

ACTIVITEITEN BIJ SCENARIO 1

GA ZELF IN ANDY'S SCHOENEN STAAN...

Scenario 1 is gericht op de keuzes van de spelers en op feedback over morele ontkoppeling/onthechting. Morele ontkoppeling/onthechting verwijst naar een groep sociaal-cognitieve mechanismen waarmee individuen rechtvaardigen dat zij meedoen aan activiteiten die moreel verkeerd zijn - zoals iemand die in nood verkeert *niet* helpen - zonder daarover wroeging, schuld of schaamte te voelen. Leerlingen met een hogere mate van morele onthechting zullen een kind dat gepest wordt minder gauw verdedigen omdat ze in staat zijn de morele impact van de pesterijen te minimaliseren. Manieren waarop de morele impact van pesten wordt geminimaliseerd, zijn onder andere negatief gedrag in een positief licht plaatsen, de eigen persoonlijke verantwoordelijkheid minimaliseren en vinden dat het slachtoffer het negatieve gedrag verdient of er (gedeeltelijk) zelf verantwoordelijk voor is. Onderzoek heeft aangetoond dat een toename van het inlevingsvermogen morele onthechting vermindert.

Doel:

- Inlevingsvermogen vergroten voor een kind dat slachtoffer van pesten is
- verbetering van het emotionele begrip
- helpen bij het nadenken over de gevolgen van pestgedrag

Tijd: 30 minuten

Materialen:

- Andy's schoenafdrukken getekend op A4-papier
- Flip-overvellen en markeerstift

Activiteit:

Fase 1:

Vraag de kinderen om schoenafdrukken te tekenen op een A4-tje.

Fase 2:

Basisregels: Wijs de kinderen op het belang van respect voor en luisteren naar elkaars mening, en ook op de noodzaak van vertrouwelijkheid wanneer een leerling persoonlijke informatie deelt ('Wat in de kamer gebeurt, blijft in de kamer'). Zorg ervoor dat iemand die van streek raakt tijdens de activiteit de kamer kan verlaten en dat er buiten de kamer hulp is.

Fase 3:

Vraag de kinderen om op Andy's schoenafdrukken te gaan staan terwijl u uit

scenario 1, niveau 3, het gedeelte voorleest waarin Andy wordt gepest vanwege zijn gewicht.

Freddy roept: 'Oké jongens, het werk gaat goed vooruit! Binnenkort kunnen we het speelplein testen! Maar jij niet, Andy! Met jouw gewicht start alles zeker in. Jij dikkiedik!'

Anna: 'HAHAHAHA!!! Dikkiedik! Ik lach me rot met jou, Freddy!'

Fase 4: Start een groepsdiscussie met behulp van de volgende vragen. Als je te weinig tijd hebt, begin dan met de eerste twee vragen en ga verder als de tijd het toelaat.

- Als jij Andy was, wat denk je dat je zou voelen als je gepest werd zoals hij?
- Wat denk je dat Andy dacht en voelde toen Janet en Nick voor hem opkwamen? Hoe zou jij je voelen in zijn plaats?
- Als jij Andy was, wat denk je dat je zou denken als je werd gepest?
- Hoe zou je Andy's gedachten raden als je een goede band met hem had?
- Hoe zou je Andy's gevoelens kunnen zien als je een goede band met hem zou hebben?
- Wat denk je dat je zou doen na deze pestervaring?
- Wat zouden de gevolgen van deze pestervaring voor jou kunnen zijn? En voor je vrienden en familie? En voor Andy, zijn leeftijdgenoten en zijn familie?
- Praten over emoties.... Hoe voelt het om je te schamen of in verlegenheid gebracht te voelen? Of je verdrietig te voelen? Of eenzaam? Zijn het fijne gevoelens?
- Wat voel je in je lichaam als je deze emoties ervaart?
- Weet je nog wanneer je deze emoties voor het laatst voelde?
- Welke gevolgen denk je dat de woorden van Janet en Nick hadden voor Andy en andere kinderen? Hoe zou je je voelen als je Andy was?

Fase 5: Gebruik de flipover tijdens de discussie om een poster te maken. Schrijf daarop de emoties die je leerlingen verwachten als zij Andy zouden zijn terwijl hij werd gepest en vervolgens werd verdedigd door Janet en Nick.

Voeg de volgende emoties toe als die niet worden genoemd:

in verlegenheid gebracht, gekwetst, teleurgesteld, verward, eenzaam, gefrustreerd, beschaamd, opgelucht, gerustgesteld, getroost.

