

23 t/m
27 maart
2026

Kwink &...

de Week van
de Lentekriebels

Respect





Respect

COLOFON

Een aantal keer per jaar verschijnt *Kwink &...* Deze uitgaven worden samengesteld door de makers van Kwink, vooral aansluitend bij bekende themaweken in het basisonderwijs, zoals de Week tegen Pesten (september), de Week van de Mediawijsheid (november) en de Week van de Lentekriebels (maart). Dan wordt de algemene doelstelling van de themawEEK verbonden met specifieke SEL-doelstellingen. Altijd inhoudelijk onderbouwd en met concrete lessen of activiteiten voor de leerkracht.

Ideeën en teksten: Gerard van Midden en Wouter Siebers

Illustraties: Adriaan Bijloo

Eindredactie: Brenda de Wilde

Vormgeving: Studio Michelangela, Utrecht

Fotografie: iStock

De Week van de Lentekriebels

23 t/m 27
maart
2026

Dit jaar staat de Week van de Lentekriebels in het teken van respect. Het thema sluit aan bij actuele ontwikkelingen in de samenleving. Het benadrukt het belang van gelijkwaardigheid, gezonde relaties en een omgeving waarin pesten en (seksueel) grensoverschrijdend gedrag geen plaats hebben. Doel is om kinderen te leren hoe ze op een respectvolle manier met anderen omgaan en zo bijdragen aan een positief schoolklimaat. Die insteek past ook voor de volle honderd procent bij de doelstellingen van de methode Kwink voor sociaal-emotioneel leren.

Respect is een overbekend woord en lijkt soms aan inhoud te verliezen doordat het overal opgeplakt wordt. Het woord komt van het Latijnse *respectus* en betekent letterlijk 'terugkijken' of 'omzien'; de basis voor rekening houden met elkaar. Je erkent en accepteert de gevoelens, meningen en grenzen van anderen, zelfs als je het niet met ze eens bent. Respect gaat dus om een gevoel van waardering of eerbied voor iemand of iets, gebaseerd op iemands kwaliteiten, prestaties of simpelweg omdat het een mens is.

Vanuit die gedachte hebben we als samenstellers van dit katern gekozen voor een werkvorm waarin de omtrek van een mensfiguur centraal staat (zie pagina 5), in relatie tot zijn omgeving. Ik en de ander dus. Daarmee zetten we ook alle vijf de SEL-competenties in.

Kernaspecten van respect

Bij respect kun je de volgende kernaspecten onderscheiden die ook in het leerlingmateriaal terugkomen:

- Waardering: erkennen van de waarde en eigenheid van een ander.
- Rekening houden met: aandacht hebben voor de behoeften, gevoelens en grenzen van de ander.
- Aanvaarding: de ander accepteren in wie hij is, inclusief diens keuzes en overtuigingen.
- Bewondering: ontzag hebben voor iemands kwaliteiten of prestaties.

Dat is mooi, maar die aspecten krijgen alleen maar waarde als kinderen die ook in concreet gedrag kunnen laten zien. Dan gaat het om:

- Vriendelijk en begripvol zijn: zelfs als je het niet eens bent.
- Gelijke behandeling: anderen behandelen zoals je zelf behandeld wilt worden.
- Geen ongewenst gedrag: je onthouden van provocaties, onnodige kritiek of kwetsende uitspraken.



Activiteiten per dag

Elke dag van de Week van de Lentekriebels zijn er voor drie verschillende bouwen (onder-, midden- en bovenbouw) een of meerdere activiteiten. We geven per dag de inhoud kort aan en de gedragsverwachting die daarbij hoort. Deze zijn voor de hele school hetzelfde. Die insteek vergemakkelijkt een gezamenlijke aanpak in de school én de communicatie met ouders.

Dit zijn de inhoud en gedragsverwachtingen per dag:

🌸 Maandag 23 maart

INHOUD

Anderen **doen** soms anders dan jij

GEDRAGSVERWACHTING

Ik reageer aardig en geef een compliment

🌸 Dinsdag 24 maart

INHOUD

Anderen **zeggen** soms iets anders dan jij

GEDRAGSVERWACHTING

Ik luister zonder oordeel naar een ander

🌸 Woensdag 25 maart

INHOUD

Anderen **denken** soms anders dan jij

GEDRAGSVERWACHTING

Ik accepteer de mening van een ander en stel daar open vragen over

🌸 Donderdag 26 maart

INHOUD

Anderen **voelen** soms iets anders dan jij

GEDRAGSVERWACHTING

Ik stel me open voor het gevoel van anderen en zorg voor verbinding

🌸 Vrijdag 27 maart

INHOUD

Anderen **bepalen** soms andere grenzen dan jij

GEDRAGSVERWACHTING

Ik houd rekening met de grenzen van anderen

(Voor de onderbouw zijn de gedragsverwachtingen eenvoudiger geformuleerd.)



Basiswerkvorm mensfiguur

Elke dag heeft een eigen inhoud, waarbij we respect verbinden met een concreet werkwoord: doen, zeggen, denken, voelen en bepalen (van grenzen). Elk werkwoord koppelen we aan een onderdeel van het menselijk lichaam.

Doen = hand

Zeggen = mond

Denken = hoofd

Voelen = hart

Bepalen = hand die stopteken geeft

Na elke (korte) lesactiviteit vatten de kinderen kort samen wat ze geleerd hebben. Dat schrijven/tekenen ze in het vakje dat bij het betreffende lichaamsdeel van die dag hoort. In de ruimte eronder schrijven ze de gedragsverwachting die daarbij hoort. Voor de onderbouw staan de gedragsverwachtingen al in het voorbeeld.

Zie voor direct te gebruiken voorbeelden van het mensfiguur de bijlagen 1, 2 en 3.



Onderbouw



**maandag
23 maart**

Inhoud: Anderen **doen soms anders dan jij**
Gedragsverandering: Ik reageer aardig

Maak voor elk kind een kopie van bijlage 1; het liefst geprint op A3. Met dit blad gaan ze aan het eind van elke activiteit aan de slag.
Vandaag staat **de hand** (die naar beneden hangt) centraal als symbool voor **doen**.

1. Zo doe ik het-kring

Het doel van deze activiteit is dat kinderen van elkaar zien dat ze dingen soms anders doen dan andere kinderen. Ze kunnen dat ook verwoorden en reageren aardig op elkaar.

Nodig: een handpop of knuffel.

De kinderen zitten in de kring als jij de pop laat zien.

Je zegt: 'Deze pop doet dingen. Maar soms doet hij iets anders dan jij.'

Laat de pop zwaaien en hallo zeggen.

De pop stelt nu steeds een simpele vraag. Zie de voorbeelden. De kinderen mogen reageren door de zin mee te zeggen of iets anders te zeggen.

De pop vraagt het volgende (dingen die de kinderen kunnen uitbeelden):

- Hoe eet jij een boterham?
- Hoe trek jij je jas aan?
- Hoe eet jij een appel?
- Hoe eet jij soep?
- Hoe trek jij je schoenen aan?
- Hoe doe jij je sokken aan?
- Hoe was jij je handen?
- Hoe poets jij je tanden?
- Hoe speel jij met een pop?
- Hoe speel jij met auto's?
- Hoe speel jij met blokken?
- Hoe ruim jij de blokken op?
- Hoe leg jij een boek weg?
- Hoe ga jij op je stoel zitten?
- Hoe sta jij op van de grond?
- Hoe ren jij naar buiten?
- Hoe ga jij zitten als je moe bent?
- Hoe doe jij als je boos bent?
- Hoe word jij weer rustig?
- Hoe vraag jij om hulp?

Gespreksvragen

- Wat hebben kinderen van elkaar gezien?
- Wat viel op?
- Bij welke doe-activiteit waren de verschillen het grootst?
- Wat zeg je als iemand het anders doet dan jij?
- Wat zeg je als je aardig wilt reageren?

Rond af met: 'Iedereen doet het anders. Dat is niet fout. Dat is gewoon anders.'

2. Bewegen op muziek

Met deze opdracht ervaren de kinderen onderlinge verschillen op een positieve manier.

Zet vrolijke muziek op. Maak nu twee groepen: A en B. Eerst mogen alle kinderen op hun eigen manier bewegen op de muziek. Zet de muziek uit. Leg uit dat groep A nu gaat kijken naar de kinderen van groep B. Zet de muziek weer aan. Na een tijdje pauzeer je de muziek en wisselen de groepen van rol.

Variatie: zeg nu dat alle groepen tegelijk op dezelfde manier op de muziek moeten bewegen. Wat zie je de kinderen doen?

Gespreksvragen

- Doet iedereen hetzelfde op de muziek?
- Is dat leuk of juist niet?
- Laat kinderen iets aardigs zeggen over elkaars bewegingen.

Afsluiting: mensfiguur

De kinderen tekenen in het vakje bij de **hand** die naar beneden hangt wat ze geleerd hebben of leuk vonden.



**dinsdag
24 maart**

Inhoud: Anderen **zeggen soms iets anders dan jij**
Gedragsverandering: Ik luister rustig naar een ander

Vandaag staat **de mond** centraal als symbool voor **zeggen**.

Ik zeg het anders

Met deze activiteit ervaren de kinderen dat anderen soms iets anders zeggen dan zij, en dat dat oké is.

Nodig: een handpop of knuffel.

De kinderen zitten in de kring als jij de pop laat zien.

Je zegt: 'Deze pop zegt dingen. Maar soms zegt hij iets anders dan jij.'

Laat de pop zwaaien en hallo zeggen.

De pop zegt nu steeds een simpele zin. Zie de voorbeelden. De kinderen mogen reageren door de zin mee te zeggen of iets anders te zeggen.

Na elke zin vraag jij: 'Wie zegt hetzelfde? Wie zegt iets anders?'

Laat telkens een ander kind zeggen wat het vindt. Bijvoorbeeld: Ik vind melk niet lekker. Ik speel liever binnen. Ik vind blauw mooi.

