



Leuk dat je meedoet met de Week Tegen Pesten 2024!

Voor de week tegen pesten heeft Critical Mass deze lesbrief gemaakt. Met het gebruik van deze werkvorm wordt gebruik gemaakt van een kort videofragment van een leerling die aangeeft dat door haar TikTok-kanaal veel achter haar rug wordt gesproken. In deze werkvorm gaan jouw leerlingen in op een eerlijke en veilige wijze het gesprek over stellingen, en moeten zij in groepen van 'oplossingen naar advies' werken. Dit advies is voor de hoofdpersoon (van het videofragment), voor de school en voor zichzelf als klasgenoot. De werkvorm vraagt leerlingen zowel feitelijk als empathisch naar de situatie te kijken. Met deze werkvorm open je het gesprek over roddelen, wordt de gezamenlijke norm bepaald en krijg je inzichten over wat roddelen kan doen met een klas en individuen. Zoals in de uitnodiging al wordt genoemd is roddelen niet simpelweg alleen maar slecht, maar kan het wel heel negatieve gevolgen hebben of omslaan in pesten; in deze les gaan we op zoek naar het vermogen van leerlingen om te zien wanneer iets te ver gaat, en hoe zij roddelen definiëren.

Veel plezier gewenst en bedankt voor je deelname! Wij horen graag van je verhalen en ervaringen met deze werkvorm!

Wil je meer informatie? Of heb je nog vragen? Stuur diederik@criticalmass.nl een bericht.

In dit document vind je:

- 0 De lesbrief
- 0 Bijlage 'werkblad'
- 0 Algemene aandachtspunten
- 0 Technische aandachtspunten

Lesbrief 'Safe, smart & social met social media' – Week Tegen Pesten 2024**Doelen:**

- **Bewustzijn:** leerlingen zijn zich bewust wat een roddelcultuur is, wat dat doet bij zichzelf of bij anderen in hun omgeving
- **Steunen:** leerlingen oefenen met het herkennen, signaleren en bewustzijn van 'roddelen'. Van zichzelf zowel als van de ander.
- **Empathie:** leerlingen voelen mee met leeftijdsgenoten.
- **Groepsgevoel:** actief werken aan een gezamenlijke norm aan het begin van het schooljaar. Wat draag ik bij aan een veilig sociaal klimaat.
- **Actiebereidheid:** verdiepen van handelingsvaardigheden en kennis wanneer er over je geroddeld wordt (slachtoffer), of als je ziet dat er geroddeld wordt (van omstander tot opstander).

Belangrijk: deze les heeft een preventieve werking ten opzichte van een roddelcultuur. Door vooraf sociale omgangsvormen bespreekbaar te maken vergroot je handelingsopties en versterk je de sociale cohesie in een groep.

Benodigdheden:

- Pennen + stiften
- Bijlage 'vraagstuk oplossen' uitgeprint

Praktisch:

- Les duurt 60 minuten
- 15 minuten voorbereidingstijd
- Klasopstelling in cirkel

Onderdelen:

1. Klaarzetten en -leggen van het materiaal en inleiden (5 min.)
2. Onderwerp introduceren met stellingen (15 min.)
3. Video "Livia" (5 min.)
4. Uitwisselen (10 min.)
5. In groepen uiteen (20 min.)
6. Afsluiten (5 min.)

Vorbereiding als gespreksleider (15 minuten)

Tijdens deze les neem je de rol aan van gespreksleider. Kijk ter voorbereiding één keer de video, zodat je van te voren weet wat jouw klas gaat zien. Zorg ook dat de video voordat de les echt begint al klaarstaat en dat de werkbladen (bij voorkeur op A3) geprint klaarliggen (nog niet uitdelen). Maak gebruik van een kring klasopstelling met de tafels naar de zijkant geschoven. Zo zorg je ervoor dat iedereen betrokken is bij het gesprek en je lopende stellingen kan doen.

