "Wat is gender" zien

(<https://www.youtube.com/watch?v=FZWfZdrvylc>).

Pas dit toe op jezelf.

- Je werd geboren als? Hoe voel je je? Hoe druk je jezelf uit? Tot wie word je aangetrokken?
- Ken je bepaalde typische vooroordelen over mannen en vrouwen?
- Waarom bestaan deze denk je? Hoe zijn deze vooroordelen ontstaan?
- Stel je voor dat je tot het andere geslacht zou behoren. Wat zou er veranderen in je leven? In het heden? In de toekomst? Geef enkele aanwijzingen: je relatie met je ouders, broers en zussen, vrienden, liefdespartners, wat verandert er in je vrije tijd, je kledij, je beroep?
- Vraag de meisjes feedback over wat de jongens opsomden en omgekeerd.
- Zijn er vooral positieve of negatieve veranderingen? Zeggen meisjes en jongens andere dingen?

Voorbeelden van wat zou kunnen veranderen:

Wat zou er voor meisjes veranderen	Wat zou er voor jongens veranderen
Geen zwangerschap	Meer aandacht voor het uiterlijk
Natte dromen	Sneller volwassen worden
Minder aandacht voor gevoelens	PMS
Meer vrijheid	Het moederschap ervaren
Minder gevaar	Sneller 'hoer' genoemd worden

Voorbeelden van vooroordelen:

Mannen hebben een hekel aan shoppen
Vrouwen zijn slechte chauffeurs
Mannen zijn minder emotioneel dan vrouwen
Vrouwen vinden seks minder belangrijk
Vrouwen en humor gaat niet samen
Mannen zijn minder vaak slachtoffer van geweld dan vrouwen

1. Laat de deelnemers de poster op de volgende bladzijde bekijken. Laat hen in enkele woorden omschrijven wat ze van deze poster denken en/of hoe ze zich hierbij voelen. Vraag of ze zich hierin kunnen vinden? Zijn ze soms ook de verwachtingen beu die bij hun geslacht hoort? Is het moeilijk deze normen te doorbreken?

2. Geef elke deelnemer twee post-its. Laat hem/haar op een post-it schrijven welke eigenschap van hem/haar het meest vrouwelijk is en welke het meest mannelijk ('mannelijk' en 'vrouwelijk' zoals het wordt gezien in onze maatschappij/cultuur). Maak intussen een onderscheid tussen twee categorieën op een wit bord, een roze categorie (vrouwen) en een blauwe categorie (mannen).

3. Vraag enkele deelnemers hun mannelijke en vrouwelijke kant luidop te lezen. Vraag hoe het is als je als jongen je vrouwelijke kant uit, vraag hoe het is als meisje hoe het is om je mannelijke kant te uiten. In welke mate kunnen ze deze kanten tonen, kunnen ze dat doen bij hun vrienden, familie, op school?



4. Plak alle post-its op het witte bord in de bijhorende categorie. Leg uit dat gender eerder een continuüm is dan twee aparte categorieën. Benadruk ook dat verschillen tussen man en vrouw extreem overschat worden in onze maatschappij. Vrouwen komen niet van Venus, mannen niet van Mars. Er zijn veel meer verschillen binnen een groep vrouwen onderling en een groep mannen onderling dan dat er tussen de twee groepen verschillen zijn. De maatschappij legt ons deze grenzen op.

Voorbeeld van een schema:

Mannen	Vrouwen
Mannen en hun post-its met hun meest mannelijke eigenschap	Vrouwen en hun post-its met hun meest vrouwelijke eigenschap
Vrouwen en hun post-its met hun meest mannelijke eigenschap	Mannen en hun post-its met hun meest vrouwelijke eigenschap

Instructies bij de nabespreking

- Was het moeilijk een eigenschap van je eigen sekse te schrijven? Waarom wel of waarom niet?
- Was het moeilijk een eigenschap van de andere sekse te schrijven? Waarom wel of waarom niet?
- Vond je het moeilijk je eigenschap van je eigen sekse te delen met de anderen? En de eigenschap van het andere geslacht? Waarom wel? Waarom niet?
- Schreven zowel vrouwen als mannen dezelfde dingen als hun meest mannelijke eigenschap? En als hun meest vrouwelijke eigenschap? Waarom, denk je?



VOOR ELK STERK MEISJE DAT HET BEU IS TE DOEN ALSOF ZE ZWAK IS, IS ER EEN KWETSBARE JONGEN DIE BEU IS TE DOEN ALSOF HIJ STERK IS. VOOR ELKE JONGEN DIE LAST HEEFT VAN DE NIET AFLATENDE VERWACHTING ALLES TE MOETEN WETEN, IS ER EEN MEISJE DAT HET BEU IS DAT MENSEN HAAR INTELLIGENTIE IN TWIJFEL TREKKEN. VOOR ELK MEISJE DAT HET BEU IS OVERGEVOELIG GENOEMD TE WORDEN, IS ER EEN JONGEN DIE BANG IS OM LIEF TE ZIJN EN TE WENEN. VOOR ELKE JONGEN DIE ZIJN MANNELIJKHEID ENKEL KAN BEWIJZEN DOOR DE BESTE TE ZIJN, IS ER EEN MEISJE DAT VERWETEN WORDT NIET VROUWELIJK GENOEG TE ZIJN ALS ZE WIL PRESTEREN. VOOR ELK MEISJE DIE HAAR SPIKSPLINTERNIEUWE OVEN DE DEUR UITGOOIT, IS ER EEN JONGEN DIE ER GRAAG EEN ZOU HEBBEN. VOOR ELKE JONGEN DIE ERMEE WORSTELT OM ZIJN VERLANGENS NIET TE LATEN DICTEREN DOOR DE RECLAMEWERELD, IS ER EEN MEISJE WIENS ZELFBEELD AANGEVALLEN WORDT DOOR RECLAMEBEELDEN. VOOR ELK MEISJE DAT EEN STAP ZET IN DE RICHTING VAN HAAR BEVRIJDING, IS ER EEN JONGEN DIE DE WEG NAAR DE VRIJHEID IETS MAKKELIJKER VINDT.



Stereotypen

Materialen

4 grote vellen papier (achterkant van behang)

Schrijfmaterialen

Instructies

1. Teken 2 mannelijke en 2 vrouwelijke lichamen op een groot stuk papier (u kunt de achterkant van behang gebruiken). Eén man representeert de heteroman, de andere de homoseksuele man; en één vrouw representeert een heteroseksuele vrouw, de andere een lesbische vrouw.
2. Gebruik een vrije ruimte waar iedereen zoveel stereotypen kan schrijven als waar zij ook maar aan denken en plaatst deze stereotypen op de getekende lichamen waar zij bij zouden horen.
3. Vanaf dan kunt u spreken over hoe gender stereotypen en kenmerken zich verhouden tot waarnemingen over homoseksueel, lesbisch of biseksueel zijn.
4. Nabespreking:
Leg opnieuw uit waar deze stereotypen vandaan komen (herinner aan de discriminatiespiraal) en hoe stereotypen als vooroordelen een eigen leven zijn gaan leiden. Niet alle mannen, vrouwen en anderen mensen 'zijn' op die manier, laat de diversiteit zien.



Seksuele voorlichting en gender



Portfolio 3: Gendermapping

Beschrijf de invloeden op je eigen beleving van je gender en je huidige genderexpressie.

Hoe ben je geboren?

Man, vrouw, interseksueel

Hoe ben je in je vroege jeugd opgevoed?

Je vroege jeugd is voor je naar school ging.

Vraag je ouders naar informatie. Bekijk de fotoboeken uit die tijd.

Welke genderinvloeden waren er in je basisschool tijd?

Wanneer “ontdekte” je dat je man, vrouw, anders was?

Welk speelgoed gebruikte had je voorkeur?

Heb je jeugdverliefdheden gehad, op wie?

Wie waren je beste vrienden, vriendinnen?

Hoe keek je in diverse leeftijden tegen andere seksen aan? (Vaak vinden meisjes de jongens “stom” vanaf een jaar of 7-8 omdat meisjes zich dan intellectueel sneller ontwikkelen).

Werd er tussen jongens en meisjes op verschillende manier gepest?

Welke genderinvloeden waren er tijdens de puberteit en adolescentie?

Wanneer kwam je in je puberteit, hoe merkte je dat?

Hoe ontwikkelde je lichaam zich, en je kleding?

Hoe ontwikkelden je seksuele gevoelens en voorkeur?

Hoe ontwikkelden je contacten met dezelfde en de andere sekse zich?

Welke genderinvloeden zijn er in je mbo-opleiding?

Kijk naar je lesmaterialen, het pr-materiaal van je instituut.

Eigen keuzes?

Probeer aan te geven in welke mate je huidige genderexpressie in bepaald oor je opvoeding en waar je andere keuzes maakt.



Les 4: Cultuur

In deze les verkennen studenten de rol van cultuurverschillen en het belang en risico's van categorisering.

Doelen

1. De studenten krijgen meer inzicht in de ervaring van mensen die vanuit een geheel eigen cultuur plotseling in een totaal andere omgeving terecht komen.
2. Studenten leren zorgvuldig om te gaan met culturele verschillen.

Activiteiten:

Rafa Rafa

Opdracht:

Lezen over Geert Hofstede en kritiek

Lezen over David Pinto en kritiek

Schrijven van een blog met een eigen mening



Rafa Rafa

Dit spel is niet zomaar te spelen. Het vereist een goede voorbereiding en het moet strak en vooral snel gespeeld worden, anders wordt het langdradig en verliest het zijn effecten. Iedere groep (cultuur) moet de beschikking hebben over een eigen ruimte zonder gehoord te worden door de andere partij.

Doordat de spelleiding strak leiding moet geven en de groep de instructies goed en snel moet opvolgen, kan het spel een nogal wat autoritair karakter krijgen. Het is van belang het spel rustig en systematisch uit te leggen en te oefenen. Omdat het uiteindelijk slechts één keer door de groep gespeeld kan worden, want daarna zijn de effecten niet meer echt te bereiken. Voor wie de moeite en de tijd wil nemen om eerst eens rustig naar het spel te kijken en te oefenen, verzekeren we een ervaring waar je na afloop van het spel als groep nog lang met elkaar over kunt denken en praten.

Materiaal

Regels A-cultuur en regels B-cultuur

Bonen of knikkers

Twee of drie kaartspelen. Elk kaartensetje loopt van 1 tot 6. Een kaartspel bestaat uit:

- 6 blauwe kaarten (koeien)
- 6 groene kaarten (eenden)
- 6 rode kaarten (schapen)
- 6 oranje kaarten (konijnen)
- 6 bruine kaarten (honden)
- 6 gele kaarten (varkens)

Instructie

Het spel werkt het best als je twee verschillende lokalen kunt gebruiken of ruimte waar de beide groepen elkaar niet kunnen zien of horen.

1. Introductie

In dit simulatiespel gaan we ervaren welke moeilijkheden en problemen je tegenkomt wanneer mensen van een verschillende cultuur, dus mensen met verschillende achtergronden en leefgewoonten elkaar ontmoeten. Het spel heet Rafa Rafa. In dit spel komen twee groepen die elk een eigen cultuur hebben, met elkaar in contact. Als lid van de ene groep kom je vanuit je eigen vertrouwde kring in een vreemde groep terecht. Je moet je



dan plotseling staande houden in een cultuur met onbekende en wonderlijke regels en gedragingen.

2. Taken verdelen

Ik heb twee leiders nodig, een per cultuur. Er is een A-cultuur en een B-cultuur.

Na de keuze verdeelt de begeleider de klas in twee groepen en neemt elke leider apart.

Neem de instructies van elke cultuurleider apart met hen door.

3. Oefenen

Elke cultuur krijgt een tijd om de eigen cultuur en gebruiken te oefenen.

4. Culturele uitwisseling

Elke cultuur stuurt vertegenwoordigers naar de andere cultuur en proberen daar te doen wat ze belangrijk vinden in hun eigen cultuur.

5. Terugkeer

De vertegenwoordigers keren terug naar hun eigen cultuur en daar wordt besproken wat ze van die andere cultuur vinden.

6. Nabespreking

Doel van de nabespreking is de resultaten van het spel en de ervaringen die de spelers daarbij hebben opgedaan te koppelen aan de realiteit van alledag. Mogelijke vragen:

- Kunnen leden van de A en B 'cultuur' over en weer elkaars 'cultuur' uitleggen'?
- Hoe voelen de eerste bezoekers zich in de nieuwe 'cultuur'?
- Hoe ervaren de navolgende bezoekers het!
- Hoe beoordelen A's en B's elkaar 'cultuur'?
- In welke 'cultuur' zou je het liefst leven?
- Als je echt naar een ander land (bijv. Turkije) zou moeten verhuizen, zou je dat leuk lijken?
- Wat denk je wat belangrijk is om je snel thuis te voelen in een nieuw land? En wat maakt het juist moeilijk? Bijv. dat je de taal niet spreekt, dat je er anders uitziet, dat je de regels en gewoonten niet kent etc.?
- Denk je dat het uitmaakt of je in je eentje of met meer verhuist? Waarom?
- Denk je dat het makkelijker is te verhuizen, als je al wat weet van een nieuw land?



- Hoe vonden jullie het om dit spel te spelen?
- Was het moeilijk of makkelijk? Waren er dingen onduidelijk?
- Hadden jullie genoeg tijd voor alles, of duurde het te lang of juist te kort?
- Zouden er dingen in het spel veranderd moeten worden?



Instructies voor de cultuurleiders

Je ben de leider van cultuur A

Jij neemt de leiding in jouw groep

Je houdt goed de tijd in de gaten

Je legt de regels van je cultuur goed uit

Je oefent die regels met je cultuurgenoten

Je verdeelt de materialen en rollen

Je geeft elke bezoeker een boon/knikker en een bezoekerskaart (die opgespeld dient te worden) en neemt deze bij het vertrek weer in

Je let op de A-regels; met name dat er over de regels niet gepraat wordt

Je laat de groep bespreken wat de bezoekers in de andere cultuur hebben opgemerkt

Je ben de leider van cultuur B

Jij neemt de leiding in jouw groep

Je houdt goed de tijd in de gaten

Je legt de regels van je cultuur goed uit

Je oefent die regels met je cultuurgenoten

Je verdeelt de materialen en rollen; zorg voor een goede verdeling van de kaarten zodat series mogelijk zijn

Je geeft de bezoeker een boon/knikker en een bezoekerskaart (die opgespeld dient te worden) en neemt deze bij het vertrek weer in

Je let op de B-regels; met name dat er over de regels niet gepraat wordt;

Je let erop dat alleen de B-taal gesproken wordt;

Je houdt contact met de spelleider van de A-cultuur, in verband met het uitwisselen van waarnemers en bezoekers

Je laat de groep bespreken wat de bezoekers in de andere cultuur hebben opgemerkt



Spelregels cultuur A

(VERBODEN te geven of te vertellen aan de B-cultuur)

De A's besteden de meeste tijd aan het praten en spelen van het spel Rafa Rafa.

Het Rafa Rafa spel

Ze spelen het door met zijn tweeën tegenover elkaar te gaan zitten waarbij één van de twee moet raden in welke hand de ander geen boon / knikker heeft zitten.

1. Het spel begint met een ritueel van groeten en beantwoorden.
2. Als speler 1 met speler 2 wil spelen kijkt 1 speler 2 aan en stampt 3x met zijn voet.
3. Als 2 ook wil spelen met 1 geeft hij a 3 aaien over de bovenarm.
4. 1 en 2 geven elkaar vervolgens een hand en gaan zitten terwijl ze elkaars hand vasthouden (laten ze los dan gaan ze uit elkaar want dat is een teken van ongeluk) en informeren naar de gezondheidstoestand van de respectievelijke vaders, grootvaders en zoons.
5. Dan spelen ze het spel: 2 verstopt de boon/knikker in een van beide handen en 1 moet raden in welke hand de boon / knikker *niet* zit.
6. 2 laat beide vuisten zien en 1 moet van onderen de vuist pakken waarin volgens hem de boon/knikker niet zit.
7. 2 opent de vuist om te tonen of de boon / knikker er niet in zit.
8. Als de lege hand geraden is, stampt de vrager zittend weer 3x, de gevraagde aait de vrager 3x op de bovenarm. Ze geven elkaar een hand en gaan weer spelen. Zo ook de derde keer.
9. Het gaat erom driemaal achter elkaar bij iemand een lege hand te raden.
10. Dan roept de speler luid Rafa Rafa (= geluk). Alle andere spelers houden onmiddellijk op, gaan naar de gelukkige toe en aaien hem/haar zachtjes, met 3 vingers terwijl ze zeggen: Rafa Rafa!

Niet willen spelen. Als een speler niet wenst te spelen met iemand die 3x gestampt heeft, aait hij deze niet over de bovenarm. De vrager gaat dan onmiddellijk weg. Dit is niet beledigend want ieder heeft het recht met diegene te spelen waarvan hij het meeste geluk verwacht.



Tegelijk stampen is ongeluk. Als spelers tegelijk stampen, betekent dit ongeluk. Ze gaan dan direct uit elkaar.

Beperkingen van vrouwen. Een vrouw kan nooit vragen om te spelen. Zij kan alleen gevraagd worden. Ze mag niet weigeren. Vrouwen kunnen dus niet met vrouwen spelen

Bijzondere behandeling van het stamhoofd. Er is ook een stamhoofd, een oudste. Hij zit op een opvallende plaats en niemand mag in zijn nabijheid zitten. Hij is de enige die zittend mag stampen. Als iemand met de oudste wil spelen gaat hij bij hem staan en wacht tot deze stampt. Dan geven ze elkaar de hand en gaan spelen. Dus geen begroetingen, alles in grote rust. De oudere raadt altijd goed. Ook als het niet klopt, dan wordt de boon / knikker snel verwisseld; De oudste roept zachtjes Rafa Rafa, de ander zegt dat ook en aait hem met drie vingers over de bovenarm.

Taboes:

1. Als een jongere een oudere de hand met de boon aanreikt moet hij de ruimte verlaten. De oudere vraagt hem dit, maar het kan ook gevraagd worden door iemand die het toevallig ziet gebeuren. De oudere stampt dan. Daarna mag er met deze speler niet meer gespeeld worden, deze mensen brengen ongeluk.
2. Het is ook taboe als iemand een ander te hard aait. Ook dan wordt er gestampd en degene die te hard aaide moet de ruimte verlaten.

Spelregels cultuur B

(VERBODEN te geven of te vertellen aan de A-cultuur)

Mensen die in de B-cultuur leven beconcurreren elkaar, werken hard en geven niet gauw op. Ze voorzien in hun levensonderhoud door kaarten met dieren erop onder elkaar te verhandelen.

De handel

Als ze een set kaarten bij elkaar gebracht hebben, ontvangen ze zes punten. Wie de meeste punten heeft is de machtigste.

Op de kaarten staan een koe, een schaap, een eend, een hond, een konijn en een varken.

De kaarten zijn blauw, groen, rood, oranje, bruin en geel.

Ledereen krijgt een zestal kaarten.

Het is de bedoeling dat je zes kaarten in dezelfde kleur met in volgorde 1 t/m 6 bij elkaar ruilt, respectievelijk jat (bij de bezoekers). Dit is een serie die je kunt inleveren bij de spelleider. Je wordt dan genoteerd op de lijst met 6 punten. Wie de meeste punten heeft staat het meest in aanzien.

1. De taal in B-land ziet er zo uit: als je bijvoorbeeld blauw 5 wilt hebben en je ziet iemand met blauwe kaarten dan ga je een meter van hem/haar afstaan en je zegt: blo, ha be ha be ha! Dat wil reggen: blauw, Henk Bekker Henk Bekker Henk (5). Dus alles afgekort; klinkers van de kleur met een klankverandering, eerst de kleuren, vervolgens de eerste letters van je eigen voor- en achternaam.
2. Heeft de aangesprokene die kaart, dan schudt hij 'nee' met zijn hoofd. Heeft hij hem *niet* dan knikt hij 'ja'.
3. Is het antwoord positief dan legt de aangesprokene de kaart op de grond en krijgt een ruilkaart, bijv. gro, wa la wa! Dat wil zeggen: groen, Wim Lammers Wim (3)
4. Heeft de ander die kaart dan schudt hij met zijn hoofd 'nee' en legt de kaart op de grond.
5. Pas daarna neemt de gevraagde kaart.