Voorbeelden van wat de pop kan zeggen:

- Ik vind melk lekker
- Ik speel graag buiten
- Ik vind rood een mooie kleur
- Ik word blij van muziek
- Ik hou van regen
- Ik vind water lekker
- Ik hou van appels
- Ik eet graag brood
- Ik vind groente lekker
- Ik hou van ijsjes
- Ik vind zwart mooi
- Ik speel graag met blokken
- Ik speel graag met auto's
- Ik speel graag met poppen
- Ik speel graag alleen
- Ik speel graag samen



- Ik vind zon fijn
- Ik hou van sneeuw
- Ik vind wind leuk
- Ik vind waterplassen leuk
- Ik vind harde muziek leuk
- Ik vind stilte fijn
- Ik hou van knuffelen

Gespreksvragen

- Iemand zegt iets anders dan jij. Hoe vind je dat?
- Wat zeg je als je aardig wilt reageren op wat een ander vindt?
- Hoe vind je het om rustig te luisteren naar een ander kind?
- Wanneer vind je het moeilijk om naar iemand anders te luisteren? Hoe komt dat?

Rond af met: 'Jij zegt iets anders. Dat mag. We luisteren rustig naar elkaar. Je hoeft niet te kiezen wie er gelijk heeft.'

Afsluiting: mensfiguur

De kinderen tekenen in het vakje bij de **mond** wat ze geleerd hebben of leuk vonden.



**woensdag
25 maart**

Inhoud: Anderen denken soms anders dan jij **Gedragsverandering: Ik stel vriendelijke vragen over wat anderen denken**

Vandaag staat **het hoofd** centraal als symbool voor **denken**.

1. Stel vriendelijke vragen

Hiermee ervaren de kinderen dat anderen soms anders denken. In activiteit 2 oefenen ze met vriendelijk vragen in plaats van met nee of fout. Doe beide activiteiten.

Nodig: een handpop of knuffel.

De kinderen zitten in de kring als jij de pop laat zien.

Je zegt: 'Deze pop denkt dingen. Maar soms denkt hij iets anders dan jij. Als iemand anders denkt dan jij, kun je een leuke vraag stellen.'

Laat de pop zwaaien en hallo zeggen.

De pop zegt nu steeds wat hij denkt. Zie de voorbeelden. Vraag na elke zin: 'Wie denkt hetzelfde? Wie denkt iets anders? Hoe komt dat?'

De pop zegt:

- Ik denk dat buiten spelen leuker is dan binnen
- Ik denk dat groen de mooiste kleur is
- Ik denk dat opruimen leuk kan zijn
- Ik denk dat regen fijn is
- Ik denk dat alleen spelen soms fijner is
- Ik denk dat koud eten lekker is
- Ik denk dat water lekkerder is dan sap
- Ik denk dat hard praten niet fijn is
- Ik denk dat modder leuk is
- Ik denk dat in een golf van de zee duiken niet eng is
- Ik denk dat iedereen van hetzelfde speelgoed houdt
- Ik denk dat iedereen het fijn vindt om naar school te gaan
- Ik denk dat elke dag voorlezen belangrijk is
- Ik denk dat spelletjes spelen op de computer leuker is dan buitenspelen

2. Vriendelijke vragen oefenen

Ga weer verder met de pop. Je zegt: 'Deze pop weet dat jullie soms iets anders denken dan hij. Als iemand anders denkt dan jij, kun je een vriendelijke vraag stellen. Maar hoe stel je een vriendelijke vraag? Dat gaan jullie nu leren.'

Zeg zelf tegen de groep: 'We gaan geen: "nee!" zeggen. We stellen een vriendelijke vraag.'

Gebruik een aantal voorbeelden uit de eerste oefening. Zo zegt een kind bijvoorbeeld: 'Ik denk dat modder leuk is'.

Na elke gedachte mogen de kinderen dit vragen:

- Waarom denk jij dat?
- Wat vind jij daar leuk aan?
- Wanneer vind jij dat fijn?
- Kun je dat laten zien?

Laat het kind kort antwoorden (woord, gebaar of voorbeeld).

Na elk voorbeeld zeg jij: 'Jij denkt anders. Ik luister naar jou. We mogen anders denken. Als iemand anders over iets denkt dan jij, kun je een vriendelijke vraag stellen.'

Laat kinderen ook eigen vragen bedenken: Wanneer heb je dit voor het laatst gedaan? Met wie wil je dit graag doen? Kun je er nog meer over vertellen? Enzovoort.

Afsluiting: mensfiguur

De kinderen tekenen in het vakje bij het **hoofd** wat ze geleerd hebben of leuk vonden.



**donderdag
26 maart**

Inhoud: Anderen **voelen soms iets anders dan jij**
Gedragsverandering: Ik reageer op een fijne manier op het gevoel van anderen

Vandaag staat **het hart** centraal als symbool voor **voelen**.

Welke emotie voel jij?

Kinderen ontdekken dat niet iedereen hetzelfde gevoel heeft bij eenzelfde situatie en leren daar op een fijne manier op te reageren.

Knip de emotiekaartjes van bijlage 2 uit en leg ze verspreid in het lokaal.

Nodig: een handpop of knuffel.

De kinderen zitten in de kring als jij de pop laat zien.

Je zegt: 'Deze pop voelt van alles. Maar soms voelt hij iets anders dan jij. Als iemand ergens een ander gevoel bij heeft dan jij, kun je daar op een fijne manier op reageren.'

Laat de pop zwaaien en hallo zeggen.

De pop beschrijft nu steeds een korte situatie. Zie de voorbeelden. Na elke situatie kiezen de kinderen bij welke emotie ze gaan staan. Vraag telkens aan twee kinderen die bij andere emoties staan: 'Waarom sta je bij deze emotie?'

Situaties

- Je wilt in de zandbak spelen, maar een ander kind zegt: 'Nee, ik speel hier alleen.'
- Je bouwt iets met blokken en een ander kind wil iets anders bouwen dan jij.
- Je wilt met een bal gooien, maar iemand anders pakt de bal eerst.
- Je tekent iets moois en de juf zegt: 'Wat knap!' en een ander kind zegt: 'Dat is niet zo bijzonder.'
- Je laat je tekening zien en iemand lacht je uit, terwijl de juf blij is.
- Je zingt een liedje en niemand klapt mee, terwijl jij het leuk vindt.
- Je zit even alleen op een krukje en een ander kind komt niet naast je zitten.
- Jij vindt een spel leuk, een ander kind vindt hetzelfde spel niet leuk.



bang



blij



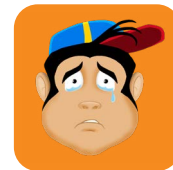
ontspannen



trots



boos



verdrietig



verrast



tegenzin

- Je krijgt niet het speelgoed dat je wilde, een ander kind wel.
- Jij krijgt de laatste stoel in de kring en iemand anders de eerste.
- Het is jouw beurt niet in een spelletje terwijl je dat graag wilde.
- Je wilt een spelletje doen op jouw manier, een ander kind doet het anders.
- Je laat je knutselwerk zien en iemand zegt: 'Dat kan ik beter.'
- Je krijgt een sticker van de juf, maar een ander kind krijgt er meer.
- Je valt per ongeluk, een ander kind lacht.
- Jij wilt samen spelen, maar iemand zegt: 'Ik speel liever alleen.'

Afsluiting: mensfiguur

De kinderen tekenen in het vakje bij het **hart** wat ze geleerd hebben of leuk vonden.



**vrijdag
27 maart**

Inhoud: Anderen **bepalen soms andere grenzen dan jij**

Gedragsverandering: Ik houd rekening met de grenzen van anderen

Vandaag staat de opgestoken hand (stopteken) centraal als symbool voor het bepalen van grenzen.

Wat is jouw grens?

Kinderen weten dat iedereen grenzen heeft en dat die kunnen verschillen.

Nodig: een handpop of knuffel.

De kinderen zitten in de kring als jij de pop laat zien.

Je zegt namens de pop: 'Ik voel soms iets fijn en soms niet. Dat noem je een grens. Iedereen heeft grenzen, ook jij!'

Laat kort voorbeelden zien met je eigen lichaam: 'Ik vind het fijn om even te knuffelen.' (Knuffel even met de pop.) Of: 'Ik vind het niet fijn als iemand te hard aan mijn jas trekt.' (Laat de pop dat ook doen.)

Laat de pop zwaaien en hallo zeggen.

De pop noemt nu steeds simpele situaties. Zie de voorbeelden. De kinderen geven met duim omhoog of duim naar beneden aan of ze dit fijn of niet fijn vinden.

Voorbeeldsituaties

- Iemand wil naast jou zitten, maar jij vindt dat te dichtbij.
- Iemand wil jou knuffelen, maar jij wilt dat niet.
- Iemand pakt jouw hand vast, jij wilt alleen lopen.
- Iemand wil jouw speelgoed meenemen.
- Jij wilt alleen spelen met een spelletje, iemand anders wil meedoen.
- Iemand wil jouw stoel, matje of plekje innemen.
- Iemand rent te dichtbij tijdens het buitenspelen en jij vindt dat eng.
- Jij wilt even op de mat liggen, iemand komt er bovenop zitten.
- Jij wilt een boekje lezen, iemand praat erdoorheen.

- Jij wilt niet dat iemand iets zegt over jouw gevoel of idee.
- Iemand wil de hele tijd jouw wollen trui aaien, maar jij wilt dat niet.

Vraag na afloop: 'Wat kun je doen of zeggen als iemand iets doet wat jij niet fijn vindt?'

Rond af met: 'Iedereen heeft andere grenzen. Dat is oké. Jij bepaalt jouw grens. Ik luister naar jouw grens. Iedereen mag anders denken en voelen.'



Afsluiting: mensfiguur

De kinderen tekenen in het vakje bij de (opgestoken) **hand** wat ze geleerd hebben of leuk vonden.

Middenbouw



**maandag
23 maart**

Inhoud: Anderen **doen soms anders dan jij**
Gedragsverandering: Ik reageer aardig en geef een compliment

Geef elk kind een kopie van bijlage 3; het liefst geprint op A3. De kinderen kunnen natuurlijk ook zelf de omtrek van een mensfiguur op een groot blad tekenen. Geef dan bijlage 3 als voorbeeld zodat er genoeg ruimte overblijft voor het samenvatten van wat ze geleerd hebben én voor de gedragsverwachting.

Vandaag staat **de hand** (die naar beneden hangt) centraal als symbool voor **doen**.

Hetzelfde of anders?

Maak duo's. Elk duo krijgt een groot vel papier (A3 of groter) waarop ze samen twee grote cirkels tekenen die elkaar overlappen (venndiagram); zie bijlage 5 voor een voorbeeld.