- Zet de video klaar aan via [klik hier](#)
- Doe een systeemcheck (loopt het beeld goed, doet de audio het; goede wifi-verbinding is vereist)
- Leg de werkbladen op je bureau zodat je er direct bij kan.

1. Inleiding + regels van gesprek (5 min)

Vertel leerlingen dat jullie aan de slag gaan met een les over het gebruik van Social Media in het kader van de Week Tegen Pesten. Leg uit dat jullie een korte video gaan kijken en daarna opdrachten om elkaar beter te leren kennen, samen in gesprek te gaan over wat het gebruik van social media met je doet, wat het voor jou persoonlijk betekent en wat het als groep betekent. De les sluit je af met praktische opdrachten om meer inzicht te krijgen in je social media gebruik, je verwachtingen van het posten van berichten op social media, hoe jij en/of anderen omgaan met posts, hoe je de veiligheid van jezelf en anderen kan waarborgen en welke gevaren het heeft als een ander aan de haal gaat met een bericht.

Uit onderzoek blijkt dat 81% van de jongeren in de leeftijdsgroep van 12 tot 17 jaar social media gebruiken. Facebook, X, Snapchat, Whatsapp, TikTok, Telegram zijn de meestgebruikte social media. Buiten dat deze groep jongeren veel kijkt, informatie tot zich krijgt en zich mogelijk spiegelt aan de gevolgde accounts, posten jongeren zelf ook berichten, foto's, foto's met teksten van zichzelf en anderen. In een veilige school gaan kinderen verantwoord, respectvol en bewust met elkaar om. Dat geldt ook voor gedrag online en de omgang op social media. Het leven van jonge mensen speelt zich voor een groot deel online af. Voor scholen is het vaak lastig om daar grip op te krijgen. Net als in de fysieke omgeving gelden hier afspraken en moet duidelijk zijn wat acceptabel is en wat niet.

Via social media houden we contact met anderen

We laten onszelf zien door het posten van berichten, het plaatsen van foto's, filmpjes, likes en tags. We onderhouden vriendschappen en laten zien wat belangrijk is voor ons. Zodra kinderen een smartphone hebben en op social media actief zijn, blijkt het erg belangrijk voor ze te zijn en onmisbaar in het onderlinge contact. Het geeft ze rust om te weten dat ze gemakkelijk contact kunnen krijgen en ze voelen zich hier gezien en gesteund. Het is een plek waar ze zich kunnen ontspannen en plezier kunnen maken, waar ze zichzelf ontdekken en leren omgaan met anderen (bron: It's complicated, the social lives of networked teens, Dana Boyd).

Verlengstuk van de fysieke wereld

Contacten onderhouden en uitwisselen van informatie langs digitale wegen is een groot goed. Het is een belangrijk deel van de identiteit van leerlingen en het is een verlengstuk van de fysieke, offline wereld. Het heeft helaas ook een donkere kant. Online pesten, uiten van bedreigingen, zonder toestemming delen van beeldmateriaal, chantage met dit beeldmateriaal, discriminatie en het hacken van accounts zijn slechts een paar voorbeelden.

Daarom willen we jonge mensen leren omgaan met de sociale aspecten van online mogelijkheden. Ze moeten leren wat ze kunnen doen wanneer ze te maken krijgen met negatief gedrag, maar ook hoe ze zich zelf respectvol gedragen in een online omgeving. Als leraar heb je daarin een belangrijke rol.

Bespreek de volgende punten:

- Wat zijn belangrijke regels voor het gesprek voor deze les? (Denk aan, elkaar laten uitpraten, stil zijn als iemand iets zegt, elkaar aankijken etc.)
- Haal kort op waar jouw klas aan denkt bij het gebruik van social media.
- Geef leerlingen mee dat delen belangrijk is en dat ze niet meer hoeven delen dan dat ze kwijt willen, dat ze gerust na de les kunnen komen praten als ze meer kwijt willen over nare ervaringen, als die zich in de klas of op school afspelen, maar ook daarbuiten. En dat het belangrijkste is dat ze met iemand delen, het hoeft niet in de klas. Het zou goed zijn als je laat informeren door de schoolleiding of ondersteunend personeel om te weten te komen hoe er wordt omgegaan met een onveilige sociale omgeving met betrekking tot het gebruik

van de social media van leerlingen. Dit helpt je op het moment dat leerlingen zaken benoemen die aandacht behoeven.