Heeft iemand een kaart niet, dan knikt hij 'ja'. De vrager mag dan nog één poging wagen met een andere kaart / nummer. Nu hoeft je niet dezelfde procedure te volgen, dat is "tijd verspillen".



Ga je weg of snap je de ander niet dan fladder je wat met je handen.

Zijn er bezoekers die meespelen dan mag je, zonder hen aan te raken, als ze jouw vraag niet begrijpen, één kaart van ze pakken. Want beestenkaarten hebben en dan toch niet handelen is echt onzakelijk. Je moet bezig zijn, macht verzamelen. Hun taal spreken doe je echter niet, behalve wanneer je bij hen op bezoek bent.



Portfolio 4: Categorisering

Lees meer over hoe Geert Hofstede culturen indeelt:

<https://www.nji.nl/nl/Kennis/Dossier/Implementatie/Implementatie-Verandermethoden/Cultuurdimensies-Hofstede>

Zoek ook op welke kritiek er op de indeling van Hofstede is, bijvoorbeeld:

<https://www.bronso.nl/blog/sociologie/culturele-dimensies-van-hofstede>
<http://www.psyblog.nl/2016/09/16/europa-culturele-dimensies-hofstede-nationalisme/>

David Pinto heeft ook kritiek op Hofstede, maar hij bouwt er ook op voort:

<http://www.davidpinto.nl/theorie.php>

En ook op Pinto is weer kritiek, bijvoorbeeld:

<https://www.trouw.nl/home/david-pinto-mag-zich-professor-noemen-van-een-nutteloze-leerstoel~a0fb483f/>

Een sleutelvraag bij dit alles is hoe indeling en categorisering helpt of juist belemmert dat we culturen beter begrijpen.

Schrijf na dit alles gelezen en overdacht te hebben een korte blog van een A4 over jouw mening en de leerervaringen uit Rafa Rafa en je eigen culturele ervaringen.



Les 5: Handicap

In deze les verkennen studenten hoe je kunt omgaan met handicaps, en met name de kansen en nadelen van “helpen”.

Doelen:

1. De studenten verkennen hoe het is om een handicap te hebben en om geholpen te worden.
2. Ze ervaren dat vertrouwen nodig is om hulp te ontvangen en te durven geven.

Activiteiten:

Blind

Gehandicapt eten

Opdracht:



Blind

Zorg voor een lege ruimte waarin studenten kunnen lopen. Zorg dat er obstakels in de ruimte staan, zoals tafels en stoelen of dichte deuren.

Uitvoeren

1. Geef een uitleg: de opdracht is om met een blinddoek om van een plaats naar een andere te lopen. Je krijgt hulp van een klasgenoot. Laat ze een vertrouwde klasgenoot kiezen.
2. Geef de helft van de studenten een blinddoek, die ze op moeten doen. Geef aan van waar men naar de eindplaats moet lopen. Laat elk koppel met 30 seconden tussentijd starten.
3. De begeleiders geven de blinden mondelinge aanwijzingen. Als dit te moeilijk is, mogen ze ook fysiek bijsturen, maar hoe minder hoe beter. Bij het eindpunt mogen ze de blinddoek afdoen.

Variaties

- Laat het leiden doen door een onbekende.
- Laat niet alle studenten tegelijk het spel doen, maar een of twee koppels, en laat de anderen kijken en commentaar geven op hoeveel vertrouwen er is.



Gehandicapt eten

Materiaal

- Kaartjes waar een handicap op staat
- Attributen om die handicap te kunnen verwezenlijken
- Aanpassingen om met een handicap om te kunnen gaan
- Eten

Instructie

Doe alsof je samen een maaltijd gaat eten of doe dit spel tijdens een echte maaltijd.

Elk bord heeft een kaartje waar een handicap op staat. De kaartjes liggen omgedraaid op het bord. Bij dat bord staan of liggen ook de hulpmiddelen die men nodig heeft.

Bij de maaltijd wordt er ook gedronken

1. De deelnemers gaan gewoon aan tafel zitten en als we beginnen met eten, dan draait iedereen het kaartje om.
2. Men maakt tweetallen en eerste van het tweetal houdt zich aan de handicap.
3. De tweede van het tweetal kan zo de ander helpen.
4. Na 10 minuten worden de rollen omgedraaid en na 20 minuten stoppen we ermee en mag iedereen weer normaal eten (als je echt eet).

Tijdens het eten met beperkingen observeren de begeleiders op de volgende zaken:

- Hoe reageert men op zijn handicap en om op deze manier te eten.
- Eet men mee als men iemand eten geeft
- Verzinnen ze zelf oplossingen om met de beperking te eten
- Wat valt op

Aan het eind van de maaltijd wordt de activiteit nog geëvalueerd, waarbij de volgende items worden besproken:

1. Hoe heeft men de handicap ervaren?
2. Hoe kon men zelf op de omgeving reageren?
3. Hoe reageerde de omgeving op jou?
4. Waar had je het meeste moeite mee?

-Vervolgens wordt doorgesproken over hulp en verzorging bij jongeren en cliënten. De ervaringen die net zijn opgedaan worden vergeleken met ervaringen bij eigen stageplekken.



Aandachtspunten bij deze discussie zijn:

1. Vraag aan de persoon of hij iets wil hebben want bijna iedereen kan op zijn manier aangeven wat hij wil.
2. Geef de persoon de tijd om te eten. Je moet er rekening mee houden dat de kinderen vaak langer de tijd nodig hebben om het eten weg te krijgen. Vergeet niet om de persoon ook te laten drinken.
3. Wanneer leiding gelijk mee eet, wanneer ze iemand helpen, moet voorkomen worden dat men het eigen eten voor laat gaan.

Bron:

<https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=2&ved=2ahUKEwjFtbK5nK7dAhVByaQKHTxCBysQFjABegQICBAC&url=https%3A%2F%2Fwww.scouting.nl%2Fdownloads%2Fscouting-academy%2Fmethodiekenbank%2Foverige-methodieken%2F4046-diner-met-beperking%2Ffile&usg=AOvVaw3b85l46sBB9vtuQ4KgD92J>





Hyper

Timing: 5 minuten per persoon (Zorg ervoor dat de deelnemers het echt beleefd hebben.)

Instructie

1. Verdeel in viertallen. Eén speler voert de opdrachten uit. We noemen hem even Wim.
2. De andere gaan voor en naast Wim staan. Wie voor Wim staat begint. Hij geeft allemaal doe-opdrachtjes: klap in je handen, spring op één been, ...
3. Even later begint wie links van Wim staat een heleboel persoonlijke vragen af te vuren: waar woon je, wat zijn je hobby's, heb je broers of zussen, hoe heten ze, ...
4. Tenslotte vuurt de persoon rechts allerlei eenvoudige rekensommetjes en simpele quizvragen af.
5. Drijf het tempo op. De spelers blijven hun vragen en opdrachten herhalen tot Wim ze heeft beantwoord/uitgevoerd. Ze worden steeds kregeliger als hij niet meteen doet wat er van hem gevraagd wordt.

Nabespreking

- Wat heb je ervaren?
- De stress die je hebt ervaren is vergelijkbaar met iemand die ADHD heeft. Wat kan je doen om zulke stress te verminderen (los van medicatie)?
- Hoe kan je groepswork begeleden als een of meer mensen ADHD hebben maar anderen niet?



Portfolio 5: Hulp geven en accepteren

Bezoek de website Handicap Experience (<http://www.handicap-experience.nl/>).

Lees de publicaties op <http://www.handicap-experience.nl/publicaties/> en <http://www.handicap-experience.nl/onderzoek/>

Bestudeer ook de Handicap Vormingsmap van de Vlaamse provincie Limburg:

https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=17&ved=2ahUKEwjphs_oK7dAhWNDuwKHWAYDYc4ChAWMAZ6BAgBEAI&url=http%3A%2F%2Fwww.limburg.be%2Fwebfiles%2F limburg%2Fleren%2Fsteunpuntonderwijs%2Fzichthand_vormingsmap_jongeren.pdf&usg=AOvVaw1XH2GIZJYvIONYiRoGUbaX

Merk op dat sleutelvragen zijn hoe je als begeleider naar de gewenste hulp kunt vragen en wat gehandicapten nodig hebben om hulp te kunnen accepteren.

Maak een korte PowerPointpresentatie over hoe je op een stage-instelling een voorlichting zou organiseren over hoe je met handicaps omgaat.



Les 6: Seksuele diversiteit

Doel:

1. De studenten krijgen basiskennis over seksuele diversiteit.
2. Ze ervaren vooroordelen.
3. Ze verkennen hoe ze veel gestelde vragen over seksuele diversiteit kunnen beantwoorden en weten dat dit weinig te maken heeft met kennis of informatie.

Activiteiten:

Een menselijk kenmerk

Veertig vragen

Een hetero interviewen

Opdracht:

Een woordenlijst maken van een lange reeks termen rond seksuele identiteiten.



Een menselijk kenmerk

Zet de 16 kenmerken uit de bijlage in een PowerPointpresentatie.

Deelnemers moeten raden over welk kenmerk het gaat. Ze gaan ongetwijfeld denken dat het over seksuele oriëntatie gaat, maar het gaat over linkshandigheid.

Mogelijke vragen bij de nabespreking:

Waarom denk je dat het over seksuele oriëntatie ging?

Was je verrast om te zien dat het over linkshandigheid ging?

Vanaf hier kunt u een discussie beginnen over vooroordelen en verwachtingen



Een menselijk kenmerk

Je krijgt 16 hints. Doe je hand omhoog als je weet wat het is. Doe hem omlaag als je het niet (meer) weet. Je mag niets zeggen tijdens de presentatie, dat mag daarna.

1. Dit kenmerk is "stabiel en uit zich in gedrag".
2. Het is een bipolair kenmerk met twee basisoriëntaties; ongeveer 92% van de bevolking is de meerderheid en 8% is de minderheid.
3. De mensen met het minderheidskenmerk zijn honderden jaren vervolgd.
4. Er is een beperkt aantal mensen die beide oriëntaties hebben.
5. Bewijs uit de kunst laat zien dat beide oriëntaties als duizenden jaren bestaan.
6. Je kunt niet zomaar aan iemand zien welke oriëntatie ze hebben. De variatie komt in elk ras, cultuur of geloof voor.
7. Omdat dit kenmerk onzichtbaar is, kun je het alleen zien als het via gedrag tot uiting komt. Maar het gedrag zelf is niet het kenmerk.
8. Geen van beide oriëntaties is een fysieke of mentale ziekte.
9. Je kunt niet voor een van beide oriëntaties kiezen.
10. Soms kan je al bij hele jonge kinderen zien welke oriëntatie ze hebben.
11. Hoewel je het bij het kenmerk horende gedrag kunt veranderen door dwang of door sociale druk, dat verandert het kenmerk niet. In het verleden werden kinderen wel vaak gedwongen om zich als de meerderheid te gedragen.
12. Onderzoek naar adoptie laat zien dat geadopteerde kinderen niet het kenmerk van hun ouders overnemen. Het is dus een aangeboren kenmerk.
13. Onderzoek laat zien dat eenzijdige tweelingen (dus met dezelfde genen) een veel grotere kans hebben dat als de een de minderheidsoriëntatie heeft, de ander dat ook heeft. Namelijk 12% meer dan bij twee-eiige tweelingen en nog meer dan geadopteerde kinderen.
14. Er zijn 30% meer mannen met dit kenmerk dan vrouwen.
15. Hoewel er geen relatie is met de kenmerken van de ouders, is wel duidelijk dat dit kenmerk vaker voorkomt in families.
16. Het patroon is dat er een genetische link is vanuit de moederszijde, die zorgt voor meer mannelijke nakomelingen met dit kenmerk.



Veertig vragen

Zorg dat er voor alle deelnemers een kopie van het werkblad is.

1. Vragen beantwoorden (30 minuten). De deelnemers krijgen een werkblad waarop 40 vragen staan.

Jullie krijgen 20 minuten voor deze oefening. Je krijgt een werkblad met 40 vragen die je vaak krijgt in een voorlichting over seksuele diversiteit. Ga in koppels met elkaar in gesprek. Om de beurt speelt een van jullie twee een leerling en de andere een leraar; de "leerling" kiest een vraag en de "leraar" antwoord zoals je dat in de klas zou doen. Wissel na elke vraag van rol. We hebben geen tijd om alle vragen te doen, ik adviseer je om als leerling juist de vragen te stellen die je moeilijk zou vinden om als leraar te beantwoorden.

2. Debriefing (30 minuten). In een plenaire nabespreking worden de volgende thema's besproken:

1. Hoe ging het, was het makkelijk of moeilijk, waar liep je tegenaan?

Meestal vinden deelnemers het best lastig omdat ze (1) het antwoord op de eerste vier informatieve vragen niet kennen, (2) omdat de andere 36 vragen een onderliggende lading hebben waardoor een informatief corrigerend antwoord niet goed helpt, en omdat "spiegelen" (waarom denk je dat?) ook niet echt effectief lijkt. Je kunt op dit moment de informatieve antwoorden op de 1^e 4 vragen kort uitleggen.

2. Heb je de vragen informatief of op een andere manier beantwoord? Wat waren je overwegingen?

Sommigen zullen hebben volhard in een traditionele doceerstijl door al dan niet correcte informatie te geven. Dit is alleen zinvol als de leerlingen echte open belangstelling hebben, anders gaat het langs ze heen. Anderen zullen simpele technieken gebruiken om de leerlingen tot zelfinzicht te brengen: spiegelen, doorvragen. Dit helpt beter, maar bij "geladen" vragen moet je goed begrijpen wanneer welke techniek je ook echt verder brengt. Vraag hiernaar door.

3. Er staan eigenlijk maar vier neutraal informatieve vragen op het werkblad: de eerste vier. De andere 36 zijn emotioneel geladen. Hoe ga je om met dergelijke geladen antwoorden?

Inventariseer reacties, concludeer dat je eigenlijk moet weten wat er in de hoofden van leerlingen omgaat om daarop in te spelen.

Wat is travestie?	Wat is transgender? En transseksueel?	Wat is cisgender?	Wat is intersekse?
Hoe hebben homo's seks?	Waarom hebben homo's eigen bars?	Hoe weet je zeker dat je homo of lesbisch bent?	Kunnen biseksuelen niet kiezen?
Waarom moeten homo's zo nodig een Canal Parade organiseren?	Waarom willen homo's anderen altijd provoceren?	Hoe reageren ouders als een homo het vertelt?	Waarom hebben potten altijd kort haar en lelijke kleren?
Waarom vragen homo's altijd zoveel aandacht voor hun geaardheid?	Heeft u wel een seks gehad met iemand van hetzelfde geslacht?	Als een lesbiëne seks heeft met een man, kan ze dan weer normaal worden?	Waarom gedragen homo's en lesbo's zich niet als echte mannen en vrouwen?
Je kunt toch geen homo én Moslim zijn?	Homoseksualiteit wordt toch verboden door de Bijbel/Koran?	Gebruiken lesbiënes bananen om seks te hebben?	Word je homo of lesbisch als je een slechte relatie hebt gehad?
Zijn homo's promiscue?	Hebben homo's korte relaties?	Is homo zijn een modeverschijnsel?	Kunnen vrouwen ook homo zijn?
Is homoseksualiteit aangeboren of aangeleerd?	Man op man, vrouw op vrouw, dat "past" toch niet?	Waarom stellen transseksuelen zich altijd zo aan?	Hoe weet je wie het "vrouwetje" of het "mannetje" is in een homorelatie of lesborelatie?
Waarom willen homo's, lesbo's and transen altijd anders zijn?	Is er een therapie of medicijn tegen homoseksualiteit?	Homoschelden is toch alleen maar plagen en geen discriminatie?	Zijn homo's altijd op jacht naar seks?
Zijn alle homo's verwijfd?	Is het natuurlijk?	Word je homo door verleiding?	Kan je van seksuele voorkeur veranderen?
Dieren zijn toch ook nooit homoseksueel?	Kun je biseksuelen wel vertrouwen?	Hoe verdelen homo's en lesbo's de taken in het huishouden?	Haten alle lesbiënes mannen?



Een hetero interviewen

De deelnemers moeten 11 vragen beantwoorden die homoseksuelen ook vaak krijgen, maar dan over hun heteroseksualiteit.

Doelen

- de deelnemers hebben nagedacht over vragen die vaak aan LHBT-personen gesteld worden
- de deelnemers hebben ervaren hoe moeilijk het kan zijn om op deze vragen te antwoorden

Duur

- 40 minuten

Materialen

- Hand-out: “Een hetero interviewen” één per deelnemer
- Een pen per persoon

Instructies

- Leg uit dat wanneer homo's, lesbiennes en biseksuelen 'uit de kast komen', ze vaak vragen krijgen waarop het bijna onmogelijk is om op te antwoorden. Om de deelnemers het heteroseksisme te helpen begrijpen dat er binnen onze cultuur heerst, vraag je hen met dezelfde vragen te worstelen maar dan toegepast op heteroseksualiteit.
- Geef hen elk een hand-out. Verdeel de deelnemers in groepjes van vier of vijf en laat hen samen antwoorden bedenken. Vraag ze op elke vraag apart proberen te antwoorden en een reactie te geven op het interviewen in zijn geheel. Ongeacht ieders seksuele voorkeur, is iedereen voor dit interview even hetero.
- Laat de deelnemers na tien minuten terug in de grote groep verzamelen. Stel de groep de volgende vragen:
 - Vond je het moeilijke vragen? Waren sommige vragen moeilijker dan anderen? Welke? Wat was er moeilijk aan?
 - Welk gevoel gaven de vragen je?



- Wat zegt het over onze maatschappij wanneer homo's, lesbiennes en biseksuelen dezelfde vragen gesteld worden?



Portfolio 6: Definities

Zoek de definities en verschillen op van de volgende begrippen en maak en een woordenboekje van in simpele en begrijpelijke taal. (Dus niet kopiëren van internet.)

- Homoseksualiteit
- Homo
- Homofobie
- Homonegativiteit
- Homodiscriminatie
- Heteronormativiteit
- Lesbisch
- Biseksueel
- Demiseksueel
- Panseksueel
- Transseksueel
- Transgender
- Transman
- Transvrouw
- Cisgender
- Interseksueel
- Intersekse conditie
- DSD
- Travestie
- Genderidentiteit
- Genderexpressie
- Gender non-conformisme
- Genderfluid
- Queer
- Genderqueer
- Polygaam
- Polyamorie
- Aseksueel
- Questioning
- LGBT+



Deel 2: Beroepsmatige verdieping

Het tweede deel van het keuzedeel gaat over een nadere verkenning van diversiteit en hoe je daarmee vooral beroepsmatig mee omgaat.

Les 7: Vecht of vlucht

Doel:

1. Studenten weten dat de onderliggende emotie van sociale uitsluiting een instinct is dat iedereen heeft.
2. Ze leren dit instinct herkennen.
3. Ze oefenen met het hanteren en zich niet laten beheersen door dit instinct.

Activiteiten:

Uitleg

Fight or flight rollenspel

Fight or flight oefening

Portfolio 7: Vecht of vlucht

Opdracht:

1. Studenten houden een fight or flight logboek bij
2. Studenten doen een confronterend rollenspel met een medestudent om te oefenen hoe ze met zulke impulsen kunnen omgaan
3. Studenten schrijven een blog over hun leerervaringen

Uitleg

Geef een presentatie over het vecht of vlucht instinct.

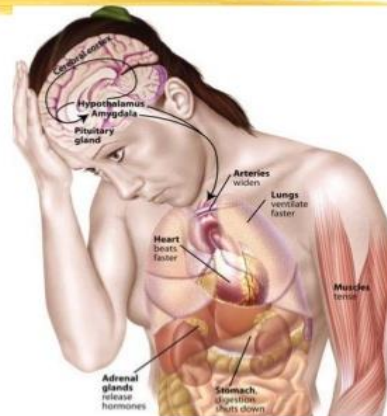
Wat is het?