Vraag de kinderen om een titel te bedenken voor deze poster. Hang hem op in de klas om hen eraan te herinneren hoe klasgenoten zich voelen als ze worden gepest en het verschil dat een kind kan maken door hen te verdedigen.

Fase 6: (als de tijd het toelaat) Vraag de kinderen na deze activiteit om tijdens een snelle oefening met hun schouders te rollen om zo de druk te verlichten die ze voelden toen ze meevoelden met een leeftijdsgenoot terwijl die negatieve emoties beleefde.

ACTIVITEITEN BIJ SCENARIO 2

LOOP MEE OF ZEG NEE!

Scenario 2 richt zich op de keuzes en feedback van de spelers, en is gericht op conformerend gedrag met betrekking tot de normen voor uitsluiting/vooroordelen van medeleerlingen. Het doel is de kritische vaardigheden van kinderen te verbeteren, hun gevoel van autonomie en hun vermogen om buiten de groep te staan, en hun bereidheid om voor zichzelf en anderen op te komen wanneer dat nodig is. Kinderen hebben het, net als volwassenen, nodig om erbij horen en dat kan ertoe leiden dat zij zich aansluiten bij groepen die ofwel positieve en inclusieve normen hebben, of negatieve/agressieve en uitsluitende normen.

Doel:

- het gevoel van autonomie van kinderen vergroten
- hen helpen na te denken over redenen waarom zij zich aan negatieve/uitsluitende normen van hun leeftijdgenoten houden
- hen helpen hun eigen beslissingen/oordelen te maken, zonder zich te baseren op vooroordelen en een bevooroordeelde houding van hun medeleerlingen of andere sociale groepen.

Tijd: 30 minuten

Materiaal: flipover-papier en markeerstift (één per groep)

Activiteit:

Fase 1 Basisregels: herinner de leerlingen aan de regels rond respect en vertrouwelijkheid. Laat hen weten dat ze, als ze van streek raken, even een time-out kunnen nemen van de activiteit en terug kunnen komen als ze zich weer beter voelen.

Fase 2: Begin de activiteit door te verwijzen naar Scenario 2 – Fase 2, over Fatima die wordt gepest vanwege haar religieuze normen.

ANNE: 'Hé, jongens, ik heb dit superlekkere gerecht klaargemaakt! Willen jullie eens proeven?'

FATIMA: 'Ik wel! Maar, zit er varkensvlees in, Anne?'

ANNE: 'Nee, het is mijn lekkerste gerecht, zonder varkensvlees!'

NICK: (proeft het gerecht van Anne) 'Anne, weet je het zeker? Het smaakt naar varkensvlees volgens mij...'

ANNE: 'Goed dan, een klein beetje ham, meer niet! Je moet niet zo moeilijk doen!'

FATIMA: 'Jeetje, al goed dat ik het niet geprobeerd heb! Waarom heb je niet gezegd dat er ham in zat toen ik ernaar vroeg?'

ANN: 'Vergeten! Mensen van verschillende religies hebben te veel dingen om moeilijk over te doen!'

Fase 3: Verdeel de kinderen in groepjes van 5 en geef elke groep een flipover-vel en een markeerstift. Vraag een paar groepjes (noem hen de 'LOOP MEE'-groepen) te discussiëren en argumenten op het flipover-vel te schrijven vóór het meedoen met populaire kinderen en Fatima niet helpen. Vraag de andere groepjes (noem hen de 'ZEG NEE'-groepen) om te discussiëren en argumenten te verzamelen vóór 'tegen de meerderheid ingaan' en Fatima helpen. Loop rond in de klas en geef feedback en suggesties als kinderen te weinig ideeën hebben.

HINTS voor 'ZEG NEE'-GROEPEN:

- 'Als jouw vrienden zijn zoals de kinderen die Fatima pesten en je denkt dat ze jouw meningen niet accepteren, zijn het dan goede vrienden? Kun je jezelf zijn bij hen?
- 'Je kunt aardig gevonden worden vanwege jouw eigen kwaliteiten en niet omdat je gemeen bent tegen andere kinderen, zoals de kinderen die Fatima pestten. Probeer het maar!'
- 'Is het fijn om bij een groep te horen waarvan je verwacht dat ze je buitensluiten als je hen niet volgt in al hun keuzes en handelingen? Hoe zou een goede vriendengroep moeten zijn? Hoe zou jij je erin moeten kunnen voelen? Bang voor andere groepsleden zoals degenen die Fatima pestten? Of ontspannen en met het gevoel dat ze je leuk vinden?'
- 'Probeer eens alternatieve oplossingen te bedenken, zonder dat je anderen van streek moet maken. Er zijn altijd andere keuzes mogelijk en jij kunt de weg banen voor anderen.'