2. Lopende stellingen (10 min)

Met deze opdracht ga je in gesprek over stellingen. Deze opdracht doe je lopend omdat het een laagdrempelige manier is om je 'mening' te geven en maakt en houdt leerlingen actief. Gebruik de stellingen hieronder of voeg eventueel zelf stellingen toe voor jouw klas. Zorg dat iedereen staat. Lees een stelling voor - leerlingen die het eens zijn mogen naar links lopen, leerlingen die het er niet mee eens zijn naar rechts. Bij twijfel mogen leerlingen in het midden blijven staan. Haal na elke stelling kort op bij een aantal leerlingen waarom ze ergens zijn gaan staan. De stellingen zijn bedoeld om het onderwerp in te leiden.

Stimuleer de leerlingen om hun eigen beslissing te nemen. In deze opdracht haal je als docent op hoe leerlingen zich voelen over dit thema en of ze weten waar ze terecht kunnen. Kies 3 à 4 stellingen waarvan jij denkt dat ze relevant en/of passend zijn.

- Ik kan helemaal mezelf zijn op social media.
- Jongeren kennen de gevaren van het gebruik van social media.
- Je moet alles kunnen zeggen op social media, ook als het niet om jezelf gaat.
- Het delen van andermans berichten, met toegevoegde comments die kunnen schaden zou strafbaar moeten worden.
- Als ik een naar bericht heb ontvangen op social media, bespreek ik dat met anderen.
- Ik voel me veilig op social media.
- Als er een klasgenoot viral gaat met een kwetsende post, moet de school hier van weten en meld ik dat.
- Pesten, kwetsende berichten posten op en mensen buitensluiten van social media heeft invloed op iemands mentaal welzijn.

3. Video Livia (5 min)

Zet de video van Livia aan ([klik hier](#)). In deze video legt Livia uit dat ze met haar vriendin veel op TikTok post. Het is haar hobby om met een vriendin dansjes te doen, en zodra deze dansjes helemaal goed zijn, ze deze plaatsen op TikTok. Ze krijgt veel positieve berichten, maar soms ook negatieve comments. Deze comments doen iets met haar, en ze wil de klas vragen na te denken hoe hiermee om te gaan.

4. Nabespreking en gesprek (10 min)

Bespreek kort wat leerlingen hebben gezien.

Voorbeeldvragen:

- Wat hebben we gezien? (feitelijk)
- Wat maakt de hoofdpersoon mee? Wat voelt ze? Wat denkt ze?
- Wat herken je van wat de hoofdpersoon mee maakt? Van jezelf of van iemand anders die je kent. Wat zorgt ervoor dat je je zo kan voelen?
- Hoe vind je dat Livia met haar ervaring omgaat?
- Wat is volgens jou de invloed van negatieve berichten op social media op iemands mentaal welzijn?
- Wat doe jij als een vriend/vriendin dit overkomt?

Kom terug op het verhaal waarin de actrice zelf vertelt over de herkenbaarheid. Haal plenair op wat nog meer goede adviezen zouden kunnen zijn.

- Zou je je eigen advies zelf ook opvolgen?

- Wanneer was iemand goed voor jou op het moment dat je negatieve ervaringen had met social media?

5. Handelingsperspectief? (20 min)

In deze opdracht probeer je jouw klas in de actiestand te krijgen, haal je op wat hun adviezen zouden zijn en werk je aan de sociale code voor het individu en in de klas. Wat zijn goede afspraken die jouw klas met elkaar kan maken rondom de veiligheid van het gebruik van social media, en hoe willen zij dat er met elkaar wordt omgegaan? De antwoorden bedenken ze aan de hand van het fragment met Livia.