Het vecht of vlucht instinct (ook wel de fight-or-flight response, de stress respons of acute stress respons, de “freeze” of bevroerreactie of hyperopwinding genoemd) is een psychologische reactie die voorkomt als antwoord op een mogelijke bedreigende gebeurtenis, een aanval of een bedreiging van je overleving. De reactie werd voor het eerst beschreven door Walter Bradford Cannon. Hij zegt dat zoogdieren, waaronder mensen, reageren op bedreigingen met acute uitstoot van stoffen door het lymfatische zenuwstelsel waardoor je lichamelijk klaargemaakt wordt voor een gevecht of een vlucht.

Om meer specifiek te zijn, produceren adrenalineklieren een serie hormonen en die resulteren in de uitscheiding van nor-epinefrine en epinefrine. Deze hormonen zijn oestrogeen, testosteron en cortisol. Nor-epinefrine en epinefrine zorgen voor een snellere hartslag, sneller ademen en ze zorgen ervoor dat de suiker en vetproductie omhoog gaat. Ook zorgen ze ervoor dat pijn onderdrukt wordt.

The Stress Response System

Cannon proposed that the stress response (fast) was a **fight-or-flight** response marked by the outpouring of **epinephrine** and **norepinephrine** from the inner **adrenal glands**, increasing heart and respiration rates, mobilizing sugar and fat, and dulling pain.



Het is belangrijk om je te realiseren dat:

1. *Iedereen* heeft een vecht of vlucht instinct als je geconfronteerd wordt met een potentiële dreiging. Een van die potentiële bedreigingen is als je geconfronteerd wordt met diversiteit die buiten je eigen bekende groep (peer group) of buiten je normatieve kader valt. Het vecht of vlucht instinct kan heftig zijn, maar is een normale

en gezonde reactie. Het is onmogelijk en ook het is disfunctioneel om te proberen een vecht of vlucht instinct te stoppen. Als je dat wel probeert, veroorzaak je een opbouwend effect van druk en stress, wat kan leiden tot inadequate reacties en uiteindelijk tot emotionele burn-out.

2. Het vecht of vlucht instinct is een primitieve emotie die gewoonlijk maar een fractie van een seconde of een paar seconden duurt. Zodra je in staat bent om er over te *denken*, hebben je cognitieve functies het al overgenomen.



Hoe kan je ermee omgaan?

EduDivers ontwikkelde een richtlijn over hoe je hiermee kan omgaan. De richtlijn heeft drie stappen. Ervaren docenten en trainers zullen deze drie stappen wellicht binnen een seconde kunnen nemen. Maar minder ervaren docenten en trainers doen er misschien wel 30



seconden of een minuut over. Als je niet ervaren bent, kunnen deze seconden overkomen als eeuwigheden, vooral omdat het vecht of vlucht instinct een fysieke reactie oplevert die je stimuleert om *nu* op te treden of helemaal niet op te treden (bevrozen of vluchten).

Stap 1: Voel en adem

Het eerste wat je moet doen is beseffen dat je een vecht of vlucht instinct hebt. Je hebt enige tijd nodig om dit te voelen. Stop met wat je doet of wat je impulsen je zeggen te doen. Richt je aandacht naar wat er gebeurt in jouw lichaam. Neem diep adem en adem weer uit. Voel de stress in je lichaam en hoe het ontspant doordat je ademt. Voor onervaren begeleiders kan het goed zijn om niet één keer, maar drie keer in en uit te ademen.

Wees niet bang dat deze paar seconden zelfreflectie ertoe leiden dat je klas te onrustig wordt. Het is wel waar dat je het vecht of vlucht instinct ervaart omdat zij heftig hebben gereageerd of juist weigeren te reageren. En terwijl jij bezig bent tot jezelf te komen, gaan zij waarschijnlijk nog even door met hun reactie. Maar dat kan geen kwaad, tenzij ze de boel echt afbreken. Laat ze maar even uitrazen, of laat ze maar even in stilte, als ze stilgevallen zijn. Er gebeuren echt geen rampen.

Zodra je begint te reflecteren op hoe je voelt, dus erover begint te *denken*, zal je vecht of vlucht instinct over zijn en het belangrijkste deel van de instinctieve stress zal wegvloeien.

Stap twee: zie en benoem

De tweede stap is om je aandacht van binnen naar buiten te brengen. Observeer je leerlingen of de discussiepartners. Word je bewust van wat je echt *ziet*, *zonder oordeel*.

Bijvoorbeeld: "een leerling heeft een verwrongen gezicht; misschien is hij bang of boos" (let op: wat je ziet is neutraal, was hij voelt is jouw veronderstelling), "deze leerling zit met zijn voeten gestrekt en zijn armen over elkaar, hij naar de grond alsof hij iets wil afweren" (wederom: het begin van de observatie is neutraal, het laatste deel een mogelijke interpretatie), "deze andere leerling gaapt alsof zij zich verveelt of ergens anders is met haar aandacht", "een leerling kijkt rond, hij bekijkt wat andere leerlingen zullen doen".

Zoals je in deze formuleringen ziet, maak je bijna automatisch interpretaties en veronderstellingen. Het is belangrijk te beseffen dat je niet echt weet wat er in hun hoofd



omgaat. Dus oordeel niet te snel ga er niet vanuit dat je veronderstellingen waar zijn. Probeer je oordelen, fantasieën en gokjes over wat zij voelen te stalen in je achterhoofd en jezelf te dwingen om de werkelijkheid van de leerlingen in jouw groep te zien.

Doe dit niet koud en afstandelijk, maar met zorg en aandacht. Dat kan lastig zijn als leerlingen een vijandige houding hebben. Het kan helpen te beseffen dat zij ook een vecht of vlucht respons hebben: zij reageren zo heftig (of helemaal niet) omdat ze een bedreiging van hun "comfort-zone" (hun waarden en normen) ervaren.

Zelfs ondanks dat je nog niet echt iets actiefs doet op dit moment, zullen je leerlingen door je warm-observerende houding toch op een onbewust niveau merken dat je probeert om hen te accepteren zoals zij zijn, wat cruciaal is voor de volgende stap.

Laat daarna merken dat je de leerling "hebt gezien". Beschrijf zo letterlijk mogelijk wat je hebt waargenomen. Voorbeelden:

"Ik zie dat je met je benen gestrekt zit en je armen over elkaar, en je kijkt naar de grond. Kan je me vertellen hoe je jezelf voelt?"

"Ik zie dat je gaapt. Word je een beetje slaperig?"

"Ik zie dat je rondkijkt. Wat gaat er in je om?"

In sommige groepen is het lastig om direct naar gevoel te vragen, bijvoorbeeld in sommige culturele groepen. In zulke gevallen kan je de vraag iets anders formuleren, zoals "wat gaat er in je om?", "heb je hier een mening over?" Wees er zeker van dat je de leerlingen niet aanvalt, belachelijk maakt, voor paal zet of naar hen uithaalt op een andere manier die niet zorgzaam is. Wees jezelf ervan bewust dat wat de leerling meemaakt een functionele vecht of vlucht reactie is; zolang de leerlingen in hun vecht of vlucht reactie zitten, kunnen ze niet rationeel reageren. Je vraag is bedoeld om hen te laten reflecteren op hun instinctieve respons. Als ze gaan reflecteren (=een rationele en niet meer instinctieve respons), dan heb je het doel van deze stap bereikt.

Het gebeurt vaak dat leerlingen op zo'n een eerste beschrijvende reactie reageren met een nieuwe emotionele vecht of vlucht reactie. Hoe vaak dit gebeurt, geeft aan hoe diep de angst en afweer bij die leerlingen is. Wees daar niet bang voor. Herhaal geduldig het kleine stappenplan tot de betreffende leerlingen beginnen na te denken over wat ze zeggen. Als je bij dat stadium komt, kan je aan een echte dialoog beginnen.



Stap 3: Dialoog

De derde fase is om met de leerlingen in dialoog te gaan. Een echte dialoog is een uitwisseling van emoties, reflectie op emoties, een uitwisseling van meningen, het uitleggen van waar je houding vandaan komt, welke kennis of voordelen je hebt, wat je waarden en normen zijn en waar je onzeker over bent. Je begint een dialoog door open vragen te stellen: hoe, wat, waarom, waar, wanneer, welke enzovoort. Het kenmerk van open vragen is niet alleen dat je er geen "ja, "nee" of een feit op kunt antwoorden, maar ook dat je zorgzaam en nieuwsgierig bent naar elkaar. Voorkom dat deze "discussie" een soort interview wordt, of nog erger: een ondervraging. In een dialoog gaat het om een uitwisseling.

Realiseer je dat een dialoog niet hetzelfde is als een traditioneel klassengesprek of voorlichten. Dialoog betekent dat je, met je hele persoonlijkheid en al je gevoelens en ervaring, ervaringen uitwisselt met andere mensen die daar ook met hun hele persoonlijkheid, gevoelens en ervaring aan meedoen. Ook als ze jong zijn, zijn leerlingen mensen die de volle aandacht in een dialoog verdienen.

De leerlingen hebben hun eigen doelen en als docent of voorlichter heb jij jouw doelen. Het is belangrijk te verkennen welke doelen jullie *delen* (denk aan respect, mensenrechten enzovoorts) en tijdens de dialoog te verkennen waar jullie een verbinding kunnen vinden tussen elkaar. Hoe kun je samenwerken aan een verbeterde wereld rond mensenrechten en relaties? Deze leerling - leerkracht/voorlichter relatie is meer horizontaal dan in traditionele voorlichting of lesgeven. Hoewel je de discussie begeleidt, en daardoor meer macht hebt, probeer je tijdens de discussie tegelijkertijd op een gelijkwaardig niveau ervaring uit te wisselen. Je balanceert dus tussen gespreksleider zijn en eigen gevoelens, meningen en ervaringen delen.

Wees niet bang om je eigen gevoelens te delen. Als je pijn voelt door een opmerking die een leerling maakt, hoef je dat niet te verbergen. Dat is een verwrongen beeld van wat "professionele afstand" betekent. "Professionele afstand" betekent niet dat je jouw eigen gevoelens tijdens het lesgeven moet ontkennen, noch dat je de emotionele band met je leerlingen afwijst. Dit geldt zelfs voor een "dialoog" met homovijandige politici of kerkleiders. "Professionele afstand" betekent wel dat je jouw eigen vecht of vlucht instinct probeert te



beheersen en niet jezelf ertoe laat verleiden om in een disfunctionele emotionele discussie te verzeilen. Het betekent ook dat je niet je eigen ideeën en meningen opdringt aan leerlingen.

Aan de andere kant betekent dit ook niet dat je vergeet wat je onderwijsdoelen zijn, zoals het bevorderen van respect en positief sociaal gedrag. Deze doelen hou je ook niet geheim voor de leerlingen. Het overgrote deel van de leerlingen zullen hier geen moeite mee hebben. De paar leerlingen die algemeen maatschappelijk geaccepteerde doelen zoals “respect en positief gedrag bevorderen” niet kunnen accepteren, hebben doorgaans een serieus sociaal en vaak ook psychologisch probleem. Dit is geen reden om hen af te wijzen, maar des te meer om hen de juiste zorg te bieden. Doe wat je kunt voor hen in de klas en in de dialoog. Als dat door hun obstructie onmogelijk wordt, moet je ze uiteindelijk wel verwijderen. Ga daarna wel individueel in gesprek met ze. Als dat onvoldoende is om hen in de richting van meer prosociaal gedrag te begeleiden, verwijz ze naar een professionele hulpverlener.



Fight or flight rollenspel

Dit rollenspel is een demonstratie, geen oefening.

1. Vraag een vrijwilliger die wil ervaren hoe de fight or flight response werkt.
2. Stuur de vrijwilliger tijdelijk naar buiten, terwijl de groep een situatie voorbereidt.
3. Vraag een confrontatie-acteur. Bedenk met de groep een beroepssituatie die erg eng kan zijn en een fight or flight respons kan opleveren. Bedenk met de groep een rol instructie voor de confrontatie-acteur die een maximale respons op zal wekken.
4. Verdeel verdere rollen. Een deel van het publiek kan eventueel meespelen (confrontatie-figuur bijvallen), anderen zijn observators en letten op verbale reacties, houding en ademhaling.
5. Vraag dan de ervaringsacteur binnen en leg hem/haar de context van het spel uit. Vertel dat het spel begint als je in je handen klapt en eindigt als je weer in je handen klapt, en dat je in je handen zult klappen zodra er een fight of flight respons zichtbaar wordt.
6. Speel het spel, maar zet het meteen stop als je ziet dat de ervaringsacteur “vast” komt te zitten (flight) of boos of geïrriteerd terug gaat reageren (fight). Kijk daarbij ook vooral naar de houding en ademhaling.
7. Nabespreking:
 - a. Vraag eerst de ervaringsacteur naar gevoel en ervaring
 - b. Vraag of de ervaringsacteur heeft gedacht aan de drie gesuggereerde stappen en zo niet, waarom niet
 - c. Vraag de observators naar wat ze hebben gezien
 - d. Concludeer dat een fight or flight instinct best lastig te beheersen is, omdat het hard-wired is en pre-cognitief



Fight or flight oefening

Leg uit dat we dit nu in kleine groepen van vier gaan oefenen. Men kan zelf een groep kiezen waarin met zich vertrouwt voelt.

De groep verdeelt onderling rollen:

1. ervaringsspeler
2. confrontatiespeler
3. observator
4. spelleider

De ervaringsspeler vertelt eerst waarvoor hij/zij bang is en wat een fight or flight response kan opwekken. De spelleider start en eindigt het spel door in de handen te klappen. De confrontatiespeler speelt dit uit en daagt de ervaringsspeler uit. Als de impuls zichtbaar wordt, stopt de spelleider het spel en vraagt de ervaringsspeler wat er gebeurt. De observator geeft feedback over wat die heeft gezien (geen advies). De evaluatie eindigt met de ervaringsspeler die zichzelf voornemens maakt. Zo nodig wordt dit nog eens één keer kort gespeeld.

Daarna wisselen de rollen en start de oefening weer. Dit herhaalt zich tot iedere student elke rol heeft gespeeld.



Portfolio 7: Herken je impuls

1. Maak een logboek van de fight or flight impulsen die je meemaakt in een week.
2. Speel met een medestudent een rollenspel waarin jij wordt uitgedaagd op zaken die bij jou als snel een fight or flight response opleveren. Probeer manieren te vinden hiermee om te gaan en van impuls naar dialoog te gaan.
3. Schrijf over je leerervaringen een blog van een A4.

Voorbeeld logboek Fight or Flight

Datum	Waar	Wie	Impuls	Mijn reactie
12-10-2019	Thuis	Vader	Nare opmerking over mijn opleiding	Flight: ik sloeg dicht en liep weg
13-10-2019	ROC-kantine	Ik	Medestudent maakt me uit voor homo	Fight: ik werd woedend en maakte een gemene grap over zijn kleren



Les 8: Luisteren

Doel:

Studenten leren meer aandachtig te luisteren en ervaren hoe (voor)oordelen hun luistereffectiviteit kunnen beïnvloeden.

Activiteiten:

Stimulerend of remmend luisteren

Aandachtig luisteren

Oordeel-loos luisteren

Opdracht:

Portfolio 8: Drie mensen interviewen die in uiteenlopende mate makkelijk voor je zijn, samenvattingen van de gesprekken maken en laten controleren door de geïnterviewden, reflecteren op de drie verslagen.



Stimulerend of remmend luisteren

Wat

Deelnemers laten ervaren wat het effect is van een stimulerende of juist een remmende luisteraar.

Hoe

Zet de deelnemers in een hoefijzer. De acteur gaat in willekeurige volgorde langs de deelnemers en vraagt 'Hoe was je laatste vakantie?' (of een andere open vraag waar iedere deelnemer gemakkelijk over kan vertellen). De docent zet hier afwisselend Stimulerend dan wel Remmend luistergedrag tegenover.

Stimuleren

Non-verbaal: naar de ander toebuigen, aankijken, knikken, hummen, meelevende gelaatsuitdrukking.

Verbaal: hummen, inhoudelijk reageren, samenvatten, parafraseren, gevoelsreflectie, open vragen.

Remmen

Non-verbaal: onderuit gezakt zitten, wegstaren, aanstaren, bewegingsloos luisteren, expressie-loos gezicht, fronsen, gapen, kauwen

Verbaal: onderbreken, van onderwerp veranderen, overnemen met eigen verhaal

Iedere deelnemer heeft na afloop kort terug wat het gedrag van de docent met hem deed en benoemt één gedragskenmerk dat op hem het meeste effect had.

Variant

Niet congruent gedrag: de docent combineert verbaal stimulerend met non-verbaal remmend gedrag (of andersom). Dit zaait verwarring, het komt ongeloofwaardig, niet authentiek over.

Overdrijven: de docent overdrijft het stimuleren, zowel verbaal als non-verbaal. Dit is niet authentiek en scheidt afstand.



Aandachtig luisteren

Doel

Leren luisteren op meerdere niveaus

Uitvoeren

Maak groepjes van vijf deelnemers. A bereidt een verhaal voor over iets waar hij trots op is, waar hij van baalt, of waar hij door gefascineerd is. Hij/zij moet er zelf bij betrokken zijn geweest en er een rol in gespeeld hebben.

Terwijl A zijn verhaal voorbereidt, geeft de begeleider B, C, D en E de volgende instructie (zorg dat A dit niet hoort!)

B: jij luistert naar de inhoud van A's verhaal: wat zegt A precies? Je moet het straks kunnen navertellen

C: jij luistert naar de structuur in zijn verhaal: is er een agenda; waar begint hij mee; zit er een lijn in; gaat hij van de hak op de tak?

D: jij luistert naar de taal van A: welke woorden gebruikt hij om iets uit te drukken of kracht bij te zetten? Noteer specifieke woorden, bijvoorbeeld bijvoeglijke naamwoorden; metaforen (toen gingen ij mij de luiken dicht).

E: jij observeert A's non-verbaal. Bedenk welk gevoel daaruit spreekt. Noteer mimiek, gebaren, stemverheffingen, spreektempo, wat doen zijn ogen.

Na afloop vertellen B, C, D en E wat ze gehoord of gezien hebben

- Vraag hen wat dit hen oplevert
- Wat kun je hier mee in gesprekken
- Vraag A hoe hij de oefening ervaren heeft

Carrousel: draai door, waarbij steeds een ander A is. Deze weet nu waar op gelet wordt, maar dat maakt voor de oefening nauwelijks uit.

Besprek iedere ronde na; als het goed is gaan deelnemers steeds beter luisteren en observeren. Het doel is dat mensen in gesprekken op al die niveaus leren luisteren en observeren

Bron: Jan Jacobs, Respectief (via <http://www.werkvormen.info/werkvorm/gelaagd-luisteren-met-nlp>)



Oordeel-loos luisteren

Doel

Voelen hoe (voor)oordelen een rol spelen bij luisteren

Uitvoering

Maak tweetallen (A, B). Vraag de A's om een verhaaltje voor te bereiden: "vertel iets waar je trots op bent, of iets bijzonders dat je meegemaakt hebt".

Instrueer de B's apart:

Je gaat op 3 manieren naar A luisteren. Op mijn teken wissel je. De 3 manieren zijn:

- 1. "Luister met een positief oordeel: Denk dingen als "wat ben jij toch een leuke vent, wat een gaaf verhaal, wat vertel je het leuk" etc.*
- 2. "Luister met een negatief oordeel: Denk dingen als "jaja, geloof je het zelf, wat ben jij een zeurpiet, SAAI, wat zit je er stom bij" etc.*
- 3. "Luister zonder oordeel: Concentreer je op de inhoud van wat A zegt en observeer hoe hij het vertelt; gebaren, mimiek, stem, etc. Observeer om het straks terug te kunnen geven."*

A begint te vertellen. Laat B steeds na ongeveer 40 seconden wisselen (roep gewoon "wissel"!)

Vraag na afloop aan de A's wat ze gemerkt hebben en welk effect dat op hun had; welke manier van luisteren vond je het prettigst; waaraan zag je wat B dacht?

Draai A en B om en doe het nogmaals. Weliswaar weet B wat A doet, maar het effect blijft de moeite waard.

Bron

Tjerk van der Ham (via <http://www.werkvormen.info/werkvorm/oordeelloos-luisteren>)



Portfolio 8: Bewijs dat je geluisterd hebt

Alleen de luisteraar kan aangeven of je echt geluisterd hebt.