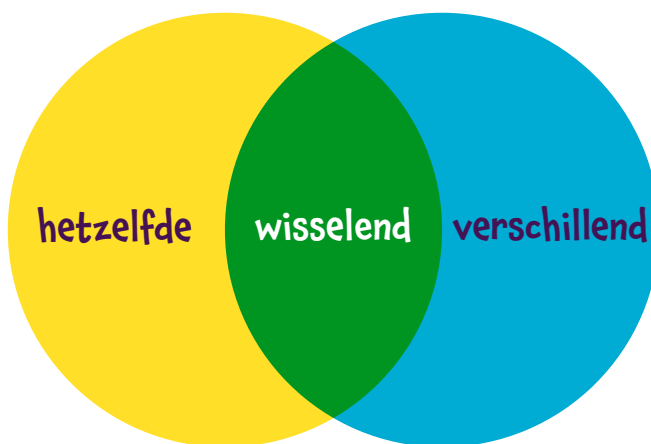
Leg uit wat de cirkels betekenen:

- Linker cirkel: dingen die jullie **HETZELFDE** doen, dus op dezelfde manier.
- Rechter cirkel: dingen die jullie **VERSCHILLEND** doen (de één doet het zo, de ander anders).
- Midden (waar de cirkels overlappen): dingen die **WISSELEND** zijn, dus soms anders zijn, of waar jullie niet zeker van zijn.

Geef veel voorbeelden om de duo's op weg te helpen. Naast het venndiagram krijgen de duo's ook een lijst met mogelijke gespreksonderwerpen. De kinderen praten met hun maatje over elk onderwerp en vullen het diagram samen in.

De duo's gaan in gesprek over verschillende onderwerpen waarbij ze ontdekken wat ze hetzelfde doen en wat anders. Bijlage 6 bevat een uitgebreide lijst met voorbeeldonderwerpen verdeeld over categorieën zoals eten en drinken, thuis, op school, vrije tijd, gevoelens en samenwerken. Bespreek enkele voorbeelden klassikaal voordat de duo's zelfstandig aan de slag gaan.

Geef de duo's ruim 10 minuten om hun venndiagram in te vullen. Loop rond en help waar nodig. Moedig ze aan om met elkaar te praten: 'Hoe doe jij dat? Oh interessant, ik doe het anders!' Ze hoeven niet alle voorbeelden te gebruiken.



Gespreksvragen

- Wat heb je ontdekt over dingen die jij anders doet dan anderen?
- Was er iets wat je verrassend vond aan wat je klasgenoot anders doet?
- Hoe kun je een compliment geven aan iemand die iets anders doet dan jij?
- Is het erg als iemand dingen anders doet dan jij? Waarom wel of niet?
- Welk compliment heb je vandaag gekregen? Hoe voelde dat?

Afsluiting: mensfiguur

Vraag de kinderen om bij de **hand** die naar beneden hangt op te schrijven wat ze vandaag geleerd hebben over respect en anders **doen**. Ook schrijven ze de gedragsverwachting op: 'Ik reageer aardig en geef een compliment.'



**dinsdag
24 maart**

Inhoud: Anderen **zeggen soms iets anders dan jij**
Gedragsverandering: Ik luister naar wat een ander zegt en vraag door

Vandaag staat **de mond** centraal als symbool voor **zeggen**.

1. Vier hoeken-spel met doorvragen

Wijs vier hoeken in de klas aan. Leg uit dat je stellingen voorleest en dat de kinderen naar een hoek lopen die bij hun mening past. De hoeken betekenen:

- Hoek 1: Helemaal mee eens
- Hoek 2: Een beetje mee eens
- Hoek 3: Een beetje mee oneens
- Hoek 4: Helemaal mee oneens

Belangrijk: er zijn geen foute antwoorden! Iedereen mag zijn of haar eigen mening hebben. Na elke stelling vraag je kinderen uit verschillende hoeken waarom ze daar staan. Moedig andere kinderen aan om vragen te stellen, zoals: 'Waarom vind je dat?' Of: 'Kun je een voorbeeld geven?'

Stellingen

- Huiswerk maken is belangrijk.
- Je mag best een beetje liegen als je daarmee iemand beschermt.
- Populariteit op school is belangrijk.
- Je moet altijd eerlijk zijn, ook als dat moeilijk is.
- Het is oké om van gedachten te veranderen.
- Iedereen moet dezelfde regels hebben, ook de leerkracht.
- Als iemand gemeen doet, mag je gemeen terugdoen.
- Je hoeft niet altijd je mening te geven.

Neem na drie stellingen de tijd om te reflecteren: 'Wat vind je ervan dat mensen verschillende meningen hebben? Hoe voelt het om naar een andere mening te luisteren?'

2. Luisteroefening in trio's

Maak trio's. In elk trio zijn drie rollen:

- 1 Spreker: vertelt over een onderwerp (één minuut).
- 2 Luisteraar: luistert goed en stelt daarna twee vragen.
- 3 Observant: let op of de luisteraar goed luistert en goede vragen stelt.

Onderwerpen waarover de spreker kan vertellen:

- Mijn favoriete hobby en waarom ik die leuk vind.
- Iets waar ik trots op ben.
- Een dag die ik nooit zal vergeten.
- Als ik later groot ben, dan...

Na één minuut vertellen stelt de luisteraar twee vragen (bijvoorbeeld: 'Hoe heb je dat geleerd?' Of: 'Wat maakt dat zo bijzonder voor jou?'). De observant geeft feedback. Wissel daarna van rol totdat iedereen elke rol heeft gehad.

Gespreksvragen

- Wat gebeurt er als je goed luistert naar wat iemand zegt?
- Hoe merk je dat iemand echt naar jou luistert?
- Waarom is het belangrijk om door te vragen in plaats van meteen je eigen mening te geven?
- Wat is het verschil tussen horen en echt luisteren?
- Hoe voelde het om verschillende meningen te horen in het vier hoeken-spel?

Afsluiting: mensfiguur

Vraag de kinderen om bij de **mond** op te schrijven wat ze vandaag geleerd hebben over respectvol luisteren en zeggen. Ook schrijven ze de gedragsverwachting op: 'Ik luister naar wat een ander zegt en vraag door.'



**woensdag
25 maart**

Inhoud: Anderen **denken soms anders dan jij**
Gedragsverandering: Ik accepteer de mening van een ander en stel daar open vragen over

Vandaag staat **het hoofd** centraal als symbool voor **denken**.

1. Dilemma's bespreken in kleine groepen

Verdeel de klas in groepen van 4-5 kinderen. Elke groep krijgt een dilemma en bespreekt: 'Wat zou jij doen en waarom?' Het belangrijkste is niet het goede antwoord vinden, maar begrijpen waarom mensen anders denken.

Dilemma's (kies er 2-3):

- Je ziet dat je beste vriend iets pakt uit de rugzak van een ander kind. Wat doe je? Zeg je het tegen de leerkracht, vraag je het aan je vriend of doe je niets?
- Bij gym mag je teamcaptain zijn. Je twee beste vrienden kunnen niet allebei in jouw team. Wie kies je? Of kies je juist iemand anders?
- Je hoort anderen roddelen over iemand uit de klas. Het is niet waar wat ze zeggen. Wat doe je?
- Bij een groepsopdracht doet één iemand uit je groepje niets. De anderen worden boos. Wat vind jij dat er moet gebeuren?
- Iemand vraagt of je mee wilt voetballen, maar er staat ook iemand die eigenlijk nooit wordt gevraagd. Wat doe je?

Geef de groepen 7 tot 10 minuten de tijd om het dilemma te bespreken. Vraag ze om te letten op: Denkt iedereen hetzelfde? Waarom denken sommigen anders? Kun je begrijpen waarom iemand anders denkt, ook al ben je het er niet mee eens?

Laat daarna elke groep kort delen: Welke verschillende denkwijzen kwamen jullie tegen? Wat vonden jullie daar interessant aan?

2. Mening veranderen mag

Leg uit: soms denk je eerst het één, maar als je goed luistert naar de gedachten van anderen, kun je van mening veranderen. Dat is niet zwak, maar juist slim! Het betekent dat je goed nadenkt.

Lees een korte stelling voor. Kinderen steken hun duim omhoog (mee eens) of omlaag (mee oneens). Laat een paar kinderen hun gedachten toelichten. Vraag dan: 'Is er iemand die na het horen van deze argumenten anders is gaan denken?' Vier het als iemand durft te zeggen dat hij/zij van mening is veranderd!

Voorbeeldstellingen

- Op school moet iedereen hetzelfde uniform dragen.
- Kinderen moeten zelf mogen beslissen hoe laat ze naar bed gaan.
- Huisdieren horen niet thuis op school.
- Bij gym zouden teams altijd geloot moeten worden.

Gespreksvragen

- Wat gebeurt er als je probeert te begrijpen waarom iemand anders denkt?
- Is het oké om van mening te veranderen? Waarom wel of niet?
- Kun je respectvol zijn naar iemand met wie je het niet eens bent? Hoe doe je dat?
- Wat heb je vandaag geleerd over het denken van anderen?

Afsluiting: mensfiguur

Vraag de kinderen om bij het **hoofd** op te schrijven wat ze vandaag geleerd hebben over verschillende manieren van denken. Ook schrijven ze de gedragsverwachting op: 'Ik accepteer de mening van een ander en stel daar open vragen over.'



**donderdag
26 maart**

Inhoud: Anderen **voelen** soms iets anders dan jij
Gedragsverandering: Ik stel me open voor het gevoel van anderen en zorg voor verbinding

Vandaag staat **het hart** centraal als symbool voor **voelen**.

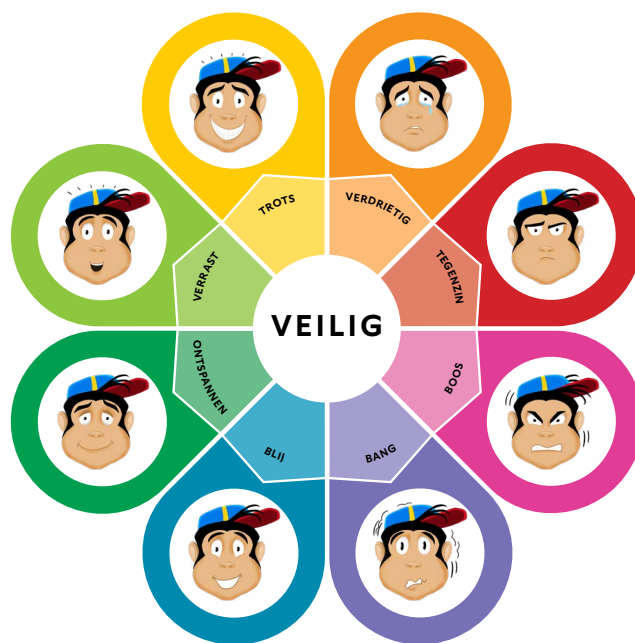
1. Welke emotie zou jij voelen?

