



DIVERSI-DATE

VERBINDEN MET CREATIEVE METHODIEKEN.
EEN GIDS VOOR **LEERKRACHTEN EN JEUGDWERKERS**

DEEL 1

1.	INLEIDING	3
1.1	WAAROM? SOCIALE CONTEXT & BEHOEFTE	3
1.2	WAT? DOEL & CONCEPTEN	4
1.3	HOE? DE DIVERSI-DATE TOOLBOX	5
1.4	WIE? DE EUROPESE PARTNERS	5
2.	INCLUSIEVE EN DIVERSITEITSSENSITIEVE DIALOOG	6
2.1	INCLUSIEVE EN DIVERSITEITSSENSITIEVE DIALOOG	6
2.2	STIMULEREN BURGERSCHAPSCOMPETENTIES	7
3.	CREATIEVE METHODEN	8
3.1	WAAROM?	8
3.2	VOORBEEDEN CREATIEVE METHODEN	8
4.	KWALITEITSCRITERIA INCLUSIEVE EN DIVERSITEITSSENSITIEVE DIALOOG	9
4.1	WAT ZIJN 'SAFE SPACES'?	10
4.2	DOELEN INCLUSIEVE EN DIVERSITEITSSENSITIEVE DIALOOG	11
5.	REAGEREN OP NIET-DEMOCRATISCHE WAARDEN?	13
6.	BEWUST ZIJN VAN JE EIGEN WAARDEN	14
7.	DIVERSI-DATE ALS ONDERDEEL VAN HET CURRICULUM	15
7.1	SCHOLEN EN JONGERENORGANISATIES	15
7.2	HOGER ONDERWIJS	16
8.	EVALUATIE VAN DIVERSI-DATE	17
8.1	LEERLINGEN	17
8.2	STUDENTEN	18
8.3	DOCENTEN	19

DEEL 2

1.	INTRODUCTIE	22
1.1	DOEL VAN DIVERSI-DATE	22
1.2	ENKELE RICHTLIJNEN	23
1.3	CREËER EEN 'SAFE SPACE'	24
1.4	VERSCHILLENDE METHODEN VAN DE TOOLBOX	26
2.	DOELGROEP: JONGEREN	28
2.1	JEZELF PRESENTEREN AAN DE GROEP	28
2.2	ELKAAR LEREN KENNEN IN DUO'S	35
2.3	ONTDEK JEZELF EN VERBIND	41
2.4	INTERACTIE MET ANDEREN EN DE OMGEVING	48
2.5	INTERACTIE DOOR IMPROVISATIE EN ACTEREN	55
2.6	AFSLUITENDE ACTIVITEITEN	61
3.	WORKSHOP VOOR DOCENTEN, JONGERENWERKERS...	63
3.1	GEMEENSCHAPPELIJKE GRONDEN	64
3.2	BARNGA	66
3.3	SITUATIE EN ROLLENSPEL	68
4.	BIJLAGEN - MATERIALEN	71
4.1	WELKOMSSPEECH	71
4.2	REGELS VOOR EEN VEILIGE RUIMTE POSTER	72
4.3	IDENTITEITSSOEP	73
4.4	BARNGA – 5 VERSCHILLENDE SPELREGELS	75
5.	COLOFON	80



DEEL I

1. INLEIDING

1.1 WAAROM? SOCIALE CONTEXT & BEHOEFTE

We leven momenteel in een snel veranderende samenleving met talrijke sociale uitdagingen, waaronder polarisatie, klimaatverandering, migratie, extremisme en recentelijk de Covid-19-crisis. Belanghebbenden in het onderwijs, jeugdwerk en de creatieve sector hebben moeite om deze uitdagingen op een duurzame manier aan te pakken. Bovendien erkennen ze het belang van het versterken van de veerkracht, burgerlijke competenties, creatieve copingvaardigheden en bewustzijn van Europese waarden bij jongeren in deze complexe sociale context. Ondanks deze uitdagingen hebben we een aanzienlijke hoeveelheid energie, creativiteit en bereidheid waargenomen bij deze belanghebbenden om samen te werken en deze problemen gezamenlijk aan te pakken.

De belangrijkste doelgroep van Diversi-Date zijn jongeren tussen 15 en 24 jaar oud.

In de hedendaagse samenleving worden deze jongeren geconfronteerd met verschillende kwesties zoals discriminatie, diversiteit, klimaatverandering en de Covid-19-crisis. Via sociale media en interacties met hun leeftijdsgenoten worden ze vaak geconfronteerd met polariserende boodschappen en nepnieuws. Ze hebben moeite om hun eigen identiteit te ontwikkelen en persoonlijke meningen te vormen. Het verwerven van het vermogen om op een veilige en respectvolle manier hun stem te uiten, terwijl ze Europese waarden handhaven, is cruciaal als burgerlijke competentie.

Facilitators, zoals leraren of jeugdwerkers, staan voor uitdagingen bij het omgaan met diversiteit, sociale risico's en maatschappelijke vraagstukken. Ze kunnen zich onzeker voelen in hun professionele praktijk en zoeken naar nieuwe en innovatieve manieren om creatieve leermethoden te integreren.

Deze toolbox is het resultaat van een creatieve samenwerking tussen hogescholen, creatieve en artistieke partners en middelbare scholen. Deze toolbox is een handleiding voor leraren, docenten, jeugdwerkers, studenten, enzovoort, die ervaringsgerichte uitwisseling en dialoog willen faciliteren door middel van creatieve en artistieke methoden onder 1) jongeren of 2) leraren.



1.2 **WAT? DOEL & CONCEPTEN**

Het doel van Diversi-Date is om een diverse groep mensen (leerlingen, studenten en docenten) samen te brengen in een veilige en respectvolle sociale context, om een ervaringsgerichte uitwisseling te faciliteren over wereldbeelden en identiteit, om burgerlijke competenties en veerkracht te vergroten en sociale inclusie te bevorderen in een superdiverse samenleving door middel van creatieve en artistieke methoden.

Een kenmerk van een superdiverse samenleving is dat individuen binnen een gemeenschap niet langer gemakkelijk kunnen worden gedefinieerd door een paar kenmerken zoals religie, taal, onderwijs, cultuur, migratieachtergrond, geslacht of sociaaleconomische status. Elke persoon weerspiegelt een complexe samensmelting van waarden, ervaringen, voorkeuren, motivaties, interesses, talenten en verwachtingen met betrekking tot de omgeving, de toekomst, de samenleving, sociale relaties en mensenrechten.

Burgerlijke competentie verwijst naar het vermogen van individuen om actief deel te nemen aan de samenleving, hun zorgen te uiten en hun rechten en de rechten van anderen te waarborgen. In een liberaal democratisch systeem dat wordt gekenmerkt door superdiversiteit, is het cruciaal dat individuen leren hoe ze meningsverschillen en conflicten kunnen navigeren terwijl ze de waarden, identiteiten, voorkeuren, gewoonten en achtergronden van anderen respecteren, zonder iemand uit te sluiten, maar altijd in overeenstemming met de Universele Verklaring van de Rechten van de Mens.

Binnen deze sociale context moeten individuen leren hun eigen identiteit te verkennen, ontwikkelen en omarmen. De manier waarop mensen zichzelf, anderen en hun omgeving interpreteren en waarderen, wordt hun “wereldbeeld” genoemd. De ontwikkeling van een wereldbeeld is een voortdurend proces dat wordt gevormd door sociale interactie, waarin individuen betekenis geven aan en sociale werkelijkheid construeren.

Met dit project is ons doel om creatieve methoden te ontwikkelen die uitwisseling bevorderen tussen leerlingen van middelbare scholen en universiteitsstudenten (inclusief die in toegepaste wetenschappen), ongeacht hun achtergrond. Deze uitwisseling heeft tot doel de competenties van jongeren te versterken, hun veerkracht te vergroten en hen in staat te stellen om te navigeren in een snel veranderende en diversifiërende maatschappelijke context door hun talenten en creatief potentieel te benutten.

Creatieve methoden zoals verhalen vertellen, rollenspellen, acteren en beeldende kunst kunnen worden ingezet om inclusieve en cultureel gevoelige dialogen tussen jongeren te faciliteren. Deze methoden helpen een veilige ruimte te creëren voor open en eerlijke communicatie, terwijl ze ook een middel bieden om gedachten en emoties uit te drukken die moeilijk mondeling te verwoorden zijn. Bovendien kunnen creatieve methoden barrières doorbreken en empathie bevorderen onder de deelnemers.

1.3 HOE? DE DIVERSI-DATE TOOLBOX

We zullen creatieve workshopmethoden ontwikkelen, testen en implementeren voor:

1. Leerlingen en jongeren,
2. Leraren, opvoeders en jeugdwerkers,
3. Een trainingsprogramma voor bachelorstudenten.

De workshopmethoden en resultaten moeten voldoen aan de volgende criteria:

- Gecontextualiseerd: leren vanuit daadwerkelijke sociale situaties in plaats van gedepersonaliseerd leren uit boeken tussen de vier muren van een klaslokaal.
- Ervaringsgericht: in plaats van uitsluitend op kennis en taal gebaseerd.
- Informeel leren: de onderwerpen en leerdoelen worden door de groep ingebracht.
- Inclusieve omgeving met speciale aandacht voor veiligheid en respect.
- Uitwisseling van wereldbeelden en Europese waarden.
- Versterking van copingvaardigheden, burgerlijke competenties en veerkracht met betrekking tot sociale risico's en maatschappelijke uitdagingen.
- Gebruikmaking van het creatieve potentieel van de deelnemers door integratie van verschillende creatieve en artistieke methoden zoals improvisatie, muziek, spel, digitale verhalen, acteren, sociale media, ...



1.4 WIE? DE EUROPESE PARTNERS

Creatieve partners:

www.pimento.be

<https://www.m-ob.be/>

<https://www.liveyourstory.nl/>

<https://debagagedrager.nl/>

<https://www.tassajanyt.com>

School voortgezet onderwijs:

<http://tajette.be/>

Hogescholen:

<https://www.saxion.nl/>

<https://www.tuas.fi/en/>

<https://www.odisee.be/>

2. INCLUSIEVE EN DIVERS- SENSITIEVE DIALOOG

2.1 INCLUSIEVE EN DIVERSITEITSENSITIEVE DIALOOG

Inclusieve en diversiteitssensitieve dialoog onder jongeren is belangrijk in de moderne samenleving om verschillende redenen.

BEVORDERT BEGRIP EN EMPATHIE: Door deel te nemen aan inclusieve en diversiteitssensitieve dialogen kunnen jongeren de perspectieven en ervaringen van anderen begrijpen en waarderen, wat empathie kan bevorderen en vooroordelen en discriminatie kan verminderen.

HELPT BIJ HET OPBOUWEN VAN EEN MEER INCLUSIEVE EN RECHTVAARDIGE SAMENLEVING: Door deel te nemen aan inclusieve en diversiteitssensitieve dialogen kunnen jongeren leren hoe systematische ongelijkheden en discriminatie verschillende groepen mensen beïnvloeden, en ze kunnen de vaardigheden en kennis ontwikkelen die nodig zijn om te werken aan een meer inclusieve en rechtvaardige samenleving.

BEREIDT JONGEREN VOOR OP DE DIVERSE WERELD: Jongeren groeien op in een snel veranderende en steeds diversere wereld. Inclusieve en diversiteitssensitieve dialogen kunnen hen helpen om zich beter voor te bereiden op het navigeren in die wereld en relaties op te bouwen met mensen uit verschillende achtergronden.

VERBETERT PROBLEEMOPLOSSENDE VAARDIGHEDEN: Het voeren van een diverse en inclusieve dialoog brengt verschillende perspectieven en ideeën samen, wat kan leiden tot betere besluitvorming en probleemoplossende vaardigheden.

DRAAGT BIJ AAN PERSOONLIJKE GROEI: Deelnemen aan inclusieve en diversiteitssensitieve dialogen kan een krachtig middel zijn voor persoonlijke groei en zelfbewustzijn, omdat het individuen in staat stelt een dieper begrip van zichzelf en hun eigen vooroordelen en privileges te krijgen.



Al met al is inclusieve en diversiteitssensitieve dialoog onder jongeren cruciaal voor het bevorderen van een meer tolerante, empathische en rechtvaardige samenleving. Het helpt jongeren om de vaardigheden en kennis te ontwikkelen die nodig zijn om te navigeren in een diverse wereld en te werken aan het creëren van een rechtvaardige en inclusieve samenleving voor iedereen.



2.2 **STIMULEREN VAN BURGERSCHAPSCOMPETENTIES**

Inclusieve en diversiteitsgevoelige dialogen onder jongeren kunnen burgerlijke competenties stimuleren door:

HET AANMOEDIGEN VAN ACTIEVE DEELNAME: Jongeren kunnen leren actief te luisteren, effectief te communiceren en zich te bewegen in moeilijke gesprekken. Dit zijn belangrijke vaardigheden voor deelname aan het openbare leven.

KRITISCH DENKEN BEVORDEREN: Het kan jongeren helpen kritisch denkvermogen te ontwikkelen door hen aan te moedigen om meerdere perspectieven te overwegen en aannames en vooroordelen in twijfel te trekken.

EMPATHIE EN BEGRIP OPBOUWEN: Jongeren leren over de perspectieven en ervaringen van anderen, wat empathie en begrip kan bevorderen. Dit kan hen helpen een gevoel van maatschappelijke verantwoordelijkheid te ontwikkelen en actievare en betrokken burgers te worden.

HELPEN BIJ HET IDENTIFICEREN EN AANPAKKEN VAN SOCIALE KWESTIES: Jongeren kunnen leren hoe systematische ongelijkheden en discriminatie verschillende groepen mensen beïnvloeden. Deze kennis kan hen helpen meer bewustzijn te creëren voor sociale kwesties en de vaardigheden en kennis ontwikkelen die nodig zijn om te werken aan een rechtvaardigere en gelijkwaardigere samenleving.

AANMOEDIGEN VAN BURGERLIJKE BETROKKENHEID: Het kan jongeren helpen de vaardigheden en kennis te ontwikkelen die nodig zijn om deel te nemen aan het openbare leven, zoals stemmen, vrijwilligerswerk en belangenbehartiging.

3. CREATIEVE METHODEN

3.1 WAAROM?

Creatieve methoden kunnen op verschillende manieren helpen om een veilige ruimte te creëren voor open en eerlijke communicatie.

Ten eerste zorgen deze methoden voor een meer ontspannen en informele sfeer, wat kan helpen om gevoelens van spanning of angst te verminderen. Daarnaast richten creatieve methoden zich vaak op zelfexpressie, waardoor mensen zich comfortabeler voelen om hun gedachten en gevoelens te delen.

Ten tweede bieden creatieve methoden een non-verbale of symbolische manier voor mensen om zichzelf en hun ervaringen uit te drukken. Dit kan met name nuttig zijn voor mensen die moeite hebben om zich verbaal uit te drukken, of voor degenen die terughoudend zijn om persoonlijke ervaringen in een groep te delen.

Ten slotte kunnen creatieve methoden ook helpen om vertrouwen en verbinding op te bouwen tussen deelnemers. Bijvoorbeeld, deelnemen aan een verhalenvertel- of rollenspelactiviteit kan mensen helpen elkaar op een dieper niveau te begrijpen en zich met elkaar te verbinden, wat een gevoel van gemeenschap en ondersteuning kan bevorderen.

Al deze factoren kunnen bijdragen aan het creëren van een veilige ruimte voor open en eerlijke communicatie, waar mensen zich comfortabel en gerespecteerd voelen om hun gedachten en gevoelens te delen.

3.2 VOORBEELDEN CREATIEVE METHODEN

- Beeldende kunst: Het gebruik van beeldende kunst zoals tekenen, schilderen en collages kan helpen bij het creëren van een open en niet-bedreigende omgeving waarin jongeren zich kunnen uiten en hun perspectieven visueel kunnen delen.
- Theater: Door theateroefeningen en improvisatie te gebruiken, kan er een veilige en niet-bedreigende omgeving worden gecreëerd waarin jongeren zich kunnen uiten en hun perspectieven kunnen delen door middel van rollenspel en verhalen vertellen.
- Verhalen vertellen: Het aanmoedigen van jongeren om hun persoonlijke verhalen te delen, kan helpen bij het creëren van een veilige en niet-bedreigende omgeving waarin jongeren zich kunnen uiten en hun perspectieven op een meer persoonlijke en betekenisvolle manier kunnen delen.
- Muziek: Het gebruik van muziek en het schrijven van liedjes kan jongeren helpen zichzelf uit te drukken en een emotionele en betekenisvolle verbinding met anderen te maken.
- Creatief schrijven: Het aanmoedigen van jongeren om gedichten, korte verhalen of persoonlijke verhalen te schrijven, kan hen helpen zichzelf uit te drukken en hun perspectieven op een creatieve en betekenisvolle manier te delen.

4. KWALITEITSCRITERIA

INCLUSIEVE EN DIVERSITEITSENSITIEVE DIALOOG

Bij het faciliteren van discussies over diversiteit, gelijkheid en inclusie is het belangrijk om:

1. **EEN VEILIGE RUIMTE TE CREËREN:** Een veilige ruimte is belangrijk voor open en eerlijke communicatie. Zorg ervoor dat er grondregels worden vastgesteld voor de discussie en creëer een omgeving waarin deelnemers zich comfortabel voelen om hun gedachten en gevoelens te delen.
2. **GOED GEÏNFORMEERD TE ZIJN:** Als facilitator is het belangrijk om een goed begrip te hebben van de onderwerpen die verband houden met diversiteit, gelijkheid en inclusie, en om voorbereid te zijn om vragen te beantwoorden en zorgen aan te pakken die tijdens de discussie kunnen ontstaan.
3. **INCLUSIEF TE ZIJN EN BEWUST TE ZIJN VAN MACHTSDYNAMIEK:** Zorg ervoor dat ieders stem gehoord wordt en dat gemarginaliseerde groepen niet worden buitengesloten. Wees bewust van je eigen vooroordelen en privileges, en zorg ervoor dat de discussie inclusief is voor verschillende perspectieven.
4. **ACTIEVE DEELNAME AAN TE MOEDIGEN:** Moedig deelname van alle leden aan en creëer mogelijkheden voor iedereen om hun gedachten en gevoelens te delen.
5. **RESPONSIEF TE ZIJN:** Sta open voor feedback en wees bereid om de discussie aan te passen indien nodig. Reageer op de behoeften van de groep en pas de discussie dienovereenkomstig aan.
6. **OPVOLGING TE GEVEN:** Zorg ervoor dat je na de discussie contact opneemt met de deelnemers om eventuele aanvullende bronnen of ondersteuning te bieden die ze nodig kunnen hebben, en verzamel feedback over de discussie.
7. **EEN GEDRAGSCODE TE HEBBEN:** Zorg voor een duidelijke gedragscode en zorg ervoor dat alle deelnemers hiervan op de hoogte zijn en ermee akkoord gaan. Dit kan helpen bij het creëren van een cultuur van wederzijds respect en het creëren van een veilige ruimte voor open dialoog.