Voor deze opdracht moet je:

- Gesprekken van minimaal 30 minuten voeren met drie mensen
- Samenvattingen maken van het gesprek in één pagina A4 en deze naar de geïnterviewde sturen
- De geïnterviewde verbeteringen laten aanbrengen in je verslag, zonder dat je daar invloed op uitoefent. Stuur ze daarvoor een Word document met de redactiefunctie aan, of laat ze op papier aantekeningen maken en scan die voor je portfolio.
- Schrijf een kort commentaar op wat je hebt geleerd van de drie interviews en de feedback.

Aanwijzingen voor de drie interviews:

Interview 1: kies een jou bekende persoon, bedenk een makkelijke vraag waarover die persoon makkelijk vertelt.

Interview 2: kies een voor jou onbekende persoon, kies een politiek onderwerp dat momenteel in de actualiteit is.

Interview 3: kies een voor jou onbekend persoon met een diversiteitachtergrond die voor jou onbekend en liefst lichtelijk of zelfs erg irritant is.



Les 9: Open en gesloten vragen

Doel:

Studenten leren, ervaren en oefenen met open en gesloten vragen.

Activiteiten:

Gesloten vragen

Open vragen

Opdracht:

Portfolio 9: Doorvragen, een speelse wedstrijd in zolang mogelijk doorvragen en twee interviews in de werkpraktijk.



Gesloten vragen

30'

1. Vertel het verschil tussen open en gesloten vragen:

Je hebt twee manieren waarop je elkaar vragen kunt stellen: je hebt open vragen en gesloten vragen. Bij een gesloten vraag moet je een bepaald antwoord geven, zoals "ja", "nee", een getal of een feit.

Voorbeelden zijn: "Wanneer ben je geboren?" (2003), "Hoe heet je?" (Peter), "Heb je jouw huiswerk gedaan?" (Nee). Bij een open vraag kan je niet een kort antwoord geven, je moet iets uitleggen.

Bijvoorbeeld: "Wat heb je meegemaakt?", "Waarom hebben jouw ouders je die naam gegeven?", "Wat heb je nodig om je huiswerk te doen?"

We gaan nu een beetje spelen met gesloten vragen. Ga in drietallen zitten. Twee van hen proberen zo veel mogelijk van elkaar te weten te komen door alleen maar gesloten vragen te stellen. De derde let op of het echt alleen maar gesloten vragen zijn. Als je een open vraag stelt, krijg je een stafpunt.

2. Na vijf minuten laat de begeleider de drietallen van rol verwisselen, en na nog eens vijf minuten nog eens zodat iedereen elke rol vervuld heeft.

3. Bespreek kort na.

- Was het makkelijk? Werden er veel stafpunten uitgedeeld? (=niet makkelijk)
- Heb je de anderen echt leren kennen?
- Was het een leuk en prettig gesprek? Hoe voelde het als vrager, en als antwoorder?
Nee, wat was er niet zo goed aan?

Over het algemeen komt hieruit dat gesloten vragen irritant zijn omdat ze je beperken, ze vragen alleen naar saaie feiten of naar je eigen vooroordelen, en voor de antwoorder voelt het niet als belangstelling maar als een verhoor. Ze zijn dus nuttig als je snel iets wilt checken, maar voor sociale omgang zijn ze minder nuttig of prettig, mogelijk wil de vrager je dwingen iets te zeggen.



Open vragen

60'

Geef de instructie:

We gaan nu een beetje spelen met open vragen. Ga in drietallen zitten. Twee van hen proberen zo veel mogelijk van elkaar te weten te komen door alleen maar open vragen te stellen. De antwoorder geeft in maximaal 3 zinnen antwoord. De derde let op of het echt alleen maar open vragen zijn. Als je een gesloten vraag stelt, krijg je een stafpunt.

2. Na 10 minuten laat de begeleider de drietallen van rol verwisselen, en na nog eens 10 minuten nog eens zodat iedereen elke rol vervuld heeft.

3. Bespreek kort na.

- Was het makkelijk? Werden er veel stafpunten uitgedeeld? (=niet makkelijk)
- Wat was er lastig aan?
- Wat gaat er in je hoofd om als vrager? Wat beperkt je?

Nuttige suggesties voor open vragen vind je bijvoorbeeld op:

<http://www.carrieretijger.nl/functioneren/communiceren/mondeling/vaardigheden/vragen-stellen/open-vragen-stellen>

Leg ook het LSD-principe uit: Luisteren, Samenvatten, Doorvragen.

Vaak komt naar voren dat vragers bepaalde verwachtingen hebben en deze bevestigd willen zien; dit leidt tot gesloten vragen (in plaats van “hoe ging dat?” vragen: “is het niet zo dat dit moeilijk is?”) Echte open vragen stellen is niet alleen maar een techniek, maar ook een authentieke open en belangstellende houding. Voor studenten uit sommige niet-Nederlandse culturen kan dit lastig zijn, omdat “nieuwsgierigheid” al snel wordt gezien als onbeleefde bemoeienis met iemands privacy.



Portfolio 9: Doorvragen

Het huiswerk bestaat uit twee onderdelen.

1. Wedstrijd doorvragen

Kies iemand waarmee je een gloed gesprek kunt voeren, en die de tijd heeft. Kies een onderwerp en stel open vragen. Schrijf elke vraag genummerd op.

Dit is alleen mogelijk als je authentieke belangstelling hebt en belangstellend blijft.

Je medestudent mag protesteren als het gesprek irritant of saai wordt of ermee stoppen.

Maar de bedoeling is dat je zolang mogelijk doorgaat met het gesprek en zoveel mogelijk vragen stelt.

Als het gesprek is afgelopen, zet je onder de vragen:

“Dit zijn alle vragen die ik heb beantwoord en het bleef een prettig gesprek”.

Je laat je degene die antwoordde haar/zijn **naam**, **handtekening** en **mobiele nummer** erbij zetten. Vertel dat de docent haar/hem eventueel kan bellen om te controleren of het gesprek echt prettig was en al de vragen echt zijn gesteld.

De docent kiest degene die de lijst met de meeste vragen heeft gesteld, die heeft gewonnen.

Als de docent erachter komt dat je de vragen niet echt gesteld hebt of dat er niet echt een gesprek was, dan moet je de opdracht overdoen.

2. Doorvragen in de praktijk

Voor deze opdracht moet je:

- Gesprekken van minimaal 30 minuten voeren met **twee** cliënten of leerlingen. Vraag door naar hun situatie. Geef aan het eind van het gesprek een korte samenvatting, neem deze op met je mobiele telefoon. Laat je spraakrecorder aanstaan en vraag de cliënt of leerling of je het goed hebt samengevat. Neem het antwoord ook op.
- Type de tekst die op je spraakrecorder hebt opgenomen uit, en zet erboven met wie je wanneer hebt gesproken en het thema van het gesprek.
- Schrijf een kort commentaar op wat je hebt geleerd van de interviews en de feedback.



Les 10: Dialoog, discussie en debat

Doel:

Studenten leren de verschillen tussen verschillende gespreks- en discussietechnieken die invloed hebben op sociale cohesie en uitsluiting.

Activiteiten:

Uitleg gesprekstechnieken

Passief, agressief of assertief?

Vier hoeken

Opdracht:

Portfolio 10: Organiseer een discussie door een opzet te maken en deze uit te voeren of experts om hun mening over de opzet te vragen; en een verslag te schrijven.



Uitleg gesprekstechnieken

Leg het zender-ontvanger model van de communicatie uit.

Zender – Boodschap – Ontvanger

Het gaat om (vaak verstoorde) informatieoverdracht. Niet alleen van kennis, maar ook van waarden, gevoel, en houdingen. Zie bijvoorbeeld

http://www.communicatiemodel.nl/zender_ontvanger_model.htm.

Vraag de studenten of een steen waaraan je jezelf stoot een vorm van communicatie is.

Nee, maar ervaring met een steen levert wel informatie op. Een steen is hard, je kunt jezelf bezeren.

Vraag de studenten of een steen met een pijl erop een vorm van communicatie is.

De steen zelf communiceert nog steeds niet, maar is nu wel een drager van symbolische informatieoverdracht.

Vraag studenten om even te stoppen met communiceren.

Wees nu (zelf) even stil en staar expressie-loos voor je uit. Hou dit vol tot de studenten reageren. Leg nu uit dat zelf “niet-communiceren” een vorm van communicatie is, namelijk: “ik wil niet (met je) communiceren.”

Leg de vier communicatiestellingen van Watzlawick uit:

1. Men kan niet 'niet-communiceren'
2. Informatie wordt verbaal en non-verbaal overgedragen
3. Communicatie vindt plaats op inhouds- en betrekkingniveau
4. Communicatie is eindeloos

Voor een samenvatting, die bijvoorbeeld: <https://www.nlp-nu.nl/kenniscentrum/technieken-begrippen/leidinggeven-en-leiderschap/vier-communicatiestellingen-van-watzlawick/>

Brainstorm met de studenten over hoe je communicatie kunt organiseren. We hebben het al gehad over divers individuele vormen (open, gesloten vragen). Daarnaast zijn er groepsvormen, waarvan dialoog, discussie en debat de belangrijkste zijn:

- **Dialoog:** gelijkwaardige uitwisseling van ervaringen en meningen met als doel wederzijds begrip.
- **Discussie:** uitwisseling van meningen met als doel het verkennen van verschillen.
- **Debat:** onderbouwde argumentatie met als doel elkaar overtuigen van het eigen gelijk.



Passief, agressief of assertief?

Materiaal

Pen en papier, potloden en markeerstiften, flip-over

Vooraf

Assertief zijn is niet hetzelfde als bazig zijn of zich superieur voelen. Het gaat over communiceren wat je wilt op een duidelijk en hoog niveau. Het gaat over beslissingen nemen waar je achter staat, of het nu gaat over je werksituatie, je thuissituatie, je vrienden of familie, je seksleven. Assertiviteit gaat niet over de wereld veranderen. Het gaat over de manier waarop je met de wereld omgaat. Assertief zijn gaat over verandering. Het merendeel van ons gedrag is aangeleerd, dus het is mogelijk om zaken te af te leren of te opnieuw te leren. Het begin om assertiever te leren zijn, is de situaties te identificeren waar je liever wat assertiever zou zijn geweest. Dan kun je beginnen met keuzes te maken, want assertiviteit heeft ook te maken met keuzes. Het kan je helpen om meer controle te hebben in je leven en in het maken van beslissingen. Het staat je toe helder te denken over mogelijke keuzes en hiernaar te handelen. Het staat je ook toe om met anderen op gelijke basis in interactie te gaan. Assertiviteit gaat over communiceren wat je nodig acht, op een heldere, eerlijke en directe manier. Dit klinkt misschien voor de hand liggend, maar veel alledaagse moeilijkheden zijn het resultaat van mensen die niet zeggen wat ze willen, of dit indirect doen.

Hier is een lijst van alledaagse rechten om in overweging te nemen:

1. Ik heb het recht om als een menselijk wezen met respect behandeld te worden
2. Ik heb het recht om mijn gevoelens te uiten
3. Ik heb het recht mijn mening en waarden te uiten
4. Ik heb het recht om fouten te maken
5. Ik heb het recht te vragen wat ik wil
6. Ik heb het recht om 'nee' en 'ja' voor mezelf te zeggen
7. Ik heb het recht om van gedachten te veranderen
8. Ik heb het recht om meer informatie te vragen
9. Ik heb het recht om met anderen in onderhandeling te gaan zonder afhankelijk te zijn of hun goedkeuring te hebben



In het jongeren aanleren van assertiviteit, moeten begeleiders ook leren om situaties te beoordelen en de persoonlijke veiligheid in overweging nemen. In sommige situaties kan assertiviteit gevaarlijk zijn. Bijvoorbeeld, als iemand een wapen heeft, gedronken heeft, drugs heeft genomen of extreem boos is, is assertief zijn met deze persoon niet slim of veilig. Wanneer je uitlegt wat assertiviteit is, denk er dan aan dat sommige culturen het niet vanzelfsprekend vinden dat vrouwen assertief communiceren. De houding rond assertiviteit kan variëren bij de deelnemers, afhankelijk van hun culturele achtergrond. Voornamelijk jongeren die binnen hun familie hebben geleerd dat het ongepast is om assertief te spreken en/of dat een voorstel weigeren, vooral van een volwassene iemand, onacceptabel is. Ook al wil je jongeren niet aanmoedigen om te communiceren op een manier die onaangename gevolgen voor hen kunnen hebben binnen hun cultuur of familie, moeten ze toch begrijpen dat er zich situaties kunnen voordoen waar assertief gedrag hen tegen anderen zal beschermen. Bijvoorbeeld: jongeren hebben er baat bij om te leren hoe ze weerstand moeten bieden aan partners die hen iets willen laten doen wat ze zelf niet wensen, zoals het hebben van seks, alcohol drinken, het toetreden tot een bende, iemand anders pijn doen. In zulke omstandigheden kunnen jongeren voor zichzelf opkomen en voor hun waardigheid en rechten, en ook weerstand bieden aan dingen die ze niet willen of aan zaken die slecht zijn voor henzelf of anderen.

Assertieve, agressieve en passieve vormen van communicatie zijn soms cultureel en religieus bepaald. Schrijf, voordat de sessie begint, de algemene definities van deze communicatievormen op een groot blad papier of op een bord.:

Passieve communicatie: het niet uitdrukken van je eigen gevoelens of niets zeggen.

Agressieve communicatie: Het vragen wat je wil of het zeggen hoe je je voelt op een bedreigende, sarcastische of vernederende manier.

Assertieve communicatie: Het vragen wat je wil of het zeggen hoe je je voelt op een eerlijke en respectvolle manier, waardoor de veiligheid, waardigheid of welzijn van anderen niet in het gedrang komt.

Schrijf ook de volgende vijf vragen op papier, om in kleine groep te gebruiken (stap 5):

1. Hoe zal Kai zich voelen nadat hij heeft geantwoord zoals jij voorstelde?



2. Hoe zullen de anderen zich voelen nadat Kai heeft geantwoord zoals jij zei?
3. Wat is het slechtst mogelijke resultaat?
4. Wat is het best mogelijke resultaat?
5. Wat zou Kai nog hebben kunnen doen?

Instructie

1. Vertel de groep dat de activiteit gaat over communicatie en actie, dat wanneer mensen getuige zijn van discriminatie of geweld, ze vaak reageren op één van de drie manieren (passief, assertief of agressief). Vraag aan de deelnemers om elke vorm van communicatie te definiëren zonder hen op voorhand de definities te laten zien.

2. Lees de deelnemers een situatie voor en vraag hen om na te denken hoe zij zouden reageren als deze situatie met henzelf zou gebeuren.

3. Lees het volgende scenario luidop voor:

Kai is een redelijk nieuwe student die nog maar enkele maanden aanwezig is op zijn nieuwe school. Toch heeft hij in die korte tijd al enkele vrienden gemaakt, voornamelijk een meisje dat Tamara heet. Vandaag werd Tamara 'ge-out' door haar eigen zus. Tamara's zus zit een graad hoger dan Tamara en Kai, en heeft aan iedereen vertelt dat haar zus lesbisch is. Tamara is helemaal overstuur. Mensen doen erg vijandig tegen haar in de gang. Ze stapt naar haar goede vriend Kai voor steun. Ze vertelt aan Kai dat ze wil weten of Kai haar nog leuk vindt en of hij nog steeds haar vriend wil zijn. Andere jongeren stoppen en omcirkelen Tamara en Kai; ze vragen Kai om Tamara te laten vallen. Ze schelden haar uit en pesten haar.

4. Vraag aan elke deelnemer om in stilte enkele zinnen te schrijven over wat Kai zou moeten doen. Geef hen hiervoor ongeveer 3 minuten de tijd. Verdeel daarna de grote groep in drie kleine deelgroepjes, gebaseerd op de volgende criteria:

Groep 1: Al de deelnemers die vinden dat Kai passief moet blijven (bijv.: blijven staan en niets zeggen)

Groep 2: Al de deelnemers die vinden dat Kai agressief zou moeten reageren (bijv.: agressief beginnen roepen tegen de omringende jeugd)



Groep 3: Al de deelnemers die vinden dat Kai assertief zou moeten reageren (bijv.: zich kalm uitdrukken, zijn steun uitdrukken voor Tamara en vertellen over homofobie en hoe dit mensen pijn kan doen)

5. Wanneer drie groepen gevormd zijn, kun je de vragen die je hebt voorbereid, laten zien. Vraag aan elke groep om de vragen te beantwoorden en op papier op te schrijven op papier. Wanneer een deelnemer een groep op zichzelf vormt, vergezel deze persoon dan en bespreek samen de antwoorden.

6. Sta elke groep 5 tot 10 minuten toe om te discussiëren. Vraag daarna om terug één grote groep te vormen. Vraag aan elke groep om de antwoorden te delen met de hele groep. Markeer de grote punten op de flip-over onder de juiste categorie (assertief, agressief of passief).

Noot: als de groep sommige punten niet heeft aangehaald, assisteer ze dan door de volgende punten aan te reiken:

Passief antwoord: Dit betekent het niet uitdrukken van je eigen gevoelens, of ze zo zwak uitdrukken dat niemand ze opmerkt. Als Kai zich passief gedraagt (zoals blijven staan en niets zeggen), zal Kai zich waarschijnlijk bij iedereen erg boos voelen. Een passieve reactie is vaak niet in je eigen belang omdat het anderen toelaat om je eigen rechten en die van anderen te schaden. Toch zijn er momenten waar een passieve reactie de meest aangeraden vorm van communicatie is (zoals wanneer de andere persoon een wapen heeft of dronken is). Het is belangrijk om in te schatten wanneer een situatie als gevaarlijk wordt beschouwd en het beter is om een reactie te kiezen waar jij en anderen veilig zijn.

Agressief antwoord: dit betekent aanvallend vragen wat je wil en je gevoelens uitdrukken op een bedreigende, sarcastische of vernederende manier. Als Kai de anderen uitscheldt of hen bedreigt, zal dit waarschijnlijk niet het gewenste effect hebben (namelijk: meer begrip en steun voor Tamara) en zou de situatie kunnen escaleren tot geweld. Een agressieve reactie is vaak niet in je beste belang omdat het vaak leidt tot vijandigheid en het het conflict kan verergeren.



Assertief antwoord: Dit betekent dat je vertelt wat je wil of je gevoelens uitdrukt op een respectvolle en eerlijke manier, waardoor anderen geen schade lopen in hun waardigheid, veiligheid of welzijn en waardoor de andere persoon zich niet vervelend voelt. Als Kai zegt: 'Tamara is mijn vriendin. Ze is dezelfde persoon die ze was voordat we wisten dat ze lesbisch is. Ze verdient onze vriendschap en steun omdat ze een geweldige vriendin en een goed persoon is. Mensen haten op grond van hun seksuele geaardheid heeft geen enkel punt. Het is geen keuze, net zoals onze kleur van ogen of onze afkomst. Vraag mij niet om me van mijn vriendin af te keren'. Dit is geen disrespectvolle uitspraak. Het is een weergave van de feiten. Kai kan trots zijn voor het opkomen voor een vriend en voor wat juist is. Andere jongeren kunnen ook hun steun voor Tamara betuigen en voor het gelijk behandelen van iedereen. Maar ook als ze dit niet doen, heeft Kai toch duidelijk gemaakt wat eerlijk is, heeft hij een direct verzoek verkondigd en kan hij zich veilig en zeker voelen.

7. Lees het verhaal opnieuw, maar voeg het stuk toe dat je hieronder terugvindt. Doe de oefening opnieuw. Antwoorden de deelnemers anders als daarvoor?

Kai weet niet goed wat hij moet doen want Kai is van Aziatische afkomst en komt van een cultuur die hem leert dat homoseksualiteit onnatuurlijk is. Wat zou Kai moeten doen?