Laat het emotiewiel zien van bijlage 4. Gebruik de acht basisemoties (zie bijlage 2) in deze oefening en hang die verspreid door het lokaal.

Lees een situatie voor. De kinderen lopen naar de emotiekaart die bij hen past. Vraag daarna: 'Waarom voel je die emotie?' Let op: er zijn geen foute antwoorden! Verschillende kinderen kunnen bij dezelfde situatie verschillende emoties voelen, en dat is prima.

Situaties

- Je mag niet meedoen met een spelletje omdat er al genoeg kinderen zijn.
- Je klasgenoot krijgt een nieuw schoolspulletje en iedereen wil ermee spelen.
- Je vergeet je huiswerk en de leerkracht vraagt waarom.
- Je wint een wedstrijd op school waar je niet eens voor geoefend hebt.
- Iemand pakt per ongeluk jouw favoriete pen en die gaat kapot.
- Je ziet iemand vallen op het schoolplein en niemand helpt.
- Twee vrienden krijgen ruzie en jij staat ertussen.
- Je wordt gekozen om voor de klas iets te presenteren maar je bent verlegen.
- Je moeder vergeet je op te halen van school en iedereen is al weg.
- Je mag kiezen tussen twee vrienden voor een uitje en kunt er maar één meenemen.
- Je krijgt een slechte beurt terwijl je dacht dat je het goed had gedaan.
- Je hoort dat er een verjaardagsfeestje is, maar jij bent niet uitgenodigd.



Bespreek na vier situaties: Wat valt je op? Voelen alle kinderen hetzelfde bij dezelfde situatie? Waarom niet? Leg uit dat mensen verschillende gevoelens kunnen hebben bij dezelfde gebeurtenis, en dat dat normaal is. Het is belangrijk om te proberen te begrijpen hoe een ander zich voelt, ook al zou jij je anders voelen.



2. Perspectief nemen - In andermans schoenen

Maak groepjes van 3-4 kinderen. Geef elk groepje een scenario. De kinderen bespreken: Hoe voelt elke persoon zich in deze situatie? Waarom?

Scenario 1

Tijdens de pauze speelt een groep kinderen tikkertje. Eén kind wordt elke keer als eerste getikt en wordt daar verdrietig van. Andere kinderen vinden het grappig. Weer een ander kind merkt het niet eens en is gewoon aan het rennen.

- Hoe voelt het kind zich dat steeds getikt wordt?
- Hoe voelen de kinderen zich die het grappig vinden?
- Hoe voelt het kind zich dat het niet merkt?
- Wat zou jij doen in deze situatie?

Scenario 2

Bij een groepsopdracht heeft één kind heel veel ideeën en praat de hele tijd. Een ander kind wil ook iets zeggen, maar komt er niet tussen. Een derde kind vindt het wel prima en tekent rustig door.

- Hoe voelt het kind zich dat veel praat?
- Hoe voelt het kind zich dat niet aan het woord komt?
- Hoe voelt het kind zich dat rustig zit te tekenen?
- Wat zou helpen om dit beter te laten verlopen?

Scenario 3

Een kind krijgt een nieuw spelletje en iedereen wil meedoen. Het kind zegt: 'Er kunnen maar vier mensen meespelen.' Sommige kinderen worden niet gekozen en zijn teleurgesteld.

- Hoe voelt het kind zich met het nieuwe spelletje?
- Hoe voelen de kinderen die mogen meedoen?
- Hoe voelen de kinderen die niet mogen meedoen?
- Hoe zou je dit zo eerlijk mogelijk kunnen oplossen?

Laat groepjes hun scenario presenteren aan de klas. Vraag steeds: 'Hoe zouden jullie verbinding kunnen maken met alle betrokken personen?'

Gespreksvragen

- Waarom kunnen mensen in dezelfde situatie verschillende emoties voelen?
- Hoe kun je proberen te begrijpen hoe iemand anders zich voelt?
- Wat is het verschil tussen 'ik zou me zo voelen' en 'die ander voelt zich waarschijnlijk zo'?
- Wat kun je doen als je merkt dat iemand zich anders voelt dan jij had verwacht?
- Hoe kun je verbinding maken met iemand die zich anders voelt dan jij?
- Welk gevoel vind jij het moeilijkst om te begrijpen bij een ander? Waarom?



Afsluiting: mensfiguur

Vraag de kinderen om bij het hart op te schrijven wat ze vandaag geleerd hebben over verschillende manieren van **voelen**. Ook schrijven ze de gedragsverwachting op: 'Ik stel me open voor het gevoel van anderen en zorg voor verbinding.'



**vrijdag
27 maart**

Inhoud: Anderen **bepalen soms andere grenzen dan jij**

Gedragsverwachting: Ik houd rekening met de grenzen van anderen

Vandaag staat de **opgestoken hand (stopteken)** centraal als symbool voor **bepalen** waar je grenzen liggen.

1. Wat is een grens?

Begin met de volgende uitleg: een grens is iets wat jij oké vindt of juist niet oké vindt. Het is als een onzichtbare lijn. De ene persoon vindt het fijn als je een arm om hem of haar heen slaat, de ander niet. De ene persoon houdt van grapjes, de ander vindt datzelfde grapje vervelend. Grenzen zijn voor iedereen anders!

Geef ieder kind een blaadje en laat ze een lijn tekenen met aan de linkerkant 'Ik vind dit fijn' en aan de rechterkant 'Ik vind dit niet fijn'. Lees onderstaande situaties voor en vraag kinderen waar hun grens ligt. Ze kunnen op hun eigen blaadje een punt tekenen op de lijn.

Voorbeeldsituaties

- Iemand geeft je een high five.
- Iemand slaat een arm om je heen.
- Iemand plaagt je met je naam of uiterlijk.
- Iemand pakt zonder te vragen je spullen.
- Iemand roept je om mee te doen, terwijl je aan het lezen bent.
- Iemand vraagt of je wilt ruilen van plaats.
- Iemand vertelt een grapje over jou waar anderen om lachen.
- Iemand komt heel dicht bij je staan.
- Iemand vraagt of hij je schrift mag zien.

Bespreek na iedere vraag: Wat valt je op? Ligt de grens voor iedereen op dezelfde plek? Leg uit: daarom is het zo belangrijk om te respecteren dat iemand anders andere grenzen heeft dan jij!

2. Rollenspel 'Stoppen!'

Maak duo's. De kinderen oefenen met het aangeven van hun grenzen. Eén kind speelt een situatie na waarin de grens wordt overschreden, het andere kind oefent met 'stoppen' zeggen.

Leer drie manieren om te stoppen:

- 1 Vriendelijk stoppen: 'Ik vind het niet fijn als je dat doet, kun je stoppen?'
- 2 Duidelijk stoppen: 'Stop! Ik wil dit niet.'
- 3 Hulp vragen: 'Kun je stoppen? Anders vraag ik de leerkracht om te helpen.'

Situaties om te oefenen

- Iemand blijft aan je knutselwerk zitten terwijl je al twee keer hebt gevraagd om te stoppen.
- Iemand noemt je steeds bij een bijnaam die je niet leuk vindt.
- Iemand blijft vragen of je mee wilt voetballen terwijl je iets anders wilt doen.
- Iemand pakt steeds je gum zonder te vragen.

Wissel na elke situatie van rol. Bespreek: Hoe voelt het om je grens aan te geven? Hoe voelt het als iemand tegen jou zegt: 'Stop'?



3. De respectcheck

Geef elk kind een blaadje met de volgende vragen. Ze vullen dit individueel en eerlijk in:

- 1 Heb ik deze week goed geluisterd naar de grenzen van anderen?
- 2 Heb ik deze week mijn eigen grenzen duidelijk aangegeven?
- 3 Heb ik deze week iemand gerespecteerd die anders doet, zegt, denkt of voelt dan ik?
- 4 Wat wil ik volgende week beter doen?

Laat kinderen vrijwillig delen wat ze bij vraag 4 hebben opgeschreven. Dit hoeft niet, maar het kan anderen inspireren!

Gespreksvragen

- Waarom is het belangrijk dat iedereen zijn of haar eigen grenzen mag hebben?
- Hoe kun je merken dat je over iemands grens gaat?
- Wat moet je doen als iemand 'stop' zegt tegen jou?
- Is het makkelijk of moeilijk om je eigen grenzen aan te geven? Waarom?
- Hoe kun je respectvol zijn naar de grenzen van een ander, ook als jij die grenzen zelf niet zou hebben?
- Wat heb je deze week geleerd over respect voor verschillen?

Afsluitende reflectie van de week

Sluit de Week van de Lentekriebels af door de mensfiguren van alle kinderen op te hangen of in een kring te leggen. Geef kinderen de kans om hun complete mensfiguur te laten zien en te vertellen wat ze deze week het belangrijkste vonden.

Vraag: 'Als je naar je mensfiguur kijkt - bij welk lichaamsdeel heb je het meeste geleerd deze week? De hand (doen), de mond (zeggen), het hoofd (denken), het hart (voelen) of de opgestoken hand (grenzen)?'

Complimenteer de klas met hun inzet en respectvolle houding deze week. Moedig ze aan om ook na deze week respect te blijven tonen voor hoe anderen anders kunnen doen, zeggen, denken, voelen en hun grenzen bepalen.

Afsluiting: mensfiguur

Vraag de kinderen om bij de **opgestoken hand (stopteken)** op te schrijven wat ze vandaag geleerd hebben over grenzen **bepalen**. Ook schrijven ze de gedragsverwachting op: 'Ik houd rekening met de grenzen van anderen.'

Bovenbouw



maandag
23 maart

Inhoud: Anderen **doen** soms anders dan jij
Gedragsverandering: Ik reageer aardig en geef een compliment

Geef elk kind een kopie van bijlage 3; het liefst geprint op A3. De kinderen kunnen natuurlijk ook zelf de omtrek van een mensfiguur op een groot blad tekenen. Geef dan bijlage 3 als voorbeeld zodat er genoeg ruimte overblijft voor het samenvatten van wat ze geleerd hebben én voor de gedragsverwachting.