Gebruik bij deze opdracht de bijgevoegde werkbladen (het liefst geprint op A3 zodat er voldoende ruimte voor hen is om op te schrijven).

Opdracht 1 "Gevolgen" (5 min.):

- o Laat leerlingen het werkblad in groepjes van 4 leerlingen invullen. 1 werkblad per groepje.
- o Laat leerlingen popcorn stijl benoemen die het probleem en de gevolgen beschrijven.
 1. De ontplofte situatie
 2. De gewenste situatie
 3. Herschrijf benoemde opmerkingen tijdens de brainstorm laat ze deze kreten herformuleren in maximaal 4 volledige zinnen.

Opdracht 2 "Betrokkenen" (5 min.)

- o Laat leerlingen in hun groepje benoemen alle mogelijke betrokkenen in de situatie.
- o Laat leerlingen benoemen wie van deze betrokkenen de belangrijkste zijn, door drie betrokkenen te omcirkelen.
- o Laat leerlingen beschrijven wat deze situatie ingewikkeld maakt
- o Laat leerlingen een ontwerpvrage formuleren.
 - *Ontwerpend leren start vaak bij een probleem/behoefte waar iets mee gedaan moet worden. Om de kern van het probleem/behoefte weer te geven, wordt vaak gebruik gemaakt van ontwerp vragen. Goede ontwerp vragen zorgen ervoor dat leerlingen aan oplossingen gaan denken en zij ideeën krijgen. Dit komt van pas in stap 2: 'Ideeën verzinnen en selecteren' van de ontwerpcyclus.*
 - *Een ontwerpvrage heeft wel vaak een aantal kenmerken. Zo begint een ontwerpvrage vaak met 'Hoe kun je...' of 'Hoe kunnen wij...' en zijn ontwerp vragen concreet en open geformuleerd. Hierbij is het wel belangrijk geen bepaalde denkrichting aan te geven, zodat het ideeën verzinnen niet een bepaalde kant op wordt gestuurd. Daarnaast zijn ze ook vaak positief en kort geformuleerd en moeten ze relevant zijn voor het ontwerp probleem en de behoefte die er is.*

Opdracht 3 "Oplossing bedenken" (5 min.)

- o Laat je leerlingen alle belangrijkste betrokkenen beschrijven in de cirkels, met de ontwerpvrage. Laat ze daarna allerlei oplossingen opschrijven/tekenen die in ze opkomen. Alles kan, alles mag! Het creatieve brein wordt geactiveerd. Laat ze denken in mogelijkheden. Het selecteren komt na deze ronde.
- o Laat leerlingen beschrijven welke oplossingen bij verschillende betrokkenen hetzelfde winst oplevert. Welke ideeën zijn goed voor iedere betrokkene.

Wrap-up

Leerlingen praten veel tijdens de presentatie, maar hoe zorg je dat leerlingen ook daadwerkelijk naar elkaar luisteren? Om dit te bereiken is het nodig dat je actief leerlingen bij de presentatie betrekt en leerlingen elkaar laat betrekken. Jouw doel is om voor leerlingen redenen te creëren om betrokken te zijn en te luisteren.

Als gespreksleider beloon je wenselijk gedrag met interesse en aandacht. Door tijdens een presentatie andere groepjes en leerlingen te betrekken creëer je een wij-gevoel in de klas waar ruimte is voor iedereen. Probeer het proces zo natuurlijk mogelijk te laten verlopen zonder expliciete regels. Tijdens de presentaties mogen leerlingen van andere groepjes reageren zonder dat ze de beurt krijgen, mits ze elkaar de ruimte geven en naar elkaar luisteren. Jij bent gespreksleider en bemoeit je zo min mogelijk met de inhoud.

Hieronder vind je enkele tips om de hele klas bij de wrap-up te betrekken.

1. Sta bij het presenterende groepje met je gezicht naar de klas. Houd het A3 vel vast, zodat iedereen het kan zien.
2. Vraag de hele klas om bevestiging of herkenning
3. Betrek groepen bij elkaars presentatie
4. Vraag aandacht voor leerlingen die tussendoor roepen
5. Laat introverte leerlingen die tussendoor roepen aan het woord
6. Laat introverte leerlingen de door hen opgeschreven punten delen

Algemene aandachtspunten

Flexibel

In deze handleiding wordt een “standaardles” beschreven met onderdelen die elkaar logisch opvolgen. Het is aan jou, als docent, om die onderdelen met je klas te behandelen die jij relevant acht. Het belangrijkste is dat leerlingen met elkaar in gesprek gaan over eigen, concrete voorbeelden die iets voor ze betekenen. De video en opdrachten vormen hiervoor een gespreksstarter. Merk je dat een volle klas te groot is om een gericht gesprek aan te gaan? Doe de werkvorm in kleinere groepjes!

Open gesprekken

Creëer een open sfeer en stimuleer jongeren om actief mee te doen:

- Stel open en gerichte vragen, wees eerlijk over jezelf en oprecht nieuwsgierig naar wat er achter de antwoorden van leerlingen zit. Ook als dit niet aansluit bij jouw mening en/of de visie van de school.
- Daag leerlingen uit om meerdere rollen en perspectieven aan te nemen, waardoor ze meer begrip en empathie voor anderen krijgen. Dit werkt het best als deze rollen uit eigen voorbeelden komen.
- Durf kwetsbaar te zijn. Het zélf delen van ervaringen stimuleert leerlingen om meer van zichzelf te laten zien en opener het gesprek in te gaan.
- Eindig positief. Empower leerlingen om zélf actie te nemen. Focus waar mogelijk niet alleen op het oplossen van problemen, maar ook op preventie: hoe willen we als klas met elkaar omgaan? Hoe zorgen we ervoor dat iedereen erbij hoort? Hoe gaan we om met verschillende meningen en achtergronden? Of met social media?

Mobiele telefoon

Vraag je leerlingen om hun mobiele telefoon weg te stoppen

Maak van tevoren afspraken voor het voeren van een goed gesprek

Laat de groep zelf aangeven welke regels zij belangrijk vinden bij het voeren van een goed gesprek. Ervaring leert dat leerlingen zelf heel goed in staat zijn meteen goede regels te noemen, zoals: ‘niet door elkaar heen schreeuwen’, ‘de mening van een ander respecteren’ en ‘elkaar niet afkraken’. Hang vervolgens de regels op een zichtbare plek op, zodat je hiernaar kunt teruggrijpen wanneer nodig.

Voorbeeldvragen:

- Welke regels zorgen ervoor dat we een goed gesprek kunnen voeren?
- Wat vind jij een belangrijke regel om je veilig te voelen bij een gesprek?

Tips vanuit de praktijk voor het voeren van een gesprek

Hieronder geven wij je een aantal tips uit de praktijk voor het voeren van gesprekken:

- Ken je klas en de rollen die iedereen binnen de klas heeft.
- Bepaal de juiste klasopstelling.
- Ken de nazorg-kanalen.
- Leg van tevoren uit wat jullie gaan doen, en waarom.
- Wat zijn de kaders/ spelregels (veiligheid en afspraken maken over hoe met elkaar in gesprek te gaan). 'Agree to disagree'.
- Bepaal de beschikbare tijd en deel deze met de klas.
- Creëer de juiste sfeer, schat het energieniveau in.
- Bevorder de nuance. Stel vragen als "Wie denkt er anders over?" ipv "Wie vindt dat ook?"
- Neem geen genoegen met "weet niet". Als iemand zegt: "Ik weet het niet", geef de leerling dan meer tijd om erover na te denken en antwoord bijvoorbeeld: "Dat is niet erg. Denk erover na en ik kom zo bij je terug."
- Zorg voor een duidelijke, gezamenlijke afsluiting.
- Bepaal een passende follow-up, waar mogelijk in overleg met de klas.