Richtvragen

- Wat zijn manieren dat iemand zich uitdrukt zonder direct agressief of assertief over te komen? (Mogelijke antwoorden kunnen zijn: sarcastische antwoorden geven, lichaamstaal gebruiken waaruit je afschuw en frustratie blijkt, omstaanders vertellen hoe iemand zich voelt, maar luid genoeg zodat je de menigte overschreeuwt.) Zulke houdingen noemen we passief-agressieve houdingen. Dit betekent dat je een agressief antwoord biedt op een manier die een onmiddellijk conflict reduceert. Een passief-agressief antwoord valt niet in je beste voordeel. Het zal leiden tot een falen van wat je wil, omdat je je niet rechtstreeks richt tot betrokken individuele personen. Het kan de wrok die deze mensen hebben, verhogen en het kan leiden tot conflicten wanneer de anderen jouw commentaar horen.
- Kun je situaties bedenken waar passieve communicatie het beste is voor jou of voor je vriend, ook al kan er niet aan je behoeften worden voldaan?
- Heb je ooit al eens in een situatie gezeten waarin je agressief reageerde? Wat was de uitkomst? Hoe zou de situatie gelopen zijn als je had gekozen voor een assertieve reactie?



- Heb je ooit al eens in een situatie gezeten waar je assertief reageerde? Wat was de uitkomst? Hoe zou het gelopen zijn als je had gekozen voor een passieve reactie? Of een agressieve?
- Hoe voelde je je toen je opkwam voor jezelf of voor een vriend? Hoe voelde je je toen je in je opzet om op te komen voor jezelf of voor een vriend faalde?
- Maak je momenteel een situatie mee waar je assertief zou moeten reageren maar dit nog niet hebt gedaan? Wat zal je gaan doen?



Vier hoeken

Materialen

Een kopie van de uitspraken

Drie bordjes (akkoord, niet akkoord, weet niet)

Instructie

Waardeneducatie bestaat uit vier belangrijke stappen, namelijk de jongeren helpen om:

1. Hun waarden te identificeren
2. Zich vrij te voelen om over hun waarden te praten
3. Zich te gedragen op een manier die met hun waarden samenhangt
4. Andermans waarden te respecteren.

Waardeneducatie kan een gevoelig onderwerp zijn om mee te werken. Als jongeren hun waarden uitdrukken en leren over de waarden van anderen, kunnen ze zich ongemakkelijk voelen en zullen ze steun zoeken bij de begeleider.

De activiteiten in deze methodiek bieden de deelnemers mogelijkheden om hun eigen waarden te identificeren en met de groep te delen. Dit is een belangrijke activiteit, dus biedt genoeg tijd voor de deelnemers om alles wat ze geleerd hebt, rustig te kunnen verwerken. Herinner de deelnemers voordat het spel start, aan de basisregels die ze aan het begin van de cursus met elkaar hebben gemaakt.

Maak 4 verschillende borden met de volgende woorden:

1. MEE EENS
2. BEETJE MEE EENS
3. BEETJE ONEENS
4. ONEENS

Hang de bordjes op in verschillende delen van de ruimte.

LET OP!

Dit spel heeft de vorm van een debat, maar we gaan proberen het zoveel mogelijk als dialoog te doen. Dus je mag je laten overtuigen, maar het gaat er *niet* om anderen te overtuigen.

Werkwijze



Deze methodiek geeft de deelnemers de kans, niet alleen om hun eigen waarden te bespreken, maar ook om te bespreken wat goed is aan andere waarden.

Vertel de groep dat ze in deze activiteit hun gevoelens over bepaalde waarden zullen moeten uitdrukken. Laat de deelnemers zien waar je de drie verschillende bordjes hebt opgehangen (akkoord, niet akkoord, weet niet). Leg uit dat je verschillende uitspraken gaat voorlezen en dat ze hierover zullen moeten nadenken. Daarna zullen ze hun keuze aan de groep duidelijk moeten maken door bij het juiste bordje te gaan staan.

Vertel ook dat je soms zult vragen om hun gevoel te beschrijven bij een bepaalde uitspraak. Een kenmerk van een waarde is dan ook dat je dit aan anderen kan vertellen. Verduidelijk dat er geen goede of foute antwoorden zijn, enkel meningen. Iedereen heeft het recht een opinie uit te drukken, en niemand zal naar beneden gehaald worden omdat je een andere waarde hebt. Vermeld dat de deelnemers mogen weigeren een standpunt in te nemen bij bepaalde uitspraken als ze dit liever niet willen. Verduidelijk ook dat het weigeren een standpunt in te nemen niet hetzelfde is als onzeker over je standpunt zijn. Deelnemers mogen steeds van plaats veranderen als ze tijdens het spel van standpunt veranderen over bepaalde uitspraken. Dit kan bijvoorbeeld het geval zijn wanneer iemand die niet akkoord gaat, van plaats verandert omdat hij een goede uitleg heeft gehoord om wel akkoord te gaan. Na iedere uitspraak vraag je aan de deelnemers om terug naar het midden te gaan, zodat je daarna een nieuwe stelling kan lezen. Hieronder vind je nog enkele richtvragen terug om deze methodiek af te ronden.

Richtvragen

1. Wat heb je over jezelf geleerd? En over anderen?
2. Was het moeilijk om je verschil van mening met de waarde van iemand anders te uiten? Waarom wel of waarom niet?
3. Waren er momenten dat je je oncomfortabel of onveilig voelde? Wat heeft erbij geholpen om op dat moment bij standpunt te blijven?
4. Waren er momenten dat het niet mogelijk was om voor je standpunt uit te komen? Waarom denk je dat dat zo was?
5. Wat zou mensen kunnen helpen om toch voor hun mening op te komen wanneer ze het gevoel hebben dat ze hiertoe niet in staat zijn?

Tips voor de begeleider



Schenk aandacht aan de deelnemers die een niet-populaire of minderheidspositie innemen. Steun de deelnemer in zijn moed om op te komen voor zijn waarden door naast deze persoon te gaan staan en hem ervoor te prijzen. Doe dit zonder je eigen voorkeur te laten merken.

Verduidelijk de kernwaarden die in de spelregels zijn opgesomd. Bijvoorbeeld:

- Iedereen heeft waarden
- Discriminatie is altijd fout
- Niemand zou ooit geforceerd mogen worden om iets te zeggen of te doen tegen zijn/haar wil
- Eerlijkheid is belangrijk

Probeer ervoor te zorgen dat het niet altijd dezelfde persoon die aan het woord is steun een positie dat een kernwaarde belichaamt als niemand van de deelnemers dit ondersteunt. Bijvoorbeeld, als de hele groep het oneens is met de stelling dat 'iedereen dezelfde rechten zou moeten hebben ongeacht, ras, sekse, geartheid...', dan kun je sommige basismensenrechten verduidelijken, zoals het recht om zich veilig te voelen en de vrije meningsuiting.

Blijf als begeleider neutraal. Wanneer dat kan, verduidelijk dan je eigen opinie, maar zeg er ook bij dat dit je eigen mening is en dat ze niet de enige of de meest voorkomende is. Herinner de deelnemers eraan dat waarden individueel zijn en dat er nooit maar één mening is. Wees spaarzaam met je eigen waarden te verduidelijken. Het doel is dat de deelnemers hun eigen waarden ontdekken en hoe ze hiermee moeten omgaan, ze hoeven niet akkoord te gaan met jouw waarden.

Als de sessie uit de hand loopt, herinner de deelnemers dan aan het doel van deze methodiek. Het doel is om hun eigen waarden te ontdekken en het leren luisteren naar andermans opinie. Het is *niet* de bedoeling om de groep in tweeën te verdelen of om anderen te overtuigen van de juistheid van jouw waarden.

In de bijlage een lijst van verschillende uitspraken. Wanneer je een uur de tijd hebt, kies er dan zes of zeven waarvan je denkt dat ze belangrijk zijn om met deze groep te behandelen.

Waardenuitspraken

Het stoort mij wanneer een jongen zich als een meisje gedraagt.
Jongens die graag aan ballet doen, zijn vreemd.
Het stoort mij wanneer een meisje zich gedraagt als een jongen.
Het is voor iedereen het beste dat de vrouw thuis werkt vanaf het moment dat ze kinderen heeft.
Het beste voor een man is om nooit van iemand anders afhankelijk te zijn om zijn doelen te bereiken.
Het is normaal dat een vrouw meer aandacht besteed aan haar uiterlijk dan mannen.
Een echte man wordt niet omvergeduwd, hij vecht terug wanneer hij zich bedreigd voelt, indien nodig met fysiek geweld.
Er zijn beroepen die alleen maar door mannen uitgeoefend kunnen worden.
Jongens zijn intelligenter dan meisjes.
Meisjes zijn intelligenter dan jongens.
Meisjes hebben minder de behoefte om te bewegen en om aan fysieke activiteiten mee te doen dan jongens.
Meisjes die vuil praten zijn niet normaal.
Een man houdt van af en toe wat gevaar.
Een meisje dat al veel jongens heeft gehad kan mijn vriend(in) niet zijn.
Het is normaal dat meisjes hun uiterlijk gebruiken om iets van jongens gedaan te krijgen.
Jongens denken alleen maar aan seks.
Een jongen die veel leest, over kunst praat en geen voetbal kan spelen, vind ik vreemd.
Homoseksualiteit is maatschappelijk gezien geaccepteerd.
Transgenderisme is maatschappelijk gezien geaccepteerd.
Biseksualiteit is maatschappelijk gezien geaccepteerd.
Openlijke homoseksuelen zullen op deze school geplaagd of gepest worden.
Twee mannen of twee vrouwen zouden de mogelijkheid moeten hebben om te kunnen trouwen.
LHBT-personen die zeggen dat ze worden gediscrimineerd, overdrijven.
Een lesbisch koppel kan goede ouders zijn.
Een homokoppel kan goede ouders zijn.
Het feit dat er LHBT-café's bestaan, druist in tegen de wens van LHBT-personen om maatschappelijk te integreren.
LHBT-personen zouden de mogelijkheid moeten hebben om te kunnen adopteren.
De meeste hetero's hebben vooroordelen ten opzichte van LHBT-personen.
Het is belangrijk dat LHBT-personen voor hun rechten voor hun rechten.
LHBT-activisten zouden de kans moeten hebben om hun opinie in tv-programma's te verkondigen.
LHBT-activisten zouden de kans moeten hebben om in hun buurt een rustig evenement te organiseren.
LHBT-personen zouden vrij moeten zijn om het leven te leiden zoals ze dat willen.
Transgenders zouden vrij moeten zijn om het leven te leiden zoals ze dat willen.
Alleen slanke meisjes zijn aantrekkelijk voor jongens.
Als ik hoor dat een vrouw een vrachtwagenchauffeur is of in de bouwsector werkt, dan twijfel ik over haar vrouwelijkheid.



Portfolio 10: Organiseer een discussie

De opdracht is om deze week een groepsgesprek te organiseren om tolerantie ten aanzien van diversiteit te bevorderen.

Vorbereiden, opzet maken

1. Bedenk eerst met welke groep je dit wilt doen, en hoe die over een specifieke vorm van diversiteit denkt. Dit werkt het best als je het over een specifieke vorm van diversiteit gaat. Het werkt niet als een groep al tolerant is ten opzichte van de vorm van diversiteit die je voor ogen hebt. Kies dan een andere groep of een andere vorm van diversiteit waarop nog wat te verbeteren valt.
2. Kies dan de vorm van diversiteit en bedenk wat je precies wilt bereiken. Als een groep grote moeite heeft met bijvoorbeeld Islam of met homoseksualiteit, moet je de doelen niet te hoog stellen.
3. Bedenk dan welke discussievorm het best past bij je doel.
4. Bij elke vorm van discussie is het handig als je een aantal vragen, thema's of stellingen hebt, die het gesprek kunnen structureren. Bedenk een aantal van dit soort vragen, topics of stellingen en zet ze in zo'n volgorde dat je groepsgesprek naar de gewenste resultaten leidt.

Gesprek voeren of feedback op de opzet vragen

5. Organiseer nu de het gesprek in werkelijkheid. Als dit niet lukt of kan, vraag dan feedback van 3 experts of je opzet van het gesprek gaat werken. Bij experts kan je denken aan: docenten, jongerenwerkers, medewerkers van landelijke kenniscentra.

Verslag maken

6. Maak een samenvatting van wat je van deze oefening geleerd hebt.



Les 11: Dilemma's

Doel:

Studenten leren om te gaan met ethische en praktische dilemma's.

Activiteiten:

De matrozenoefening

Groepsbeslissingen nemen

Opdracht:

Seksuele dilemma's.

Studenten doen een aantal spelletjes uit de online game 'Can you fix it?'

(<http://canyoufixit.sense.info>).

U kunt dit de studenten alleen thuis of op school laten doen of nog beter, dit samen laten doen in kleine groepjes. Extra spannend is als je deze groepjes qua geslacht gemengd maakt.

Laat de studenten een korte blog schrijven over wat ze geleerd hebben.



De matrozenoefening

Groepsbeslissingen

Materialen

Een kopij van de instructies, pen en papier

Instructie

Dit is een simulatie spel. De deelnemers vormen een cirkel en de begeleider geeft aan iedereen een papier mee met daarop de instructies van de activiteit. De begeleider vraagt van iedere deelnemer om zich de volgende situatie in te beelden.

Je zit op een getroffen schip. Het was niet mogelijk om een SOS boodschap te verzenden omdat de aanwezige radio stuk is. Je moet het schip zo snel mogelijk verlaten. Dichtbij is een onbekend eiland en de reddingsboot kan nauwelijks de groep vervoeren, dus het is niet mogelijk om overbodige zaken mee te sleuren. De groep zal de overlevingsproblemen echter onder ogen moeten zien en daarom brengen ze één object naar het eiland mee. Ze kunnen kiezen uit de volgende reeks:

Een koffer met dekens;

Een medicijnenkist;

Een koffer met wapens;

Een koffer met alcoholische dranken;

Reddingsvesten;

Een kleine kampkeuken;

Een hond, die de mascotte is van de groep;

Een radio, in de hoop dat hij hersteld kan worden;

Een gereedschapskoffer;

Een koffer met benodigheden/kleine spulletjes.

De deelnemers doen de oefening eerst alleen, zonder te overleggen met anderen of zich te door de keuze van anderen te laten beïnvloeden. Daarna stellen ze hun eigen keuze voor aan de groep. De enige opdracht is om unaniem een beslissing te nemen. Alleen wanneer iedereen overtuigd is door dezelfde beslissing zal de taak ten einde zijn.

De begeleider moet proberen te observeren en te begrijpen op welke manier deze simulatie aangepakt wordt (het beslissingsproces) om daarna, aan het eind van de oefening, zijn bevindingen op de groep over te brengen.



!! Belangrijk om te weten is dat er geen goede en slechte antwoorden zijn!!

Richtvragen:

- Was het moeilijk om aan de groep te vertellen welk voorwerp je had gekozen? Waarom wel of waarom niet?
- Hoe voelde je je als je wist dat iemand anders dan jij hetzelfde voorwerp koos?
- Was er iemand die iets koos dat niemand anders koos? Hoe voel je je daarbij?
- Hoe is de discussie begonnen? Heeft er iemand de leiding genomen? Waarom nam je de leiding? Of waarom volgde je?
- Was het gemakkelijk om tot een conclusie te komen? Wat maakte het moeilijk?
- Welk voorwerp heb je als groep gekozen en waarom? Hoeveel deelnemers hadden dit voorwerp al vanaf het begin? Waarom zijn de anderen van gedachten veranderd?
- Denk je dat iedereen een inbreng had in de discussie en in de beslissing van de groep?



Portfolio 11: Seksuele dilemma's

De online game 'Can you fix it?' (<http://canyoufixit.sense.info>) bestaat uit een serie korte filmpjes met situaties die uit de hand dreigen te lopen. Je kunt zelf ingrijpen wanneer ze vinden dat hun grens is bereikt. De opdracht is om de slechte afloop te veranderen: Can You Fix It? Onder het filmpje staat een knop "Fix It". Die is bij het begin van het filmpje vaag. Als hij "actief" wordt, kan je hem aanklikken.

Bekijk een serie filmpjes en doe het spel. Doe in ieder geval:

1. "Grappig!": onhandige grappen op het schoolplein
2. "Je lult, gast!": jongens en groepsdruk om digitale foto's te laten zien
3. "First date": homojongen maakt afspraak met iemand die tegenvalt
4. "Opgesloten": jongen wil seks, meisje wil maagd blijven

Maak een korte blog van een A4 over wat je geleerd hebt.



Les 12: Mensenrechten

Doel:

Studenten verkennen wat “mensenrechten” zijn en waar ze vandaan komen, en of mensenrechten een leidraad zijn voor gelijke rechten en omgaan met diversiteit.

Activiteiten:

Mensenrechtenplaatjes

Je eigen eiland

Opdracht:

Vijf groepjes krijgen opdrachten om een online onderzoek te doen naar de mensenrechten van vrouwen, homoseksuelen, gelovigen, Joden, en Roma/Sinit/Travellers.



Mensenrechtencollage

Doelen

- De deelnemers hebben kennis van de UDHR (Universal Declaration of Human Rights)
- De deelnemers hebben teambuilding en creatief denken ontwikkeld en een bewustwording van hoe we beelden gebruiken
- Er is solidariteit en respect voor diversiteit bevorderd

Materialen

- Een muurkaart die de artikelen van de UDHR laat zien (zie hieronder)
- Een groot vel papier of flip-over en een marker om de scores bij te houden
- Vellen papier (A4) en pennen voor de groepstekeningen, één vel per team per ronde van het spel
- Plakband of punaises om de tekeningen op te hangen

Instructies

- Vraag de deelnemers om kleine groepen van vier of vijf mensen te vormen en een naam voor hun team te kiezen. Leg uit dat ze tijdens de activiteit in teams zullen werken. Geef iedere persoon in elk team een artikel van het UDHR om te tekenen. De anderen in het team moeten raden welk recht het is. Het team dat het eerst raadt, scoort een punt. Het team met de meeste punten aan het einde, wint.
- Vraag ieder team met een paar vellen papier en een pen ergens in de ruimte te gaan zitten. De teams moeten verspreid zitten zodat ze elkaar niet kunnen af luisteren. Roep van ieder team iemand bij u en geef hem één van de rechten op je lijst, bijvoorbeeld “vrijwaring van foltering” of “het recht tot leven”.
- Vraag ze om naar hun groep terug te keren en een tekening te maken om het recht te presenteren, terwijl hun teamgenoten proberen te raden welk recht het is. Ze mogen alleen tekeningen maken, er mogen geen getallen of woorden worden gebruikt. Het is niet toegestaan om te spreken behalve bevestiging van het juiste antwoord. De rest van het team mag alleen zeggen wat het raadt, zij moeten geen vragen stellen. Vraag na iedere ronde alle tekenaars om op hun plaatje te schrijven wat het recht was, of zij het hebben afgemaakt of niet en om het papier naar de kant te schuiven.
- Doe een tweede ronde; benoem nieuwe mensen tot tekenaars en geef ze een verschillend recht. Doe 5 of 6 rondes. Iedere ronde tekent iemand anders. Probeer



ervoor te zorgen dat iedereen de gelegenheid heeft om tenminste één keer te tekenen. Vraag de groepen aan het einde om hun plaatjes op te prikken zodat de verschillende interpretaties en beelden van de verschillende rechten vergeleken en besproken kunnen worden.

Nabespreking

Begin de activiteit te herzien en ga dan verder met de bespreking wat de mensen weten over mensenrechten.

- Was het makkelijker of moeilijker dan verwacht om de mensenrechten te tekenen?
- Op welke manier kozen de deelnemers hoe ze een bepaald rechten zouden tekenen? Waar kwamen hun beelden vandaan?
- Hoe verhouden de verschillende beelden van ieder recht zich tot elkaar? Hoeveel verschillende manieren zijn er om hetzelfde concept te tekenen en uit te leggen?
- Vraag, nadat alle plaatjes beoordeeld zijn, hoeveel – of hoe weinig – de deelnemers hebben ontdekt over wat zij over mensenrechten wisten.
- Denken de deelnemers dat mensenrechten enige relevantie hebben voor hun eigen leven? Welke?

Tips voor begeleiders

Lees, voordat je deze activiteit doet, de UDHR (zie hieronder) door om bekend te raken met wat er bedoeld wordt met mensenrechten. Bijvoorbeeld, dat ze internationaal gewaarborgd zijn, wettig beschermd, gericht op de waardigheid van het menselijke wezen, zowel individuen als groepen beschermen, niet afgenomen kunnen worden, gelijkwaardig en onafhankelijk en universeel zijn.