Vandaag staat **de hand** (die naar beneden hangt) centraal als symbool voor **doen**.

De samenwerkingsval

De uitdaging van deze activiteit is samenwerken met iemand die anders werkt dan jij.

Maak duo's en geef de opdracht om samen een tekening te maken. Maar... geef elk kind een andere opdracht mee. Kind 1 moet snel werken. Kind 2 moet heel precies werken. Ze mogen jouw instructie niet delen met elkaar. Observeer wat er gebeurt.

Gespreksvragen

- Wat botste?
- Waar kwam dat door?
- Wat voelde je tijdens het tekenen?
- Wat heb je gezegd tegen je duo-maatje?
- Wat heb je niet gezegd, maar had je wel graag willen zeggen?
- Wat had geholpen om elkaars manier te accepteren?
- Had elkaar een compliment geven tijdens het samenwerken geholpen?
- Hoe kun je op een aardige manier reageren als iemand iets doet waar jij last van hebt?



Afsluiting: mensfiguur

Vraag de kinderen om bij **de hand** die naar beneden hangt op te schrijven wat ze vandaag geleerd hebben over respect en anders **doen**. Ook schrijven ze de gedragsverwachting op: 'Ik reageer aardig en geef een compliment.'



dinsdag
24 maart

Inhoud: Anderen **zeggen** soms iets anders dan jij
Gedragsverandering: Ik luister zonder oordeel
naar een ander

Vandaag staat **de mond** centraal als symbool voor **zeggen**.

1. Luisterkring

Houd een luisterkring. Daarin deelt telkens één kind kort een eigen mening over een zelf te kiezen onderwerp (over school, zijn hobby, iets in de samenleving enzovoort). De anderen mogen alleen luisteren, niet reageren. Is het kind uitverteld, dan herhaalt één ander kind wat hij/zij hoorde, zonder oordeel.

Gespreksvragen

- Wat vond je van deze oefening?
- Wat heb je ervan geleerd (of niet)?
- Hoe helpt dit jou, de klas of de samenleving?
- Wat is de definitie van luisteren zonder oordeel?
- Vind je oordeelloos luisteren: heel moeilijk, moeilijk, niet zo moeilijk, makkelijk of heel makkelijk? Waarom?
- Hoe zou je reageren, denk je, als iemand iets zegt wat jou of anderen pijn doet of volgens jou slecht is voor de wereld?

2. Eens of oneens

Maak twee hoeken in het lokaal. Hoek 1 = eens. Hoek 2 = oneens. Lees onderstaande stellingen voor. Na elke stelling moeten de kinderen een keuze maken. Laat na elke keuze twee kinderen uit elke hoek vertellen waarom ze voor deze hoek gekozen hebben. De rest luistert zonder commentaar te geven.

Stellingen

- Online gamen is net zo belangrijk als buitenspelen.
- Huiswerk moet helemaal afgeschaft worden.
- Je moet op school zelf mogen kiezen wat je leert.
- Straffen werkt beter dan praten.
- Ouders mogen nooit in de telefoon van hun kind kijken.



- Ruzie hoort bij vriendschap.
- Populaire kinderen hebben het makkelijker in het leven.
- Pesten gebeurt vooral online.
- Geld maakt gelukkig.
- Iedereen verdient een tweede kans.

Gespreksvragen

- Hoe was het om niet te mogen reageren op wat er gezegd werd?
- Over welke mening van kinderen had je graag iets willen zeggen?
- Hoe had je dat gedaan als je het er totaal niet mee eens was?

Oefen met elkaar een aantal reacties die wél laten horen hoe je over wat een ander zegt denkt, zonder dat daar een oordeel in doorklinkt. Dit is alvast een oefening als voorbereiding op de inhoud van morgen.

Afsluiting: mensfiguur

Vraag de kinderen om bij **de mond** op te schrijven wat ze vandaag geleerd hebben over respectvol luisteren en **zeggen**. Ook schrijven ze de gedragsverwachting op: 'Ik luister naar wat een ander zegt en vraag door.'



**woensdag
25 maart**

Inhoud: Anderen denken soms anders dan jij
Gedragsverandering: Ik accepteer de mening van een ander en stel daar open vragen over

Vandaag staat **het hoofd** centraal als symbool voor **denken**.

Meningenlijn

Teken een lijn in de klas van 'helemaal mee eens' tot 'helemaal mee oneens'. Lees nu onderstaande stellingen voor. Na elke stelling kiezen de kinderen een plek op de meningenlijn. Laat telkens andere kinderen uitleggen waarom ze daar staan. Daarvoor worden ze bevraagd door kinderen op een andere plek op de lijn.

Schrijf voor de vragen de volgende vragende voornaamwoorden op het bord: wie, wat, waar, waarom, hoe. Elke vraag die de kinderen aan iemand stellen moet met één van deze vijf vraagwoorden beginnen.

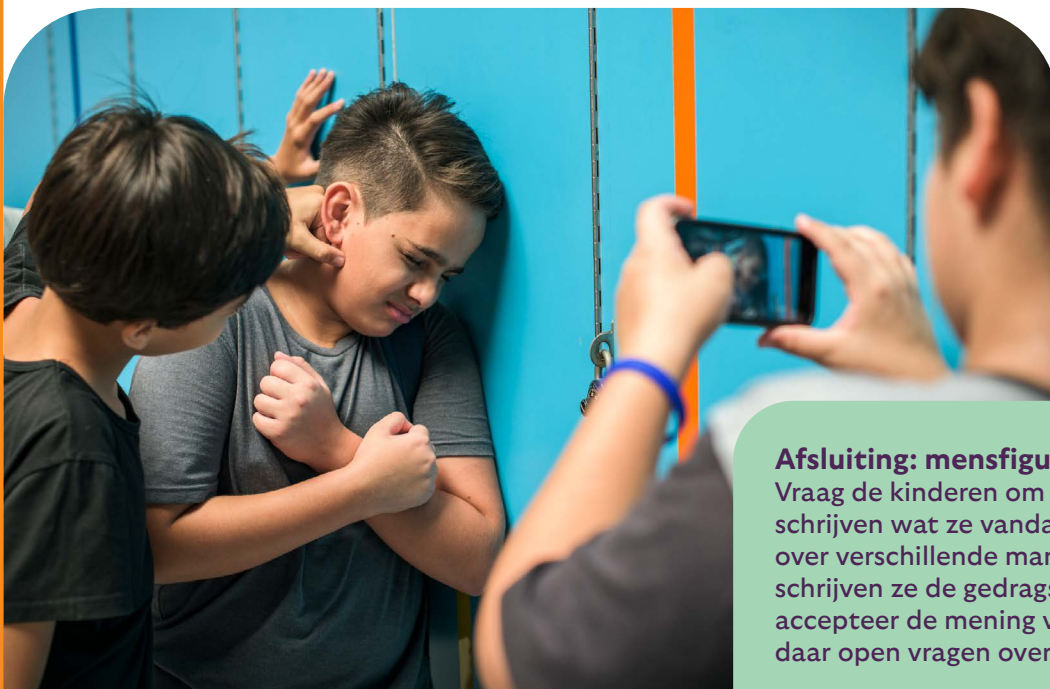
Stellingen

- Niet ingrijpen bij pesten is ook pesten.
- De groep heeft meer macht dan de pestkop.
- Sorry zeggen is makkelijk, sorry menen is moeilijk.
- Wegkijken is ook een keuze.

- Oorlog begint niet met wapens, maar met woorden.
- Niemand kiest ervoor om vluchteling te worden.
- Wat je vaak ziet, ga je normaal vinden.
- Likes zeggen meer over anderen dan over jou.
- Influencers hebben meer macht dan we denken.
- Niks zeggen is soms makkelijker dan eerlijk zijn.

Bespreek tot slot nog deze vragen

- Wat maakt de verschillen in meningen interessant?
- Hoe vind je het om de mening van een ander te accepteren zonder dat je daar meteen je eigen oordeel over geeft?
- Wat gebeurt er met de ander als je wél meteen je eigen mening geeft?
- Moet je de mening van een ander altijd 'zomaar accepteren'? Wanneer niet?



Afsluiting: mensfiguur

Vraag de kinderen om bij **het hoofd** op te schrijven wat ze vandaag geleerd hebben over verschillende manieren van **denken**. Ook schrijven ze de gedragsverwachting op: 'Ik accepteer de mening van een ander en stel daar open vragen over.'



**donderdag
26 maart**

Inhoud: Anderen **voelen soms iets anders dan jij**
Gedragsverandering: Ik stel me open voor het gevoel van anderen en zorg voor verbinding



Vandaag staat **het hart** centraal als symbool voor **voelen**.

1. Gevoelens kunnen voor iedereen anders zijn

Laat als start van deze activiteit bovenstaande foto zien:

- Wat vertelt de foto?
- Welk gevoel hebben de kinderen hierbij?
- Wat zouden ze tegen de jongen op de grond willen zeggen?
- En tegen de kinderen die om hem heen staan?

Lees nu het verhaal 'Sorry' voor.

Na afloop schrijven de kinderen individueel op wat zij zouden voelen.

Verhaal: 'SORRY'

'Wat is er met jou?'

'Niks! Laat me met rust!' snauwde Antar.

'Sorry hoor, maar dit pik ik niet!' zei zijn moeder.

'Sorry? Zei je sorry? Ik kan dat woord niet meer horen!'

En weg was Antar. Ergens in huis sloeg een deur dicht.

'Die kan ik maar beter even met rust laten,' mompelde zijn moeder.

Bij het eten 's avonds kwam het hele verhaal eruit...

Tijdens de gymles moest Hans opeens plassen. Kan gebeuren. Hij bleef wel wat lang weg, maar ook dat kan natuurlijk.

De gymles zelf was te gek. Antars favoriete spel De vloer is lava. Hij was er verreweg de beste in. Antar leek wel over de vloer te zweven. Zelfs als Hans hem dan 'slingeraap' noemde, kon Antar daarom lachen. Hij vond het een compliment. Met hun armen om elkaars schouders gingen ze na de gymles naar de kleedkamer.

'Goed gedaan, slingeraap,' zei Hans.

'Jij wat minder, blinde mol,' grapte Antar.

