

**WORKSHOP VOOR EN DOOR
TRAINERS OMGAAN MET PESTEN**

**SAMEN MAKEN WE HET
VERSCHIL**





**Workshop voor en door trainers
'Samen maken we het verschil'**

Week tegen pesten 21 - 25 september 2020

Inleiding

Als trainer kun je een workshop aanbieden in de Week tegen Pesten aan organisaties en instellingen waar kinderen en jongeren samenkomen. Te denken valt aan scholen, jeugd- en jongerenwerk en kinderopvang.

Scholen, kinderopvang en andere begeleiders krijgen in een workshop handvatten aangereikt om de harmonische en veilige sfeer te verbeteren en in stand te houden. Deze workshop is specifiek gericht op de Week tegen Pesten 2020 en het thema van OMP: **'Samen maken we het verschil'**.

Week tegen pesten 2020

Het landelijke thema van de week tegen pesten is 'Samen aan zet'. Stichting School en Veiligheid zegt hier het volgende over:

'Jij als leraar speelt een belangrijke rol: jij bent in eerste instantie aan zet. Vervolgens ben je samen aan zet. Samen met jouw leerlingen stel je (nieuwe) normen vast. Het bewust sturen en met aandacht doorlopen van de norming-fase zorgt voor een mildere storming-fase. Dat zorgt op lange termijn voor minder pestgedrag in de klas.'

"Het 'normale' proces van met elkaar opgroeien, leren en contact hebben met elkaar hield in maart vanwege Corona abrupt op. Het nieuwe schooljaar zal meer dan andere jaren van iedereen extra aandacht vragen om opnieuw een groep te vormen. Meedoen aan de Week Tegen Pesten is een mooie aanzet" Marijke van der Zalm – projectleider Week Tegen Pesten'

Stichting Omgaan met Pesten sluit aan bij het landelijke thema met de eigen campagne:

"Samen maken we het verschil"

Het gaat meer dan ooit over het belang van groepsvorming - waarin je samen het verschil maakt voor een veilige omgeving.

Deze workshop biedt mogelijkheden om

- spelenderwijs met elkaar in gesprek te gaan;
- samen actief te zijn;
- met elkaar nog meer een groep te worden.

Een verschilmaker

- doet iets goeds;
- komt in actie;
- nodigt anderen uit om ook het goede te doen.



Als je samen het verschil maakt

- heb je oog voor elkaar;
- kijk je naar elkaar om;
- nodig je anderen uit om erbij te komen en mee te doen;
- let je op elkaars grenzen; geef je iemand troost of steun;
- bied of haal je hulp als dat nodig is.

De focus ligt op gedrag dat je wel wilt zien. Dat draagt bij aan het voorkomen, tijdig signaleren en terugdringen van pestgedrag.

Met deze workshop, gericht op het verschil maken, draagt Stichting Omgaan met Pesten bij aan het creëren van een sociaal veilige groep waarin respect, acceptatie, waardering van jezelf en elkaar de boventoon voeren.

Het is natuurlijk van belang dat de leerkracht gedurende het hele schooljaar met de groep werkt aan sociale veiligheid.

Stappenplan/Opzet workshop

Voor informatie en adviezen over de opzet van een Sta Sterk workshop verwijzen we naar de documenten: 'Stappenplan opzetten workshop', 'Belang van het scheppen van randvoorwaarden bij aankomst' en 'Veiligheid in je workshop'. Je vindt deze informatie op het intranet voor trainers. De documenten zijn geschreven door het Kenniscentrum Omgaan met Pesten voor de basisopleiding tot trainer.

Draaiboek: Programma voor de trainer

Materialen:

- Powerpoint
- Eventueel strookjes plagen/pesten
- Werkblad (voor ieder kind één)
- Afhankelijk van de gekozen afsluitende samenwerkingsopdracht touwen of ballonnen.

* Voor sommige opdrachten heb je een grote ruimte nodig. Denk bijvoorbeeld aan het schoolplein of gym- of speelzaal. Controleer of dit mogelijk is bij de school.

15 minuten: Welkom heten en introductie

- Jezelf voorstellen
- Kort iets vertellen over de Stichting OMP
- Kort iets vertellen over de Week tegen Pesten en het thema: 'Samen maken we het verschil' (zie hoofdstuk: 'Week tegen pesten 2020' voor informatie)

15 minuten: Verschil Plagen en Pesten uitleggen

Bijvoorbeeld door:

- Vragen wat kinderen denken wat het verschil is tussen plagen en pesten. Deze antwoorden op een flap-over/digibord schrijven.
- Strookjes uitdelen van plagen en pesten of in de kring neerleggen. Kunnen de kinderen de strookjes onder juiste noemer leggen?

Uiteindelijk verschillen plagen/pesten met powerpoint laten zien.

15 minuten: Samen maken we het verschil!

Het thema van WTP van OMP is

'Samen maken we het verschil'

De kinderen kunnen op het kopieerblad aangeven waar zij aan denken bij het thema verschil maken en de week tegen pesten.

- Hoe zou jij het verschil kunnen maken?
- Wat zou jij kunnen doen om een fijnere groep te krijgen?

Denk bijvoorbeeld aan: Elke dag een complimentje geven aan een ander, een praatje maken met iemand die alleen staat in de pauze, iedereen mee laten spelen enz.

Laat de kinderen eerst vijf minuten voor zichzelf brainstormen. Vervolgens een aantal antwoorden bespreken. Wat hebben ze bedacht? Deze antwoorden kun je bijvoorbeeld op het digibord, een flap-over schrijven of op geeltjes laten schrijven en dan laten clusteren. Eventueel een top 3 maken waar ze als klas aan kunnen werken.

10 minuten: Levend 'Wie ben ik?' spelen

Met deze energizer tussendoor leren de kinderen ook te letten op de verschillen onderling.

Één kind gaat uit de klas, die mag zo meteen gaan raden/achterhalen welk kind er is uitgekozen. Er wordt één kind uitgekozen, iedereen gaat staan. Het kind van de gang komt terug en mag vragen stellen om te achterhalen welk kind is uitgekozen. Er mag alleen met ja/nee worden beantwoord. Als het antwoord 'nee' gaan deze kinderen zitten, is het antwoord 'ja' blijven deze kinderen met deze eigenschap staan.

Voorbeeld: Is het een jongen? Ja, alle jongens blijven staan. Meisjes gaan zitten. Heeft degene blond haar? Nee, alle blonde kinderen gaan zitten, de rest blijft staan.

Kind mag ondertussen raden over wie het gaat. (Je kunt afspreken max. 3 keer raden). Of je kunt ook twee kinderen tegen elkaar laten spelen.

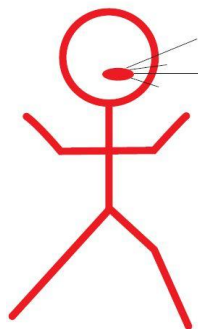
15 minuten: Rollen bij pesten

Bij pesten heb je verschillende rollen. Vraag aan de kinderen welke rollen er zijn. Vervolgens kun je de afbeeldingen van de rollen laten zien en vragen welke rollen ze zien en vragen wat deze rollen zouden doen bij een peestsituatie.

1. Wie heeft volgens jou de rol van pester?
2. Wie heeft volgens jou de rol van meeloper?
3. Wie heeft volgens jou de rol van buitenstaander?
4. Wie heeft volgens jou de rol van slachtoffer?
5. Wie heeft volgens jou de rol van helper/verdediger?

Eerder heb je het gehad over het 'verschil maken'. Laat de kinderen nadenken welk verschil elke rol zou kunnen maken om de groep veiliger/fijner te maken. Laat ze het op hun kopieerblad schrijven (mag in steekwoorden).

Na vijf minuten kinderen laten vertellen wat ze hebben bedacht/opgeschreven. Vervolgens powerpoint laten zien met wat voorbeelden wat deze rollen anders zouden kunnen doen.



15 minuten: Activiteit elkaar helpen

Hieronder staan verschillende activiteiten genoemd waarbij kinderen elkaar moeten helpen om zo de samenwerking te bevorderen. Maak een keus uit de activiteiten op blz. 6 waar je jezelf als trainer prettig bij voelt. Van tevoren kun je de powerpoint sheet bekijken waar aandachtspunten bij samenwerken staan beschreven.

Besef dat jij als trainer de toegevoegde waarde brengt in de nabespreking van de activiteit, door kinderen te prikkelen en uit te nodigen tot reflectie. Daar ben jij als trainer een kei in. Zo zet je aan tot gedrag dat je meer wilt zien.

Gebruik je observatie om een keuze te maken voor het vervolg van de nabespreking en reflectie. Als trainer zie je snel of er kinderen zijn die zich terugtrekken, minder laten zien en horen, minder betrokken worden in de activiteit. Je merkt ook snel op welke kinderen sterk op zichzelf gericht zijn, enkele kinderen links laten liggen of zelfs negatieve opmerkingen maken. Tot slot zul je ook model helpers zien. Alles uit je observatie kun je omzetten in een hier & nu situatie waar je op terug kunt blikken om van te leren.

Reflectievragen:

- Wat vond je van de opdracht?
- Hoe ging de samenwerking in jullie groepje?
- Wie is de verschilmaker geweest? (wie kwam er in actie, deed iets goed, nodigde anderen uit ook het goede te doen?)
- Zou je een compliment aan iemand kunnen geven die goed heeft geholpen?

Vragen gericht op het gedrag van verschilmakers:

- Hadden jullie oog voor elkaar? Waar merkte je dat aan? Had dat nog meer gekund?
- Heb je anderen geholpen om mee te doen? Welk gevoel gaf dat jou? Hoe zou het zijn als meer kinderen dat deden?
- Heb je gelet op de grenzen van anderen? Hoe heb je dat gedaan? Zou je dit meer durven op andere momenten als je dat samen met een ander zou doen? Hoe komt dat?
- Op welke manieren zou je een ander ook nog kunnen helpen? Of steunen?

Ballonnenfeest

Nodig:

Ballon(nen) (aantal afhankelijk van de groepsgrootte. Ongeveer 1 ballon per groepje van acht kinderen en een paar reserve ballonnen)

Geef elk groepje één ballon. Zij moeten samenwerken om de ballon hoog te houden. Allemaal een plekje zoeken in de de ruimte. De ballonnen op '3' opgooien en proberen ze omhoog te houden.

Let op de veiligheid: Alleen met de handen bijvoorbeeld (anders kun je knie- hoofdbotsingen krijgen).

Variaties:

- Zonder te praten
- Hetzelfde maar dan met de voeten
- In een kring met je voeten ballonnen doorgeven

Touw ontwarren

Nodig:

Lang touw (controleren of ze deze hebben in de gymzaal/speelzaal van de school)

Je kunt drie touwen verdelen over de groep (1 touw per groepje van +/- 10 kinderen) of één lang touw waarbij de hele groep hetzelfde touw vastpakt. Sommige gymzalen hebben van deze lange dikke touwen. Dit moet je wel van tevoren controleren bij de locatie.

Het touw wordt op een hoopje gegooid in het midden van de groep. Vervolgens vraag je alle kinderen het touw met hand vast te pakken.

Opdracht is om het touw terug te ontwarren zonder de handen los te laten en uiteindelijk op een rij te staan met de handen aan een ontward touw zonder knopen.

Lattenbodem

Aantal kinderen: teams van max. 10

Nodig:

Een uitvouwbare meetlat, of (duim)stok, van ongeveer 2 meter per groepje.

Zet leerlingen om en om aan weerszijden van de stok / lat. Laat ze hun wijsvingers uitsteken en leg daar de stok / lat op.

Geef instructie: probeer de lat te laten zakken tot op de grond. Je moet te allen tijde met beide vingers contact houden met de lat en je mag hem niet tussen je vingers klemmen. Jullie mogen erbij praten.

Laat de groep het proberen; de kans is groot dat de lat niet omlaag, maar omhoog gaat!

Besprek met de leerlingen na op: waar lopen jullie tegenaan; wat gebeurt er. Maak onderling afspraken hoe je het aan wilt pakken en probeer het nog eens. Je kunt ook de opdracht geven om van de ene naar de andere plek te lopen met de stok / lat.

Rondeteller

Laat de leerlingen in een cirkel polonaise gaan staan, zonder de handen op de schouders. De leerlingen krijgen een groepsopdracht: jullie maken 10 stappen, daarna draaien jullie een halve slag en doen 9 stappen terug, weer een halve slag draaien en 8 stappen, net zolang totdat jullie bij 0 zijn.

5 minuten: Afsluiting van de workshop

Rond de workshop af. Vraag wat de kinderen hebben geleerd over het verschil maken en/of ze voornemens hebben om zelf een verschil te maken.

SAMEN MAKEN WE HET VERSCHIL