U moet besluiten hoe u de muurkaart gaat gebruiken. Als deelnemers weinig kennis over de UDHR hebben, wilt u de kaart misschien liever vóór het begin van de activiteit gebruiken, zodat mensen aanwijzingen hebben wat ze zouden moeten raden. Als deelnemers meer kennis hebben, gebruik dan de kaart aan het einde om te discussie over rechten die niet getekend zijn, te stimuleren.

Wees ervan bewust dat deelnemers die zichzelf als slechts kunstenaars beschouwen, kunnen denken dat dit te moeilijk voor hen is. Maak ze ervan bewust dat u niet let op een kunstwerk en moedig iedereen aan om het gewoon te doen. Ze kunnen verrast zijn!

Gebruik de bijgaande ingekorte versie van de UDHR om de rechten te laten tekenen. Enkele suggesties: het recht op leven, vrijwaring van foltering, het recht op een eerlijk rechtsproces,



vrijheid van discriminatie, het recht op privacy, het recht op onderwijs, vrijheid van slavernij, het recht op vreedzame, vrijheid van meningsuiting, het recht op nationaliteit, vrijheid van denken en religie, het stemrecht, het recht op werk, het recht op gezondheid, het recht op eigendom, het recht tot huwen en een familie te vinden en het recht om te kiezen wie te huwen.

Artikel 1 We zijn allemaal vrij en gelijkwaardig	Artikel 2 Discrimineer niet	Artikel 3 Het recht op leven
Artikel 4 Slavernij – verleden tijd	Artikel 5 Geen foltering of kwelling	Artikel 6 We hebben allemaal het gelijke recht de wet te
Artikel 7 We zijn allemaal beschermd door de wet	Artikel 8 Eerlijke behandeling door eerlijke rechtbanken	Artikel 9 Geen oneerlijke gevangenschap
Artikel 10 Het recht op een proces	Artikel 11 Onschuldig, tenzij schuldig bewezen	Artikel 12 Het recht op privacy
Artikel 13 Vrijheid van reizen in en uit ieder land	Artikel 14 Het recht op asiel	Artikel 15 Het recht op een nationaliteit
Artikel 16 Het recht op huwelijk en familie	Artikel 17 Recht op dingen die van jou zijn	Artikel 18 Vrijheid van gedachte en geloof
Artikel 19 Vrij te zeggen wat je wil	Artikel 20 Ontmoet mensen waar je wilt	Artikel 21 Het recht op democratie
Artikel 22 Het recht op sociale zekerheid	Artikel 23 Het recht van de werknemer	Artikel 24 Het recht te rusten van het werk en te ontspannen
Artikel 25 Het recht op een goede levensstandaard	Artikel 26 Het recht op onderwijs	Artikel 27 Cultuur en auteursrecht
Artikel 28 Een vrije en eerlijke wereld	Artikel 29 Plicht om rechten en vrijheden van anderen te beschermen	Artikel 30 Niemand kan deze rechten en vrijheden van ons afnemen



Je eigen eiland

Doelen

Er is bewustzijn over persoonlijke tolerantie en houdingen naar immigratie toe
Het gedrag dat persoonlijke tolerantie en het stellen van grenzen insluit, is verkend

Materialen

Pen en papier voor iedere leerling

Instructies

Het spel

Introduceer de oefening door leerlingen te vertellen dat we gaan onderzoeken hoe je kan omgaan met immigratie en bedreigingen van je eigen identiteit. Dit zijn de basisvaardigheden voor een democratische samenleving, maar niet eenvoudig aan te leren. Vertel ze: “De oefening vraagt van je om je te verbeelden dat je premier van je eigen land bent. Tijdens de oefening zul je geconfronteerd worden met bepaalde gebeurtenissen en schrijf je op wat je zou doen. (Als de groep problemen heeft met het opschrijven van dingen, kunt u ze vragen om hun fantasieën te vertellen nadat ze de scènes hebben gelezen.) Na de oefening zullen we de verschillende besluiten die alle premiers hebben gemaakt, met elkaar delen en bepalen wat het beste beleid was”.

Vraag de leerlingen om pen en papier gereed te houden en dan hun ogen een moment te sluiten. Lees de volgende teksten voor en vraag ze na iedere scene hun ideeën op te schrijven of te vertellen.

Scene 1

“Een nieuw eiland is in de Pacific ontdekt. Het is er altijd mooi weer en er is genoeg om te eten en te drinken. Het is er als een paradijs. Je bent uitgenodigd om daarheen te gaan met een groep mensen die je zelf mag uitkiezen. Jij mag het eiland regeren. Je moet besluiten over hoe het eiland eruit zou moeten zien, hoe de burgers zich zouden moeten gedragen en hoe het eiland bestuurd moet worden. Denk erover na hoe je dit zou willen doen. Met welke groepen mensen zou je het eiland innemen? Zijn dit mensen van je eigen achtergrond, religie, cultuur, sociale groep, zijn ze oud, jong, man, vrouw, homo, lesbienne? Waarom koos je deze mensen uit en niet anderen? Als je minderheden uitkoos, waarom dan? Zijn er conflicten? Wat voor soort conflicten? Hoe is de regering van het eiland? Is er criminaliteit? Hoe ga je daarmee om?”



Scene 2

“Je bent nu een paar jaar op het eiland. Er is een groep mensen die meer ruimte wil hebben voor hun eigen cultuur, die anders is dan de cultuur die je tot stand bracht toen je deze samenleving oprichtte. Misschien willen zij hun eigen kerken, moskeeën, parades of festivals. Ze willen een plaats hebben waar ze andere waarden en normen kunnen hebben dan de meerderheid van de bevolking. Denk je dat zij deze kans zouden moeten krijgen?”

Scene 3

“Wij zijn nu al opnieuw verschillende jaren na de laatste gebeurtenis. Er zijn nu meer mensen van de andere cultuur. Zij hebben familie en vrienden uitgenodigd om ook te komen en op het eiland te verblijven, omdat het er zo mooi is. De groep komt vaak samen en ze blijven om meer ruimte en zichtbaarheid vragen. Nu vragen ze of ze een afzonderlijk deel van het eiland voor henzelf met eigen regels kunnen hebben. Op dit deel van het eiland, hun taal, cultuur, religie en manier van leven zijn overheersend en bezoekers moeten erin toestemmen om volgens deze gebruiken en regels te leven. Denk je dat zij zo'n ruimte voor zichzelf zouden moeten hebben?”

Scene 4

“Het is nu veel jaren nadat je het eiland gekoloniseerd hebt. De nieuwe culturele groep heeft nog meer familie en vrienden uitgenodigd, die hebben kinderen gekregen en velen zijn illegaal het land binnengekomen. In feite is deze groep nu in de meerderheid op het eiland. Als je een democratie zou hebben, zouden zij in het parlement nu beslissen dat hun culturele regels de nieuwe regels voor het hele eiland zouden zijn. Wat doe je? Als je geen democratische regering hebt en jij bent de dictator, wat doe je dan met de eis dat de meerderheid van de bevolking nu andere regels wil?”

Debriefing en evaluatie

1. Deze oefening kan veel emotie en frustratie veroorzaken. De debriefing moet daarom eerst wat ruimte geven aan deze emoties. Vraag de leerlingen hoe zij zich voelen en waarom zij zich op deze manier voelen. Focus op hun gevoelens en begin niet aan (boze) evaluaties over het scenario. Bediscussieer niet of de nieuwe groep goed of fout is, maar wat de leerlingen voelen. Laat hun commentaar maar komen, stop ze niet wanneer ze over het scenario of de groepen praten, maar stel ze slechts vragen over hun gevoelens en stimuleer



ze om over hun emoties te spreken door ze vragen te stellen over wat ze voelen. Wanneer de emoties een beetje hoog oplopen, sluit dan het eerste deel van de debriefing af met de conclusie dat we het erover eens zijn dat het moeilijk is om te ervaren dat je droomsamenleving door anderen wordt afgepakt.

2. Bespreek daarna waarom er verschuivingen in emoties optraden door de verschillende scenario's en hoe verschillende mensen daarop reageerden. Welke beslissingen werden gemaakt en welke effecten hadden ze op jezelf en op anderen? Wat zouden de beste beslissingen zijn geweest om te reflecteren op het welzijn van iedereen op het eiland? Waarom? Hoe zouden we moeten omgaan met minderheden in de samenleving? Wat zijn de voordelen en nadelen van democratie en dictatuur? Wat zou het beste systeem zijn en wat zijn de richtlijnen om het systeem aan de behoeften van alle burgers aan te passen?

3. Sluit de discussie af door de meest belangrijke ervaringen en conclusies samen te vatten. Maak een onderscheid tussen leerervaringen op persoonlijk, sociaal en politiek vlak. Als de groep geen leerervaringen met betrekking tot hoe zij persoonlijk, sociaal en politiek met verschillende groepen in de maatschappij zouden omgaan, concludeer dan dat in een zich globaliserende samenleving gebeurtenissen en processen zoals deze niet vermeden kunnen worden, dat we moeten leren hoe we met ze omgaan en dat deze oefening heeft laten zien hoe moeilijk dat kan zijn. Democratie is een levenslang balanceren voor ons allemaal.

Tips voor de begeleiders

Leerlingen die gezag gewend zijn zullen met deze oefening anders reageren dan liberale leerlingen. Leerlingen die gezag gewend zijn, zullen proberen te streven naar eenheid en minderheden vanaf het begin uitsluiten. Hun ideaal van nationale eenheid zal bedreigd worden door eisen voor zichtbare diversiteit en in latere scènes kan hun onderdrukking sterker worden. Afhankelijk van hun eigen gevoel van zekerheid kunnen zij in het proces bozer worden (wanneer zij onzeker zijn) of onbarmhartiger met minder emotie worden (wanneer zij zich zeker voelen). Liberale leerlingen zullen in het begin proberen tolerant te zijn naar minderheden, maar wanneer de “anderen” de oorspronkelijke cultuur ook teveel bedreigen, met name in de laatste scene, zullen zij plotseling veranderen naar een bang en boos standpunt. Dit is wat we vaak zien in liberale groepen die onder druk komen te staan en



in democratieën waar totalitaire krachten de macht door middel van een democratisch proces grijpen.

In de debriefing is het belangrijk om dergelijke verschillen in reactie aan te wijzen en samen met de leerlingen te verkennen hoe met zulke verschillen om te gaan, zowel op persoonlijk emotioneel niveau als op sociaal en politiek niveau. Het is nuttig om duidelijk te maken dat in een zich globaliserende samenleving, processen als deze niet vermeden kunnen worden en dat we moeten leren hoe we ermee omgaan. Alleen maar diversiteit verwerpen en dat van andere groepen vragen, zal niet werken.



Portfolio 12: Zijn mensenrechten universeel?

Dit is een onderzoeksopdracht.

Achtergrond

De UDHR werd opgesteld omdat de winnende partijen na de Tweede Wereldoorlog ontzet waren hoe een Staat haar burgers kon mishandelen en doden. Ze wilden afspreken dat Staten hun burgers nooit meer zo inhumain zouden behandelen. Ze werden het eens over 30 basisregels voor hoe Staten met hun burgers moeten omgaan. Deze Universele Verklaring van de Rechten van de Mens (Universal Declaration of Human Rights, UDHR) werd bij de oprichting van de Verenigde Naties door vrijwel alle staten ondertekend. Dus in principe zeiden alle Staten toen dat ze het er mee eens waren en dat deze rechten voor iedereen golden. Daarom heten het: “universele rechten”, “voor iedereen”.

Toch zijn er veel Staten in de loop der tijd gaan zeggen dat de UDHR niet universeel is. Sommige Staten vinden dat vrouwen traditioneel een ongeschikte rol hebben aan de man. Anderen vinden homoseksualiteit een zonde en crimineel gedrag. En weer anderen vinden dat minderheden in een land asociaal zijn of een bedreiging voor de nationale cultuur (zoals Joden, of Hindoes in een Moslimland, of Moslims in een van oorsprong Christelijk land).

De Staten die de UDHR niet “universeel” vinden, beroepen zich vaak op traditionele culturele waarden (“traditional values”). Ze bedoelen dan dat de tradities van een land boven rechten van sommige groepen gaan, kortom, traditie is belangrijker dan universele rechten.

Onderzoeksopdrachten

In 5 groepjes ga je verschillende aspecten uitzoeken en een kort onderzoeksrapport schrijven. De opzet van het rapport is als volgt:

1. **Thema:** Inleiding op het thema
2. **Onderzoeksvraag:** wat is de spanning tussen de traditionele waarden coalitie en de universalistische coalitie? Werk uit hoe je dit gaat onderzoeken via online search en eventueel interviews.
3. **Argumenten:** Beschrijf wat de argumenten zijn van de traditionele waarden coalitie en van de universalistische coalitie zijn waar ze op gebaseerd zijn.



4. **Strategie:** Beschrijf hoe de traditionele waarden coalitie en de universalistische coalitie gelijk proberen te krijgen.
5. **Eigen mening:** Beschrijf wat jullie groep ervan vindt en onderbouw je visie. Geef ook aan of en hoe dit mogelijk consequenties heeft voor je toekomstige werk.

De onderzoeksopdrachten:

1. De positie van vrouwen. Mogen meisjes naar school, naar de universiteit, mogen ze onbegeleid op straat, mogen ze werken, zijn er ongelijkheden op andere mensenrechten? Waarom vinden sommige mensen dat dit vanuit de traditie, cultuur of geloof gerechtvaardigd is en anderen dat dit discriminatie is?

2. De positie van homoseksuelen. In hoeveel landen is homoseksualiteit verboden? En lesbisch zijn? In welke landen hebben ze wel rechten, en welke dan? Wat zijn de argumenten voor en tegen? Hoe strijden Staten voor of tegen homo/lesbische rechten?

3. De positie van gelovigen. In welke landen mag je maar één geloof hebben of moet je kiezen tussen een beperkt aantal geloven? Waarom is dat? Hoe gaan regeringen om met diversiteit aan geloven? Hoe gaan gelovigen om met diversiteit?

4. De positie van Joden. Waarom leven alle Joden niet in één land? Wat hebben andere landen tegen Joden. Daarnaast ook: wat zijn de weerstanden van Arabieren en Palestijnen tegen Joden? Verken het verschil tussen Joden, Israëliërs en Zionisten. Waarom is het geschil tussen Israëliërs en Palestijnen uit de hand gelopen? Kan dit opgelost worden en zo ja hoe? Wat heeft dit met mensenrechten te maken?

5. De positie van Roma, Sinti en Travellers. Waarom bestaat er zigeunerhaat? Roma, Sinti en Travellers reizen vaak rond en vallen daardoor niet altijd officieel onder een Staat. Hebben ze daardoor geen mensenrechten? Hoe gaan Roma, Sinti en Travellers daarmee om? En hoe gaan Staten daarmee om?



Deel 3: Aan de orde stellen van diversiteit

Les 13: De media

Doel:

Studenten verkennen welke rol de media hebben in het verspreiden of tegengaan van vooroordelen en stereotypen.

Activiteiten:

Foto-analyse

Commercials

Een advertentie ontleden

Opdracht:

Analyse van het imago van een stage-instelling.



Foto-analyse

Materiaal

- Voorbeeldfoto's (voorbeelden Politievrouw 1&2; Arbeidster 1&2)
- Tijdschriften

Instructie

1. Inleiding. Voordat in de jaren '70 de vrouwenbeweging van start ging, waren genderstereotypen gangbaar zoals denkbeelden dat vrouwen meer emotioneel dan intelligent waren, dat vrouwen beter waren in opvoeden dan in andere soorten werk en dat schoonheid misschien wel hun belangrijkste kwaliteit was. Dankzij de vrouwenbeweging hebben deze stereotypen veel aan belang ingeboet. Vrouwen klimmen steeds vaker hoog op de professionele ladder, bekleden, net als mannen, belangrijke politieke functies en doen veel andere dingen behalve of naast kinderen opvoeden.

Niettemin blijven sommige stereotypen hardnekkig bestaan. Sommige foto's beelden deze stereotypen uit, andere dagen ze uit.

2. Toon Foto 1 (de arbeidster of de politieagente). Vraag de deelnemers de vrouw op de foto te beschrijven. Hoe oud ziet ze eruit, welke kleren draagt ze, wat houdt ze vast, wat doet ze, welke gelaatsexpressie toont ze?

Laat hen de volgende vragen beantwoorden:

- a. Denk je dat deze vrouw een echte arbeidster/politievrouw is? Waarom (niet)?
- b. Welke dingen op de foto benadrukken de bekwaamheid van de vrouw?
- c. Welke dingen op de foto benadrukken de schoonheid van de vrouw?
- d. Welke dingen die je zou verwachten, ontbreken op de foto?
- e. Wat denk je over de vrouw op de foto in het algemeen? Waarom?
- f. Is deze foto respectvol voor vrouwen?

3. Toon Foto 2 (de andere versie van de arbeidster of de politieagente). Laat de deelnemers de foto beschrijven. Hoe oud ziet ze eruit, welke kleren draagt ze, wat houdt ze vast, wat doet ze, welke gelaatsexpressie toont ze? Laat hen dezelfde vragen beantwoorden als bij foto 1.

OPDRACHT: deel de deelnemers op in kleine groepjes en laat hen in tijdschriften op zoek gaan naar 3 stereotype foto's van vrouwen en 3 foto's die stereotypes doorbreken. Geef hen 15 minuten de tijd.

Laat hen de foto's voorstellen en uitleggen waarom ze al dan niet stereotiep zijn. Als ze niet 3 foto's kunnen vinden die stereotypes doorbreken, benadruk dan dat dit bewijst dat zulke (niet seksistische) beelden nog steeds niet genoeg in de media te vinden zijn.







Commercials

Materialen

- Laptop, internet, projector
- Voorbeelden van homoseksuele reclamespotjes. Deze vind je tussen de favorieten op onze YouTube pagina: www.youtube.com/NISOproject
- Goede voorbeelden van reclamespotjes, zoals: Heinz Deli Mayonaise, Ikea (Oostenrijk), McDonalds advertentie en Centraal Beheer

Instructies

1. Toon de deelnemers de reclamefilmpjes.

Stel in grote groep de volgende vragen:

- De Heinz reclame werd geweerd omdat mensen klaagden dat het een 'homo' reclame was.
- Is dit eerlijk?
- Is dit een 'homofilmje'?
- Viel je stereotypen in de reclame op? Welke?
- Veel beelden zijn heteroseksueel gecodeerd. Er zijn weinig beelden die homoseksualiteit weergeven. Kan je andere voorbeelden bedenken?
- Denk je dat homoseksualiteit representatief weergegeven wordt in de media als je bedenkt dat 8 tot 10 procent van de bevolking homoseksueel is?
- Waarom denk je dat niet meer beelden in de media homoseksualiteit weergeven?
- Zijn er andere groepen in de maatschappij die niet genoeg weergegeven worden?

2. In het tweede deel gaan we proberen enkele advertenties te maken die meer divers en niet heteronormatief zijn maar een breder spectrum aan mensen tonen, zo uiteenlopend en verschillend als mensen in de maatschappij ook echt zijn.

Verdeel de deelnemers in 4 groepen. Maak op een groot blad een snelle mind map met ideeën. Laat de deelnemers het volgende bedenken:

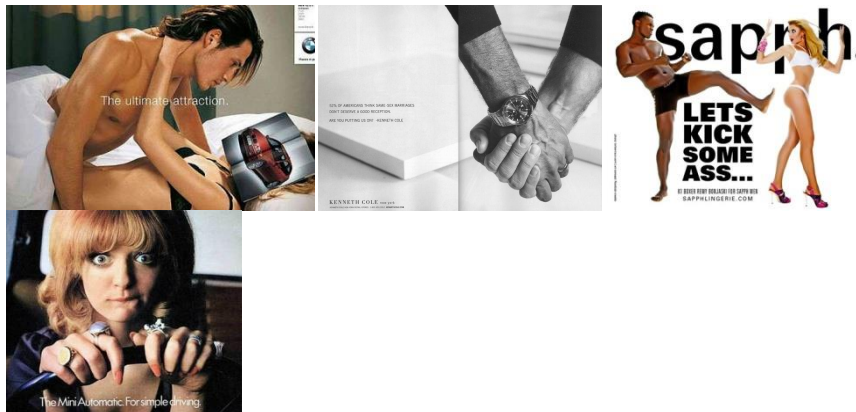
- Een product
- Een basisstelling of plot
- Een lijst met karakters/mensen/dingen die de advertentie zal bevatten
- Een dialoog

Laat deelnemers hun ideeën voorstellen in een presentatie, of door het concept na te spelen.