Het faciliteren van discussies over diversiteit, gelijkheid en inclusie is een complex proces en het is belangrijk om het met gevoeligheid, openheid en flexibiliteit aan te pakken om een omgeving te creëren waarin alle stemmen gehoord en gerespecteerd kunnen worden.

4.1 WAT ZIJN 'SAFE SPACES'?

Een veilige ruimte (zie ook deel II Inleiding) is een plek waar individuen zich fysiek en emotioneel veilig en gerespecteerd voelen, en waar ze vrij kunnen uiten zonder angst voor oordeel of discriminatie. We gebruiken het woord "veiliger" om aan te geven dat veiligheid relatief is: niet iedereen voelt zich onder dezelfde omstandigheden veilig. Door de ervaringen van elke persoon in de ruimte te erkennen, hopen we een zo veilig mogelijke omgeving te creëren.

4.1.1 CRITERIA VOOR EEN 'VEILIGE RUIMTE'

De criteria voor een veilige ruimte kunnen variëren afhankelijk van de context en de specifieke behoeften van de betrokken individuen, maar enkele belangrijke elementen die in overweging kunnen worden genomen zijn:

- **VERTROUWELIJKHEID:** Een veilige ruimte moet een plek zijn waar individuen persoonlijke informatie kunnen delen zonder angst dat dit wordt gedeeld of tegen hen wordt gebruikt.
- **RESPECT:** Een veilige ruimte moet vrij zijn van discriminatie, intimidatie en andere vormen van respectloos gedrag.
- **INCLUSIVITEIT:** Een veilige ruimte moet openstaan voor individuen van alle achtergronden, identiteiten en perspectieven, en actief werken aan het aanpakken en elimineren van discriminatie en marginalisering.
- **ACTIEVE DEELNAME:** Een veilige ruimte moet actieve deelname van alle leden omvatten bij het creëren en behouden van een respectvolle en inclusieve omgeving.
- **FLEXIBILITEIT:** Een veilige ruimte moet kunnen inspelen op de veranderende behoeften van de leden en openstaan voor feedback en verandering.
- **TRANSPARANTIE:** Een veilige ruimte moet duidelijke regels en verwachtingen hebben, en transparant zijn over hoe het conflicten of schendingen van die regels zal aanpakken.
- **ONDERSTEUNING:** Een veilige ruimte moet ondersteuning en middelen bieden om leden te helpen bij het omgaan met moeilijke gesprekken of ervaringen.

Het is ook belangrijk op te merken dat het creëren van een veilige ruimte een voortdurend proces is en dat dit actieve betrokkenheid vereist van iedereen die betrokken is bij het creëren, behouden en ondersteunen van een cultuur van veiligheid.



4.2 **DOELEN INCLUSIEVE EN DIVERSITEITSSENSITIEVE DIALOOG**

1. Het vergroten van begrip: Het doel is om het begrip van deelnemers over een specifiek onderwerp met betrekking tot diversiteit, gelijkheid en inclusie te vergroten. Dit kan het begrijpen van verschillende perspectieven en ervaringen omvatten, evenals het ontwikkelen van empathie en begrip voor anderen.
2. Identificeren en aanpakken van vooroordelen: Het doel is om persoonlijke vooroordelen en stereotypen te identificeren en aan te pakken die van invloed kunnen zijn op de interacties binnen de groep, en om strategieën te ontwikkelen om deze vooroordelen in de toekomst aan te pakken.
3. Het opbouwen van een meer inclusieve gemeenschap: Het doel is om strategieën te ontwikkelen voor het creëren van een meer inclusieve gemeenschap, waarin alle leden zich welkom, gerespecteerd en gewaardeerd voelen. Dit kan het identificeren en aanpakken van kwesties van marginalisatie en discriminatie binnen de gemeenschap omvatten, evenals het ontwikkelen van strategieën om ondervertegenwoordigde groepen te ondersteunen.
4. Actieve deelname aanmoedigen: Het doel is om actieve deelname van alle leden te stimuleren bij het creëren en handhaven van een respectvolle en inclusieve omgeving. Dit kan het ontwikkelen van communicatievaardigheden, actief luisteren en vaardigheden voor conflictresolutie omvatten.
5. Ontwikkeling van burgerlijke competenties: Het doel is om burgerlijke competenties te ontwikkelen, zoals kritisch denken, empathie, actieve deelname en verantwoordelijk burgerschap.
6. Identificeren en aanpakken van sociale kwesties: Het doel is om bewustzijn te creëren van sociale kwesties met betrekking tot diversiteit, gelijkheid en inclusie, en om strategieën te ontwikkelen om deze aan te pakken.
7. Persoonlijke groei: Het doel is om persoonlijke groei te ondersteunen door individuen aan te moedigen na te denken over hun eigen ervaringen, vooroordelen en privileges, en zelfbewustzijn en begrip te ontwikkelen.

Deze doelen zijn voorbeelden en kunnen worden aangepast of gecombineerd, afhankelijk van de specifieke behoeften en context van de discussie. Het is belangrijk om te onthouden dat duidelijke doelen een manier zijn om vooruitgang te meten, impact te evalueren en de discussie op een zinvolle manier te leiden.

4.2.1 **HELDER DOELEN STELLEN?**

JA, omdat: Het hebben van een duidelijke agenda en doelen belangrijk is bij het faciliteren van discussies over diversiteit, gelijkheid en inclusie omdat het helpt om ervoor te zorgen dat de discussie gefocust en productief is.

Het hebben van een duidelijke agenda biedt een structuur voor de discussie en zorgt ervoor dat alle relevante onderwerpen aan bod komen. Het helpt deelnemers ook om te begrijpen wat ze kunnen verwachten van de discussie en om zich voor te bereiden om bij te dragen.

Het stellen van specifieke doelen voor de discussie kan ook helpen om het gesprek te focussen en het succes ervan te meten. Bijvoorbeeld, als het doel is om het begrip van een bepaald onderwerp te vergroten, kun je de voortgang meten door de deelnemers te vragen naar hun begrip vóór en na de discussie.

Het hebben van duidelijke doelen kan ook helpen om verwachtingen te stellen voor de uitkomst van de discussie en om vervolgstappen te bepalen. Dit kan belangrijk zijn voor vervolgvactiteiten, zoals het verstrekken van aanvullende bronnen of ondersteuning, of voor het plannen van toekomstige discussies.

Bovendien kan het hebben van een duidelijke agenda en doelen helpen om een gevoel van doelgerichtheid te creëren en aan de deelnemers te communiceren hoe belangrijk de discussie is en waarom hun actieve betrokkenheid nodig is.

Over het algemeen kan het hebben van een duidelijke agenda en doelen helpen om de discussie productiever, efficiënter en effectiever te maken. Het helpt de facilitator om op koers te blijven, de voortgang en impact te meten en het maakt het voor deelnemers gemakkelijker om het doel en de uitkomst van de discussie te begrijpen.



MAAR creatieve methoden kunnen op een flexibelere manier worden gebruikt, waarbij de doelen niet van tevoren worden vastgesteld, maar in plaats daarvan worden bepaald tijdens het creatieve proces. Deze aanpak is gebaseerd op het idee dat het creatieve proces zelf een manier kan zijn om verschillende perspectieven te verkennen, problemen te identificeren en ideeën en oplossingen te genereren.

Bij deze aanpak gebruikt de facilitator creatieve methoden zoals brainstormen, beeldende kunst, storytelling, theater, enzovoort, om een open en niet-bedreigende omgeving te creëren waarin deelnemers worden aangemoedigd om zich vrijelijk uit te drukken en hun perspectieven te delen. De facilitator luistert vervolgens naar de deelnemers en observeert het creatieve proces om de problemen, zorgen en behoeften die naar voren komen te identificeren. De facilitator kan die informatie vervolgens gebruiken om de doelen van de discussie te bepalen.



Deze aanpak kan met name nuttig zijn voor discussies over gevoelige onderwerpen of voor groepen waar mogelijk een gebrek aan vertrouwen of openheid is. Het kan ook nuttig zijn voor discussies die verkennend of generatief van aard zijn.

Het is belangrijk op te merken dat deze aanpak een bekwame facilitator vereist die ervaring heeft met het gebruik van creatieve methoden en die in staat is om te luisteren en het creatieve proces te observeren om de doelen te identificeren. Het vereist ook een ruimdenkende houding van de deelnemers, die bereid zijn om te verkennen, zichzelf uit te drukken en open te staan voor verandering.

Samenvattend kunnen creatieve methoden worden gebruikt om de doelen te bepalen in plaats van ze van tevoren vast te stellen, door een open en niet-bedreigende omgeving te creëren waarin deelnemers worden aangemoedigd om zich vrijelijk uit te drukken en hun perspectieven te delen. Door het creatieve proces kan de facilitator de problemen, zorgen en behoeften identificeren die naar voren komen en die informatie gebruiken om de doelen van de discussie te bepalen.

5. REAGEREN OP NIET- DEMOCRATISCHE WAARDEN?

Het reageren op jongeren die het oneens zijn met bepaalde waarden, zoals gendergelijkheid, kan uitdagend zijn, maar het is belangrijk om te onthouden dat iedereen het recht heeft op zijn eigen meningen en overtuigingen. Het is echter ook belangrijk om eventuele misvattingen of vooroordelen in hun denken aan te pakken.

Hier zijn enkele strategieën die nuttig kunnen zijn:

1. Bevestig hun gevoelens: Erken dat iedereen het recht heeft op zijn eigen overtuigingen en dat het oké is om het oneens te zijn.
2. Moedig hen aan om te luisteren: Moedig hen aan om te luisteren naar de perspectieven van anderen, met name degenen die mogelijk worden getroffen door discriminatie of ongelijkheid.
3. Verstrek informatie: Bied feitelijke informatie en bronnen aan die hen kunnen helpen om meer te leren over gendergelijkheid en hoe deze kwesties verschillende groepen mensen beïnvloeden.
4. Deel persoonlijke ervaringen: Deel uw eigen persoonlijke ervaringen of de ervaringen van anderen om hen te helpen de impact van discriminatie en ongelijkheid te begrijpen.
5. Moedig kritisch denken aan: Stimuleer hen om kritisch hun eigen overtuigingen te evalueren en eventuele stereotypen of misvattingen die ze hebben in twijfel te trekken.
6. Geef het goede voorbeeld: Toon inclusief en respectvol gedrag in uw interacties met hen en met anderen.
7. Moedig hen aan om actie te ondernemen: Stimuleer hen om actie te ondernemen om gendergelijkheid te bevorderen en discriminatie en ongelijkheid aan te pakken wanneer ze het zien.

Het is belangrijk om te onthouden dat verandering tijd kost en dat het mogelijk meerdere gesprekken en interacties vergt om iemand te helpen verschillende perspectieven te begrijpen en waarderen. Het is ook belangrijk om te onthouden dat deze discussies moeilijk kunnen zijn, maar dat ze noodzakelijk zijn voor het creëren van een inclusievere en rechtvaardigere samenleving.

Het is ook belangrijk om te onthouden dat sommige mensen hun mening mogelijk niet willen veranderen, en dat het niet de taak is van de facilitator of van wie dan ook om hen te overtuigen, maar eerder om hen te voorzien van de informatie en hulpmiddelen die ze nodig hebben om hun eigen beslissingen te nemen.

6. BEWUST ZIJN VAN JE EIGEN WAARDEN

Als facilitator van een dialoog is het belangrijk om bewust te zijn van je eigen waarden en overtuigingen, omdat deze invloed kunnen hebben op de manier waarop je de discussie faciliteert en interpreteert. Deze zelfbewustzijn kan helpen om ervoor te zorgen dat de discussie eerlijk, onpartijdig en inclusief is.

Bewust zijn van je eigen waarden en overtuigingen kan je helpen om:

Je eigen vooroordelen te herkennen: Bewust zijn van je eigen waarden en overtuigingen kan je helpen om te herkennen wanneer je eigen vooroordelen invloed kunnen hebben op de discussie en om ze op een constructieve manier aan te pakken.

Diverse perspectieven aanmoedigen: Door bewust te zijn van je eigen waarden en overtuigingen kun je meer openstaan voor het horen en overwegen van verschillende perspectieven, zelfs als ze verschillen van de jouwe.

Een veilige ruimte creëren: Door bewust te zijn van je eigen waarden en overtuigingen kun je een veilige ruimte creëren waarin alle deelnemers zich comfortabel voelen om hun eigen perspectieven en ervaringen te delen.

Een eerlijke en onpartijdige discussie begeleiden: Door bewust te zijn van je eigen waarden en overtuigingen kun je een eerlijke en onpartijdige discussie faciliteren, waarin alle perspectieven gelijkwaardige overweging krijgen.

Het goede voorbeeld geven: Door zelfbewust te zijn, kun je het goede voorbeeld geven door te laten zien dat het mogelijk is om een open geest te hebben en naar verschillende perspectieven te luisteren.

Gevoelig zijn voor anderen: Door bewust te zijn van je eigen waarden en overtuigingen kun je gevoeliger zijn voor de perspectieven van anderen en voor de manieren waarop kwesties van diversiteit, gelijkheid en inclusie hen kunnen beïnvloeden.

Openstaan om te leren: Door bewust te zijn van je eigen waarden en overtuigingen kun je openstaan om te leren van anderen, je eigen aannames in twijfel te trekken en te groeien en jezelf te ontwikkelen als persoon en facilitator.

Het is belangrijk om te onthouden dat bewust zijn van je eigen waarden en overtuigingen niet betekent dat je ze moet opgeven, maar eerder dat je je ervan bewust bent en ervoor zorgt dat ze de discussie niet verstoren, om een eerlijke, inclusieve en onpartijdige dialoog te creëren.

7. DIVERSI-DATE ALS ONDERDEEL VAN HET CURRICULUM

7.1 SCHOLEN EN JONGERENORGANISATIES

Jongeren bevinden zich doorgaans in een fase van identiteitsontwikkeling waarin ze in zekere mate experimenteren met hun positie ten opzichte van zichzelf, anderen en de omgeving. Tegelijkertijd hebben ze behoefte aan verbinding, structuur en zekerheid. Op deze manier balanceren ze tussen verkenning enerzijds en betrokkenheid anderzijds.

In de huidige, snel veranderende, diversifiërende en individualiserende samenleving blijkt deze zoektocht naar verbinding met zichzelf en anderen vaak een moeilijke taak te zijn. Ze hebben moeite om hun identiteit te ontwikkelen en hun stem op een veilige manier te uiten, met respect voor anderen en met Europese waarden. Desalniettemin is dit een belangrijke burgerlijke competentie die wordt behandeld in verschillende vakken van het schoolprogramma.

Deze toolbox probeert leraren (en jongerenwerkers, etc.) te inspireren om uitwisseling tussen jongeren te faciliteren op een veilige, respectvolle en creatieve manier. Diversi-Date draagt daarom bij aan vakoverstijgende doelstellingen zoals burgerschap, het zoeken naar constructieve en duurzame oplossingen voor conflicten, democratische waarden, respectvolle interactie, omgaan met en tolerantie voor verschillen, etc.



7.2 HOGER ONDERWIJS

Een bijkomende meerwaarde van Diversi-Date is dat het voor en door jongeren wordt georganiseerd. In dit geval waren de jongeren studenten in de bacheloropleiding geesteswetenschappen. Binnen het vak 'Projectwerk' hebben zij het Diversi-Date project van begin tot eind gerealiseerd. Dit betekent dat ze een literatuurstudie hebben uitgevoerd over wereldbeeld, diversiteit, inclusiviteit, enzovoort. Ze hebben het workshopprogramma samengesteld op basis van de methoden die in deze toolbox worden beschreven. Ze hebben hun rol als facilitator geoefend door het programma samen met andere studenten te repeteren. Ze kregen de kans om hun groepsdynamische en communicatieve vaardigheden toe te passen. Ze moesten een stapsgewijze handleiding schrijven en alle benodigde materialen voor de workshop voorzien.

Tijdens het Diversi-Date evenement verwelkomden ze de leerlingen en faciliteerden ze de workshops. Gemiddeld waren er 4 student-facilitators en 16-18 leerlingen per workshop.

Achteraf schreven ze een verslag over het Diversi-Date evenement, samen met een evaluatie (zie hieronder).

De opname van Diversi-Date in het curriculum heeft zowel voor de studenten als voor het bachelorprogramma meerwaarde, omdat het bijdraagt aan het bereiken van de volgende relevante competenties/leerdoelen (zie evaluatie):

- Reflecteren op het eigen wereldbeeld
- Sensitief handelen ten aanzien van diversiteit
- Aansturen en coachen van anderen
- Projectmanagement
- Rekening houden met de kwetsbaarheid van de doelgroep
- Constructief handelen in de context van groepsdynamiek



8. EVALUATIE VAN DIVERSI- DATE

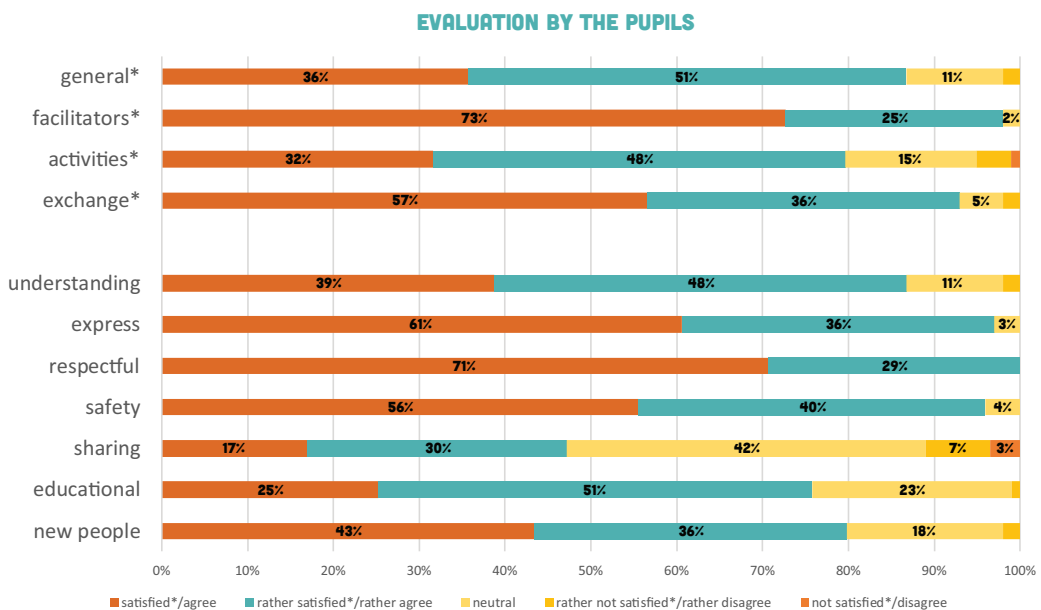
De resultaten van het evaluatieonderzoek hieronder zijn van alle doelgroepen (leerlingen, studenten en leraren) van het Diversi-Date evenement in België. De facilitators van dit Diversi-Date evenement waren tweedejaars bachelorstudenten Gezinswetenschappen (afdeling geesteswetenschappen van de Odisee Hogeschool - België). Ze hebben de workshops voorbereid, georganiseerd en gefaciliteerd op basis van deze toolbox, met ondersteuning van de docenten van het vak Projectwerk.