HINTS voor 'LOOP MEE'-GROEPEN:

- 'De groep zou anderen kunnen steunen en verwelkomen, zowel van binnen als van buiten, zoals de kinderen die Fatima steunden toen ze gepest werd. Je kunt nu dus je ideeën inbrengen in deze groep.'
- 'Zijn jouw ideeën/opvattingen altijd de beste? Hoe weet je dat? Hoe kom je hier achter? Niemand heeft altijd gelijk.'
- 'Aantallen helpen, dus als je je bij een groep aansluit met kinderen zoals degenen die Fatima steunden, helpt dat hen en anderen die gepest worden om zich te verenigen tegen pesten.'
- 'Als je je aansluit bij een groep kinderen zoals degenen die Fatima verdedigden, helpt dat je om je sociale vaardigheden te ontwikkelen. Je kunt veel van anderen leren als jij en alle andere leden van de groep op waarde worden geschat.'

Fase 4: Start een groepsdiscussie met behulp van de volgende vragen. Als je geen tijd meer hebt, kies er dan een paar uit. Of nodig een aantal groepen uit om te delen wat ze op hun flipover-papier hebben geschreven.

- Wat kunnen de gevolgen zijn (voor één persoon, voor de groep en voor mensen buiten de groep) van het altijd meedoen met een groep, ongeacht hun keuzes?

- Wat zou je ervan vinden om niet mee te doen met groepen die andere kinderen uitsluiten op basis van hun etniciteit, religie of fysieke verschijning? Wat helpt je om je besluit te nemen?
- Wat zou je ervan vinden om niet mee te doen met groepen waar kinderen deel van uitmaken, ongeacht hun etniciteit, religie of fysieke verschijning? Wat helpt je om je besluit te nemen?
- Hoe denk je dat het voelt om te worden afgewezen door een groep leeftijdgenoten? Ben je ooit eerder afgewezen door een groep leeftijdgenoten? Verwachtte je deze reactie van die groep?
- Hoe zou een ideale groep met leeftijdgenoten eruitzien? Wat is de beste groep waartoe je ooit hebt behoord? Vriendschappelijk of niet vriendschappelijk? Zou je je vrij voelen om je uit te spreken, of niet? Wordt er geluisterd naar jou en andere kinderen en voor elkaar gezorgd? Hoe verschilt deze groep van andere groepen?

ACTIVITEITEN BIJ SCENARIO 3

TIJD VOOR TONEEL!

Scenario 3 is gericht op de keuzes van de spelers en op feedback, met als doel eigen effectiviteit vergroten. Eigen effectiviteit gaat over het vertrouwen van een individu in het eigen vermogen om effectief met een situatie om te kunnen gaan, zoals een kind helpen dat wordt gepest. Leerlingen met een lage eigen effectiviteit zijn minder geneigd in te grijpen wanneer een kind wordt gepest omdat ze niet zeker zijn dat hun pogingen om het pesten te laten stoppen zullen slagen.

Doel:

- kennis vergroten over verschillende strategieën om kinderen te verdedigen die gepest worden op basis van vooroordelen, met behoud van veiligheid voor iedereen
- kinderen te helpen de perspectieven te begrijpen van andere kinderen binnen de context van pesten

Tijd: 30 minuten

Materiaal:

- Flip-overpapier en markeerstiften
- CARES-poster
- CARES-kaarten
- CARES-handout

ACTIVITEIT:

Fase 1 Basisregels: herinner de leerlingen aan de regels rond respect en vertrouwelijkheid. Laat hen weten dat ze, als ze van streek raken, even een time-out kunnen nemen van de activiteit en terug kunnen komen als ze zich weer beter voelen.

Fase 2: Herinner de leerlingen aan wat er gebeurde met Abdoul in scenario 3.

Jouw team besluit om muziekinstrumenten te verzamelen die kinderen kunnen lenen of bespelen op de speelplaats. Abdoul heeft speciale trommels meegebracht die van zijn grootvader waren.

ANNE: 'Wauw! Moet je dit zien!

FREDDY: 'Dit moet ik proberen!'

Freddy begint heel hard op de trommels te slaan.

ABDOEL: 'Geef ze me alsjeblieft terug... Ik kan je leren spelen, maar maak ze alsjeblieft niet kapot.'

FREDDY: 'Nee! Ik amuseer me geweldig!'

Fase 3: Hang de C.A.R.E.S.-poster op het bord zodat iedereen hem kan zien. Leg de kinderen uit dat er verschillende manieren zijn om in te grijpen en iemand te helpen die wordt gepest. Geen enkele strategie werkt altijd, dus het is belangrijk om er een paar te hebben om uit te kiezen. Geef een korte uitleg voor elke strategie, gebaseerd op de C.A.R.E.S.-kaart en -hand-out.

Fase 4: Verdeel kinderen in groepjes van 4 of 5 en vraag elke groep een rollenspel te doen, gericht op één van de 5 C.A.R.E.S.-strategieën. Eén groep kan bijvoorbeeld gericht zijn op het gebruik van creatieve probleemoplossingen. Hoe zouden ze creatieve probleemoplossingen gebruiken om Abdoel te helpen? Loop door de klas en geef feedback aan de groepen.

Fase 5: Start een groepsdiscussie met behulp van de volgende vragen als leidraad. Als u te weinig tijd hebt om alle vragen te behandelen, kunt u er een paar selecteren.

- Hoe voelden ze zich toen ze de rol van verdediger op zich namen? Vinden ze het gemakkelijk om deze rol op zich te nemen?
- Welke strategie zouden kinderen gebruiken om Abdoul in dit voorbeeld te verdedigen?
- Wat als Abdoul hun vriend was? Of als hij is zoals zichzelf? Grijpen ze dan sneller in? Waarom is het goed om snel in te grijpen, ook als je niet bevriend bent met een kind? Welke strategieën zouden ze kiezen als Abdoul hun vriend was, en welke strategieën als hij geen vriend was?
- Wat zou er gebeuren als ze bevriend waren met het kind dat Abdoul pest? Of als dat kind meer is zoals zichzelf? Zijn ze dan minder geneigd om in te grijpen? Wat zou hen ertoe aanzetten om snel in te grijpen, zelfs als ze bevriend waren met het kind dat Abdoul pestte? Naar welke strategie neigen ze in dit geval het meest?

C.A.R.E.S. KAARTEN

WAT KAN IK DOEN ALS IK ZIE DAT IEMAND WORDT GEPEST?	
Creatief problemen oplossen	Bedenk handige manieren om met pesten om te gaan
Aan een volwassene hulp vragen	Dit is geen klikken als het helpt om anderen te beschermen
Relatie: maak contact en sluit je aan	Kies de kant van een kind dat gepest wordt en ondersteun hem of haar. De macht van het meerdere kinderen die steunen biedt ook veiligheid.
Empathie	Probeer de gevoelens te begrijpen van een kind dat wordt gepest en spreek je uit tegen pesten.
Sta op en spreek je uit	Zeg: 'Pesten mag niet'

C.A.R.E.S. hand-out

WAT KAN IK DOEN ALS IK ZIE DAT IEMAND WORDT GEPEST?	
Creatief problemen oplossen	Bedenk handige manieren om met pesten om te gaan. Bijvoorbeeld: 'Zo te zien hebben jullie twee een problemen misschien kan ik helpen om het op te lossen. Anne, je hebt Andy pijn gedaan, je kunt het nu goed maken door iets aardigs tegen hem te zeggen.'
Aan een volwassene hulp vragen	Dit is geen klikken als het helpt om anderen te beschermen. Bedenk welke betrouwbare volwassene je om hulp kunt vragen. Gebruik deze strategie wanneer: • Creatieve probleemoplossing en 'Sta op en spreek je uit' niet werken; • Als je bang bent • Je het kind dat pest niet zo goed kent • Het over online pesten gaat Voorbeeld: 'Mevrouw Jansen, ik heb Anne... zien doen. Ze waren in de gang en ik ben meteen naar u toegekomen om het te vertellen.'
Relatie: maak contact en sluit je aan	Kies de kant van een kind dat gepest wordt en ondersteun het. De macht van het aantal biedt ook veiligheid. Voorbeeld: 'We zijn allemaal goed in iets en niet zo goed in iets anders. Zelf ben ik nogal slordig.' Of: 'Abdoul is donker en daar ben ik blij om. Denk maar hoe saai het zou zijn als we allemaal wit zouden zijn.'
Empathie	Probeer de gevoelens te begrijpen van een kind dat wordt gepest en spreek je uit tegen pesten. 'Abdoul, Ik heb het gevoel dat je zulke gemene dingen te horen hebt gekregen. Zulke dingen zou niemand moeten zeggen tegen anderen. Dat is gewoon gemeen en er is niemand mee geholpen.'
Sta op en spreek je uit	Zeg: 'Pesten mag niet.' Voorbeeld: 'Freddy, het is niet aardig om Fatima belachelijk te maken vanwege haar kleren. Ik heb ook zo'n rok thuis en ik denk dat ik hem morgen aandoe, want hij zit heel lekker.'