Een advertentie ontleden

Materialen

Pen en papier, tijdschriften, kopieën van deze advertenties (optioneel), zie bijlage



Instructies

Verdeel de deelnemers in verschillende kleine groepjes. Laat de deelnemers een advertentie kiezen uit een tijdschrift of geef hen de vier advertenties die je in de bijlage vindt. Ze krijgen 20 minuten om volgens deze instructies een presentatie voor te bereiden.

1. Observeer

Bedenk vijf adjectieven die de advertentie beschrijven

Bekijk de advertentie en evalueer de esthetische waarde

- Worden er mensen afgebeeld? Welk geslacht is vertegenwoordigd? Welk ras? Hoe zien de mensen eruit (jong, oud, stijlvol, etc.)? Welke gelaatsuitdrukkingen hebben ze?
- Schat in welke camerahoek is gebruikt. Bevond de camera zich dichtbij of ver van het onderwerp vandaan. Bevond de camera zich boven, op ooghoogte van of onder het onderwerp?
- Beargumenteer welke belichting in de advertentie is gebruikt. Lijkt het natuurlijk of studioliicht?
- Als er tekst in de advertentie staat, hoe ziet deze eruit? Welk lettertype wordt gebruikt? Worden er meerdere lettertypes gebruikt? Hoe groot is de tekst? Welke kleur(en)? Wat staat er in de grote en de kleine tekst?



2. Bepaal het doel van de advertentie

Denk eraan dat het doel van advertenties steeds is: een product verkopen!

- Welk product wordt verkocht?
- Vind je het product aantrekkelijk? Waarom (niet)?
- Wie is het doelpubliek voor dit product? Kinderen? Tieners? Volwassenen? Ouderen?
- Welk gevoel of welke emoties probeert de advertentie met het product te verbinden? Werkt dit? Waarom of waarom niet?

3. Stel de veronderstellingen die de advertentie maakt en de boodschap die het communiceert, vast

- Mogelijk bevat de advertentie zelf niet meteen veronderstellingen, maar wel de boodschap die advertentie geeft.
- Welke veronderstelling heeft de advertentie over gender? (Bijv.: vrouwen zijn slechte chauffeurs; mannen drinken graag bier; vrouwen staan in voor de zorg in het gezin, etc.)
- Zijn deze veronderstellingen realistisch? Waarom of waarom niet? Versterken deze veronderstellingen stereotypen over genderidentiteit of bevragen ze stereotypen?
- Welke veronderstellingen heeft de advertentie over klassen (bijv.: rijke mensen zijn gelukkig en zorgeloos; arme mensen zijn altijd op zoek naar gratis spullen, etc.)? Zijn deze veronderstellingen realistisch? Waarom of waarom niet? Versterken deze veronderstellingen stereotypen of bevragen ze stereotypen?

4. Mogelijke gevolgen van deze boodschappen

- Wat zijn enkele mogelijke gevolgen (op lange en op korte termijn)?
- Zorgen deze boodschappen voor onrealistische verwachtingen bij mensen? Waarom of waarom niet?
- Hoe gaan de boodschappen in deze advertentie sociale verandering tegen?
- Is deze advertentie sociaal verantwoordelijk? Hoe, of hoe niet? Wat houdt het in als een advertentie of bedrijf sociaal verantwoordelijk is?



52% OF AMERICANS THINK SAME-SEX MARRIAGES
DON'T DESERVE A GOOD RECEPTION.
ARE YOU PUTTING US ON? -KENNETH COLE

KENNETH COLE new york
KENNETH COLE NEW YORK RETAIL STORES | 800 KEN COLE | KENNETHCOLE.COM



The ultimate attraction.



sapph®

**LETS
KICK
SOME
ASS...**

KI BOXER REMY BONJASKI FOR SAPPH MEN
SAPPHLINGERIE.COM

www.sapphlingerie.com | 020 664 4444



The Mini Automatic. For simple driving.



Portfolio 13: Analyse imago stage-instelling

Dit is een onderzoeksopdracht.

Analyseer het imago van jou of van een andere stage-instelling.

Kijk daarbij specifiek naar hoe de instelling (al dan niet) diversiteit uitstraalt. Check in ieder geval de 8 bladen van de identiteitenbloem:

1. [Leeftijd](#)
2. [Seksuele gerichtheid](#)
3. [Godsdienst en levensovertuiging](#)
4. [Ras](#)
5. [Geslacht](#)
6. [Nationaliteit](#)
7. [Handicap of chronische ziekte](#)
8. [Politieke overtuiging](#)

Maak een verslag waarin je deze per aspect beschrijft, voeg zo mogelijk plaatjes die je je analyse illustreren.

Schrijf het verslag neutraal en feitelijk, en niet verwijtend.

Aan het eind van het verslag maak je een paragraaf waarin je een aanbeveling doet aan de instelling om het imago te verbeteren. Bedenk daarbij vooraf hoe je denkt dat de instelling, en vooral de leidinggevende daarop zou kunnen reageren.

Sluit het rapport af met jouw mening over of je dit rapport ook echt aan de instelling zou willen overhandigen, of het met hen wilt bespreken. Soms kan dit te confronterend zijn en bereik je misschien het tegengestelde van wat je wilt. Vraag daarover zo nodig advies aan mensen binnen de instelling die je vertrouwt.

Als je het rapport op dit moment niet kunt gebruiken, geef dan aan wat een andere eerste stap zou kunnen zijn om de instelling meer sensitief voor diversiteit te maken.



Les 14: Vooronderzoek

Doel:

Activiteiten:

Opdracht:



Les 15: De boodschap

Doel:

Activiteiten:

Coming-out tijdens het eten

Kies je boodschap

Opdracht:



Coming-out tijdens het eten

Materialen

Kopieën van rollenkaarten

Papier en pennen voor de specifieke waarnemers

Voor een video opdracht (optioneel)

Videocamera, afspeelmateriaal (TV of projector) en kabels

In de groep moet iedereen zich met elkaar comfortabel voelen.

Zorg ervoor dat iedereen tijdens de opdracht een rol heeft. De één bedient de camera, er zijn vier spelers, vier specifieke waarnemers die kijken naar één persoon en de bewegingen die hij maakt. De andere deelnemers kijken naar het hele plaatje.

Instructies

1. Leg aan de groep uit dat dit een rollenspel is om de rol van de familie in de overdracht van beelden over mensen die anders zijn, te onderzoeken.
2. Vraag vier vrijwilligers (het liefst twee van ieder geslacht) die de rollen spelen en vier anderen om waarnemers te zijn. De rest van de groep zijn algemene waarnemers. Als u deze oefening doet als een video-oefening, vraag dan één vrijwilliger om het rollenspel te filmen.
3. Maak iedere specifieke waarnemer duidelijk dat hij of zij één van de spelers moet bekijken en notities moet maken van alle argumenten die zij gebruiken. Leg ze ook uit om te kijken naar hun gedrag, hun houding, de non-verbale communicatie. Bepaal wie wie waarneemt.
4. Geef één rollenkaart aan elk van de spelers en geef ze 3 tot 5 minuten om vertrouwd te raken met hun rol.
5. Bereid de scene voor. Plaats 4 stoelen in een halve cirkel en leg aan iedereen uit dat dit de woonkamer is van een huis en dat ze een familiegesprek gaan waarnemen. Geef een signaal, bijvoorbeeld door in uw handen te klappen, om het rollenspel te starten.
6. U moet besluiten hoe lang u het rollenspel laat voortduren, afhankelijk van de manier waarop het loopt. 15 minuten is een goede duur. Geef een duidelijk signaal om het einde af te roepen.

Nabespreking



Begin de evaluatie met een ronde waarin de acteurs kunnen zeggen hoe ze zich voelden. Vraag daarna iedere waarnemer om de beurt de argumenten voor te lezen die door ieder van de acteurs werden gebruikt om de anderen te overtuigen van hun gezichtspunt.

Wanneer u het rollenspel alleen over voetbal laat gaan (zie de variaties), maak dan de verbinding met uit de kast komen als homoseksueel of lesbische.

Wanneer u deze oefening als een video-oefening deed, is een alternatief om delen van de opname terug te kijken en de deelnemers te laten reflecteren op wat er gebeurt.

Hoe de groepsdiscussie te leiden:

- Hoe voelden de acteurs zich na het spelen?
- Kan de zoon voetballen?
- Welke soort argumenten gebruiken vader, moeder, broer, zoon?
- Wat kun je zeggen over hun houdingen en non-verbale communicatie?
- Wat zagen de andere waarnemers?
- Was het moeilijk om in je rol in te komen?
- Hoe moeilijk was het voor de zoon om te zeggen dat hij wil voetballen?
- Kun je je voorstellen hoe het is om in het werkelijke leven tegen je ouders te zeggen dat je homo of lesbienne bent?

Tips voor de begeleider

Als de groep al bekend is met rollenspel, zijn er geen extra instructies nodig. Anders is het belangrijk om te benadrukken dat rollenspel iets anders is dan acteren.

In rollenspel blijven we onszelf terwijl we een vooraf bepaalde rol of houding vertegenwoordigen. Wanneer we acteren moeten we een karakter uitleggen dat verschillend is van onze eigen persoonlijkheid. Het gaat daarom niet om drama of acteren, maar om het representeren en onderzoeken van een rol of houding.

Als u ziet dat de rollen te zeer voorgeschreven zijn of dat zij niets hebben te maken met de werkelijkheid, kunt u uw eigen rollenkaarten maken die een samenvatting geven van vier gebruikelijke houdingen die typisch zijn voor families in uw cultuur. U kunt ook het idee aanpassen en meer rollen beschrijven.

De activiteiten is gemakkelijk aan te passen aan de culturele en sociale werkelijkheid van de deelnemers.

Variaties



Het rollenspel gaat over een jongen die voetbal wil spelen in een wereld waarin dit zeer ongebruikelijk is. In plaats van dit voorbeeld, kunt u ook kiezen om een werkelijk coming-out verhaal te spelen, waarin de rol is om als homo of lesbienne uit de kast te komen. Of je kan ervoor kiezen om het rollenspel twee keer te doen: de eerste keer met voetbal, de tweede keer met homozijn.



ROLLENKAARTEN

ZOON

Je hebt besloten om je familie het hoofd te bieden en ze te vertellen dat je voetbal wil spelen. Anders dan in werkelijkheid, leef je in een wereld waarin voetbal spelen iets is waarvoor je je schaamt. Het is iets dat jongens nooit doen.

Jij begint het rollenspel. Je vertelt aan je familie dat je voetbal gaat spelen. Probeer je beslissing te verdedigen en te beargumenteren dat je een standpunt wilt maken om vooroordeel tegen het spelen van voetbal tegen te gaan.

MOEDER

Je zoon heeft besloten om voetbal te spelen. Anders dan in werkelijkheid, leef je in een wereld waarin voetbal iets is om je voor te schamen. Het is iets wat jongens nooit doen.

Je houdt heel erg van je zoon maar je begrijpt niet hoe hij je zoiets kan aandoen. Je steunt je man in alles dat hij zegt. Je voelt je niet door je zoon bedreigd, maar je bent geneigd om medelijden met jezelf te hebben vanwege de pijn die hij je aandoet. Je vraagt je af hoe lang hij al heeft geweten dat hij voetbal wil spelen. Je denkt dat de samenleving je zoon niet zal accepteren en dat hij veel zal moeten lijden.

OUDERE BROER

Je broer heeft besloten om voetbal te spelen. Anders dan in werkelijkheid, leef je in een wereld waarin voetbal iets is om je voor te schamen. Het is iets wat jongens nooit doen.

In principe maakt het je niet uit als je broer voetbal speelt en in feite verdedig je het recht van mensen om vrij te zijn in hun beslissing om voetbal te spelen. Toch toon je je bezorgdheid wanneer je moeder zegt dat zij zich er zorgen over maakt dat de samenleving je broer niet zal accepteren en wil je je broer beschermen.

VADER

Je zoon heeft besloten om voetbal te spelen. Anders dan in werkelijkheid, leef je in een wereld waarin voetbal iets is om je voor te schamen. Het is iets wat jongens nooit doen.

Je bent de autoriteit thuis en je bent het er niet mee eens dat je zoon voetbalt. Je vertegenwoordigt de morele hoofdstroom en het gaat je ter harte wat mensen zeggen. Je beschouwt jezelf niet als een beperkte geest, maar dat je zoon voetbalt is toch iets anders. Denk aan een strikte vader en beargumenteer zoals hij zou argumenteren.



Kies je boodschap

1. Toon goede voorbeelden van campagnes tegen homofobie (je vindt deze terug op het Voice OUT YouTube kanaal).

2. Laat deelnemers in groepjes van 10 (de twee partijen) nadenken over hun eigen campagne. Laat hen dit doen aan de hand van volgende stappen.

Stap 1: Kies je hoofdthema: Wil je een campagne oprichten tegen homofobie, transfobie, seksualiteit, vrijheid van expressie of mensenrechten?

Stap 2: Zoek het algemene doel in je campagne: Wat probeer je te bereiken? Wat wil je duidelijk maken? Zoek één idee dat je hoofddoel wordt in alle producten van je campagne. Bekijk of je een slogan kan bedenken dat dit duidelijk maakt.

Stap 3: Kies je kernboodschap(pen): een kernboodschap is de belangrijkste informatie die je met je publiek deelt. Maak een lijst van drie of vier essentiële feiten, ideeën of problemen die je in je campagne opneemt en noteer deze.

Stap 4: Leun aan bij je doelgroep: Wie is jouw doelgroep? Hoe kan je ze bereiken? Hier kom je ter zake en beslis je hoe je het publiek in jouw ideeën geïnteresseerd krijgt. Humor, drama, speciale effecten, animatie, cartoons, gebruiken van beroemdheden of leuke muziek. De mogelijkheden zijn eindeloos.

Stap 5: Zoek een goede strategie: Welke activiteiten kun je op in je stage-instelling doen? Waar kunnen de filmpjes over gaan? Bijv.: interviews, actiedag, protestactie, post-it oorlog, een feestje, een kunstproject.



Les 16: Campagneplan

Doel:

Activiteiten:

Opdracht:

Les 17: Storyboard

Doelen:

1. Het maken van een storyboard
2. Weten wat een storyboard is
3. Deelnemers attent maken op subtiele veranderingen
4. Deelnemers laten inzien dat er vooroordelen bestaan over romantiek en huwelijksaanzoeken

Materiaal:

- Papier en pennen
- Magazines
- Fotocamera (voor het maken van foto voor je eigen storyboard)
- (4 glazen voor de variatie)

Instructie

1.1 Wat is een storyboard?

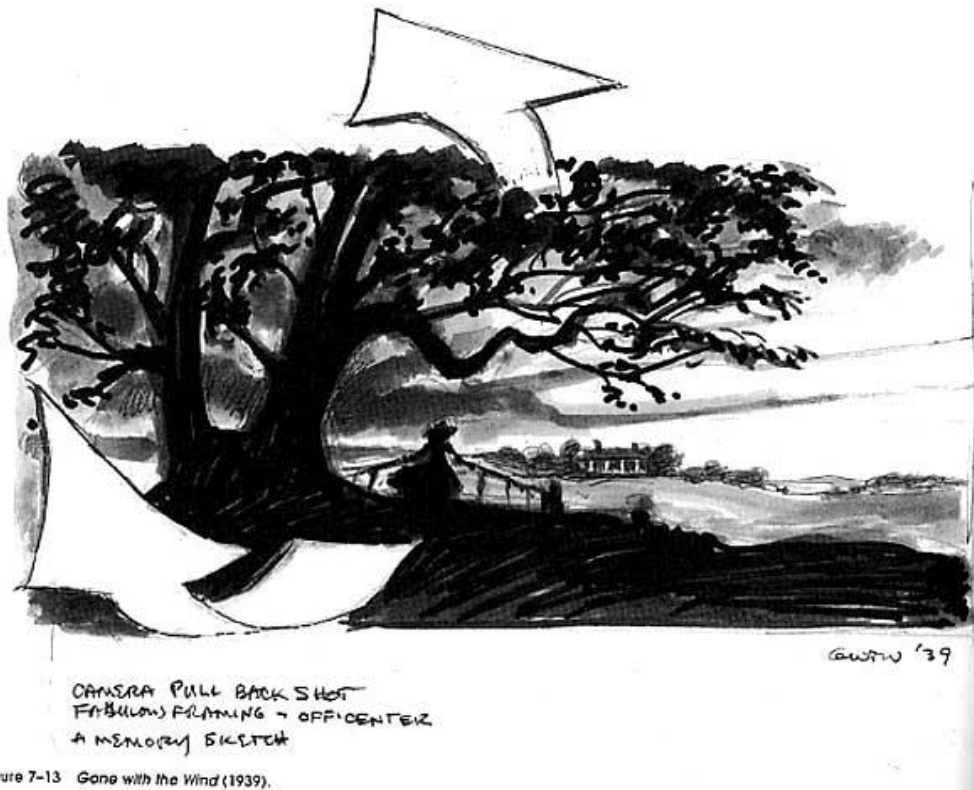


Figure 7-13 Gone with the Wind (1939).

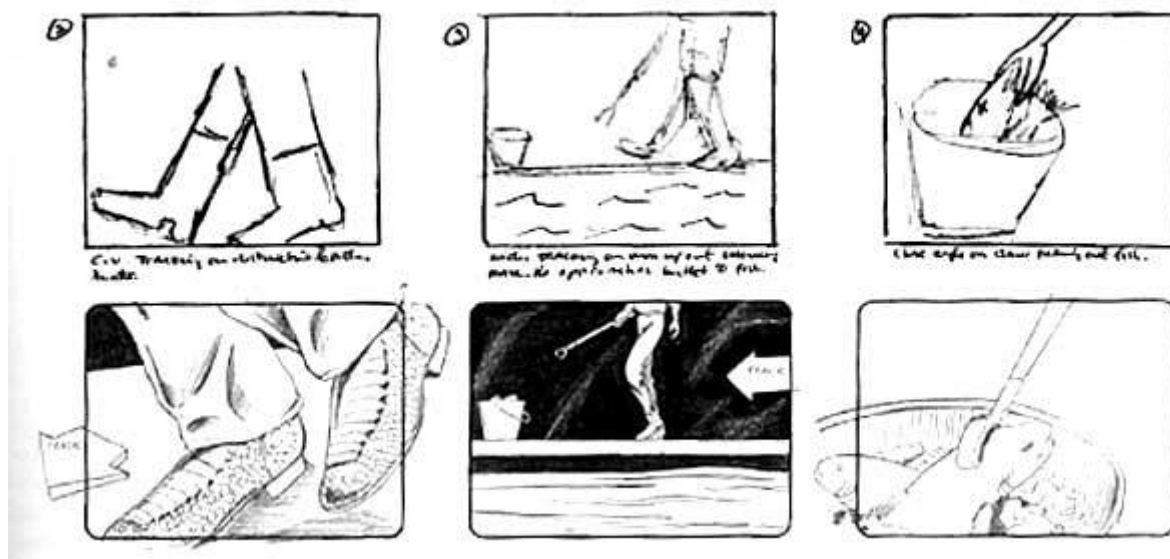
Van het moment dat er voor een film of animatie een concept of script geschreven is, is de volgende stap het maken van een storyboard. Een storyboard vertelt visueel het verhaal of animatiebeeld per shot, zoals een stripverhaal.

Jouw storyboard zal de volgende informatie moeten overbrengen:

- Welke personages zijn er en hoe bewegen deze zich?
- Wat zeggen de personages tegen elkaar (alleen als de personages praten)?
- Hoeveel tijd gaat er voorbij tussen het vorige en huidige fragment?
- Waar is de camera in dit fragment? Is het dichtbij of ver weg? Beweegt de camera?