Zoals hieronder aangegeven, kunnen we over het algemeen stellen dat Diversi-Date zijn doelen heeft bereikt voor de drie doelgroepen: leerlingen, studenten en leraren.

8.1 LEERLINGEN

In totaal hebben 98 van de 116 leerlingen van 5 scholen in Brussel (Lucerna College in Anderlecht, KA in Jette, Emmanuel Hiel in Schaarbeek) en Vlaanderen (Benedictus Poort in Gent en TechniGo! in Aalst) het evaluatieformulier aan het einde van de dag ingevuld. 90% van de leerlingen was tussen de 17-19 jaar oud en 75% was meisje, 24% was jongen. De onderstaande grafiek geeft de evaluatie weer door de leerlingen.

Over het algemeen is de tevredenheid hoog. 87% was tevreden over de Diversi-Date dag in het algemeen; 98% was tevreden over de facilitators; 80% was tevreden over de activiteiten; 93% was tevreden over de uitwisseling tussen leerlingen. 87% stemde ermee in of was het er redelijk mee eens dat ze een beter begrip hadden van diversiteit onder leerlingen; 97% dat ze hun mening konden uiten; 100% was het eens met respectvol gedrag; 96% met veiligheid; 76% met de educatieve waarde van het evenement en; 79% dat ze nieuwe mensen hebben leren kennen. 47% was het ermee eens dat ze dingen durfden te delen die ze anders niet zouden delen met vreemden.

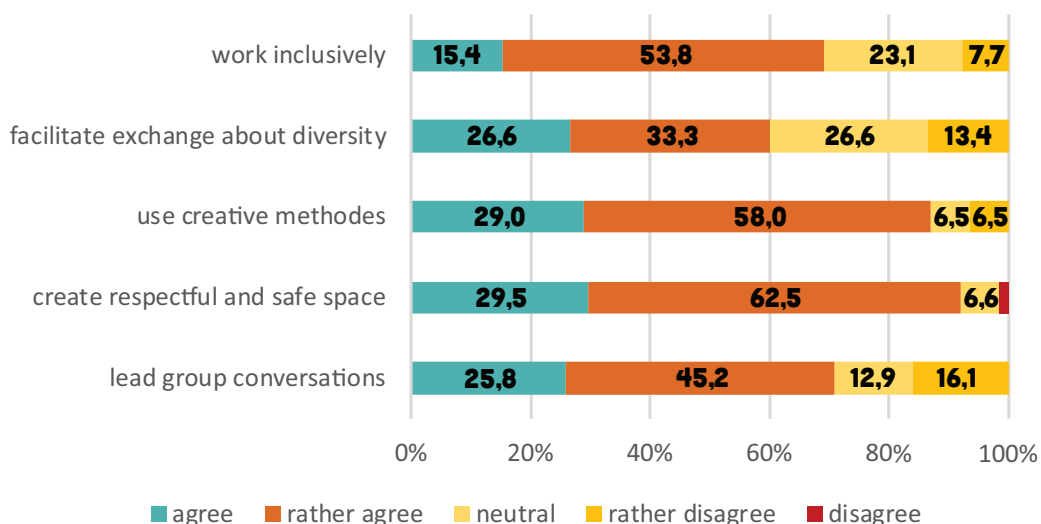


8.2 STUDENTEN

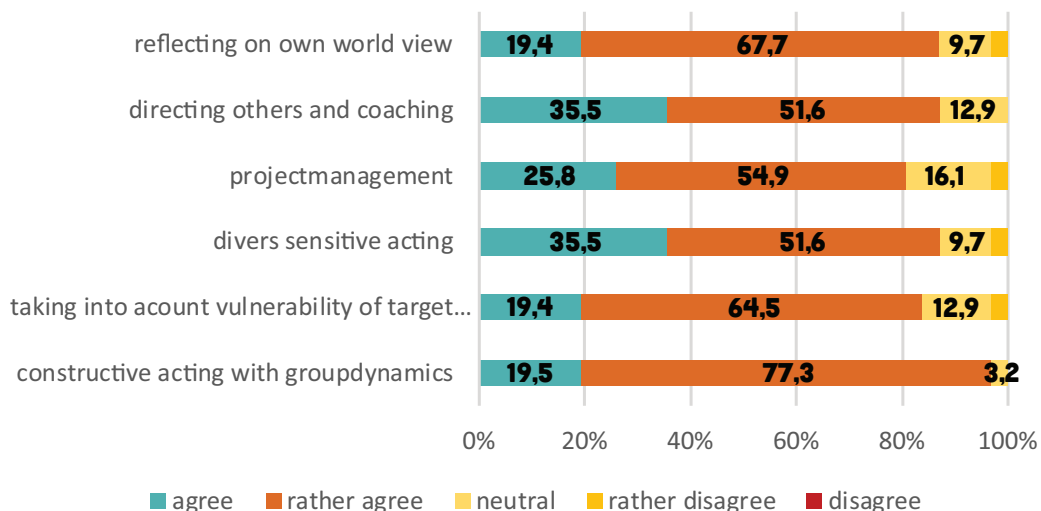
Aantal bachelorstudenten die het hele academische jaar het Diversi-Date evenement hebben voorbereid en de workshops hebben gefaciliteerd is 38. Van hen hebben 32 studenten het evaluatieformulier ingevuld. In de onderstaande tabel worden de resultaten weergegeven met betrekking tot de mate waarin Diversi-Date zijn doelen heeft bereikt voor de studenten. Minstens de helft van de studenten was het eens of redelijk eens met de volgende uitspraken. Gedurende het project hebben ze geleerd hoe ze: inclusief kunnen werken; uitwisseling over diversiteit kunnen faciliteren; gebruik kunnen maken van creatieve methoden; een respectvolle en veilige ruimte kunnen creëren; en groepsgesprekken kunnen leiden.

Daarnaast was ten minste 80% van de studenten het eens met het behalen van de volgende leerdoelen/competenties zoals voorgeschreven door het bachelorprogramma:

STUDENTS LEARNED HOW TO...



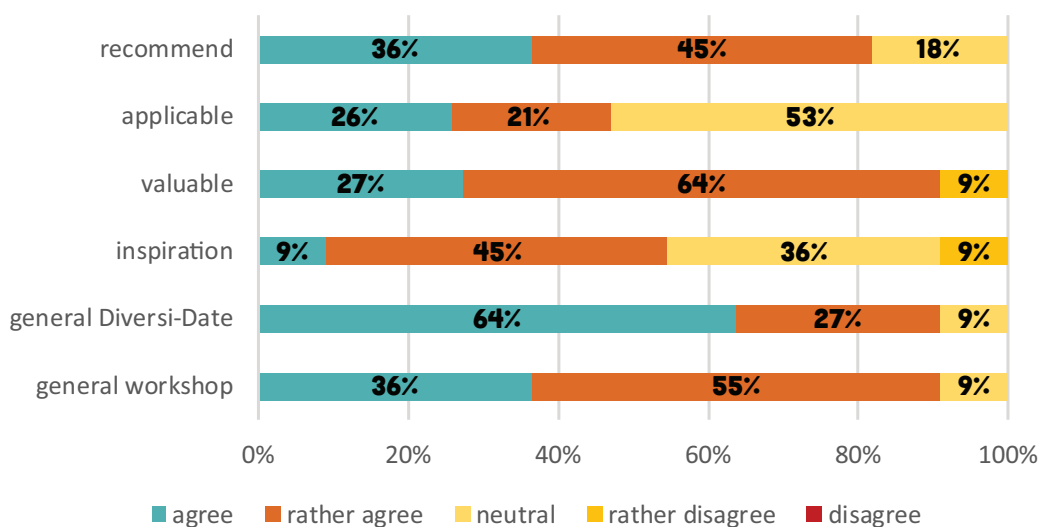
LEARNING GOALS OF THE BACHELOR STUDENTS



8.3 DOCENTEN

11 leraren van 5 verschillende scholen namen deel aan de workshop voor leraren, gefaciliteerd door de bachelorstudenten. 81% zou de Diversi-Date workshop aanbevelen aan collega's. 47% vond dat de inhoud van de workshop toepasbaar was binnen hun professionele context en 91% vond de ervaring waardevol. 54% voelde zich geïnspireerd door de methoden. 91% was over het algemeen tevreden met het Diversi-Date evenement en de workshop die ze bijwoonden.

EVALUATION OF THE TEACHERS





DEEL II
DE TOOLBOX
METHODES

1. INTRODUCTIE

1.1 DOEL VAN DIVERSI-DATE

De beschreven methoden hebben als voornaamste doel om uitwisseling te bevorderen tussen jongeren die elkaar (nog) niet goed kennen, op een informele en creatieve manier, binnen een contextueel, veilige en respectvolle omgeving, met behulp van creatieve methoden. Op deze manier willen we mensen met diverse talenten, culturele, etnische, sociaaleconomische, educatieve, religieuze achtergronden, interesses en meningen de gelegenheid geven om uit te wisselen en zich op een respectvolle manier uit te drukken. We hopen dat zij ontdekken dat er veel verschillen zijn tussen mensen en dat dit allemaal prima is. Maar ook dat er veel gemeenschappelijke grond is, zoals de behoefte om gerespecteerd te worden, behoefte aan veiligheid, behoefte om geaccepteerd te worden zoals ze zijn, ... wat ons allen bindt.

Hoewel het nuttig is, is het niet het doel van Diversi-Date om gevoelige onderwerpen te introduceren of discussies uit te lokken. Het is niet de bedoeling om discussies te organiseren met als doel anderen te overtuigen of voor specifieke ideologieën te pleiten. Bovendien is de toolbox niet ontworpen als een trainingsprogramma om professionele facilitators te worden die gespecialiseerd zijn in gevoelige communicatie met betrekking tot diversiteit. In plaats daarvan biedt het methoden die geschikt zijn voor facilitators die beperkte of gematigde ervaring hebben in het modereren van uitwisselingen met behulp van creatieve methoden onder jongeren. Dit omvat onder andere leraren, jongerenwerkers en studenten.

De toolbox biedt een scala aan methoden die specifiek zijn ontworpen voor facilitators met beperkte of gematigde ervaring in het modereren van uitwisselingen met behulp van creatieve methoden onder jongeren. Dit omvat onder andere leraren, jongerenwerkers en studenten. Het doel is om toegankelijke en gebruiksvriendelijke hulpmiddelen te bieden die deze facilitators in staat stellen om jongeren effectief te betrekken bij betekenisvolle en creatieve uitwisselingen. Door gebruik te maken van de toolbox kunnen facilitators zelfvertrouwen opbouwen en hun vaardigheden verbeteren in het begeleiden van interacties en het bevorderen van een respectvolle en inclusieve omgeving voor diverse groepen jongeren.



1.2 ENKELE RICHTLIJNEN

1.2.1 VOORBEREIDING

- Bepaal het volgende:
 - Wat is het doel van je Diversi-Date evenement?
 - Beoordeel de competenties van de betrokken facilitators.
 - Wie is de doelgroep?
 - Wat is de duur van het evenement (bij voorkeur een halve dag)?
- Zoek de onderstaande methoden op en maak een selectie van methoden met inachtneming van de bovengenoemde punten.
- Zorg voor alle benodigde materialen die beschreven staan voor elke methode en/of verstrekt worden in de bijlagen.
- Organiseer een try-out met de facilitators en geef elkaar feedback (zie instructies onder 'veilige ruimte').
- Reserveer de benodigde ruimtes en bereid de opstelling van de ruimte voor.
- Zorg voor drankjes, snacks en fruit voor de deelnemers.
- Probeer indien mogelijk de deelnemersgroepen zo samen te stellen dat niet iedereen elkaar al kent. Dit kan spannend zijn voor de deelnemers, maar het creëert ook interessante dynamiek.

1.2.2 VOORDAT JE BEGINT...

Voordat de eigenlijke workshop begint, kan het prettig zijn om muziek te hebben om de stilte te doorbreken terwijl je wacht op de studenten die arriveren. Er kunnen ook kleine hapjes, thee of iets anders zijn om aan het begin samen te delen, als je de mogelijkheid hebt. Eenvoudige en gastvrije gebaren zoals deze bieden een "excuus" om met elkaar te praten. Het is leuk om jezelf persoonlijk voor te stellen aan elke deelnemer in deze fase van de workshop.

De rol van de facilitator(s) is het belangrijkste. De facilitator(s) verwelkomt iedereen in de groep en breekt het ijs. Het kan erg spannend zijn om bij de workshop aan te komen, dus de facilitator legt de brug tussen de studenten en maakt het veilig voor de deelnemers om zich open te stellen. De facilitator maakt ook deel uit van de groep, dus het is belangrijk dat de facilitator deelneemt aan de oefeningen en authentiek zichzelf is. De facilitator(s) is verantwoordelijk voor het creëren van een veilige ruimte.





1.3 **CREËER EEN 'SAFER SPACE'**

Een veilige ruimte is een ondersteunende, niet-bedreigende omgeving waarin alle deelnemers zich comfortabel kunnen voelen om zichzelf uit te drukken en ervaringen te delen zonder angst voor discriminatie of vergelding. We gebruiken het woord "veiliger" om te erkennen dat veiligheid relatief is: niet iedereen voelt zich veilig onder dezelfde omstandigheden. Door de ervaringen van elke persoon in de ruimte te erkennen, hopen we een zo veilig mogelijke omgeving te creëren.

Waarom hebben we richtlijnen nodig? In een ideale wereld zouden alle ruimtes veilige ruimtes zijn en zouden alle mensen rekening houden met anderen en elkaars gevoel van veiligheid beschermen. Maar, ondanks onze beste bedoelingen, zijn we soms onbewust van bepaalde kwesties of hebben we ondoordachte momenten. Het hebben van duidelijke richtlijnen moedigt bewustwording aan over deze mogelijkheden. Hoewel er fouten kunnen worden gemaakt, zorgen ze ervoor dat de neuzen dezelfde kant op staan.

1.3.1 **HOE EEN VEILIGERE OMGEVING CREËREN?**

HOUDING FACILITATOR

- Wees authentiek; wees jezelf/acteer niet/wees eerlijk en transparant
 - Durf kwetsbaar te zijn/deel je eigen ervaringen (ken je grenzen en beperkingen)
 - Durf om hulp te vragen of te verwijzen naar websites/andere collega's wanneer je bijvoorbeeld niet over de kennis beschikt
- Wees aanwezig
- Oordeel niet en vergelijk niet
- Vertrouw op jezelf/de deelnemers/het proces/je eigen expertise/voel je zeker in je vak (eigen de onderwerpen toe)
- Wees bewust van jezelf (drama/triggers/jezelf als deelnemer en niet alleen als leider)
- Wees nieuwsgierig (luister/stel vragen/wees open/vat samen/verwoord wat je ziet)
- Werk samen met je collega (wees er voor elkaar), werk samen, wees bewust van je positie in de ruimte
- Er zijn geen feiten, alleen gevoelens. Spreek vanuit het hart
- Practice what you preach
- Begin met een verrassing
- Neem kleine stapjes en erken elke stap van een student

- Wees comfortabel in het ongemakkelijke
- Zoek naar gemeenschappelijke grond
- In het 'nee' zit ook een 'ja' - als iemand 'nee' zegt, waar zegt hij dan 'ja' tegen?
- Wanneer we ergens tegen zijn, zijn we ook ergens voor

1.3.2 RICHTLIJNEN VOOR DE DEELNEMERS

Neem deze richtlijnen zoals ze zijn over of pas ze aan aan de behoeften van je groep. Voel je vrij om de deelnemers te vragen of ze iets willen toevoegen aan deze lijst. Of je kunt de lijst samen met hen maken.

1. Respecteer de fysieke en emotionele grenzen van anderen.
2. Respecteer de identiteit en achtergrond van anderen, inclusief voornaamwoorden en namen.
3. Ga niet uit van of vorm geen oordeel over iemands genderidentiteit, seksuele voorkeur, overlevingsstatus, gezondheidsstatus, economische status, religie, achtergrond, overtuigingen, meningen, etc.
4. Respecteer het recht op privacy van anderen, zowel tijdens deze dialoog als daarna. Dwing niemand om vragen te beantwoorden die ze niet willen beantwoorden en deel de persoonlijke verhalen van anderen buiten deze dialoog niet.
5. Wees ervan bewust dat je acties en woorden onbedoelde effecten kunnen hebben op andere mensen en dat hun gevoelens geldig zijn, ongeacht je intenties.
6. Vermijd het verheffen van je stem, onderbreken of praten over anderen heen. En wees je bewust van hoeveel je deelneemt - zorg ervoor dat iedereen de kans krijgt om te spreken.
7. Ga uit van goede bedoelingen. Als iemand iets doet of zegt dat een grens overschrijdt, laat het hen dan voorzichtig weten, maar ga er niet van uit dat ze opzettelijk schade willen toebrengen.
8. Onthoud dat we allemaal aan het leren zijn.
9. Zorg voor je eigen veiligheid. Als je even weg moet, voel je vrij om dat te doen. Als je je onveilig voelt, laat het de facilitator dan weten.
10. Als je getuige bent van enig misbruik of ongepast gedrag, laat het de facilitator dan weten.



1.4 **VERSCHILLENDE METHODEN VAN DE TOOLBOX**

De verschillende methoden zijn gegroepeerd in 6 soorten workshops met verschillende doelen. Dit zijn:

- Jezelf presenteren aan de groep
- Elkaar leren kennen in duo's
- Jezelf ontdekken
- Interactie met anderen en de omgeving
- Interactie door improvisatie en acteren
- Afsluiting

Je kunt je eigen workshop samenstellen op basis van een selectie van de hieronder beschreven methoden.

1.4.1 **BEOORDELINGEN VAN DE METHODEN**

Hoewel alle methoden zijn geselecteerd zodat ze kunnen worden toegepast door facilitators met weinig of gematigde ervaring in groepsdynamiek, zijn sommige methoden moeilijker dan andere.

1.4.1.1 **FACILITATOR**

Wat betreft de rol van de facilitator kan er een beoordelingssysteem met sterren worden gebruikt om het niveau van voorbereiding en begeleiding aan te geven dat vereist is voor elke instructie of activiteit. Hier volgt een overzicht van de beoordeling met sterren:

- ★☆☆ Deze beoordeling geeft aan dat er minimale voorbereiding nodig is en dat de interventies en begeleiding van de facilitator beperkt zijn. De instructies voor de activiteit zijn relatief eenvoudig en de deelnemers kunnen de activiteit uitvoeren met weinig directe betrokkenheid van de facilitator.
- ★★☆☆ Een beoordeling van twee sterren geeft aan dat de instructies voor de activiteit iets complexer zijn en dat er wat extra voorbereiding en interventies van de facilitator nodig zijn om de groep te begeleiden. De facilitator moet mogelijk aanvullende uitleg of ondersteuning bieden tijdens de activiteit om ervoor te zorgen dat de deelnemers het begrijpen en betrokken zijn.
- ★★★ Wanneer een activiteit een beoordeling van drie sterren krijgt, geeft dit aan dat de instructies complexer zijn en mogelijk aanzienlijke voorbereiding en interventies van de facilitator vereisen om de groep effectief te begeleiden. De betrokkenheid van de facilitator is gedurende de hele activiteit noodzakelijk om ervoor te zorgen dat de deelnemers de instructies begrijpen, op koers blijven en eventuele uitdagingen kunnen aanpakken die zich kunnen voordoen.

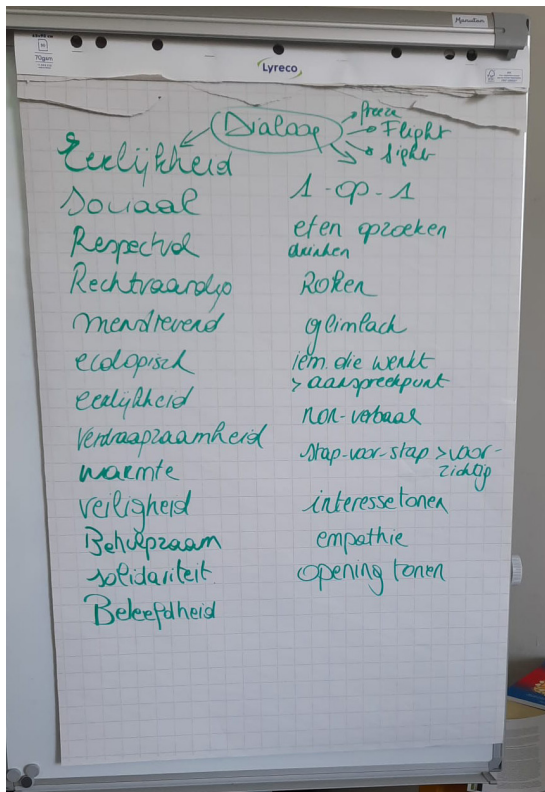
Door gebruik te maken van dit stersysteem kunnen facilitators het niveau van complexiteit en voorbereiding inschatten dat vereist is voor elke activiteit en dienovereenkomstig hun tijd en middelen toewijzen.

1.4.1.2 PARTICIPANT

Bij het overwegen van het niveau van de betrokkenheid van de deelnemers en de gevoeligheid van gedeelde informatie in een groep kan een sterrenwaarderingssysteem worden gebruikt. Hier volgt een overzicht van de sterrenwaarderingen in relatie tot de deelnemers:

- ☆☆☆ Deze waardering geeft aan dat de deelnemers minimaal blootgesteld worden in de groep. Hun betrokkenheid kan beperkt zijn en ze hoeven mogelijk geen gevoelige of persoonlijke informatie te delen. Het niveau van interactie en uitwisseling binnen de groep is relatief laag.
- ☆☆☆ Een waardering van twee sterren geeft aan dat van de deelnemers wordt verwacht dat ze een zekere mate van actieve betrokkenheid hebben binnen de groep. Ze kunnen worden gevraagd om op te staan of een meer actieve rol te spelen in bepaalde activiteiten. De gedeelde informatie is echter nog steeds beperkt gevoelig, en deelnemers hoeven geen diep persoonlijke of complexe details te geven.
- ☆☆☆ Wanneer een activiteit een waardering van drie sterren krijgt, betekent dit dat van de deelnemers wordt verwacht dat ze openlijk interactie aangaan binnen de groep. De taken kunnen het delen van meer gecompliceerde of gevoelige informatie omvatten. Deelnemers kunnen worden gevraagd om diepere discussies aan te gaan, persoonlijke perspectieven uit te drukken of deel te nemen aan activiteiten die een hoger niveau van kwetsbaarheid en vertrouwen vereisen.

Door gebruik te maken van dit sterrenwaarderingssysteem kunnen facilitators een overzicht geven van de verwachte betrokkenheid van de deelnemers en de gevoeligheid van gedeelde informatie. Het helpt ervoor te zorgen dat activiteiten passend worden ontworpen om aan te sluiten bij het comfortniveau en de gereedheid van de deelnemers.



2. DOELGROEP: JONGEREN

2.1 JEZELF PRESENTEREN AAN DE GROEP

2.1.1 HET NAMENSPEL

DOEL:

De deelnemers nemen deel aan speelse oefeningen die het kennismaken met elkaar bevorderen, hun luistervaardigheden verbeteren en betekenisvolle verbindingen tot stand brengen. Deze oefeningen creëren kansen voor deelnemers om op persoonlijk niveau contact te maken. Enkele aspecten van deze oefening zijn:

- Deelnemers nemen deel aan korte en snelle spelletjes waarbij ze door de ruimte bewegen. Deze spelletjes dienen als een eerste interactie en bieden een platform voor deelnemers om elkaar te leren kennen.
- Kennismaking: Deelnemers krijgen de kans om voor het eerst voor de groep te spreken, waarbij ze hun namen en wat basisinformatie over zichzelf kunnen delen. Dit helpt bij het leren van elkaars namen en het initiëren van gesprekken.
- Het creëren van een ondersteunende omgeving: De activiteiten richten zich op het ontwikkelen van tolerantie voor het maken van fouten, het aanmoedigen van lachen en het verminderen van overmatig nadenken. Deelnemers worden aangemoedigd om spontaan te reageren en te praten, waardoor een ontspannen en ondersteunende sfeer ontstaat.

LEVEL FACILITATOR ★☆☆

LEVEL DEELNEMERS ★☆☆

AANTAL DEELNEMERS: 6 - 10

DUUR: 10-15 MINUTEN

MATERIALEN: KLEINE BAL (BIJV. TENNISBALLEN)

VOORBEREIDING: GROEP STAAT IN CIRKEL



INSTRUCTIES

1ST RONDE – BAL – EIGEN NAAM ZEGGEN

- De hele groep staat in een cirkel.
- Een kleine bal wordt rondgegooid in de cirkel.
- Deelnemers gooien de bal naar elkaar terwijl ze hun eigen naam zeggen.

2E RONDE – BAL – ZEG DE NAAM VAN DE ANDER

- Maak het iets 'moeilijker' door nu de naam van de persoon naar wie ze de bal gooien te zeggen.

Variatie 1 - Rennen

- Deelnemers staan nog steeds in de cirkel. Nu is er geen bal. Er is één persoon die de naam van een ander zegt en naar die persoon toe loopt. Voordat ze aankomen, zegt de andere persoon een andere naam en begint naar die persoon te lopen, enzovoort.
- Als dit goed gaat, kun je het versnellen! Je zult zien dat het niet zo makkelijk is als het lijkt, maar vooral: erg leuk!
- Terwijl de bal rondgaat in de cirkel, loopt iemand tegelijkertijd naar iemand anders toe.

Variatie 2 - Oogcontact

- De groep staat in een cirkel. Iemand begint een boodschap naar iemand anders te sturen door in zijn of haar handen te klappen, de persoon in de ogen te kijken en zijn of haar naam te zeggen.

3E RONDE – COMBINEER BAL, RENNEN OF OOGCONTACT

- Laten we proberen 2 variaties te combineren.
- Bijvoorbeeld, terwijl de bal rondgaat in de cirkel, loopt iemand tegelijkertijd naar iemand anders toe.

TIPS

Fouten zullen worden gemaakt en dat is prima. Sterker nog, dit is een belangrijk onderdeel van het spel. Het stelt deelnemers in staat om met fouten om te gaan. Als facilitator ondersteun je respectvolle interactie en moedig je deelnemers die een fout maken aan om door te gaan.



2.1.2 STA OP ALS

DOEL:

De deelnemers oefenen in:

- zichzelf uit te drukken door kenmerken te onthullen
- elkaar te leren kennen
- gemeenschappelijke punten te vinden
- nieuwsgieriger naar elkaar te worden

LEVEL FACILITATOR ★☆☆

LEVEL DEELNEMERS ★☆☆

AANTAL DEELNEMERS: 6+

DUUR: 5 MIN

VOORBEREIDING: DEELNEMERS ZITTEN IN EEN CIRKEL OP EEN STOEL

INSTRUCTIES:

- Een deelnemer staat op en zegt: “Sta op als je [een eigenschap, gewoonte, talent, hobby, mening, ... hebt]”
- Alle deelnemers die zichzelf herkennen of dezelfde eigenschap hebben, moeten opstaan.
- Een andere deelnemer staat op en zegt: “Sta op als je [een eigenschap, gewoonte, talent, hobby, mening, ... hebt]”
- En zo verder...

Variatie:

- Alle deelnemers zitten in een cirkel op een stoel, behalve één persoon die in het midden van de cirkel staat.
- De deelnemer in het midden zegt: “Sta op als je [uitspraak]”
- Alle deelnemers die zichzelf herkennen of dezelfde eigenschap hebben, moeten opstaan en moeten gaan zitten op de stoel van een andere deelnemer die ook is opgestaan.
- De deelnemer die niet kon gaan zitten, staat vervolgens in het midden van de cirkel en zegt: “Sta op als je [uitspraak]”

TIPS

Stimuleer een nieuwsgierige houding en moedig de deelnemers aan om aanvullende vragen te stellen.

VOORBEELDEN VAN UITSPRAKEN:

- Je zingt onder de douche
- Je hebt een EHBO-diploma
- Je weet hoe je een fietsband kunt repareren
- Je hebt ooit een vogelhuisje gemaakt
- Je hebt ooit een liefdesbrief geschreven
- Je houdt ervan om taarten te bakken
- Je hebt ooit een toespraak gehouden voor publiek
- Je danst in je woonkamer
- Je hebt ooit deelgenomen aan een demonstratie
- Je hebt ooit een politiek statement gemaakt op sociale media
- Je hebt ooit een t-shirt gedragen met een slogan
- Je bent goed in nee zeggen
- Je hebt meer dan 7 paar schoenen
- Je houdt ervan om verhalen te verzinnen
- Je bent verliefd op iemand



2.1.3 WAAR OF ONWAAR

DOEL

- Kennismaken met de andere deelnemers.
- Durven vragen stellen en persoonlijke informatie delen.
- Deelnemers presenteren zichzelf op een mysterieuze manier aan de groep.
- Beginnen met praten voor de groep.
- De groep verrassen.
- Interesse in elkaar stimuleren.

LEVEL FACILITATOR ★☆☆

LEVEL DEELNEMERS ★★☆☆

AANTAL DEELNEMERS: 4-15

DUUR: 15 MINUTEN VOOR 4 PERSONEN, 2 MINUTEN EXTRA PER EXTRA DEELNEMER

MATERIALEN: GEEN

VOORBEREIDING: GROEP IN EEN CIRKEL PLAATSEN



INSTRUCTIES

- Vraag de deelnemers om 3 dingen over zichzelf te vertellen, waarvan er één niet waar is.
- Geef 5 minuten de tijd om na te denken.
- De groep moet raden welke verklaring niet waar is.
- **Variatie:** 2 valse verklaringen en één ware verklaring.

TIPS

- Behoud als facilitator een nieuwsgierige houding en stel aanvullende vragen.
- Nodig de groep uit om hetzelfde te doen.
- Doe zelf mee met het spel en vertel iets over jezelf.



2.1.4 ALS JE ME ECHT ZOU KENNEN,...

DOEL:

- Leer de andere deelnemers kennen.
- Durf vragen te stellen en deel persoonlijke informatie.
- Deelnemers stellen zichzelf op een mysterieuze manier aan de groep voor.
- Beginnen met praten voor de groep.
- De groep verrassen.
- Interesse in elkaar stimuleren.

LEVEL FACILITATOR ★☆☆

LEVEL DEELNEMERS ★★☆☆

AANTAL DEELNEMERS: 4-15

DUUR: 15 MINUTEN VOOR 4 PERSONEN, 2 MINUTEN EXTRA PER EXTRA DEELNEMER

MATERIALEN: GEEN

VOORBEREIDING: GROEP STAAT IN CIRKEL

INSTRUCTIES:

Vraag de deelnemers om iets te delen wat de anderen zouden weten als ze elkaar al langer zouden kennen. Geef de deelnemers 5 minuten de tijd om na te denken over wat ze willen delen.

De deelnemers moeten beginnen met: 'Als je me echt zou kennen, zou je weten dat ... (bijvoorbeeld: ik heb twee broers; ik speel tennis; ...)'

De anderen moeten minstens één aanvullende vraag stellen.

Variatie:

- Iedereen loopt willekeurig rond in de ruimte.
- De facilitator klapt in zijn handen en iedereen blijft staan.
- Deelnemers die dicht bij elkaar staan, beginnen met communiceren: "Als je me echt zou kennen, zou je weten dat ..."
- De anderen stellen minstens één aanvullende vraag.
- Wissel van rol.
- Na 2 minuten begint iedereen weer rond te lopen.

TIPS:

- Houd als facilitator een nieuwsgierige houding aan en stel aanvullende vragen.
- Nodig de groep uit om hetzelfde te doen.
- Lichtvoetige onderwerpen, lage drempel.
- Doe zelf ook mee aan het spel en vertel iets over jezelf.



2.2 ELKAAR LEREN KENNEN IN DUO'S

2.2.1 DILEMMA'S

DOEL:

- Deelnemers leren elkaar op een dieper niveau kennen door middel van verschillende snelle oefeningen.
- De deelnemers creëren verbinding met elkaar door op zoek te gaan naar overeenkomsten.

LEVEL FACILITATOR ★☆☆

LEVEL DEELNEMERS ★☆☆

AANTAL DEELNEMERS: 10+

DUUR: 15 MIN

KAT/HOND

ZOET/ZUUR

ZUUR/ZOUT

GROENTEN/FRUIT

SPAGHETTI/LASAGNE

JONG/OUDE

STAD/PLATTELAND

THUIS/OP VAKANTIE

DICHTBIJ/VER WEG

VRIJHEID/VEILIGHEID

VRIENDEN/FAMILIE

DENKEN/DOEN

OPTIMIST/PESSIMIST

VERLEDEN/TOEKOMST

OPEN/GESLOTEN

INTROVERT/EXTRAVERT

MUZIEK/SPORT

BOS/KUST

BERGEN/STRAND

ACHTER DE SCENE/OP HET PODIUM

MEER/MINDER

ZACHT/HARD

HOOG/LAAG

PRATEN/LUISTEREN

COMFORT/AVONTUUR

UITSLAPEN/VROEGE VOGEL

VOORBEREIDING:

- Print dilemma's voor elke leerling.
- Verdeel de deelnemers in 2 groepen van ongeveer gelijke grootte.

INSTRUCTIES:

- Laat de 2 groepen een cirkel vormen: één binnen de andere, zodat de deelnemers tegenover elkaar staan.
- In duo's: iedereen krijgt een klein papiertje met dilemma's. De buitenste groep is de interviewer en zij krijgen precies 1 minuut om zoveel mogelijk dilemma's aan de geïnterviewde te stellen terwijl ze de antwoorden noteren (geen tijd om na te denken, dit 'interview' moet snel gaan). Daarna krijgt de geïnterviewde hun 'dilemma-paspoort'.
- De binnenste cirkel schuift één plaats naar links. Nu hebben ze een nieuwe partner en is het hun beurt om zoveel mogelijk dilemma's te stellen in 1 minuut. Daarna krijgt de nieuwe geïnterviewde (buitenste cirkel) hun 'dilemma-paspoort'.
- De binnenste cirkel schuift opnieuw één plaats naar links. De nieuwe duo's bespreken: "Waar hebben we hetzelfde geantwoord en waarom hebben we/jij dat geantwoord?".
- De binnenste cirkel schuift opnieuw één plaats naar links. De nieuwe duo's bespreken: "Waar hebben we het tegenovergestelde geantwoord en waarom hebben we/jij dat geantwoord? Misschien kun je me overtuigen om van standpunt te veranderen?".
- De binnenste cirkel schuift opnieuw één plaats naar links. De nieuwe duo's formuleren nieuwe dilemma's.
- Dezelfde deelnemers schuiven opnieuw één plaats naar links. De nieuwe duo's stellen hun eigen dilemma's (die ze zojuist hebben geformuleerd met hun vorige partner) aan elkaar.

TIPS:

- Je bent vrij om minder rondes te doen dan hierboven beschreven.



2.2.2 INTERVIEWS

DOEL

De deelnemers:

- Leren elkaar op een dieper niveau kennen.
- Scherpen hun luister- en communicatieve vaardigheden aan: waar ben je nieuwsgierig naar?
- Respecteren hun eigen grenzen en die van anderen.
- Kunnen anderen laten zien wie ze denken dat ze zijn.
- Durven iets persoonlijks en kwetsbaars over zichzelf te delen, terwijl ze hun eigen grenzen respecteren.
- Hebben vertrouwen in elkaar door hun eigen verhaal met elkaar te delen.

LEVEL FACILITATOR ★★☆☆

LEVEL DEELNEMERS ★★☆☆

AANTAL DEELNEMERS: 6+

DUUR: 15 MINUTEN

MATERIALEN

Interviewvragen

Hier vind je voorbeelden van interviewvragen als deelnemers inspiratie nodig hebben.

- Waar voel jij je thuis?
- Wie is belangrijk voor jou?
- Waar ben je trots op?
- Wat geeft jou energie?
- Wat betekent het voor jou om jezelf te zijn?
- Welke keuze die je in het verleden hebt gemaakt, heeft invloed gehad op je leven?
- Welke keuze die iemand anders heeft gemaakt, heeft invloed gehad op je leven?
- Wie/wat inspireert jou?
- Waar heb/ben je recentelijk om gelachen/je boos over gevoeld/verdrietig van geworden?
- ...

VOORBEREIDING

- Print de vragen.
- Verdeel de deelnemers in 2 groepen van gelijke grootte (indien oneven, kan de begeleider meedoen).



INSTRUCTIES

- Verdeel alle deelnemers in groep A en groep B.
- Groep A staat in een rij met gesloten ogen. Deelnemers van groep B kiezen iemand uit die ze niet goed kennen en/of waar ze nieuwsgierig naar zijn, en gaan voor die persoon staan zonder iets te zeggen of de ander te vertellen wie ze zijn. Ze stappen terug voordat de groep met gesloten ogen hun ogen opent. Het eerste duo is bekend.
- Nu staat groep B in een rij met gesloten ogen, en de deelnemers van groep A kiezen iemand uit in stilte.
- Nadat iedereen een duo heeft gevormd, kunnen deelnemers van groep B hun ogen openen en ontdekken wie er voor hen staat. Het tweede duo is bekend.
- Dit duo zoekt een plek in de ruimte waar ze het interview kunnen beginnen.
- De interviewer (uit groep A) heeft 4 minuten de tijd om deze persoon te interviewen: begin met één vraag en stel zoveel mogelijk aanvullende maar betekenisvolle vragen over dit onderwerp.
- Regels van het interview:
 - Het gaat helemaal om de geïnterviewde: geen onderbrekingen of eigen verhalen. De interviewer mag alleen vragen stellen.
 - Probeer goed te luisteren.
 - Na het interview krijgt de interviewer 1 minuut de tijd om op te schrijven wat ze gehoord hebben, wat hen raakte, wat hen verraste.
- Daarna wissel je naar het andere duo, dezelfde oefening maar nu zijn de leden van groep B de interviewer.
- Op het einde is iedereen zowel geïnterviewd als interviewer geweest.

TIPS

- Deze methode kan worden gevolgd door 'Tekende Ander' of 'Ontwerp Tatoeages' (zie hieronder).

2.2.3 TEKEN DE ANDER

DOEL

De deelnemers:

- Openen hun creatieve geest en krijgen vertrouwen in hun vaardigheden.
- Leren dat creatief zijn makkelijker is dan ze misschien denken.
- Oefenen met het omzetten van een idee naar een tekening.
- Ervaren plezier in het maken van fouten.
- Ontwikkelen moed om zich op een creatieve manier uit te drukken.

LEVEL FACILITATOR ★☆☆

LEVEL DEELNEMER ★★★

AANTAL DEELNEMERS: 2+

DUUR: 15 MINUTEN ALS DE INTERVIEWOEFENING EERST WORDT GEDAAN, ANDERS 30 MINUTEN

BENODIGDHEDEN

- Potloden van verschillende kleuren
- Papier

VOORBEREIDING:

- Voorafgaand aan deze methode moeten de deelnemers elkaar al enigszins kennen (zie de methode 'interview')
- Zorg voor potloden en papier voor alle deelnemers
- Plaats alle materialen op één tafel in het midden van de ruimte of verdeel ze over verschillende tafels.

INSTRUCTIES

- Er worden een paar vragen gesteld/opdrachten gegeven:
 - Kies een kleur die je vindt passen bij de persoon tegenover je.
 - Teken de persoon zonder naar je papier te kijken.
 - Teken de persoon zonder je pen van het papier te halen.
 - Teken (niet schrijven) 3 woorden die je je herinnert van het gesprek dat je zojuist had.
 - Teken (niet schrijven) een zin die je bijblijft van het gesprek dat je zojuist had.
- Het doel is niet om perfecte tekeningen te maken, maar om te wennen aan het tekenen, durven tekenen op een blanco vel, ideeën om te zetten in symbolen, enzovoort.

2.2.4 ONTWERP TATTOOS

DOEL

De deelnemers:

- Verdiepen zich in het verhaal van de ander.
- Creëren iets voor een andere deelnemer.
- Transformeren een verhaal in een creatieve vorm.
- Voeren artistieke handelingen uit op een toegankelijke manier.

LEVEL FACILITATOR ★☆☆

LEVEL DEELNEMERS ★★★

AANTAL DEELNEMERS: 2+

DUUR: 20 MINUTEN ALS DE INTERVIEWOEFENING EERST WORDT GEDAAN, ANDERS 35 MINUTEN

BENODIGDHEDEN

- Pen, papier, markers
- Optioneel voor inspiratie: symbolen, tijdschriften

VOORBEREIDING

- Voorafgaand aan deze methode moeten de deelnemers elkaar al enigszins kennen (zie de methode 'interview')
- Zorg voor pennen en papier voor alle deelnemers
- Plaats alle materialen op één tafel in het midden van de ruimte of verdeel ze over verschillende tafels.

INSTRUCTIES

- Deelnemers zitten in paren bij elkaar en voeren een gesprek om elkaar beter te leren kennen (je kunt de oefening 'interviews' gebruiken).
- De deelnemers ontwerpen een 'tatoeage' voor de persoon met wie ze hebben gesproken, die verwijst naar iets uit het gesprek.
- De deelnemers geven elkaar de 'tatoeage' met een uitleg erbij.
- Sluit de oefening af met een 'sluitende kring': iedereen presenteert zijn tatoeage aan de groep, met zoveel uitleg als ze willen delen.
- Het is handig als de opdracht de deelnemers enige richting geeft, bijvoorbeeld: ontwerp een tatoeage die de ander versterkt, trots maakt of blij maakt.
- Je kunt ervoor kiezen om de tatoeage alleen op papier te geven of echt op de huid door huidmarkers, markers die veilig zijn voor het lichaam of tatoeagepotloden te gebruiken.
- Je kunt ze enkele voorbeelden geven van abstracte tatoeages, symbolen, tekens ... ter inspiratie. Bijvoorbeeld: het Boek van Symbolen.
- Als ze snel klaar zijn, geef ze dan een extra uitdaging. Bijvoorbeeld: creëer een tatoeage die op slechts één vinger past.

2.3 ONTDEK JEZELF EN VERBIND

2.3.1 IDENTITEITSSOEP

DOEL

Speelse manier om elkaar te leren kennen en te verbinden met elkaar

LEVEL FACILITATOR ★☆☆

LEVEL DEELNEMERS ★★★

AANTAL DEELNEMERS: 4-16

DUUR: 20-30 MIN

BENODIGDHEDEN

- Identiteitssoep-formulier (zie bijlage)
- Pen

VOORBEREIDING

Print het Identiteitssoep-formulier voor elke deelnemer

INSTRUCTIES

- Vorm groepen van 4-6 deelnemers
- Vraag de deelnemers om de Identiteitssoep-vragen in te vullen
- Binnen elke groep lezen de deelnemers elkaars ingevulde formulieren
- Bespreek de identiteitssoep. Wat is verrassend, waar ben je nieuwsgierig naar, wat herken je, ...



2.3.2 LEVENSBOOM

DOEL

- Meer inzicht in hun eigen levensverhaal.
- Creatieve uitingen.
- Verbinding maken met andere deelnemers.

LEVEL FACILITATOR ★☆☆

LEVEL DEELNEMERS ★★★

AANTAL DEELNEMERS: 4-15

DUUR: 15 MINUTEN OM TE TEKENEN + 10 MINUTEN DISCUSSIE/UITWISSELING

BENODIGDHEDEN

- Kleurpotloden, markers of potloden
- A4-papier

VOORBEREIDING

- Zorg voor potloden en papier voor alle deelnemers
- Plaats alle materialen op één tafel in het midden van de ruimte of verdeel ze over verschillende tafels

INSTRUCTIES

- Vraag de deelnemers om een boom te tekenen met grond, wortels, stam, kruin, takken en/of bloemen/vruchten
- Geef enkele vrije richtlijnen, maar laat genoeg ruimte voor interpretatie en creativiteit van de deelnemers:
 - Grond = waar woon je? Met wie?
 - Wortels = verleden: waar kom je vandaan? Wat is je familiegeschiedenis? ...
 - Stam: wat zijn je talenten, vaardigheden, ...?
 - Boomtop: wat wil je bereiken, realiseren, ...?
 - Takken en bladeren: wie is belangrijk voor je? Wie mis je? ...
 - Bloemen/vruchten: welke geschenken heb je ontvangen of weggegeven en aan wie en waarom? ...
 - ...
- Wanneer de tekeningen klaar zijn, hang ze dan op een bord of aan de muur.
- Iedereen bekijkt de bomen.
- Iedereen kan (een deel van) zijn eigen boom uitleggen of vragen stellen over andere bomen.
- Wat herkennen ze, wat vinden ze ontroerend of inspirerend, ...

2.3.3 LABELLEN

DOEL

- Begrijpen van de begrippen *stigma* en *zelfstigma*.
- Begrip/bewustzijn van eigen stigma's en zelfstigma's.
- Inzicht/bewustzijn van je eigen kwaliteiten.
- Leren om kwetsbaar te zijn, om jezelf open te stellen.

LEVEL FACILITATOR ★★★★★

LEVEL DEELNEMERS ★★★★★

AANTAL DEELNEMERS: 6+

DUUR: 30 MIN

MATERIALEN

- A5-labels (mogelijk in verschillende kleuren)
 - Label 1 - Stigma: Stigma (welke negatieve vooroordelen hebben andere mensen over jou?)
 - Label 2 - Zelfstigma: Zelfstigma (welke negatieve vooroordelen heb jij over jezelf?)
 - Label 3 - Coping: Hoe ga je om met stigma en zelfstigma? Welke positieve eigenschappen zie je in jezelf?
- Zorg ervoor dat elke deelnemer de 3 labels heeft.
- Pennen voor elke deelnemer.



VOORBEREIDING

- Geef een korte uitleg:
- Stigma: een negatief oordeel of veronderstelling die door een aanzienlijk deel van de bevolking wordt gehouden over een individueel lid van een bepaalde groep op basis van kenmerken (gezondheid, fysieke eigenschappen, overtuigingen, geslacht, gedrag, enz.) die leiden tot discriminatie, uitsluiting, gebrek aan kansen, ...
- Zelfstigma ontstaat wanneer gestigmatiseerde personen geloven dat (delen van) deze negatieve oordelen of veronderstellingen waar en van toepassing zijn op henzelf, wat leidt tot schaamte, onzekerheid, zelfuitsluiting, gebrek aan zelfvertrouwen, ...

Voorbeeld 1:

- Stigma: Je kunt niet op mensen rekenen die mentale problemen hebben (vooordeel), daarom moet je geen relatie met hen aangaan (discriminatie).
- Zelfstigma: Ik voel me mentaal niet goed, dus ik kan geen relatie hebben met iemand.

Voorbeeld 2:

- Stigma: Religieuze mensen hebben radicale en extreme traditionele ideeën (vooordeel), daarom wil je niet met hen werken (discriminatie).
- Zelfstigma: Ik laat geen tekenen van mijn religieuze overtuiging zien en begin te twifelen aan mijn geloof.

Voorbeeld 3:

- Stigma: Genderfluïde mensen zoeken aandacht en hun ideeën over mannen en vrouwen zijn niet normaal, daarom wil je geen vrienden met hen zijn.
- Zelfstigma: Ik begin te twifelen aan mijn eigen genderidentiteit en besluit mijn gender niet uit te drukken.

INSTRUCTIES

- Begin met het stigma-label, waarop één antwoord zal worden geschreven.
- Laat elke deelnemer één voorbeeld opschrijven dat ze willen delen/bespreken.
- Deel en bespreek de voorbeelden.
- Vraag deelnemers om het zelfstigma-label in te vullen.
- Laat hen met elkaar in gesprek gaan over dit onderwerp.
- Maak een link naar positieve eigenschappen. Welke positieve eigenschappen gebruiken ze om met stigma en zelfstigma om te gaan? Laat de deelnemers het coping-label invullen.

TIPS

- Het is erg belangrijk om de “veilige ruimte”-richtlijnen toe te passen (zie hierboven).
- Wat betreft de deelnemers die geen ervaring hebben met stigmatisering, moedig hen aan om te luisteren en empathie te tonen voor de ervaringen.

2.3.4 COVERSTORY

DOEL

- Zelfkennis/bewustzijn
- Leren om kwetsbaar te zijn, jezelf open te stellen
- Inzicht/bewustzijn in je eigen stigma's en zelfverhaal
- Leren om complimenten te geven

LEVEL FACILITATOR ★★☆☆

LEVEL DEELNEMERS ★★☆☆

AANTAL DEELNEMERS: 6+

DUUR: 20 MINUTEN OM VOOR TE BEREIDEN + 5 MINUTEN PER DEELNEMER OM HUN VERHAAL UIT TE LEGGEN EN LABELS VAN ANDEREN TE ONTVANGEN



MATERIALEN

- Verschillende soorten tijdschriften
- A4 gekleurd papier
- Schaar en lijmstift voor elke deelnemer
- Markers en pennen
- Labels (bijvoorbeeld stevig papier met een gat in de hoek)
- Tie-wraps of kleine stukjes touw of wol
- Optioneel: decoratief tape, stickers

VOORBEREIDING

Leg alle materialen op tafel. Elke deelnemer krijgt een stuk gekleurd A4-papier, een tie-wrap en een paar beige labels.

Zorg voor genoeg ruimte op tafel voor iedereen om te werken.

INSTRUCTIES

Leg uit dat ze een omslagverhaal gaan maken (ook wel een titelpagina genoemd, de voorpagina van een tijdschrift), gebruikmakend van knipsels uit de tijdschriften. De deelnemers kunnen zelf kiezen wat ze willen uitknippen! Knipsels kunnen bijvoorbeeld tekst en afbeeldingen bevatten.

Op de voorkant:

- Wat denk je dat mensen zien als ze naar jou kijken?
- Hoe denk je dat anderen jou zien?
- Welke soort stigma en zelfstigma ervaar je?

Op de achterkant:

- Wat ervaar je van binnen?
- Wat zien andere mensen niet aan jou?
- Wat ontbreekt er? (Bijvoorbeeld, ben je iemand anders? Ben je iets anders?)

Elke deelnemer toont zijn/haar omslagverhaal - ze kiezen zelf wat ze willen delen. De andere deelnemers schrijven een wens of compliment op een label voor de persoon die zojuist heeft gepresenteerd. Geef ongeveer 5 minuten voor elke deelnemer.

Elke deelnemer bevestigt de beige labels die over hen zijn geschreven aan een tie-wrap.

2.3.5 ROLMODELLEN & TEGELTJESWIJSHEDEN

LEVEL FACILITATOR ★★☆☆

LEVEL DEELNEMERS ★★☆☆

DOEL

MATERIALEN

- ‘Voorbeeldfiguren’ kaarten
- ‘Tegels van wijsheid’ kaarten
- Pennen
- Toegang tot internet (voor voorbeelden van rolmodellen en inspirerende citaten)

VOORBEREIDING

- Maak voor elke deelnemer een kaart met ‘Voorbeeldfiguur’ en een kaart met ‘Tegel van wijsheid’

INSTRUCTIES

1. Leg de deelnemers uit wat een rolmodel is: Een rolmodel is iemand die veel voor je betekent of heeft betekend, iemand die een voorbeeld voor je is vanwege zijn/haar acties, overtuigingen, talenten, bekwaamheid, wijsheid, ...
2. Stel de vragen: Met wie vergelijk je jezelf? Wie is jouw rolmodel? Deelnemers vullen dit individueel in op de kaart ‘Voorbeeldfiguren’.
3. Bespreek de ingevulde kaarten aan de hand van de volgende vragen:
 - Welk rolmodel heb je gekozen en waarom?
 - Welke eigenschappen van dit rolmodel heb je zelf, en welke niet?
 - Welke eigenschappen zou je graag meer willen hebben?
4. Verdeel de groep in paren (of kleine groepjes).
5. Laat de deelnemers zoeken naar bestaande citaten of gezegdes die ze inspirerend vinden (op internet) of deze met elkaar delen.
6. Vraag de deelnemers om deze citaten aan te passen zodat ze passen bij de eigenschappen die ze hebben of graag zouden willen hebben in relatie tot hun rolmodel.
7. Laat deelnemers hun ‘Tegel van wijsheid’ presenteren aan de groep.
8. Vraag anderen om hierop te reflecteren.

2.4 **INTERACTIE MET ANDEREN EN DE OMGEVING**

2.4.1 **WAT ZOU JE WILLEN VERANDEREN?**

DOEL

Deelnemers ontwikkelen:

- vaardigheden op het gebied van brainstormen en het opbouwen van ideeën door te associëren op de ideeën van anderen
- luister- en samenvattingsvaardigheden tijdens groepsdiscussies
- burgerschapscompetenties

LEVEL FACILITATOR ★★

LEVEL DEELNEMERS ★★

AANTAL DEELNEMERS: 3-5

DUUR: 60 MIN

MATERIALEN

Papier, pennen, markers, muziek, verf, tijdschriften, internet

VOORBEREIDING

Zorg voor materialen voor elke groep.

INSTRUCTIES

1. BRAINSTORM (20 minuten)

- Brainstorm over: "Wat zou je willen veranderen aan de wereld?"
- Na elke 5 minuten: maak de context kleiner: "Wat zou je willen veranderen aan je land?" "aan je stad?" "aan je school?" "aan je straat?" "aan je vriendengroep / familie?" "aan jezelf?"
- Onderstreep de dingen waar iedereen in deze kleinere groep het sterk mee eens is.

2. TRANSFORMEER/BEREID VOOR (20 minuten)

- Kies binnen elke groep één 'probleem'.
- Formuleer hoe jij (als groep of als individu) kunt bijdragen aan een mogelijke oplossing voor dit 'probleem'.
- Transformeer deze 'mogelijke oplossing' in een creatieve vorm naar keuze (muziek, speech, schilderij, toneelstuk, dans, spoken word...).
- Iedereen in de groep moet op de een of andere manier bijdragen.

3. PRESENTEER en bespreek (5 minuten per groep)

- Elke groep krijgt de kans om het probleem waar ze zich zorgen over maken en de oplossing die ze zien voor de toekomst te presenteren.
- Na de presentatie mogen de andere deelnemers reageren.

TIP

- Als de deelnemers twijfelen over de creatieve vorm, kun je vragen welke creatieve vaardigheden ze in de groep hebben.
- Als ze iets grafisch of visueel maken, is het nog steeds goed om ze aan te moedigen om een verklaring te geven over wat ze hebben gemaakt.
- Loop langs de groepen en zorg ervoor dat ze niet te lang in een denkfase blijven hangen, maar beginnen met doen.
- Leid de feedbackronde door vragen te stellen: wat heb je gezien? Wat raakte je? Op welke manier keek je naar iets op een nieuwe manier?

2.4.2 “JA, EN...” – OEFENING IN GROEPEN

DOEL

- Luisteren naar de groep en alle ideeën accepteren (inclusief je eigen ideeën).
- Ervaar hoe het accepteren van je eigen ideeën en die van anderen de activiteit in volledig nieuwe richtingen brengt.

LEVEL FACILITATOR ★☆☆

LEVEL DEELNEMERS ★★☆☆

AANTAL DEELNEMERS: 6+

DUUR: 5 – 10 MINUTES

VOORBEREIDING

Loop rond in de ruimte

INSTRUCTIES

- Laten we eerst oefenen met de hele groep. Dit kan gedaan worden door vrij in de ruimte te lopen of door in een cirkel te staan, waarbij de acties ook in volgorde kunnen worden uitgevoerd.
- Iemand begint en stelt iets voor om samen te doen, bijvoorbeeld: “Zullen we gaan vissen?” Of “Laten we drie keer springen!” Hierop reageren de anderen enthousiast en roepen: “Ja!”. Alle suggesties worden altijd expliciet goedgekeurd. Iedereen beeldt de suggestie uit en gebruikt gebaren om goedkeuring te tonen, totdat iemand anders iets anders voorstelt om te doen.
- Er wordt een nieuwe suggestie gedaan, bijvoorbeeld: “Laten we op de grond liggen” of “laten we in het park rennen”, etc. Opnieuw reageert iedereen enthousiast.
- Herhaal dit 5 keer.

TIPS

- Ga verder met de oefening “NEE, omdat...”

2.4.3 “NEE, OMDAT...” & “JA, EN”-OEFENING IN KOPPELS

DOEL

Het doel van de oefening is om op te merken hoe het afwijzen van ideeën de interactie bemoeilijkt. De oefening toont het principe van constructieve interactie aan, waarbij de beurt en verantwoordelijkheid voor de voortgang van de interactie gelijk verdeeld zijn en beide partijen worden gehoord.

LEVEL FACILITATOR ★★☆☆

LEVEL DEELNEMERS ★★★★★

AANTAL DEELNEMERS: 2 + DUO'S

DUUR: 2 * 10MIN

VOORBEREIDING

Maak koppels

INSTRUCTIES

- Laten we in tweetallen oefenen. De begeleider vraagt de deelnemers om zich in tweetallen te verdelen, bijvoorbeeld met iemand die ze nog niet kennen, of door naar hun eigen sokken te kijken en vergelijkbare sokken te zoeken om mee te paren.
- Deel 1. De personen in de paren worden verdeeld in persoon A en persoon B. Persoon A begint voor te stellen wat ze samen zouden kunnen doen als stel, waarop persoon B antwoordt met “Nee” en altijd met een excuus komt waarom het voorstel niet geschikt is, bijvoorbeeld: “Zullen we samen koffie drinken?”, waarop de ander antwoordt: “Nee, want koffie maakt me misselijk.” Persoon A gaat verder door een nieuw voorstel te doen, en dit gaat door totdat de begeleider de opdracht onderbreekt en de rollen worden omgedraaid. De opdracht kan bijvoorbeeld worden voortgezet gedurende 1-2 minuten voordat de rollen worden omgedraaid, zodat B begint met het suggereren van dingen die ze samen kunnen doen aan persoon A. Het belangrijke is dat beide personen beide rollen kunnen uitproberen.
- Na de oefening is het belangrijk om de gevoelens in paren te bespreken en vervolgens met de hele groep te bespreken. De begeleider kan vragen stellen zoals: Hoe voelden de verschillende rollen? Welke gevoelens riep het op om degene te zijn die afwijst of die afgewezen wordt? Waarom wijzen we ideeën af in interactie? De reden daarvoor kan bijvoorbeeld onzekerheid of urgentie zijn. Was het gemakkelijk of moeilijk om de ideeën af te wijzen? Wanneer je de ideeën van de ander afwijst, hoef je geen verantwoordelijkheid te nemen voor het verloop van het gesprek, maar het kan ook moeilijk zijn, omdat je merkt hoe slecht de ander zich daardoor voelt. Dit kan gedachten oproepen over hoe je beter zou willen handelen in interactiesituaties. Het is ook goed om te zeggen dat het prima is om nee te zeggen en je eigen grenzen te stellen. Aan de andere kant is het goed om te beseffen dat het afwijzen de interactie belemmert, dus het is goed om alleen af te wijzen wanneer het nodig is.
- Deel 2. De tweede keer werkt hetzelfde paar weer samen. Eén persoon begint opnieuw met het voorstellen van een gezamenlijke activiteit, en deze keer antwoordt de ander met “Ja, en...”, waarbij ze een andere suggestie teruggeven. Op deze manier bouwt het paar samen een verhaal op, waarbij ze steeds de beurt aan de ander doorgeven. Alle suggesties zijn goed! Het is goed voor de begeleider om paren aan te moedigen zelfkritiek los te laten en gewoon de gedachten te laten vliegen!
- Na de oefening is het goed om te bespreken hoe het antwoord “ja, en...” voelde. Daarnaast is het fijn om samen te delen waar elk paar eindigde in hun gezamenlijke verhaal, hoe ze zich voelden over de oefening en welke gedachten het opriep. Laten we acceptatie en afwijzing doornemen en hoe dit verband houdt met constructieve interactie.

TIPS

- Warm-up door de “Ja, en...” oefening te doen.

2.4.4 ONBEDOELDE AFWIJZING VAN IDEEËN

DOEL

Om te leren opmerken op welke verschillende manieren we ideeën afwijzen, hoe we dit allemaal doen zonder het te beseffen en hoe het voor de andere persoon kan voelen, kunnen we empathie ontwikkelen. Het is ook goed om te realiseren wat er eigenlijk nodig is voor een constructieve interactie (aanwezig zijn en echt luisteren) en dat lichaamstaal een zeer sterke invloed heeft op de interactie.

LEVEL FACILITATOR ★★★★★

LEVEL DEELNEMER ★★★★★

AANTAL DEELNEMERS: DIT IS EEN GROEPSOPDRACHT VOOR 4–5 MENSEN, MAAR HET KAN OOK IN KOPPELS

DUUR: 30 –45 MIN

INSTRUCTIES

- Voorafgaand aan de oefening vraagt de begeleider aan de deelnemers om zichzelf in de groep te benoemen als personen A, B, C, D en E. Het is handig voor de begeleider om een timer te hebben die kan worden gebruikt om de scènes te timen, die ongeveer een minuut duren.
- In het begin vertelt de begeleider dat in deze oefening de kleine groep mensen uit een bedrijf of een branche vertegenwoordigt en vraagt de groep om een naam te bedenken. De begeleider vertelt dat de groep tijdens de oefening een recreatie- of welzijnsdag voor het bedrijf zal plannen, bijvoorbeeld als medewerkers van een supermarkt. In de oefening wordt een vergadering gesimuleerd, die bestaat uit zeven korte scènes, elk ongeveer een minuut lang. In elke scène stelt één persoon (bijvoorbeeld persoon A in de eerste scène) een gezamenlijke activiteit voor en de anderen handelen in de scène zoals door de begeleiders verteld. De instructies zullen in elke scène veranderen. Het is ook goed om te zeggen dat je dezelfde suggesties opnieuw kunt gebruiken als je bijvoorbeeld niets weet te zeggen. Na een minuut stopt de begeleider de oefening, en de deelnemers aan de vergadering kunnen even uit hun rollen stappen en de oefening kan eerst in kleine groepen en daarna in de grote groep worden besproken. De begeleider kan na elke ronde aan de groepen vragen naar hun ervaringen, observaties en gedachten: Wat gebeurde er en hoe voelde het allemaal?
- NB! Het is belangrijk dat de begeleider vertelt dat je in de oefening in rollen zit, waarin alles is toegestaan, en de oefening kan allerlei emoties oproepen en kan ook aanvoelen als pesten. In het reflectiegedeelte dat na elke scène plaatsvindt, worden de gevoelens besproken en kunnen de deelnemers de persoon bedanken die als voorsteller optrad en indien nodig zelfs excuses aanbieden als ze dat willen. De rol wordt tussen de scènes en aan het einde losgelaten.

A) Persoon A stelt een gezamenlijke activiteit voor. De andere leden van de groep accepteren het voorstel om de beurt, met behulp van de uitdrukking “ja, maar...”. Doel: Let op dat we ons hier alleen op problemen richten, niet op oplossingen, en we laten de situatie niet vorderen.

B) Laten we de voorsteller veranderen naar persoon B. Anderen in de groep accepteren het voorstel volledig verbaal, maar drukken niets uit met hun lichaam of gezicht, maar zijn erg “gezichtsluus”. Doel: Let op dat woorden alleen niet genoeg zijn, we hebben lichaamsuitdrukking en reactie nodig om de boodschap te ondersteunen.

C) Laten we de voorsteller veranderen naar persoon C. De andere leden van de groep zijn besluiteloos, onzeker en willen geen verantwoordelijkheid nemen als de zaak wordt uitgevoerd, bijvoorbeeld: “Oké, maar ik heb geen tijd” of “Nou, ik weet niet hoe ik hiermee moet omgaan...” of “Ik kan niet helpen, ik heb andere dingen te doen”, enz. Doel: Let op dat zelfs als op het voorstel op zich niet negatief wordt gereageerd, dit soort geklaag en de angst om verantwoordelijkheid te nemen niet leidt tot interactie en de situatie niet laat vorderen.

D) Laten we de voorsteller veranderen naar persoon D. Anderen accepteren het voorstel verbaal, maar drukken afwijzing uit met hun lichaam. Ze kunnen hun benen en armen gekruist hebben, hun ogen en mond open hebben. Hun aandacht kan ergens anders op gericht zijn, bijvoorbeeld op hun mobiele telefoon. Doel: Let op dat een fysieke afwijzing van de boodschap het wint van een verbaal accepterende boodschap, of in ieder geval zorgt deze tegenstrijdige communicatie voor grote verwarring bij de ontvanger: “Was het ja, of nee?”

E) Laten we de voorsteller veranderen naar persoon E. Deze keer reageren de anderen op het voorstel met zeer korte woorden zonder echt iets te betekenen (“aha”, “ja, maakt niet uit”, “Prima voor mij”). Ze luisteren misschien niet eens naar de voorsteller, maar praten over of praten op hetzelfde moment met iemand anders. Doel: Ontdek hoe je macht kunt gebruiken om iemand af te wijzen. Dit kan echt overweldigend en slecht aanvoelen.

F) Verander de voorsteller naar een vrijwilliger. Anderen verdraaien de suggesties tot een grap, kleineren met humor en wijzen de voorsteller op een goede manier af. Doel: Let op dat negatieve humor gericht op de persoonlijkheid, het uiterlijk of de gedachten van een ander overweldigend kan zijn en kan worden gebruikt bij pesten. Aan de andere kant kan samen lachen weer iets anders zijn - dat kan zeer krachtig zijn!

- Tenslotte wordt dezelfde oefening gedaan, maar worden alle voorstellen geaccepteerd volgens het principe van “ja, en...”, zoals de vorige keer geoefend. Tot slot is het belangrijk dat de deelnemers hun groepsleden bedanken voor het geweldige werk.
- Bewerkt vanuit de bron: <http://www.vtt.fi/inf/pdf/publications/2011/P779.pdf>
- Discussie: Onbedoelde afwijzingen, wat is de juiste acceptatie?

TIPS

Warm jezelf op door de oefeningen “Ja, en...” en “Nee, omdat...” te doen.

2.5 **INTERACTIE DOOR IMPROVISATIE EN ACTEREN**

2.5.1 **LIJN VAN STOELN**

DOEL

Vertrouw elkaar en werk samen. Dit is een vertrouwensopdracht. Via non-verbale communicatie moeten ze samen beslissen waar ieders plaats in de rij is. En om over de stoelen te bewegen, hebben ze elkaars hulp nodig. Ze moeten voor elkaar zorgen.

LEVEL FACILITATOR ★☆☆

LEVEL DEELNEMERS ★☆☆

AANTAL DEELNEMERS: 10+

DUUR: 10 MIN

MATERIALEN

Stoelen waarop gestaan kan worden

VOORBEREIDING

Maak twee rijen stoelen, het aantal stoelen is gelijk aan het aantal deelnemers.

INSTRUCTIES

- Alle studenten pakken een stoel en zetten deze in een rij. De docent vraagt hen om twee rijen tegenover elkaar te vormen. De stoelen staan strak naast elkaar.
- De studenten staan op de stoelen. Vanaf nu mogen ze de grond niet meer aanraken of praten.
- Je vraagt de studenten om een nieuwe rij op de stoelen te vormen (zonder op de grond te staan of te praten). Bijvoorbeeld op basis van schoenmaat, handgrootte, haarkleur, lengte, etc.

2.5.2 DUWEN EN TREKKEN

DOEL

De oefening gaat over het gebruik van kracht door het te doseren, jezelf en de ander uit te dagen zonder te willen winnen. Deze oefening symboliseert hoe je samenwerkt door middel van improvisatie en bijbehorende gesprekken: daag het onderwerp, je tegenstanders en jezelf uit, maar overweldig niet. Help de ander om in zijn/haar kracht te komen.

LEVEL FACILITATOR ★☆☆

LEVEL DEELNEMERS ★☆☆

AANTAL DEELNEMERS: IN KOPPELS

DUUR: 5 MIN

VOORBEREIDING

De studenten vormen 2 rijen die tegenover elkaar staan. Iedereen in de rij heeft een partner tegenover zich staan. De spelers staan tegenover elkaar met een (denkbeeldige) lijn op de vloer tussen hen in.

INSTRUCTIES

- Ze zullen verschillende duw- en trekspelletjes spelen:
 - Sta met de ruggen tegen elkaar - duw. (variatie: zitten met de ruggen tegen elkaar - duw)
 - Duw op elkaars schouders
 - Pak elkaars polsen vast en trek (variatie: staand en zittend)
- NB: Bij deze opdracht controleer je je kracht ten opzichte van elkaar. Blijf geconcentreerd tijdens de oefening, probeer het spannend te maken zonder de ander te overheersen! Snelheid verhogen of plotseling stoppen is verboden. Het mag nooit een worstelwedstrijd worden. Als een van de partijen het gevoel heeft te gaan winnen, geef dan iets minder kracht, net genoeg om niet te winnen en niet te verliezen. Op het einde kan er iemand winnen.
- Variatie: Dezelfde oefening, maar in een groep van 3 of 4 studenten. Ze houden elkaars handen vast en trekken aan elkaar. Dezelfde regels, dezelfde uitdaging, maar nu moeten ze allemaal samenwerken.

2.5.3 EEN BLINDE PERSON BEGELEIDEN – SAMEN EEN TAAL ONTWIKKELEN

DOEL

Vertrouwen oefenen: vertrouwen hebben en betrouwbaar zijn, luisteren naar je partner.

LEVEL FACILITATOR ★☆☆

LEVEL DEELNEMERS ★★☆☆

AANTAL DEELNEMERS: IN KOPPELS

DUUR: 15 MIN

INSTRUCTIES

Dit is een oefening voor tweetallen waar je veel tijd aan kunt besteden! Een van de duo's sluit zijn of haar ogen en de ander fungeert als gids voor een blinde persoon. Het is goed als de gids zijn partner vasthoudt, waarbij één hand op de rug of schouder van de partner rust en de andere hand de hand of arm van de partner vasthoudt, zodat de "blinde" persoon zich veilig voelt. De gids kan de "blinde" persoon door de kamer of het gebouw leiden en hem verschillende materialen laten aanraken en voelen, of hem meenemen naar plekken met een interessante geluidsbeleving. Het is belangrijk dat de gids luistert naar de "blinde" persoon en zijn stappen daarop aanpast. Naarmate het vertrouwen groeit, kan de gids het tempo verhogen.

Daarna worden de rollen omgedraaid. Je kunt ervoor kiezen om dit te doen met hetzelfde duo of de paren te wisselen.

Variatie

De begeleider kan obstakels in de kamer plaatsen, zoals een paar stoelen en tafels. De gidsen moeten de blinde persoon door deze obstakels helpen zonder dat iemand botst met andere studenten of obstakels. De gids kan een blinde student voorzichtig begeleiden bij het gaan zitten en weer opstaan van een stoel. De gids kan een blinde student begeleiden bij het kruipen onder een tafel of het staan op een tafel. Je kunt dit ook proberen zonder te praten.

Aan het einde is het goed om te bespreken hoe het voelde: Was je in staat om een ander te vertrouwen? Waar komt vertrouwen vandaan?

2.5.4 WANDELOEFENINGEN

DOEL

Samenwerken, luisteren naar de groep, betrokkenheid tonen, concentratie, het gevoel van veiligheid vergroten, elkaar leren kennen, iets doen wat je anders niet zou doen.

LEVEL FACILITATOR ★☆☆

LEVEL DEELNEMERS ★☆☆

AANTAL DEELNEMERS: 6 +

DUUR: 10 MIN

INSTRUCTIES

- Je moet tijd besteden aan deze oefening! Je kunt rustige muziek op de achtergrond afspelen.
- Eerst kan de begeleider de groep vragen vrij door de ruimte te lopen en altijd de lege plekken in de kamer op te vullen. De deelnemers richten zich alleen op zichzelf en hebben geen feitelijke interactie met elkaar. De begeleider kan zeggen dat iedereen blijft lopen, zelfs wanneer hij instructies geeft.

1. Stop - raak de muur aan - ga naar de vloer

- Eerste stap: Als iemand stopt, moet iedereen stoppen. Als iemand weer begint te lopen, begint iedereen weer te lopen.
- Tweede stap: Als iemand de muur aanraakt, doet iedereen hetzelfde.
- Derde stap: Als iemand naar de vloer gaat, doet iedereen hetzelfde.
- Vierde stap: Als iemand een ander op de schouder aanraakt, doet iedereen hetzelfde.
- De begeleider kan de deelnemers aanmoedigen om iets te proberen wat ze normaal gesproken niet zouden doen. Als je normaal gesproken iemand bent die initiatieven neemt, volg dan gewoon en luister. Als je vaak stil bent, neem nu dan het initiatief en de groep zal volgen.

2. Nabootsingswandeling

- Vijfde stap: Opnieuw beweegt de groep door de ruimte. De begeleider zal zeggen dat als iemand het tempo versnelt of vertraagt, de anderen hetzelfde doen. Als iemand op een andere manier loopt (kleine stapjes, laag bij de grond, snelle stappen), zullen anderen dat ook doen.

3. Hoeveel mensen bewegen?

- Zesde stap: de begeleider zegt bijvoorbeeld: een aantal kleine stapjes of een aantal snelle stappen. De deelnemers luisteren naar de groep en maken geen contact.
- Zevende stap: de begeleider zegt bijvoorbeeld: vijf langzame stappen, twee draaiingen en één sprong.

2.5.5 DE STOEL

DOEL

Dit zal alleen werken als de studenten echt proberen samen te werken. Doe deze oefening dus niet aan het begin van de workshop. Vaak bouwt er veel energie op en maakt het hen gelukkig: het gevoel van samenwerken, elkaar uitdagen en tegelijkertijd samen blijven werken als een groep.

LEVEL FACILITATOR ★★☆☆

LEVEL DEELNEMERS ★★★★★

AANTAL DEELNEMERS: 8+

DUUR: 15 MIN

INSTRUCTIES

- De groep staat in een wijde cirkel met een gelijke afstand tussen de individuele studenten.
- Vraag de studenten zich bewust te zijn van de grootte van de cirkel, hun plaats in de cirkel en de twee personen naast zich. Ze worden hiervan bewust en blijven dit door middel van een zachte focus.
- Geef aan in welke richting de cirkel zal draaien. De studenten draaien hun lichamen in die richting. Vraag elke student om een reden te bedenken waarom ze de rug van de persoon voor hen willen aanraken/raken. En waarom willen ze niet dat de persoon achter hen hun rug aanraakt?
- Vraag de studenten zich fysiek en mentaal voor te bereiden op de achtervolging (een fase van gereedheid om te beginnen).
- De studenten proberen de andere student op de rug aan te raken.
- Iedereen bouwt de achtervolging op tot rennen terwijl ze proberen de rug van hun voorganger te raken en niet aangeraakt te worden door de persoon achter hen.
- **Opmerking:**
 - Ze achtervolgen elkaar in de cirkel en zorgen ervoor dat de afstand tussen alle deelnemers hetzelfde blijft door middel van een zachte focus.
 - Het principe is hetzelfde als bij de duw- en trek-oefeningen; niemand kan winnen, maar je stimuleert elkaar om het beste van zichzelf te geven.
- **Variatie:**
 - De groep begint met de achtervolging zonder dat de leraar hen vertelt wanneer ze moeten beginnen. Iedereen is mentaal en fysiek voorbereid om te starten. Ze proberen elkaar aan te voelen en beginnen tegelijkertijd.
 - Wanneer de leraar 1 keer in zijn handen klapt, blijft de hele groep stil staan.
 - Bij 2 keer klappen draaien ze om en bewegen ze zich in de tegenovergestelde richting.
 - Bij 3 keer klappen maken ze een sprong met een hurkzit op de grond. De studenten bouwen spanning op terwijl ze naar elkaar kijken en langzaam weer opstaan, een nieuwe richting kiezen en de achtervolging hervatten.

2.5.6 SPIEGELOEFENING

DOEL

Toewijding aan samenwerking, luisteren, concentratie, samenwerking met het duo, fysieke interactie en het vinden van een geschikte interactie: waarbij geen van beiden te veel of te weinig van het gesprek overneemt, maar het afwisselt zoals de naam al aangeeft.

LEVEL FACILITATOR ★☆☆

LEVEL DEELNEMERS ★★☆☆

AANTAL DEELNEMERS: IN KOPPELS

DUUR: 10 MIN

INSTRUCTIES

- Laten we ons verdelen in paren. De paren staan tegenover elkaar en kijken elkaar in de ogen. Het doel is om de oefening in stilte te doen terwijl je oogcontact houdt. Het paar beslist wie als eerste de beweging zal leiden. Wanneer de leider van de beweging is gekozen, begint het paar te bewegen zodat de leider de beweging toont en het paar probeert de beweging tegelijkertijd te doen, als een spiegelbeeld. Nadat dit is gedaan, wordt het omgekeerd, de recente leider wordt nu de volger en de volger wordt de leider.
- Het doel van de oefening is gelijktijdigheid, niet om bewegingen te snel te doen zodat de ander afhaakt. De bewegingen hoeven niet per se groot en indrukwekkend te zijn; alle bewegingen zijn bewegingen, en we bewegen zonder het de hele tijd op te merken. Het is ook goed om hardop te zeggen dat je dezelfde bewegingen kunt herhalen, het is niet saai.
- Wanneer beide partners een tijdje de leiding hebben gehad in de beweging, wordt de oefening nogmaals gedaan, maar nu wordt de leider niet afgesproken. Het paar moet naar elkaar luisteren om hun gemeenschappelijke bewegingen te vinden. De verandering van de leider gebeurt gewoon en verandert gedurende de hele oefening!
- Let op! Als je het gevoel hebt dat je partner je te veel leidt, kun je besluiten om niet te volgen en zelf de leiding te nemen. Het doel is echter om de bewegingen samen te doen, maar het is goed om op te merken dat het alleen werkt als de activiteit gelijk verdeeld is. Daarom kun je ook zelf suggesties naar voren brengen als je het gevoel hebt dat je buitengesloten wordt (zoals in interactiesituaties in het algemeen). Aan de andere kant werkt het niet als niemand iets doet. Er moet dus een balans worden gevonden tussen de deelnemers, net zoals in constructieve interactie in het algemeen.

2.6 **AFSLUITENDE ACTIVITEITEN**

2.6.1 **DANKJEWEL-CIRKEL**

DOEL

- Bedank elkaar
- Voel je gewaardeerd
- Reflectie op de dag die samen is doorgebracht

LEVEL FACILITATOR ★☆☆

LEVEL DEELNEMERS ★☆☆

AANTAL DEELNEMERS: ALLE DEELNEMERS

DUUR: 10 – 15 MIN

INSTRUCTIES

- Zorg ervoor dat iedereen voor de laatste keer in een kring zit.
- Stel een vraag die voor iedereen hetzelfde is om te beantwoorden (indien ze willen): "Waar ben ik vandaag in geslaagd? Als ze het moeilijk vinden, kun je vragen: waar ben je trots op, wat heeft je positief verrast over je eigen gedrag? Voorbeelden die je kunt geven zijn: mijn betrokkenheid, inzet, focus, kwetsbaarheid, moed. De deelnemers kiezen één ding waarvoor ze zichzelf willen bedanken en delen dit. Afhankelijk van de tijd en focus kunnen ze dit één voor één delen of allemaal tegelijkertijd in de groep 'laten vallen'.
- Nu kunnen ze de persoon of groep personen bedanken waar ze dankbaar voor zijn vanwege dit gedrag. Het kan een andere deelnemer in de groep zijn, de hele groep, de leraar die hen hierheen heeft gebracht, de organisatoren, hun ouders, enzovoort. Opnieuw kunnen ze dit individueel delen, delen met een buurman of het allemaal tegelijkertijd in de groep noemen.
- In de discussie kun je vragen toevoegen zoals:
 - Wie was je toen je aan de workshop begon? Wie ben je nu?
 - Is er iets veranderd of voel je je anders ten opzichte van mensen, jezelf of het onderwerp?
- Als groepsleider kun je ook aangeven hoe je de groep wilt bedanken en waarom. Wees oprecht en authentiek in je woorden.

2.6.2 ACTIVITEIT: HET VLIEGTUIGJE

DOEL

- Wees dankbaar naar anderen toe.
- Voel je gewaardeerd.
- Reflecteer op de dag die we samen hebben doorgebracht.

LEVEL FACILITATOR ★☆☆

LEVEL DEELNEMERS ★☆☆

AANTAL DEELNEMERS: ALLE DEELNEMERS

DUUR: 15 MIN

MATERIALEN

- A4-papier
- Papieren mand

INSTRUCTIES

- Sluit je ogen en overdenk wat je vandaag hebt ervaren: wat neem je mee, wat zou je willen veranderen?
- Vouw een vliegtuigje en schrijf in het midden aan de binnenkant: algemene opmerkingen.
- Op een vleugel: tips of suggesties.
- Op de andere vleugel: hoogtepunten of dingen die je leuk vond.
- Alle vliegtuigjes worden tegelijkertijd in een mand gegooid.
- Je kunt de opmerkingen lezen en ze in de groep bespreken.

3. WORKSHOP VOOR DOCENTEN, JONGERENWERKERS...

3.6.1 INTRODUCTIE EN OPSTART

Voordat je begint als facilitator: lees deel I van de toolbox en de introductie van deel II. Probeer deze principes toe te passen tijdens de workshop. Bespreek deze principes met de deelnemers aan het begin van de workshop. Je kunt de poster van een veilige ruimte (zie bijlage) als richtlijn gebruiken.

15-30 minuten: Begin met een van de introductiemethoden (zie jezelf presenteren aan de groep)

30-45 minuten: Introductieronde waarin de deelnemers worden gevraagd:

- Wat is jouw beroep, organisatie, doelgroep, ...?
- Wat is uitdagend bij het werken met de doelgroep?
- Wat is uitdagend met betrekking tot een snel veranderende samenleving (bijv. debat over klimaat, gender, migratie, etnische diversiteit, woke, enz.)?
- Geef tijd om te discussiëren en ideeën uit te wisselen.

3.1 **GEMEENSCHAPPELIJKE GRONDEN**

DOEL

- Laat leerkrachten reflecteren op hun houding/mening ten opzichte van hun leerlingen.
- Reflectie over wat veilige ruimtes zijn.
- Bewustwording van hun eigen positie en achtergrond.
- Nadruk leggen op verschillen versus nadruk leggen op gemeenschappelijke grond.

LEVEL FACILITATOR ★☆☆

LEVEL DEELNEMERS ★★☆☆

AANTAL DEELNEMERS: 5-15

DUUR: 45 – 60 MIN

MATERIALEN

1 Envelop met 3 stukjes papier (formaat van een ansichtkaart) per deelnemer

VOORBEREIDING

Alle deelnemers ontvangen een envelop.

INSTRUCTIES

1. Vraag de deelnemers om na te denken op welke manier ze verschillen van hun leerlingen. Vraag hen om hun antwoorden op het eerste stukje papier te schrijven en in de envelop te doen. Er vindt verder geen uitwisseling plaats.
2. Vraag de deelnemers om na te denken over wat ze gemeenschappelijk hebben met hun leerlingen. Vraag hen om hun antwoorden op het tweede stukje papier te schrijven en in de envelop te doen. Er vindt verder geen uitwisseling plaats.
3. Beschrijf de volgende situatie: Je bent uitzonderlijk uitgenodigd voor een speciaal en exclusief evenement. De meeste aanwezigen zijn zeer machtig en welgesteld (CEO's, ambassadeurs, zeer gerespecteerde wetenschappers, artsen, kunstenaars, acteurs, edelen, enz.). Wanneer je aankomt, word je vriendelijk verwelkomd door de portier. Je betreedt de balzaal. De aanwezigen lijken aardig te zijn en nodigen je uit om bij hun groep te komen staan. Ze stellen vragen zoals: Wat is je naam, waar kom je vandaan? Vind je het hier leuk? Wat is je beroep? Bezoek je vaak dit soort evenementen? Na een paar momenten stopt het gesprek echter. In je ooghoek zie je een kleine groep mensen aan de zijkant staan. Sommigen herken je als collega's. Zij zijn de enigen, net als jij, die uitzonderlijk zijn uitgenodigd voor het evenement.

Vraag de deelnemers hoe ze zich in zo'n situatie zouden voelen? Waarom is dat? Wat zouden ze nodig hebben in die situatie? Wat zouden de welgestelde en machtige aanwezigen denken over hun behoeften, gevoelens en gedrag? Vraag hen om hun antwoord op het laatste stukje papier te schrijven en in de envelop te doen.

- Na vraag 3, vraag of de deelnemers iets willen veranderen of toevoegen aan hun eerdere antwoorden.
- Verdeel de deelnemers in groepen van 4/5. Laat hen hun antwoorden bespreken. Wat zouden ze veranderen of toevoegen aan hun antwoorden? Waarom?
- Discussie met de hele groep:
 - Wat hebben de deelnemers nodig om zich echt welkom en op hun gemak te voelen op het feest?
 - Wat hebben ze nodig om zich op een veilige manier uit te kunnen drukken?
 - Kunnen ze zich voorstellen dat sommige leerlingen/jongeren zich op dezelfde manier voelen als de deelnemers zich voelden op het feest? En zo ja, wat hebben deze jonge mensen nodig om zich veilig te voelen om zichzelf te uiten?
 - Is dit iets wat iedereen gemeenschappelijk heeft (vraag 2)?
 - Wat kunnen ze doen om een veiligere omgeving te creëren binnen hun beroep?

TIPS

Bij de eerste oefening zullen de meeste deelnemers voor de hand liggende kenmerken noemen zoals leeftijd, opleidingsniveau, religie, economische status, enz.

Bij de tweede oefening zullen deelnemers meer moeite hebben om de vraag te beantwoorden. Deze antwoorden zullen meer gaan over behoeften zoals respect, vrijheid, acceptatie, verbondenheid, veiligheid, vriendelijkheid, zelfontwikkeling, jezelf kunnen zijn. Geef tijdens de oefening echter geen suggesties.

De situatie van vraag 3 beschrijft een situatie waarin de deelnemer een vorm van ongemak ervaart, zoals een gebrek aan respect, vrijheid, acceptatie, verbondenheid, veiligheid, vriendelijkheid, jezelf kunnen zijn, oprechtheid. Dit ongemak kan vergelijkbaar zijn met de gevoelens van leden van een minderheidsgroep.

3.2 **BARNGA**

DOEL

- Speelse ervaring van wat er gebeurt wanneer normen, gewoonten, ... niet duidelijk zijn en communicatie moeilijk is.
- Het spel is een simulatie van situaties in het echte leven waar mensen met verschillende etnische achtergronden en verschillende talen samenkomen, zoals in een superdiverse samenleving.
- Oefening in empathie en begrip voor situaties van minderheden en nieuwkomers.

LEVEL FACILITATOR ★★☆☆

LEVEL DEELNEMERS ★★☆☆

AANTAL DEELNEMERS: 9 –20

DUUR: 60–90 MIN

MATERIALEN

- Evenveel speelkaarten als er groepen zijn.
- Voor elke groep 4-6 exemplaren van de spelregels. Elke groep ontvangt verschillende spelregels (zie bijlage).
- Pen en papier voor elke groep.

VOORBEREIDING

Verdeel de deelnemers in minstens 3 groepen van 4-6 spelers en laat hen rond een tafel of stoel zitten.

INSTRUCTIES

- Communiceer dat we een kaarttoernooi gaan spelen.
- Elke groep spelers ontvangt een document met spelregels (elke groep ontvangt licht verschillende regels, maar vermeld dit niet).
- Elk groepslid leest de regels, bespreekt ze met de groep en speelt het spel een paar keer om de regels te begrijpen.
- Nadat iedereen het spel begrijpt, begint het toernooi:
 - Het papier met de spelregels wordt weggenomen.
 - Elke groep begint te spelen voor punten, MAAR ze mogen niet meer met elkaar praten. Communicatie is alleen mogelijk door gebaren of tekeningen (niet schrijven).

Het toernooi:

- Elke groep speelt het spel minstens 3 keer tijdens één ronde.
- Na 5-10 minuten begint ronde 2. De winnaar van elke tafel gaat naar een andere tafel (bijvoorbeeld met de klok mee naar de volgende tafel).
- Na nog eens 5-10 minuten begint ronde 3. De winnaar van elke tafel gaat naar een andere tafel (bijvoorbeeld met de klok mee naar de volgende tafel).

Na het toernooi nabespreking:

- Laat de groep tot rust komen, maar nog niet praten. Sommigen zullen lachen, anderen zullen gefrustreerd zijn of in de war.
- Na het tot rust komen, binnen elke groep:
 - Laat ze hun emoties en verwarring uiten.
 - Wat denken ze dat er is gebeurd?
 - Veranderden hun emoties toen de deelnemers aan tafel veranderden?
- Voor de hele groep:
 - Deel de meningen van elke groep.
 - Leg uit wat er is gebeurd (elke tafel had verschillende spelregels).
- Opnieuw in kleinere groepen:
 - Welke echte situaties in het leven simuleert dit spel?
 - Wat zijn de onderliggende oorzaken die leiden tot de moeilijkheden?
 - Aan welke oplossingen denken ze aan?
- Opnieuw voor de hele groep:
 - Hoe relateert dit spel aan de werkelijkheid?
 - Wat hebben ze geleerd voor hun eigen beroep?

TIPS

- Observeer de tafels goed. Vanaf de 2e ronde zullen spelers spelen met onbekende spelregels. Dit leidt tot verwarring, frustratie, chaos, enz.
- Niet praten of schrijven tijdens het toernooi. Als facilitator, verwijst naar de regels zoals vermeld op het papier wanneer deelnemers vragen beginnen te stellen.

Gebaseerd op: Sivasailam "Thiagi" Thiagarajan with Raja Thiagarajan, BARNGA: A Simulation Game on Cultural Clashes, Boston: Intercultural Press, 2006 <https://sites.lsa.umich.edu/inclusive-teaching/barnqa/>

3.3 **SITUATIE EN ROLLENSPEL**

DOEL

- Empathische reflectie op realistische situaties
- Uitwisseling met collega's
- Bewustzijn van eigen opvattingen en sociale achtergronden
- Reflecteren op het beleid van de organisatie
- Bewustzijn van communicatiestijlen

LEVEL FACILITATOR ★★☆☆

LEVEL DEELNEMERS ★★★★★

AANTAL DEELNEMERS: 8-16

DUUR: 30 - 45 MINUTEN PER ONDERWERP

MATERIALEN

- Paper A4

INSTRUCTIES

Beschrijf en bespreek de volgende situaties:

SITUATIE 1

Twee leerlingen praten met elkaar in het Arabisch. Een andere student klaagt hierover omdat hij/zij zich buitengesloten voelt. Een collega gaat naar de leerlingen toe en zegt dat ze de officiële talen moeten spreken. Omdat dit niet de eerste keer is dat deze leerlingen hun moedertaal spreken, blijft de collega naast hen staan om ervoor te zorgen dat ze niet weer in hun moedertaal gaan praten.

VRAGEN/DISCUSSIE

- Wat is jouw mening over deze situatie?
- Waarom denk je dat ze hun moedertaal spreken?
- Begrijp je de klacht van de andere student?
- Is het oké om naast de leerlingen te gaan staan?
- Hoe zou jij handelen in deze situatie?
- Wat is het schoolbeleid met betrekking tot het spreken van andere talen dan de officiële taal? Ben je het ermee eens/oneens?

SITUATIE 2

Een collega praat over de Tweede Wereldoorlog. De collega legt Hitler's idee uit over de Übermensch met blond haar en blauwe ogen. Vervolgens wijst ze naar een leerling met blond haar en blauwe ogen en zegt lachend: "jij zou een perfecte Übermensch zijn".

VRAAG

Doet de collega naar jouw mening iets wat niet verstandig is?

VERVOLG

De leerling antwoordt: "Ik ben Joods."

Vragen/Discussie

- Wat is jouw mening over deze situatie?
- Maakt de collega een fout door deze opmerking te maken?
- Hoe denk je dat de leerling zich zou voelen?
- Hoe zou jij reageren als je in een vergelijkbare situatie zou zijn?

SITUATIE 3

Een leerling zingt een liedje van een bekende rapper. In de songtekst wordt het n-woord genoemd en de leerling zingt het woord voluit.

VRAAG

Doet deze leerling naar jouw mening iets verkeerd? Zou je er iets over zeggen?

VERVOLG

Een andere leerling reageert dat hij/zij dit woord niet kan gebruiken. De leerling verdedigt zichzelf door te beweren dat het in een populair liedje voorkomt. De andere leerling antwoordt dat de rapper zelf zwart is, dus hij kan het woord gebruiken. Voor anderen is het racistisch om het woord te gebruiken.

Vragen/Discussie

- Wat is jouw mening over deze situatie?
- Zou je een van de leerlingen verdedigen? Hoe zou je reageren als je in een vergelijkbare situatie zou zijn?
- Hoe zouden beide leerlingen zich voelen?



SITUATIE 4

Een student doet een aankondiging: “Vanaf nu wil ik aangesproken worden met ‘die/hen’ of met mijn nieuwe naam en niet langer met ‘hij’ of mijn oude naam.”

VRAAG

Hoe zou je reageren op dit verzoek? Waarom?

VERVOLG

Terwijl de meeste leerlingen niet reageren, zeggen sommigen dat ze weigeren ‘die/hen’ en de nieuwe naam te gebruiken. Ze zeggen dat het niet normaal is om op deze manier van geslacht te veranderen.

VRAGEN/DISCUSSIE

- Zou je een standpunt innemen in deze discussie?
- Waarom zijn sommige studenten tegen dit verzoek?
- Hoe zou de transgender leerling reageren/zich hierover voelen?

TIPS

- Na het bespreken van het onderwerp, richt je je op hoe je met speciale aandacht kunt communiceren en hoe dit wordt ervaren door de doelgroep (bijvoorbeeld leerlingen, jongeren, ...).
- Wees op de hoogte van wetenschappelijke kennis over sommige onderwerpen en de universele verklaring van de rechten van de mens. Als deze kennis niet direct beschikbaar is, kun je de deelnemers vragen om onderzoek te doen.
- Je kunt 2 of 3 deelnemers vragen om de situatie te spelen. Op deze manier ervaren de deelnemers hoe het is om in deze situatie te zijn en welke impact de reactie van de andere deelnemers heeft.
- In de rollenspellen kunnen deelnemers ook optreden. Dus ze zeggen niet: “Ik zou zeggen dat ...” maar ze zeggen het tegen de deelnemers die de situatie uitbeelden.

Anderen kunnen de acteurs ondersteunen.

4. BIJLAGEN – MATERIALEN

4.1 WELKOMSTSPEECH

Beeld je eens in...je loopt over straat, rondom zie je overal mensen wandelen, onbekende mensen. Je neemt je tijd en je bekijkt hen. Je vormt een beeld over hen. Sommige vind je cool, vreemd, speciaal, dom, aantrekkelijk, ... Enkelen zou je misschien wel beter willen leren kennen, van de anderen denk je al te weten hoe of wat zij denken. Maar wat weten we echt over hen?

We laten ons soms leiden door veronderstellingen. Door onze eigen vooroordelen die we hebben over anderen op basis van gender, huidskleur, religie, de kleding die iemand draagt, de manier waarop iemand loopt, de muziek die iemand luistert... . En zo vormen we een beeld. Steken we mensen in vakjes. Vaak laten we onszelf graag omringen door mensen die op onszelf gelijken. Maar met de “anderen”, hebben we nauwelijks contact.

Maar wat als we, uit onze comfortzone stappen, zoals hopelijk velen onder jullie vandaag zullen doen en toch met “anderen” in gesprek zouden gaan?

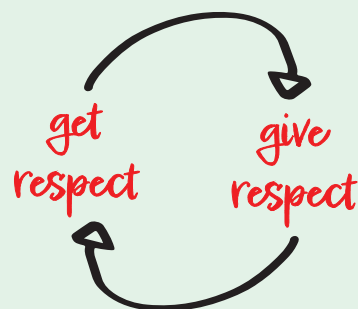
Steeds met respect voor elkaars ideeën, overtuigingen, geloof, voorkeuren, gender, afkomst, ... zou het dan kunnen dat we merken dat anderen, net als wijzelf, niet zomaar in één vakje passen en dat, ondanks onze verschillen, we zouden ontdekken dat er heel wat dingen zijn die we gemeenschappelijk hebben zoals nood aan erkenning, gelijkwaardigheid, vriendelijkheid, liefde, veiligheid, respect, onszelf kunnen zijn, ... ?

Dat is wat we vandaag met Diversi-Date willen doen. Ontdekken dat er veel verschillen zijn tussen de mensen, maar ook dat er veel dingen zijn die elk van ons verbindt. Een verbondenheid die in een superdiverse samenleving als de onze, zo ontzettend belangrijk is.

4.2 REGELS VOOR EEN VEILIGE RUIMTE POSTER

LET'S GO FOR A SAFE SPACE

**WEES DISCREET / ALLES
BLIJFT BINNEN DEZE 4 MUREN**



PROBEER ACTIEF DEEL TE NEMEN

You don't
have to be
perfect to be
amazing!

RESPECTEER ELKAARS MENING

VEROORDEEL ELKAAR NIET

WEES BELEEFD

STEUN ELKAAR

LAAT ELKAAR UITSPREKEN

**JE HEBT HET RECHT
OM 'NEE' TE ZEGGEN**



4.3 IDENTITEITSSOEP

RECEPT

Combineer basisingrediënten om je bouillon te maken en breng aan de kook. Gooi de eerste toevoegingen erbij.

INGREDIËNTEN

BASIS & BOUILLON

- Afkomst/ethniciteit?
- Gender?
- Seksuele oriëntatie?
- Geloof of levensbeschouwing?

EERSTE TOEVOEGINGEN

- Woonplaats?
- Opleiding?
- Gezinsamenstelling?

EXTRA SMAAK

- Hobby's en interesses?
- Gezondheid/beperking?
- Studenten- en/of droomjob?
- (Politieke) overtuiging?

GEHEIME INGREDIËNTEN

- Persoonlijke ervaringen?
- Verborgene aspecten van je identiteit?
- Misvatting over jou?



laat 18 tot 25 jaar pruttelen, terwijl je naar
keuze extra smaak en geheime ingrediënten
toevoegt.

4.4 **BARNGA – 5 VERSCHILLENDE SPELREGELS**

4.4.1 **BARNGA SPELREGELS: VIJF SLAGEN**

Een kaartspel dat gemakkelijk te leren en te spelen is.

KAARTEN	Er worden slechts 28 kaarten gebruikt - Aas, 2, 3, 4, 5, 6 en 7 van elke kleur. Aas is de laagste kaart.
SPELERS	Meestal 4-6; soms kunnen er variaties zijn.
DELEN	De deler schudt de kaarten en deelt ze één voor één uit. Elke speler ontvangt 4-7 kaarten (of een andere hoeveelheid, afhankelijk van het aantal spelers).
START	De speler links van de deler begint door een willekeurige kaart te spelen. Andere spelers spelen om de beurt een kaart. De gespeelde kaarten (één van elke speler) vormen een slag. Voor de laatste slag zijn er mogelijk niet genoeg kaarten voor iedereen om te spelen.
WINNENDE SLAGEN	Wanneer elke speler een kaart heeft gespeeld, wint de hoogste kaart de slag. Degene die deze kaart heeft gespeeld, verzamelt de slag en legt deze met de afbeelding naar beneden op een stapel.
VERVOLG	De winnaar van de slag leidt de volgende ronde, die op dezelfde manier wordt gespeeld. De procedure wordt herhaald totdat alle kaarten zijn gespeeld.
VOLGEN VAN KLEUR	De eerste speler van elke ronde mag elke kleur spelen. Alle andere spelers moeten de kleur volgen, wat betekent dat ze een kaart van dezelfde kleur als de eerste kaart moeten spelen. Als een speler geen kaart van de eerste kleur heeft, kan hij een kaart van een andere kleur spelen. De slag wordt gewonnen door de hoogste kaart van de oorspronkelijke kleur.
TROEVEN	In dit spel zijn schoppen troef. Als je geen kaart hebt van de eerste kleur, mag je een schoppenkaart spelen. Dit heet 'troeven'. Je wint de slag zelfs als de schoppenkaart die je hebt gespeeld een lage kaart is. Echter, een andere speler kan ook een troefkaart spelen (omdat hij/zij geen kaart van de eerste kleur heeft). In dat geval wint de hoogste troefkaart de slag.
EINDE/WINST	Het spel eindigt wanneer alle kaarten zijn gespeeld. De speler die de meeste slagen heeft gewonnen, wint het spel.

4.4.2 BARNGA SPELREGELS: VIJF SLAGEN

KAARTEN	Er worden alleen 28 kaarten gebruikt - Aas, 2, 3, 4, 5, 6 en 7 van elke kleur. Aas is de laagste kaart.
SPELERS	Meestal 4-6; soms varieert het.
DELING	De deler schudt de kaarten en deelt ze één voor één uit. Elke speler ontvangt 4-7 kaarten (of een andere hoeveelheid, afhankelijk van het aantal spelers).
START	De speler links van de deler begint door een willekeurige kaart te spelen. Andere spelers spelen om de beurt een kaart. De gespeelde kaarten (één van elke speler) vormen een slag. Voor de laatste slag zijn er mogelijk niet genoeg kaarten voor iedereen om te spelen.
WINNENDE SLAGEN	Wanneer elke speler een kaart heeft gespeeld, wint de hoogste kaart de slag. Degene die deze kaart heeft gespeeld, verzamelt de slag en legt deze met de afbeelding naar beneden op een stapel.
VERVOLG	De winnaar van de slag leidt de volgende ronde, die op dezelfde manier wordt gespeeld. De procedure wordt herhaald totdat alle kaarten zijn gespeeld.
VOLGEN VAN KLEUR	<p>De eerste speler van elke ronde mag elke kleur spelen. Alle andere spelers moeten de kleur volgen, wat betekent dat ze een kaart van dezelfde kleur als de eerste kaart moeten spelen.</p> <p>Als een speler geen kaart van de eerste kleur heeft, kan hij een kaart van een andere kleur spelen.</p> <p>De slag wordt gewonnen door de hoogste kaart van de oorspronkelijke kleur.</p>
EINDE/WINST	Het spel eindigt wanneer alle kaarten zijn gespeeld. De speler die de meeste slagen heeft gewonnen, wint het spel.

4.4.3 BARNGA SPELREGELS: VIJF SLAGEN

KAARTEN	Er worden alleen 28 kaarten gebruikt - Aas, 2, 3, 4, 5, 6 en 7 van elke kleur. Aas is de hoogste kaart.
SPELERS	Meestal 4-6; soms varieert het.
DELING	De deler schudt de kaarten en deelt ze één voor één uit. Elke speler ontvangt 4-7 kaarten (of een andere hoeveelheid, afhankelijk van het aantal spelers).
START	De speler links van de deler begint door een willekeurige kaart te spelen. Andere spelers spelen om de beurt een kaart. De gespeelde kaarten (één van elke speler) vormen een slag. Voor de laatste slag zijn er mogelijk niet genoeg kaarten voor iedereen om te spelen.
WINNENDE SLAGEN	Wanneer elke speler een kaart heeft gespeeld, wint de hoogste kaart de slag. Degene die deze kaart heeft gespeeld, verzamelt de slag en legt deze met de afbeelding naar beneden op een stapel.
VERVOLG	De winnaar van de slag leidt de volgende ronde, die op dezelfde manier wordt gespeeld. De procedure wordt herhaald totdat alle kaarten zijn gespeeld.
VOLGEN VAN KLEUR	<p>De eerste speler van elke ronde mag elke kleur spelen. Alle andere spelers moeten de kleur volgen, wat betekent dat ze een kaart van dezelfde kleur als de eerste kaart moeten spelen.</p> <p>Als een speler geen kaart van de eerste kleur heeft, kan hij een kaart van een andere kleur spelen.</p> <p>De slag wordt gewonnen door de hoogste kaart van de oorspronkelijke kleur.</p>
TROEVEN	<p>In dit spel zijn schoppen troefkaarten. Als een speler geen kaart van de eerste kleur heeft, mag hij een schoppenkaart spelen. Dit wordt troeven genoemd. Je wint de slag zelfs als de schoppenkaart die je hebt gespeeld een lage kaart is.</p> <p>Echter, een andere speler kan ook een troefkaart spelen (omdat hij geen kaart van de eerste kleur heeft). In dat geval wint de hoogste troefkaart de slag.</p>
EINDE/WINST	Het spel eindigt wanneer alle kaarten zijn gespeeld. De speler die de meeste slagen heeft gewonnen, wint het spel.

4.4.4 BARNGA SPELREGELS: VIJF SLAGEN

KAARTEN	Er worden slechts 28 kaarten gebruikt - Aas, 2, 3, 4, 5, 6 en 7 van elke kleur. Aas is de hoogste kaart.
SPELERS	Meestal 4-6 spelers; soms kan dit variëren.
DELING	De deler schudt de kaarten en deelt ze één voor één uit. Elke speler ontvangt 4-7 kaarten (of een ander aantal, afhankelijk van het aantal spelers).
START	De speler links van de deler begint door een willekeurige kaart te spelen. De gespeelde kaarten (één van elke speler) vormen een slag. Bij de laatste slag zijn er mogelijk niet genoeg kaarten voor iedereen om te spelen.
WINNENDE SLAGEN	Wanneer elke speler een kaart heeft gespeeld, wint de hoogste kaart de slag. Degene die deze kaart heeft gespeeld, verzamelt de slag en legt deze met de afbeelding naar beneden op een stapel.
VERVOLG	De winnaar van de slag leidt de volgende ronde, die op dezelfde manier wordt gespeeld. De procedure wordt herhaald totdat alle kaarten zijn gespeeld.
VOLGEN VAN KLEUR	<p>De eerste speler van elke ronde mag elke kleur spelen. Alle andere spelers moeten de kleur volgen. (Dit betekent dat je een kaart van dezelfde kleur als de eerste kaart moet spelen).</p> <p>Als je geen kaart hebt van de oorspronkelijke kleur, speel je een kaart van een andere kleur.</p> <p>De slag wordt gewonnen door de hoogste kaart van de oorspronkelijke kleur.</p>
TROEVEN	<p>In dit spel zijn schoppen troefkaarten. Je mag op elk moment een schoppenkaart spelen - zelfs als je een kaart hebt van de oorspronkelijke kleur. Dit wordt "troeven" genoemd.</p> <p>Je wint de slag, zelfs als de gespeelde schoppenkaart een lage kaart is.</p> <p>Echter, een andere speler kan ook een troefkaart spelen (omdat hij/zij geen kaart heeft van de oorspronkelijke kleur). In dat geval wint de hoogste troefkaart de slag.</p>
EINDE/WINST	Het spel eindigt wanneer alle kaarten zijn gespeeld. De speler die de meeste slagen heeft gewonnen, wint het spel.

4.4.5 SPELREGELS VAN HET SPEL BARNGA: VIJF SLAGEN

KAARTEN	Er worden slechts 28 kaarten gebruikt - Aas, 2, 3, 4, 5, 6 en 7 van elke kleur. Aas is de laagste kaart.
SPELERS	Gewoonlijk 4-6 spelers; dit kan echter variëren.
DELEN	De deler schudt de kaarten en deelt ze één voor één uit. Elke speler ontvangt 4-7 kaarten (of een ander aantal, afhankelijk van het aantal spelers).
START	De speler links van de deler begint door een willekeurige kaart te spelen. Andere spelers spelen om de beurt een kaart. De gespeelde kaarten (één van elke speler) vormen een slag (trick). Bij de laatste slag zijn er mogelijk niet genoeg kaarten voor iedereen om te spelen.
WINNENDE SLAGEN	Wanneer elke speler een kaart heeft gespeeld, wint de hoogste kaart de slag. Degene die deze kaart heeft gespeeld, verzamelt de slag en legt deze met de afbeelding naar beneden op een stapel.
VERVOLG	De winnaar van de slag leidt de volgende ronde die op dezelfde manier wordt gespeeld. De procedure wordt herhaald totdat alle kaarten zijn gespeeld.
VOLGEN VAN KLEUR	De eerste speler van elke ronde mag elke kleur spelen. Alle andere spelers moeten de kleur volgen. (Dit betekent dat je een kaart van dezelfde kleur als de eerste kaart moet spelen). Als je geen kaart van de eerste kleur hebt, speel je een kaart van een andere kleur. De slag wordt gewonnen door de hoogste kaart van de oorspronkelijke kleur.
TROEVEN	In dit spel zijn schoppen troefkaarten. Je mag op elk moment een schoppenkaart spelen - zelfs als je een kaart van de oorspronkelijke kleur hebt. Dit wordt "troeven" genoemd. Je wint de slag, zelfs als de gespeelde schoppenkaart een lage kaart is. Echter, een andere speler kan ook een troefkaart spelen. In dat geval wint de hoogste troefkaart de slag.
EINDE/WINST	Het spel eindigt wanneer alle kaarten zijn gespeeld. De speler die de meeste slagen heeft gewonnen, wint het spel.

5. COLOFON

DIVERSI-DATE –HANKKEEN YHTEISTYÖKUMPPANIT

Creative partners:

www.pimento.be

<https://www.m-ob.be/>

<https://www.liveyourstory.nl/>

<https://debagagedrager.nl/>

<https://www.tassajanyt.com>

School voortgezet onderwijs:

<http://tajette.be/>

Hogescholen:

<https://www.saxion.nl/>

<https://www.tuas.fi/en/>

<https://www.odisee.be/>

LIVE YOUR STORY

- Roozeboom-Loomans Riff Eline
- Djayden Jung
- Oudail el Omari

DE BAGAGEDRAGER

- Elferink Astrid
- Gortworst Gabrielle
- Spanjers Ellen
- McGhie-Fraser Brodie

PIMENTO

- Annicaert Lien
- Desloovere Marieke

MAN OVERBOORD

- Schippers Jellie
- Joris Fierens

TMI JOHANNA

- Novák, Johanna
- Rasimus, Milka

KAJETTE

- Wouter Van De Wal

TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

- Linnossuo Outi
- Hellstén Anna

SAXION UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

- Ghaeminia Safoura
- Van Gent Leonie
- Kroes – Dijkdrenth Eveline

ODISEE UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

- Reynders Alexandre
- Van Hove Merel
- De Clercq Leen
- Pauwels Wim

DIVERSI-DATE



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Odisee
DE CO-HOGESCHOOL

Kenniscentrum
Gezinswetenschappen



TURKU AMK
TURKU UNIVERSITY OF
APPLIED SCIENCES



University
of Applied
Sciences

SAXION



De Bagagedrager
Beleef de ervaring

PIMENTO