'Niet kletsen, maar aankleden,' riep hun gymleraar, meester Rob.

'Doen wie het eerste klaar is?' stelde Hans voor.

'Ik win,' zei Antar. Hij schoof zijn voeten in zijn sokken alsof Max Verstappen naar de eindstreep racete. Hemd aan. Onderbroek... Waar is mijn onderbroek, dacht Antar. Hij graaide in de stapel



kleding die nog op het bankje lag. Nergens te vinden.

‘Hé, gast,’ vroeg hij aan Hans, ‘heb jij mijn onderbroek gezien?’

‘Ik? Wat moet ik met jouw onderbroek. Alsjeblieft niet! Die van mij stinkt al erg genoeg.’

Antar zocht verder. De meeste kinderen waren al klaar met aankleden.

‘Komt er nog wat van?’ vroeg meester Rob.

‘Ik ben mijn onderbroek kwijt,’ hakte Antar. Zijn klasgenoten begonnen te lachen. ‘Dan ga je toch zonder onderbroek naar huis. Kijk wel uit voor de rits van je lange broek.’

Antar werd zo rood als een tomaat. Het liefst zweefde hij nu de ruimte uit. Of als er nu een gat in de vloer zou zijn, zou hij daar met plezier in springen.

Daar stond hij. Met blote, bibberende benen. Niet wetend wat hij moest doen. De tijd leek stil te staan.

‘Is dit ‘m misschien?’ vroeg Hans na een tijdje.

Hij zwaaide met een knalrode onderbroek.

‘Ja,’ gilte Antar. ‘Geef hier!’ Hij sprong op de rode onderbroek af als een stier op een rode lap. Maar Hans trok de onderbroek snel weg. ‘Mis!’ zei hij.

‘Stop!’ riep meester Rob met een stem als een kanon. ‘Die grap heeft nu wel lang genoeg geduurd. Geef hier!’

‘Grap? Grap?’ zei Antar woedend. ‘Dit is geen grap. Dit is kindermishandeling.’

‘Dat lijkt me wat overdreven,’ zei meester Rob, maar je hebt gelijk: het is geen grap.’

‘Ik vond zijn onderbroek verstoppertje lachen,’ mompelde Hans. Maar dat maakte Antar nog bozer dan hij al was.

Meester Rob stuurde de andere kinderen weg om rustig te kunnen napraten met Hans en Antar.

‘Hans, ik wil dat je je excuses aanbiedt.’

Hans aarzelde, schoof onrustig op het bankje heen en weer en zei toen bijna onverstaanbaar: ‘Nou eh... sorry dat je niet tegen een grapje kunt.’

‘O, dus het ligt aan mij!’ riep Antar. ‘Wat is dat nou voor sorry. Je meent er geen bal van.’

‘O, sorry, ik bedoel... nou ja, eh... sorry dat ik niet goed sorry zei. Zo goed?’

‘Nee! Daar heb ik niks aan.’

‘Wat wil je dan?’ riep Hans nu bijna wanhopig.

‘Oké, sorry, omdat het moet van meester Rob.’

‘Je snapt er niks van,’ zuchtte Antar. ‘Laat maar zitten. Ik ben je vriend niet meer. Sorry.’

Snel trok Antar zijn onderbroek en de rest van zijn kleren aan en stoomde weg.

‘Ik begrijp het,’ zei zijn moeder, toen Antar alles verteld had.

‘Wat begrijp je?’

‘Dat je zo kwaad thuiskwam vanmiddag. En nu?’

‘Nu? Niks!’ zei Antar. ‘Als Hans toch nog bevriend met me wil zijn, moet het van zijn kant komen!’

Gespreksvragen

- Welke gevoelens hebben de kinderen benoemd?
- Waarom heeft niet iedereen hetzelfde gevoel bij dit verhaal?
- Stel dat jij Antar bent. Wat zou je tegen Hans willen zeggen en hoe?
- Hoe kan Antar ervoor zorgen dat hij ondanks alles toch verbonden blijft met Hans?

2. Welke emotie zou jij voelen?

Knip de emotiekaartjes van bijlage 2 uit en leg ze verspreid in het lokaal.

Lees nu onderstaande situaties voor. Na elke situatie kiezen de kinderen bij welke emotie ze gaan staan. Vraag telkens aan twee kinderen die bij andere emoties staan: Waarom sta je bij deze emotie?

Situaties

- Je beste vriend(in) wordt gekozen als team-captain en jij niet.
- Je krijgt een compliment van de leerkracht, maar anderen lachen erom.
- Je ziet dat iemand in de klas alleen zit tijdens de pauze.
- Je haalt een goed cijfer voor iets waar je hard voor hebt geleerd.
- Een klasgenoot krijgt iets nieuws waar iedereen het over heeft.
- Je durft in de klas eindelijk je mening te zeggen.
- Je maakt per ongeluk een fout waar anderen last van hebben.
- Je wordt uitgenodigd voor een feestje waar iemand anders niet mag komen.
- Iemand zegt sorry tegen jou, maar je weet niet of die het echt meent.
- Je helpt iemand en niemand merkt het.
- Je hoort dat mensen over jou praten, maar je weet niet wat ze zeggen.
- Je wordt gevraagd om mee te doen, terwijl je eigenlijk twijfelt.



bang



blij



ontspannen



trots



boos



verdrietig



verrast



tegenzin

Afsluiting: mensfiguur

Vraag de kinderen om bij **het hart** op te schrijven wat ze vandaag geleerd hebben over verschillende manieren van **voelen**. Ook schrijven ze de gedragsverwachting op: 'Ik stel me open voor het gevoel van anderen en zorg voor verbinding.'



vrijdag
27 maart

Inhoud: Anderen **bepalen** soms andere grenzen dan jij

Gedragsverwachting: Ik houd rekening met de grenzen van anderen

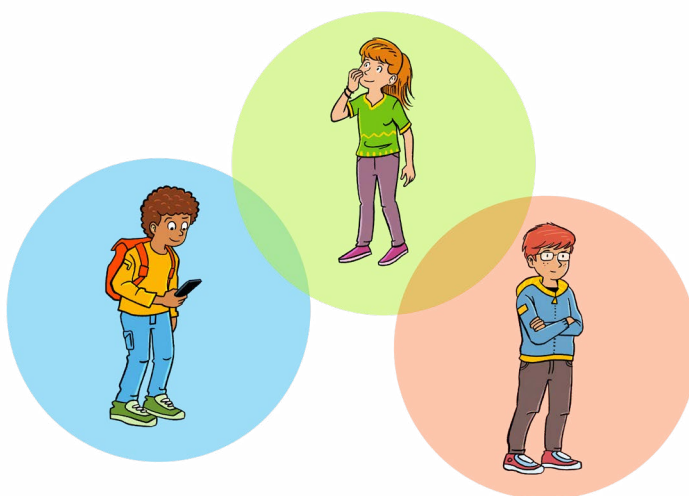
Vandaag staat de **opgestoken hand (stopteken)** centraal als symbool voor **bepalen** van grenzen.

1. Iedereen heeft zijn eigen, onzichtbare bubbel

Je kunt de inhoud van deze dag eventueel als volgt introduceren:

‘We gaan het hebben over grenzen. Iedereen heeft die, en ze zijn niet allemaal hetzelfde. Je hoeft niks te delen wat je niet wilt. We luisteren zonder uit te lachen of te oordelen. We praten over situaties, niet over namen.’

Laat nu de volgende afbeelding zien:



Vertel hierbij: ‘Stel je voor dat iedereen om zich heen een onzichtbare bubbel heeft. Die bubbel is jouw ruimte: je lichaam, je gevoelens, je gedachten. Sommige mensen hebben een grote bubbel, anderen een kleine. En: jouw bubbel kan per dag verschillen.’

Open vragen erbij:

- Wat zou er gebeuren als iemand zomaar in jouw bubbel stapt?
- Hoe weet je of iemand dat oké vindt?
- Kunnen bubbels per situatie veranderen? Wanneer?
- Wanneer voelt iets gezellig dichtbij?
- Wanneer voelt hetzelfde gedrag niet fijn?
- Waaraan merk je dat bij jezelf?

2. Filmpje: Wat is grensoverschrijdend gedrag?

Respect is ook dat je respect hebt voor wie jij zelf bent. Dan is het nodig om heldere grenzen aan te geven en die duidelijk te communiceren met anderen. Je merkt dan ook dat anderen soms andere grenzen hebben dan jij. Vandaag gaat het over grensoverschrijdend gedrag, een mooi maar ook gevoelig onderwerp dat wat meer leestijd nodig

heeft. Je kunt de activiteiten ook over verschillende momenten van de dag verdelen.

Bekijk dit filmpje van Schooltv over de vraag wat grensoverschrijdend gedrag is.



De makers zeggen zelf over dit filmpje: ‘Discriminatie, pesten en seksuele intimidatie zijn vormen van gedrag waarmee de dader een grens overschrijdt. Vaak is er sprake van ongelijke machtsverhoudingen. Op school, werk en andere plekken kan er zo een onveilige sfeer ontstaan.’

TIP

Laat de kinderen knikken of een duim opsteken bij deze afspraken. Dat vergroot het gevoel van gezamenlijke verantwoordelijkheid.

Gespreksvragen voor na het kijken

- Wat is je opgevallen?
- Wat vind je belangrijk om te onthouden?
- Wat heeft grensoverschrijdend gedrag te maken met een gevoel van onveiligheid?
- Vind jij het belangrijk om je eigen grenzen duidelijk te bepalen? Waarom?
- Is er voor jou ook een verband tussen groepsdruk en grensoverschrijdend gedrag? Kun je dat uitleggen?

3. Stellingen over grensoverschrijdend gedrag

Maak drie hoeken in het lokaal: eens, oneens en twijfel.

Lees onderstaande stellingen voor. De kinderen kiezen na elke stelling naar welke hoek ze lopen. Laat kinderen uit verschillende hoeken elkaar bevragen - en daar vervolgens op reageren - op de manier die ze deze week hebben geleerd: open en zonder oordeel.

Stellingen

- Ik kan mijn grenzen duidelijk aangeven.
- Het is grensoverschrijdend gedrag als je leerkracht je strafwerk geeft.
- Het is nooit je eigen schuld als je slachtoffer wordt van grensoverschrijdend gedrag.
- Het is grensoverschrijdend gedrag als je klasgenoot je steeds voor de grap op je billen slaat.
- Je mag altijd nee zeggen, ook tegen vrienden.
- Als iemand zich ongemakkelijk voelt is er al een grens overschreden.
- Ik vind het moeilijk om nee te zeggen als ik iets niet wil.
- Ik heb weleens te maken gehad met grensoverschrijdend gedrag.
- Mijn grenzen worden gerespecteerd op school.
- Als je een kort truitje draagt lok je grensoverschrijdend gedrag uit.

4. Extra: Je lijf is van jou

Wil je dieper op het thema ingaan? Bekijk dan het filmpje 'Je lijf is van jou' van Schooltv. Het duurt ruim elf minuten. Dit is de inhoud:



Weet jij welke aanrakingen oké zijn en welke niet? Elkaar aanraken doe je alleen als je zeker weet dat de ander het ook wil. Voor volwassenen bestaan er speciale regels voor het aanraken van kinderen. Ze mogen niet aan je lijf zitten onder je ondergoed: dat is verboden. Pauline vertelt wat zij heeft meegemaakt als kind. Nizar praat met Iva Bicanic over wat kinderen kunnen doen als het hun is overkomen. Marie-Mae zingt een lied over een verwarrend geheim.

Afsluiting: mensfiguur

Vraag de kinderen om bij de **opgestoken hand (stopteken)** op te schrijven wat ze vandaag geleerd hebben over grenzen **bepalen**. Ook schrijven ze de gedragsverwachting op: 'Ik houd rekening met de grenzen van anderen.'

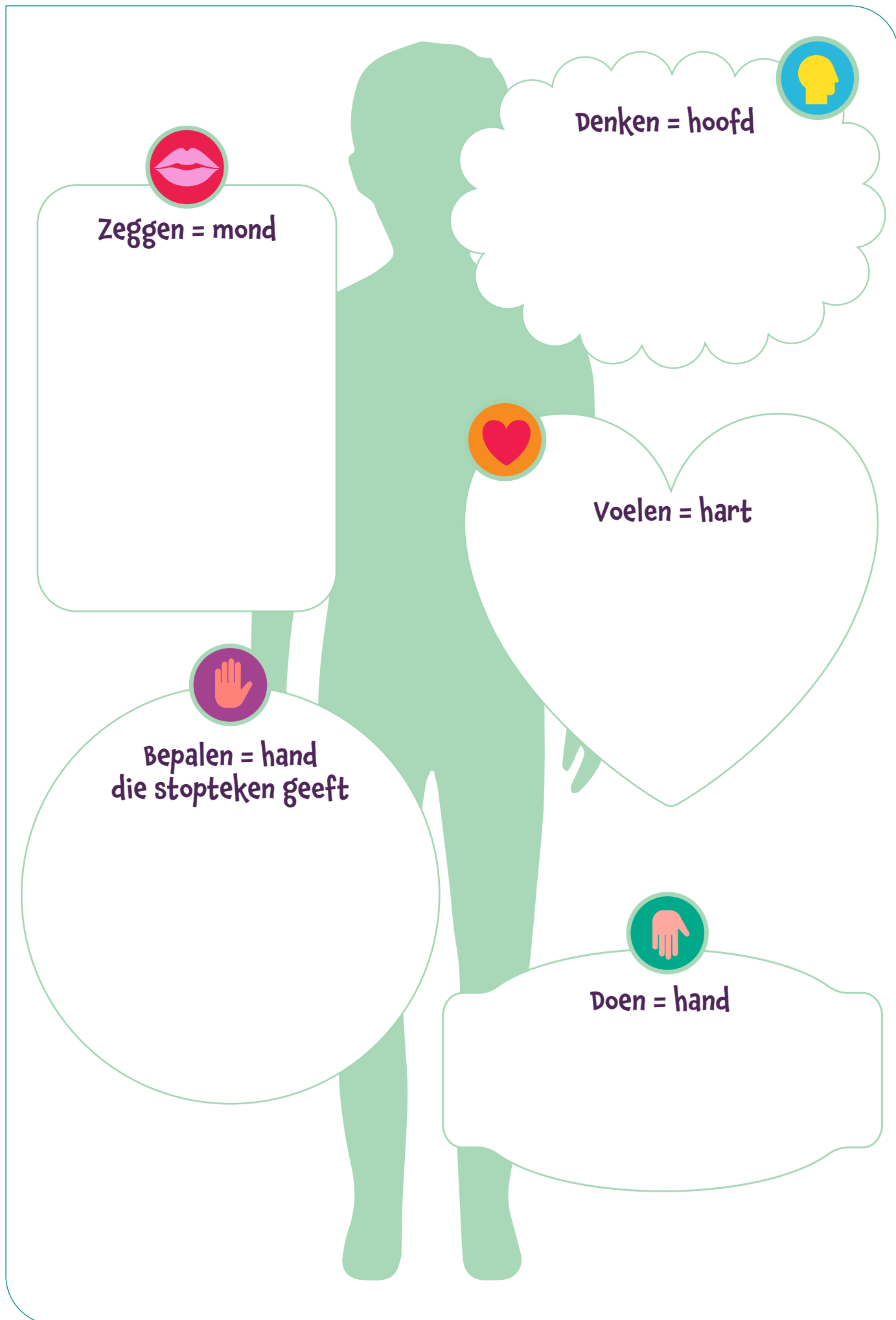
Afsluitende reflectie van de week

Sluit de Week van de Lentekriebels af door de mensfiguren van alle kinderen op te hangen of in een kring te leggen. Geef kinderen de kans om hun complete mensfiguur te laten zien en te vertellen wat ze deze week het belangrijkste vonden.

Vraag: 'Als je naar je mensfiguur kijkt - bij welk lichaamsdeel heb je het meeste geleerd deze week? De hand (doen), de mond (zeggen), het hoofd (denken), het hart (voelen) of de opgestoken hand (grenzen)?'

Complimenteer de klas met hun inzet en respectvolle houding deze week. Moedig ze aan om ook na deze week respect te blijven tonen voor hoe anderen anders kunnen doen, zeggen, denken, voelen en hun grenzen bepalen.

Bijlage 1 Mensfiguur onderbouw



Bijlage 2 Emotiekaartjes



bang



blij



ontspannen



trots



boos



verdrietig



verrast



tegenzin



Bijlage 3 Mensfiguur midden- en bovenbouw

Denken



Wat heb ik geleerd:

Gedragsverwachting:

Zeggen



Wat heb ik geleerd:

Gedragsverwachting:

Voelen



Wat heb ik geleerd:

Gedragsverwachting:

Bepalen



Wat heb ik geleerd:

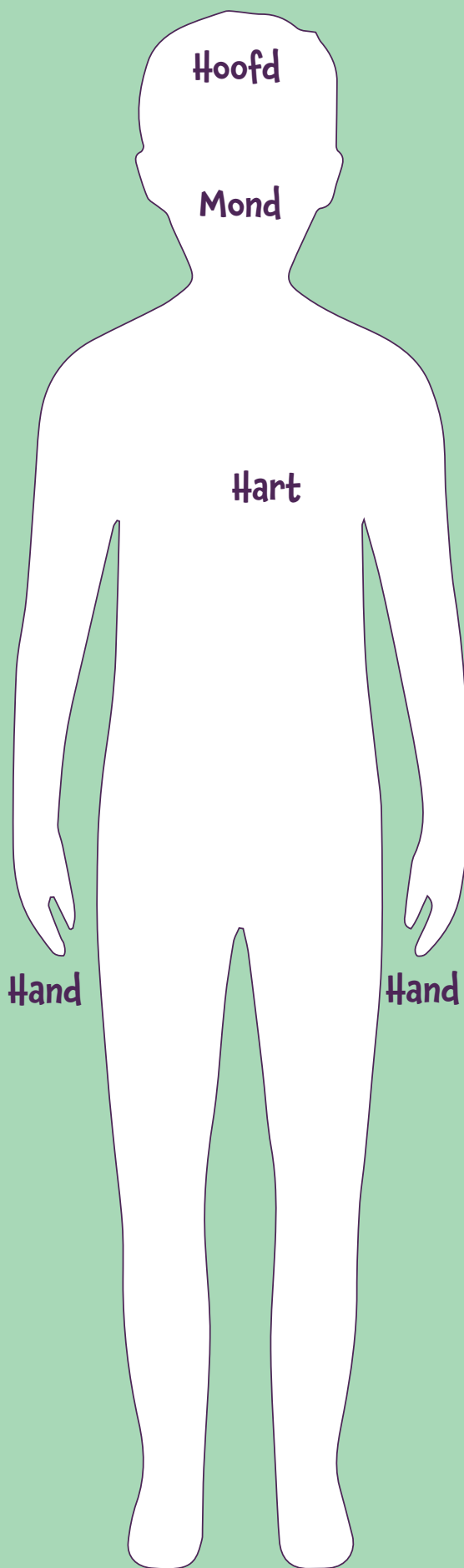
Gedragsverwachting:

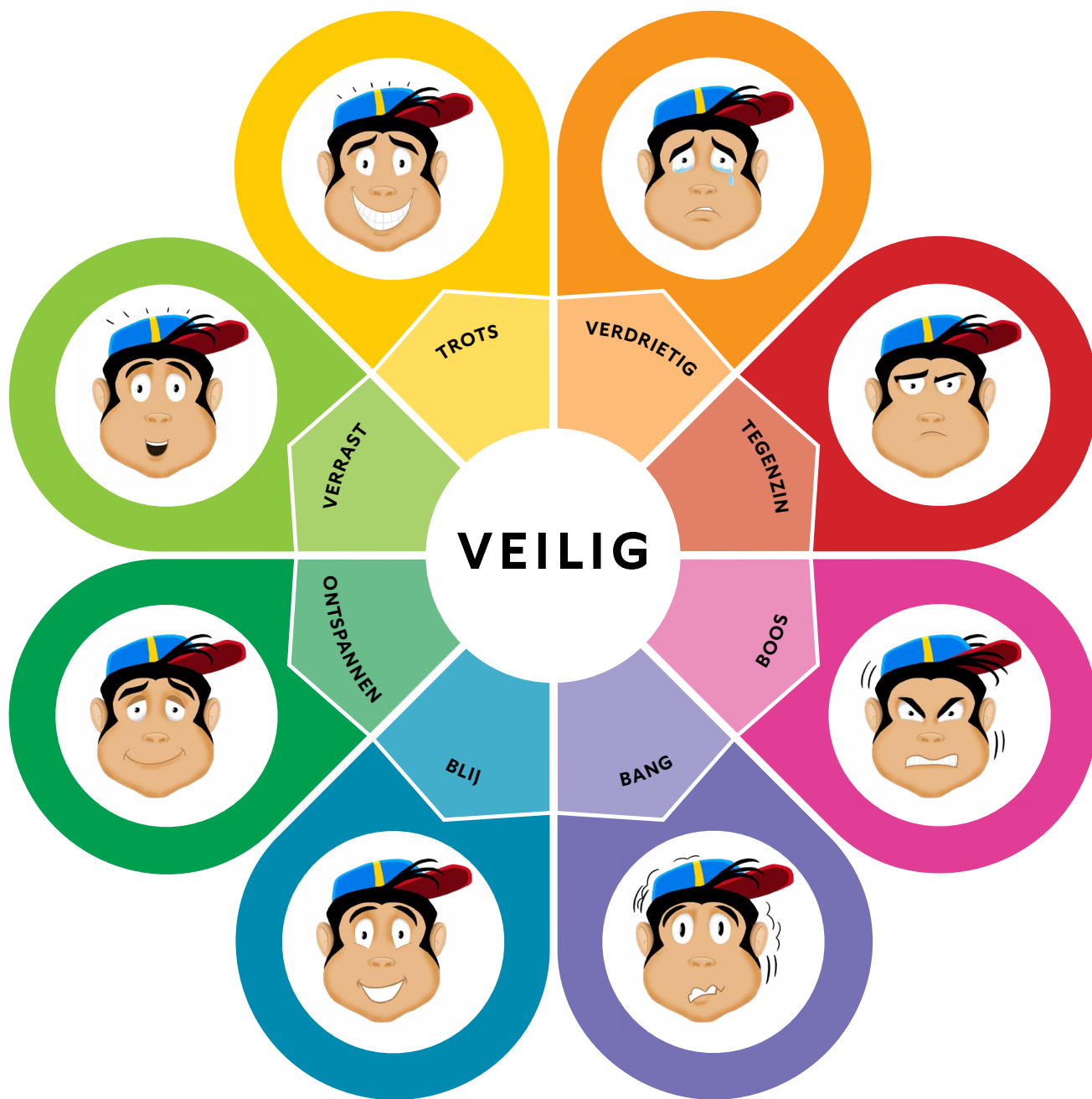
Doen



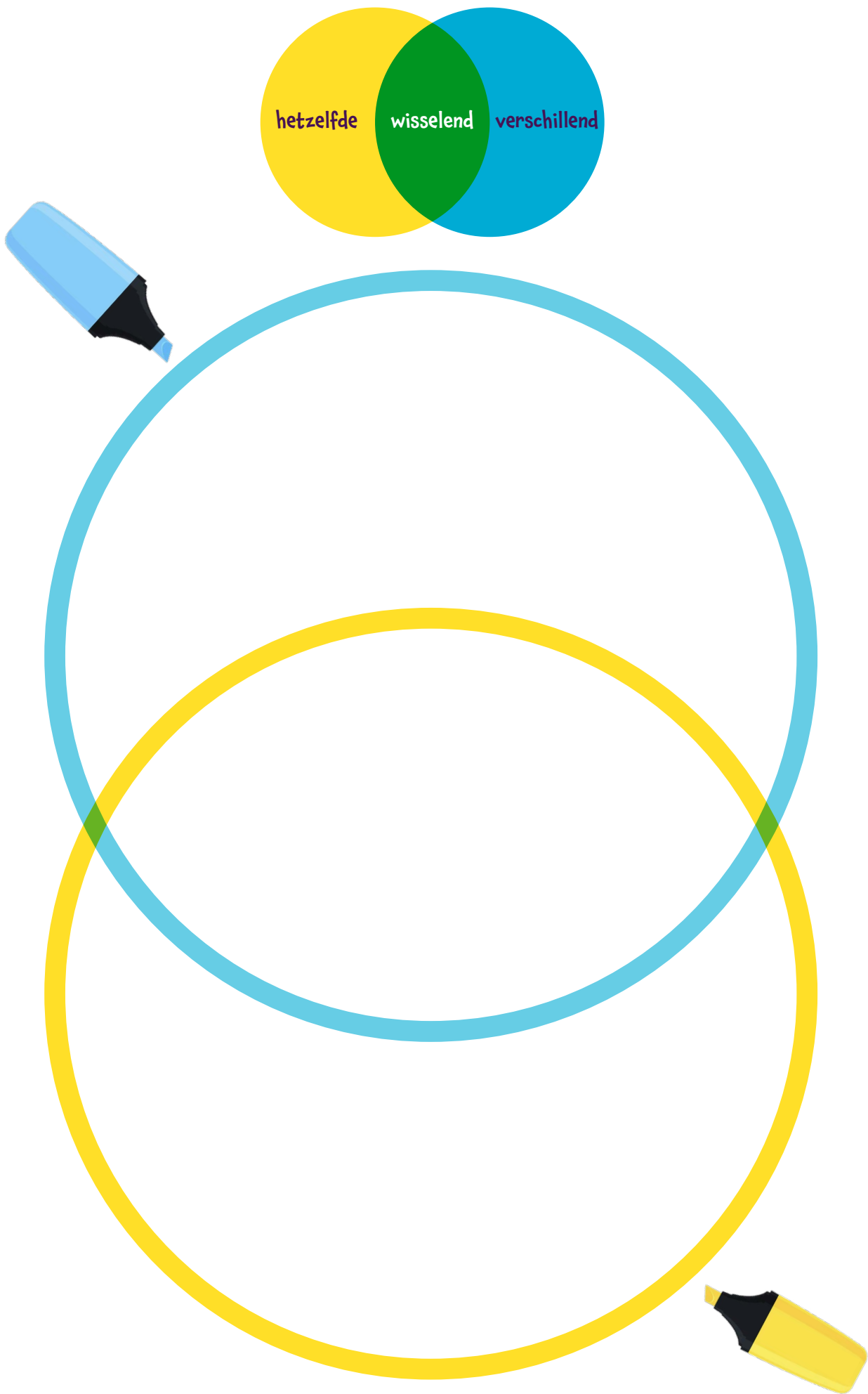
Wat heb ik geleerd:

Gedragsverwachting:





Bijlage 5 Venndiagram



Bijlage 6 Voorbeeldonderwerpen

Eten en drinken

- Hoe eet je je boterham? (Met of zonder korst, klein snijden of grote happen, eerst beleg eraf of niet.)
- Hoe drink je melk of sap? (Grote slokken of kleine slokjes, meteen leeg of langzaam drinken.)
- Hoe eet je een appel? (Helemaal opeten met klokhuis of klokhuis laten zitten.)
- Wat doe je als je iets lekkers krijgt? (Meteten opeten, bewaren voor later of delen.)

Thuis

- Hoe ruim je je kamer op? (Alles meteen opruimen of pas als het echt moet, met of zonder hulp.)
- Wanneer doe je je huiswerk? (Meteten na school, na het eten, of 's avonds.)
- Hoe poets je je tanden? (Eerst water op de tandenborstel of tandpasta eerst, rondje of op en neer.)
- Hoe maak je je bed op? (Dekbed helemaal uitschudden en recht of gewoon omhooggooien.)
- Hoe ga je 's ochtends naar school? (Lopend, fietsend, met de auto, alleen of met een volwassene.)

Op school

- Hoe werk je tijdens een opdracht? (Eerst alles lezen of meteen beginnen, alleen of graag overleggen.)
- Wat doe je in de pauze? (Voetballen, kletsen, naar binnen gaan, iets anders spelen.)
- Hoe zit je op je stoel? (Netjes rechtop, onderuitgezakt, met je benen eronder.)
- Hoe pak je een nieuwe pen? (Meteten gebruiken, eerst testen of die werkt, oude pen eerst helemaal leegmaken.)
- Hoe draag je je tas? (Op je rug, over één schouder, in je hand, slepend over de grond.)

Vrije tijd

- Wat doe je als je je verveelt? (Gaan tekenen, naar buiten, gamen, lezen, tv kijken.)
- Hoe sport of beweeg je? (Voetballen, dansen, fietsen, liever binnen of buiten.)
- Hoe kijk je tv of een filmpje? (Op de bank hangen, rechtop zitten, onder-titeling aan of uit.)
- Wat doe je als je een cadeautje krijgt? (Meteten uitpakken, voorzichtig open-maken, papier bewaren of verscheuren.)

Gevoelens en reacties

- Wat doe je als je boos wordt? (Stil worden, erover praten, even alleen zijn, huilen.)
- Wat doe je als je blij bent? (Dansen, zingen, vertellen aan iedereen, stil genieten.)
- Wat doe je als iemand verdrietig is? (Troosten, ruimte geven, afleiden met iets leuks.)
- Hoe reageer je op een compliment? (Verlegen worden, dankjewel zeggen, niet zo goed mee om kunnen gaan.)

Samenwerken

- Hoe werk je samen in een groepje? (Graag de leiding, liever meevolgen, alles samen doen.)
- Wat doe je als er ruzie is? (Het eerst uitpraten, naar de leerkracht, uit de weg gaan.)
- Hoe vraag je om hulp? (Meteten vragen, eerst zelf proberen, helemaal niet vragen want te verlegen.)
- Wat doe je als iemand om hulp vraagt? (Meteten helpen, eerst vragen wat het probleem is, doorverwijzen.)

Kwink voor een sociaal veilige groep

Dé methode voor sociaal-emotioneel leren



- ◆ Kwink draagt bij aan een sterke groep om verstorend gedrag zoals pesten te voorkomen
- ◆ Kwink is praktisch, leuk en actueel
- ◆ Met een extra leerlijn voor burgerschap
- ◆ Voor groep 1 t/m 8

'Kwink werkt!
Dat is zichtbaar
op onze school'

Cindy Breukink, leerkracht
en gedragsspecialist,
De Kameleon

Probeer Kwink uit
met de hele school!
Gratis proefabonnement:
[www.kwinkopschool.nl/
proefabonnement](http://www.kwinkopschool.nl/proefabonnement)



www.kwinkopschool.nl

Kwink is een uitgave van uitgeverij Kwintessens
t 033-460 19 40 • e info@kwintessens.nl • i www.kwintessens.nl

kwintessens