1.2 Waarom een storyboard maken?

Het maken van een storyboard helpt je met het plannen van je filmper shot. Je kunt veranderingen aanbrengen voordat je met filmen begint, in plaats van later van gedachten te veranderen. Je kunt aan de hand daarvan over je film praten en je kunt je storyboard aan andere mensen laten zien zodat zij op jouw ideeën feedback kunnen geven.



1.3 Hoe maak je een storyboard?

Meestal wordt een storyboard getekend met pen of potlood. Als je niet van tekenen houdt, kun je ook foto's maken, afbeeldingen uit magazines knippen of gebruik maken van een computer. Je tekeningen hoeven niet perfect te zijn, integendeel, je moet juist zo weinig mogelijk tijd spenderen aan het tekenen van elk fragment. Gebruik basisvormen, eenvoudige figuren en simpele achtergronden. Als je de verschillende fragmenten op afzonderlijke kaartjes tekent, kun je ze steeds herschikken.



1.4 De taal van een storyboard

Close-up: een kleine afstand tussen de camera en het voorwerp.

Dissolve: een overgang tussen twee shots waarbij één shot geleidelijk aan verdwijnt en het tweede shot geleidelijk aan tevoorschijn komt.

Fade: een overgang van een shot naar volledig zwart, waarbij het beeld steeds donkerder wordt (fade out), of een volledig zwart shot dat geleidelijk aan een beeld vormt (fade in).

Jump cut: een snelle, schokkende overgang van het ene naar het andere beeld, of het verstoren van het tijdsverloop binnen een scene, of een abrupte overgang van de ene naar de andere scene.

Long shot: een grote afstand tussen camera en voorwerp, vaak gebruikt om een bredere setting weer te geven.

Pan: een stabiele, vage beweging van één punt in een scene naar een ander punt.

Tilt: het gebruik van een camera op een statief, de camera beweegt van boven naar onder om de actie te filmen.

Pov: Point of view: een shot dat gezien wordt vanuit het standpunt van een personage uit de scene.

Zoom: de cameraleens die geleidelijk aan naar het voorwerp toe beweegt.

Hoge camera hoek: een camera standpunt dat van boven naar onder kijkt, waardoor het onderwerp klein, zwak of onbelangrijk oogt.

Level camera hoek: een camera perspectief dat gelijk staat met het onderwerp. Ook wel een neutraal shot genoemd.

Lage camera hoek: een camera hoek dat opkijkt naar het onderwerp. Het maakt het onderwerp belangrijk en groot.

Reactie shot: 1: een shot van iemand die uit het scherm kijkt. 2: het beeld van een persoon in een conversatie die luistert naar de andere persoon die spreekt.

1.5 Voorbeelden van een storyboard

Een eenvoudig storyboard met simpele figuren

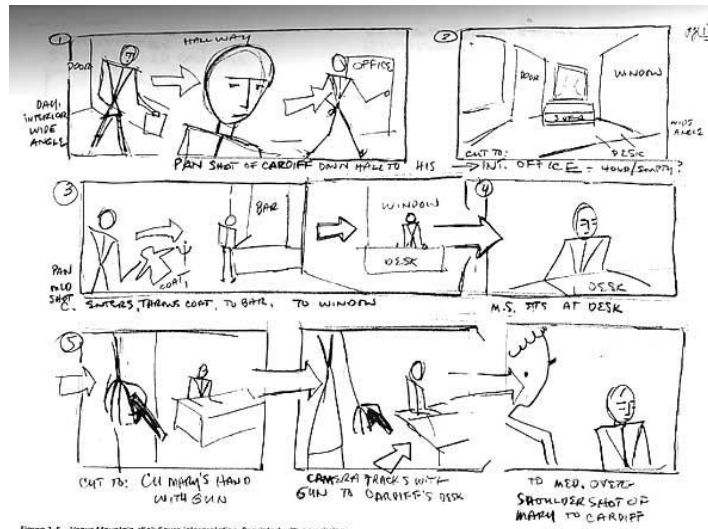
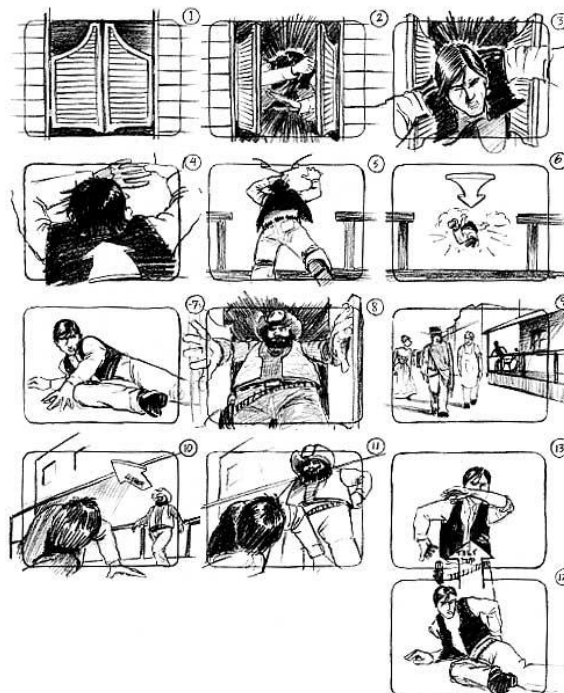


Figure 3-5 Venus Mountain, stick figure interpretation. Reprinted with permission.

Een storyboard voor een western film



1.6 Maak je eigen storyboard

- Vorm groepjes van 3 tot 5 deelnemers
- Laat ieder groepje een verhaaltje trekken dat je hieronder vindt
- Geef hen genoeg tijd om een storyboard te maken
- Laat elk groepje zijn storyboard presenteren. Elke groep heeft praktisch hetzelfde verhaal, maar er zijn enkele subtiele veranderingen (telefoon-mobiel, de plaats waar het aanzoek gebeurt (in het restaurant-na het eten))

Hebben deze subtiele veranderingen invloed op de verschillende storyboards?

Verhaal 1: een man belt zijn vriendin op en vraagt haar mee te gaan naar een restaurant. In het restaurant, na het eten, gaat de man door zijn knieën en vraagt zijn vriendin ten huwelijk. Zij zegt: ja. Ze zoenen.

Verhaal 2: een vrouw belt haar vriend op en vraagt haar vriend mee te gaan naar een restaurant. Na het eten gaat de vrouw door haar knieën en vraagt haar vriend ten huwelijk. Hij zegt: ja. Ze kussen.

Verhaal 3: een man sms't zijn vriend om mee te gaan naar een restaurant. In het restaurant, na het eten, gaat de man door zijn knieën en vraagt zijn vriend ten huwelijk. Hij zegt: ja. Ze kussen.

Verhaal 4: een man belt zijn vriendin op en vraagt haar mee uit. Op hun date gaat de man door zijn knieën en vraagt haar ten huwelijk. Zij zegt: ja. Ze zoenen.

Verhaal 5: een vrouw belt haar vriendin mobiel en vraagt haar mee te gaan naar een restaurant. In het restaurant, na het eten, gaat de vrouw door haar knieën en vraagt haar vriendin ten huwelijk. Ze zegt: ja. Ze kussen.

Variant

Geef elke deelnemer 4 stukjes papier.

Op het eerste papier schrijft iedere deelnemer de NAAM van een personage (verzonnen of bestaand).

Op het tweede papier: een ACTIE die een personage kan doen.

Op het derde papier: een PLAATS waar een scene kan plaatsvinden.

Op het vierde papier: een GENRE, bijvoorbeeld: 'horror' of 'western'

De deelnemers leggen het eerste papier in het eerste glas, het tweede papier in het tweede glas, enzovoort.

De begeleider verdeelt de grote groep in kleine teams. Elk team trekt een papiertje uit elke glas.

Met de vier verschillende elementen die ze hebben verzameld, creëren ze een scene of een reclame die gerelateerd is aan de gekozen papiertjes.

Richtvragen

- Was het moeilijk om de verschillende papieren te combineren?
- Welke waren de gemakkelijkste om te combineren? Waarom?
- Wat vinden de andere groepjes van het resultaat? Wat zouden zij anders doen? Of zijn er dingen die zij ook zouden doen?
- Waren er verschillende meningen in de groep? Heeft er iemand andere verbanden gelegd dan anderen? Hoe zijn jullie tot een besluit gekomen?

Opdracht:



Maak in je subgroepje een storyboard voor je campagneclip.



Les 18: Clip maken

Doelen:

1. Het leren werken met een camera
2. Het aanleren van handige tips bij filmen
3. Nadenken over verschillende handelingen tijdens het filmen
4. Feedback leren geven

Materialen

- De vijf verhalen die je in de vorige oefening kan vinden
- Een filmcamera
- Een TV/beamer -> iets waar je filmpjes kan op bekijken

Stap 1: Je kunt deze oefening rondom de vorige opbouwen. Als je besluit om dit te doen, laat je de deelnemers het verhaal dat ze hebben gekozen, filmen met behulp van het storyboard dat ze reeds hebben gemaakt. Als je met deze oefening start, heb je vijf verschillende verhalen voor de vorige oefening. Laat elk groepje een verhaaltje trekken en laat ze dit rustig doorlezen. Daarna kunnen ze het verhaal verfilmen. Bekijk de verschillende filmpjes nadien en laat de andere deelnemers feedback geven op het filmpje.

Stap 2: Hieronder vind je verschillende filmtips terug. Licht ze aan de deelnemers toe.

2.1 Kom fysiek dicht bij het voorwerp

Ondanks dat je voor een shot kunt inzoomen, zodat het lijkt alsof je dichterbij komt, is dat niet hetzelfde als dichterbij komen. Het visueel perspectief en het geluid zijn anders. De beelden en het geluid zijn beter als je dichterbij de persoon filmt.

Een ingezoomd shot is gevoeliger voor schokkende beelden dan een groothoekopname en het is moeilijker om gefocust te zijn omdat alles uitvergroot is. In een ingezoomd beeld verlies je ook diepte (alleen zaken in de nabije omgeving blijven in beeld, de achtergrond kan bijvoorbeeld uit beeld verdwijnen). Maar dit kan ook een effect zijn dat je bewust wilt bereiken.

De microfoon pikt vanuit alle richtingen geluid op, maar meestal aan de voorkant. Alles wat dichtbij de microfoon staat, zal gehoord worden (het geluid van de camera, de ademhaling van de cameraman, de wind, het verkeer) en hoe verder een geluidsbron zich bevindt van de



microfoon, hoe stiller het wordt. (de omgevingsgeluiden worden luider dan het geluid dat u daadwerkelijk wilt opnemen). Het is één van de inversiewetten, dat wanneer je de afstand verdubbelt, je nog maar een kwart van het geluid krijgt.

2.2 Filmscenes met behulp van meer dan één shot

Het is gewoonlijk het beste om voor een film meerdere shots te maken. Dit geeft verschillende perspectieven weer over wat er gezien moet worden (verschillende camerastandpunten, verschillende groottes, etc.), maar overdrijf hier niet in. Soms leveren veel snelle fragmenten een mooie scene op, maar soms is een lang shot iets natuurlijker om naar te kijken. Voorbeelden vind je terug bij kindertelevisie (ze lijken vaak gemaakt te zijn in een heel simpele stijl), en ook bij de goedkopere, oudere televisieshows (het kost minder om een langdurige twee-shot te doen van acteurs die praten, dan veel close-ups).

2.3 Film meer dan alleen je voorwerp

Iets anders dan alleen maar je voorwerp filmen vergroot het beeld en kun je gebruiken om te verbergen dat je iets wegnipt, zonder dat het teveel opvalt en waardoor het voor de kijker niet saai is. Maar wees er zeker van dat wat je wegnipt, daarvoor geschikt is, zodat het de scene niet onderbreekt (bijv.: een show waarover gesproken wordt, de omgeving rondom de personages, de reacties van personages op wat andere personages doen, etc.), of de scene niet onduidelijk maakt (bijv.: verander niet van standpunt zodat iets wat van rechts naar links beweegt plotseling in tegengestelde richting beweegt, en film ook niet alles in close-up omdat de kijkers dan niets van de scene begrijpen).

2.4 Film vanaf dezelfde hoogte als je voorwerp

Wanneer je geen dramatisch effect wil bereiken, is het logischer om de camera op dezelfde hoogte te plaatsen als wat je wil filmen. Dit geeft een meer natuurlijke look aan je voorwerp (beeld je in dat je met mensen praat: als zij rechtstaan, sta je over het algemeen ook rechtop; wanneer ze gaan zitten, besluit je vaak om ook te gaan zitten; op deze manier is iedereen op hetzelfde niveau).

Om een dramatisch effect in een film te krijgen, moet je van verschillende hoogtes filmen. Denk maar aan 'naar iemand opkijken' en 'op iemand neerkijken'. De effecten in films zijn hetzelfde.

2.5 Gebruik een externe microfoon



Niet van toepassing voor elke camera

Als je niet dicht genoeg bij het voorwerp komt dat je wil filmen, of je bent in een luidruchtige omgeving, dan kun je gebruik maken van een externe microfoon.

Denk goed na over welke geluiden je wil opnemen. Als het maar één ding is, zet de microfoon dan zo dicht mogelijk bij het voorwerp. Als je ook nog wat omgevingsgeluid wil opnemen, zal je de microfoon wat terug moeten trekken.

Gebruik ook een hoofdtelefoon. Zo hoor je wat je aan het opnemen bent en ben je bereid om iets te zeggen als het fout loopt (de microfoon die niet goed werkt, batterijen die opraken, geluiden die het gesprek verstoren, etc.) Je kan veel tijd verspillen als je pas later ontdekt dat het geluid dat je hebt opgenomen totaal onbruikbaar blijkt te zijn.

2.6 Controleer de verlichting

Gebruik het licht zo goed mogelijk, of pas het voorwerp aan wanneer dat niet lukt. Het meeste van het licht wil je gebruiken om de voorgrond of het voorwerp dat je aan het filmen bent te verlichten, het liefst aan één zijde, de bovenkant (denk aan hoe de zon dingen verlicht wanneer het geen middag is). Als het licht zich bevindt achter het voorwerp dat je filmt, zoals wanneer je een persoon filmt met een raam achter hem, of als er een lichtbron vóór de persoon staat (zoals kaarsen en tafellampen op dezelfde hoogte), dan zal het te donker zijn. Verlichting gebruiken op de verkeerde plaatsen kan op vervelende plaatsen schaduwen veroorzaken.

Er zijn momenten dat het onmogelijk is om je aan het licht aan te passen (buitenshuis filmen). Op die momenten kun je het beste vanuit verschillende posities filmen, of gebruikmaken van reflectorborden om meer licht te creëren waar het nodig is.

Verschillende lichtbronnen mengen, is meestal een slecht idee. Daglicht is veel blauwer dan de meeste kunstmatige lichtbronnen. Studiolicht is over het algemeen rood-oranje vergeleken met daglicht. TL verlichting is vaak groenig, ondanks het bestaat uit een verscheidenheid van kleuren.

2.7 Gebruik een statief

Als je iets filmt dat een standvastig shot nodig heeft, gebruik dan een statief (of plaats de camera op een stabiel voorwerp). Het zorgt voor heel wat afleiding om naar een presentatie te kijken als de camera de hele tijd heen en weer gaat, alsof het tijdens een aardbeving gefilmd is.



Er bestaan kleine statieven die je gemakkelijk overal mee naartoe kan nemen, zelfs heel kleine statieven, ontworpen om op een tafel te plaatsen, zodat je een standvastig beeld hebt, maar je toch nog de camerahoek kan bepalen.

Gebruik een statief dat ontworpen is voor het gewicht van jouw camera. Het mag niet bewegen terwijl je de camera gebruikt, de sluiting moet sterk genoeg zijn om de camera op zijn plaats te houden. Sommige statieven laten je toe om subtiele pans en tilts te doen.

2.8 Bewerken en meedogenloos zijn tijdens het bewerken

Bewerken betekent het plaatsen van de beelden die je nodig hebt. Verwijder alles wat je niet nodig hebt (mislukte opnames, te lang wachten tot er iets gebeurt, saaie pauzes tussen twee dingen, etc.). Verwijder ook zaken die van geen belang zijn.

Let op: Je kan geen mislukkingen ongedaan maken, daar zit je aan vast. Slecht geluid is slecht geluid, een slecht beeld is een slecht beeld, etc. Wanneer je tijdens het filmen een fout maakt, doe die scene dan opnieuw.

2.9 Experimenteer en lees de handleiding

Gebruik je materiaal al op voorhand om daarmee te oefenen met iets wat niet belangrijk is. Zo moet je niet op het cruciale moment zitten uitdokteren hoe je materiaal werkt. Test ook de speciale functies en leer ook hoe je sommige van deze functies aan- en uitzet.

Stap 3: Laat de deelnemers de oefening opnieuw doen, maar nu met kennis van de filmtips. Laat ze hetzelfde verhaal filmen. Kijk op het einde naar de beide filmpjes die ze hebben gemaakt en laat ze de verschillen opschrijven.

Opdracht:

Lees de tips op:

<http://accad.osu.edu/womenandtech/Storyboard%20Resource/>

<http://www.cameratim.com/video-production/tips>

De tips over filmgeluid in de bijlage

Maak samen met je groepje jullie clip.



Over filmgeluid

Functies van geluid en muziek in films

1. Geluidswaergave: Dit is letterlijk het weergeven van het geluid in de scène. Bijv.: het dichtslaan van een autodeur.
2. Emotionele suggestie: vooral muziek in de film gebruikt om een bepaalde emotie te onderstrepen. Het verschilt ook van het type van film. Bijv.: de douche scène uit "Psycho".
3. Suggestie van gebeurtenissen buiten beeld: een geluid dat je niet ziet, maar dat wel iets suggereert (je verbeelding gaat werken). Bijv.: je hoort het geluid van een auto die aankomt en stopt, iemand stapt uit en slaat hard de deur dicht. Jij ziet alleen de reactie van de persoon die binnen is en door het raam kijkt.
4. Continuïteitssuggestie: Wanneer je een reeks van meestal korte beelden wil met elkaar wil verbinden, breng ze dan met elkaar in verband. Hiervan wordt in clips veel gebruik gemaakt. Bijv.: een groep mensen bouwt samen aan een huis; dit wordt getoond in een reeks beelden die enkele minuten duren; deze beelden hangen samen met één muziekje.
5. Sfeersuggestie: hiermee bepalen we de sfeer in de scene. Bijv.: een tikkende klok in een stille huiskamer. We noemen deze sfeergeluiden het geluidsdecor.
6. Aandacht sturen: Je kan de aandacht van de kijker sturen door nadruk te leggen op het geluid in beeld. Bijv.: in een landschap zie je in de verte een vliegtuigje. Als je enkel de geluiden van de natuur laat horen, zal dit niet opvallen. Als je het geluid van het vliegtuigje laat horen en je versterkt dit naarmate het nadert, dan weet je dat het belangrijk gaat zijn voor de scène.

Soorten geluid

1. Direct geluid: geluid dat direct met het beeld wordt opgenomen. Bijv.: een dialoog
2. Sfeer- en locatiegeluid: de achtergrondgeluiden die mee de sfeer bepalen. Deze geluiden worden vaak later toegevoegd. Bijv.: vogeltjes die fluiten
3. Effectgeluiden: Deze geluiden worden meestal apart opgenomen of achteraf toegevoegd. Dit omdat ze beter en heviger moeten klinken dan in de realiteit: geeft vaak een schrik- of schokeffect. Bijv.: het dichtslaan van een deur, voetstappen, een zweep of vuistslag.
4. Voice-over: Dit is de vertelstem of innerlijke gedachtenstem die je tijdens een scene hoort.

Muziek: Er zijn drie soorten muziek in een film:

1. Filmmuziek: muziek over de film/scene heen, speciaal gemaakt voor de film. Dit kan dus emoties, sfeer en continuïteit onderstrepen
2. Muziek in de scene: Je hoort en ziet de muziek. Bijv.: een orkest dat in de scene speelt, je ziet het orkest en je hoort de muziek verder in de scene
3. Sfeermuziek die bij de scene hoort: bv: muziek in een disco, op een radio in een auto



Les 19: Campagne voeren

Doel:

Activiteiten:

Opdracht:



Les 20: Evaluatie

Doel:

Activiteiten:

Opdracht: