

Thema 5

Allemaal anders, iedereen gelijk



BESTE OUDERS EN VERZORGERS

Dit is het ouderblad bij het leefstijlwerkboek voor groep 6. Leefstijl is een programma dat kinderen in het basis- en voortgezet onderwijs helpt sociaal emotionele vaardigheden te ontwikkelen.

De leefstijllessen zijn erop gericht om kinderen vaardigheden te leren die in de samenleving onmisbaar zijn. Denk bijvoorbeeld aan samen spelen, samenwerken, praten en luisteren, rekening houden met elkaar, gevoelens uiten, omgaan met verschillen, conflicten oplossen, opkomen voor jezelf en doordachte beslissingen nemen.

Het leefstijlprogramma is opgebouwd uit de volgende zes thema's.

- **Thema 1** De groep? Dat zijn wij!
- **Thema 2** Praten en luisteren
- **Thema 3** Ken je dat gevoel?
- **Thema 4** Ik vertrouw op mij!
- **Thema 5** Allemaal anders, iedereen gelijk
- **Thema 6** Lekker gezond

Ieder thema bestaat uit vier lessen. Alle groepen werken tegelijkertijd aan hetzelfde thema, waarbij in ieder leerjaar uiteraard andere accenten worden gelegd. Geen enkele leefstijlles is hetzelfde. Kinderen doen samen spelletjes, luisteren naar verhalen, spelen toneel, bespreken onderwerpen in groepjes of met de hele klas, en maken opdrachten in een werkboek. Op dit ouderblad staan thuisopdrachten die u samen met uw kind kunt maken of waar u samen over kunt praten.

OVERZICHT VAN DE LESSEN

Allemaal anders, iedereen gelijk

Een thema over verschillen en overeenkomsten tussen mensen. Hoe ga je om met al die verschillen? Hoe zeg je 'nee' en hoe ga je om met conflicten, terwijl je toch rekening houdt met elkaar?

Les 1 - Jij mag niet meedoen!

Een les over pesten en buitengesloten worden. In een spel ervaren kinderen hoe het voelt als je niet bij een groep mag horen. Ze krijgen inzicht in de wijze waarop een groep pestgedrag in stand houdt. Ze bedenken hoe pesten in een groep voorkomen en bestreden kan worden.

Les 2 - Nee zeggen moet je durven

In deze les wisselen kinderen met elkaar uit wanneer ze 'ja' of 'nee' zeggen in bepaalde situaties. Of wanneer het moeilijk is om 'nee' te zeggen. Ze leren dat groepsdruk hierin een belangrijke rol speelt.

'Nee' zeggen moet je durven. Kinderen leren hoe groepsdruk werkt, en dat het belangrijk is om goed naar jezelf te blijven luisteren.

Les 3 - Ruzie!

Iedereen heeft wel eens ruzie. Deze les gaat over welk gedrag een ruzie erger maakt en hoe je een ruzie kunt oplossen. Ook lezen kinderen een verhaal over de Amerikaanse Rosa Parks, die een groot conflict op een vreedzame manier oploste.

Les 4 - Leven met een lichamelijke beperking

Hoe is het om met een lichamelijke beperking te leven? In deze les ervaren kinderen hoe het is als je niet alles kunt doen. Ze verplaatsen zich in de leefwereld van mensen met een handicap en denken na over hoe je dan benaderd wilt worden.

Jij mag niet meedoen!

Deze les ging over pesten en er niet bij mogen horen. Laat de vragen die jij op school hebt gemaakt ook eens invullen door iemand thuis. Wat herinneren zij zich over pesten op de basisschool?

Ben je wel eens gepest of mocht je er niet bij horen? Ja Nee

Heb je wel eens gezien dat iemand gepest werd? Ja Nee

Weet je waarom jij of iemand anders gepest werd?

Ja, omdat

Nee, maar ik denk omdat

Wat deed je toen je gepest werd?

Heb je zelf wel eens gepest? Ja Nee

Heb je wel eens gezien dat iemand gepest werd en toen niets gedaan?

Ja Nee

Heb je wel eens iemand geholpen die gepest werd? Ja Nee

Wat deed je?

.....
.....
.....
.....



Ja of nee?

Op school heb je vragen beantwoord en aan elkaar uitgelegd waarom je 'ja' of 'nee' zou zeggen. Stel de vragen ook thuis. Is hun antwoord 'ja' of 'nee'?

Onderweg naar school word je lastiggevalen door een groep kinderen. Je kent ze niet. Ze willen je pet hebben. Geef je die?

ja nee

Iemand in je klas wil je nieuwe dvd lenen. De vorige keer dat je dat deed kreeg je hem kapot weer terug. Doe je dit?

ja nee

Je hebt een T-shirt gekocht waar je heel blij mee bent. Je hebt het nog niet aangehad. Je ziet dat iemand in je klas hetzelfde T-shirt heeft. De kinderen in de klas zeggen dat ze het een lelijk shirt vinden. Doe jij je eigen T-shirt nog aan naar school?

ja nee

Een aantal populaire kinderen in je klas vraagt je om mee te helpen de band van een klasgenoot leeg te laten lopen. Doe je mee?

ja nee

Een klasgenoot waar je nooit mee afspreekt, vraagt of hij/zij op jouw verjaardagsfeestje mag komen. Wat zeg je?

ja nee

Je bent nieuw op school. Een klasgenoot zegt dat je niet met een bepaald kind uit je klas moet spelen, omdat dat een stom kind is. Doe je wat hij zegt?

ja nee

Je bent een meisje. Vier jongens uit groep 8 vragen je om mee te gaan naar het bos. Ga je mee?

ja nee

Je vrienden vinden dat je veel te weinig online bent. Ga je meer tijd achter de computer doorbrengen om erbij te horen?

ja nee

Een vriend(in) vraagt of hij/zij een likje van je lolly mag. Wat zeg je?

ja nee



ALERT ZIJN OP PESTEN

Pesten is iemand stelselmatig en op een gemene manier lastigvallen. Wie gepest is als kind kan hier tot in de volwassenheid last van ondervinden. Pesten komt in bijna alle groepen voor en gebeurt vaak buiten het gezichtsveld van de leerkracht. Het is daarom belangrijk dat ook ouders alert zijn op pesten, zodat er snel iets aan kan worden gedaan.

Pesten of gepest worden

Kinderen die gepest worden, reageren vaak op twee manieren: zij raken in zichzelf gekeerd of worden juist agressief. Beide reacties versterken hun sociale isolement. Een gepest kind zoekt hiervoor de schuld bij zichzelf, wat schadelijke gevolgen heeft en kan leiden tot zelfhaat. Het is daarom belangrijk om actie te ondernemen als u merkt dat uw kind gepest wordt.

Een kind dat anderen pest, is vaak onzeker. Het zoekt een slachtoffer om zijn eigen status in de groep te verhogen. Meestal is dat iemand die vriendelijk en eerlijk is. De pester weet zich veilig, omdat zo iemand niet gauw terug zal slaan. Ook een kind dat anderen pest, heeft dus vaak een probleem. Het is belangrijk om uit te gaan van de onderliggende onschuld van alle kinderen.

Wees alert

Leefstijllessen bieden impliciet weerbaarheid tegen pesten. In de voorgaande thema's is gewerkt aan een goede groeps sfeer: dat werkt beschermend tegen pesten. Als de groep op een positieve manier een eenheid vormt, zal er minder gepest worden.

Tijdens de leefstijllessen zijn er ook afspraken gemaakt over hoe je omgaat met elkaar. Daarbij kwamen communicatie, emotionele intelligentie en zelfvertrouwen aan bod. Allemaal ingrediënten die de onderlinge empathie vergroten en pestgedrag tegengaan.

Helaas is pesten niet uit te roeien; het zit in het overlevingsgedrag van kinderen. Het kan wel worden bestreden: door er samen alert op te zijn. Meld het daarom op school als u merkt dat uw kind ergens mee zit. Ook is het goed om als volwassene zelf het goede voorbeeld te geven, want kinderen imiteren het gedrag van volwassenen. Wees alert op uw eigen reactie op plaag- en pestgedrag. Maak geen grapjes ten koste van anderen en spreek kinderen direct aan op onacceptabel gedrag.

Over pesten zijn veel nuttige en handzame boeken geschreven.
Raadpleeg voor titels www.leefstijl.nl.



BOEKENTIP

HET PESTACTIEPLAN

Door *Guy Didelez*.

Uitgeverij *Manteau Jeugd*.

Özlem is verhuisd en gaat naar een nieuwe school. In de nieuwe klas wordt ze al snel gepest. Grote boosdoener is Emma, het populairste en slimste meisje van de klas.

Emma wil later schrijfster worden, maar tot haar woede schrijft Özlem betere opstellen dan zij. Emma doet alles om het Turkse meisje het leven zuur te maken en zet ook de rest van de klas tegen haar op. Alleen Tim doet niet

mee aan de pesterijen.

Tim en Özlem worden vrienden.

Hij mag zelfs haar dagboek lezen. Maar Emma steelt Özlems dagboek uit Tims tas.

Daarin leest ze over het liefste bezit van Özlem. Ze besluit op ultieme wijze wraak te nemen.

Een vlot geschreven, herkenbaar en invoelbaar verhaal dat tot het laatste moment verrassend blijft. Over pesten, buitensluiten en groepsdruk.

