

Inclusiviteit

In de laatste week van dit toetsel, studenten zullen praten over groepsdruk, iets waar ze waarschijnlijk inmiddels wel bekend mee zijn! Ze realiseren zich echter misschien niet dat er twee soorten groepsdruk zijn: positief en negatief. De lessen van deze week geven leerlingen de kans om onderscheid te maken tussen de twee, na te denken over hoe ze positieve keuzes kunnen maken wanneer ze onder druk staan, en te evalueren hoe ze zichzelf kunnen zijn, ongeacht hoe anderen hen onder druk zetten in hun gedachten en acties.

Begin de module met de les voor de hele klas en streef er vervolgens naar om gedurende de week ten minste twee van de minilessen met uw leerlingen te volgen. Elke miniles is ontworpen om elementen van de hoofdles op nieuwe en boeiende manieren te presenteren.

Belangrijkste les

Hele klas les
30 minuten

START
HERE

Reageren op groepsdruk

Deze les laat leerlingen kennismaken met het concept dat groepsdruk zowel positief als negatief kan zijn, en nodigt hen uit om onderscheid te maken tussen de twee en op gepaste wijze te reageren op beide soorten druk. (Zie pagina 2 voor lesdetails.)

Mini lessen

Voor kleine groepen
15 minuten



Zeg gewoon nee rollenspel

Doorloop in kleine groepjes verschillende situaties die je kunt tegenkomen als groep 8, waarbij je negatieve groepsdruk voelt en 'nee' moet zeggen. Oefen enkele van de strategieën die u in de hoofdles hebt geleerd: gebroken records, weglopen, afleiding en humor. Evalueer na elk rollenspel de gevolgen van uw beslissing.

Voor Partners
15 minuten



De kracht van keuze

Bespreek met uw partner een keer dat u zich onder druk gezet voelde om een beslissing te nemen (goed, slecht of onverschillig) en wat er gebeurde. Heb je achteraf gezien de juiste keuze gemaakt? Uitleggen.

Voor individuen
15 minuten



Mijn eigen beslissingen nemen

Schrijf 3-5 strategieën op die je kunt gebruiken of woorden die je kunt zeggen om weerstand te bieden aan groepsdruk. Terwijl je je voorbereidt om naar de middelbare school te gaan, kun je in situaties terecht komen waarin je keuzes moet maken en je onder druk gezet kunt voelen om dezelfde keuzes te maken als anderen. Hoe zult u zich zelfverzekerd voelen bij het nemen van uw eigen beslissingen?



Online groepsdruk

Op welke manieren zetten sociale media ons onder druk? Voelen we ons onder druk gezet om iets te 'liken' of te delen alleen maar omdat iemand anders dat doet? Kunnen we online echt onszelf zijn?

8e Cijfer

Hele groepsles

Reageren op groepsdruk

In deze les onderzoeken leerlingen voorbeelden van zowel positieve als negatieve groepsdruk. Ze krijgen de kans om te zien of ze onderscheid kunnen maken tussen de twee en nadenken over hoe ze dienovereenkomstig kunnen reageren.

Tijdschema van de les

30 minuten

Benodigde materialen

- ☐ Voor deze les zijn geen materialen nodig

Normen kaart

Deze les sluit aan bij CASEL-competenties, National Health Education Standards, International Society for Technology in Education Standards, indien van toepassing, en Common Core State Standards. Raadpleeg de [Normen kaart](#) voor meer informatie.

Lesdoel

Studenten zullen:

- Maak onderscheid tussen positieve en negatieve groepsdruk.

Leraarverbinding / zelfzorg

Er is veel druk op docenten: druk om studenten te laten slagen voor hun staatsexamens, druk om de prestatiekloof te dichten, druk om ervoor te zorgen dat iedereen op of boven het niveau van het leerjaar zit, en druk om de beste te zijn. Soms is de druk die we voelen positief en stuwt het ons naar verbetering, het daagt ons uit om te groeien in ons vak en het inspireert ons om nieuwe dingen te proberen. Soms is de druk die we voelen negatief, waardoor we zelfkritisch worden, aan onszelf gaan twijfelen of ons tot verkeerde keuzes leiden.

Als u druk voelt, identificeer dan een paar dingen:

1. Is de druk die je voelt positief of negatief?
2. Zorgt de druk ervoor dat je groeit of verbetert?
3. Daagt de druk je uit op een manier die goed of slecht voelt?
4. Leidt de druk die je voelt tot meer inclusiviteit?

Identificeren hoe de druk je voelt of waar het je naartoe zal leiden, is de eerste stap om te weten hoe je moet reageren. Soms zullen we de druk ronduit moeten afwijzen, en soms zullen we de uitdaging ervan moeten accepteren. Soms kun je negatieve groepsdruk herformuleren zodat het je op een positieve manier van dienst is. Hoe dan ook, jij hebt de controle over hoe je reageert!



Deel

5-7 minuten

Welkom bij de laatste week van onze unit Inclusiviteit! Ik hoop dat je het leuk vond om te leren hoe je inclusiever kunt zijn door inclusieve ruimtes te creëren, een opstandeling te zijn en andere perspectieven te overwegen. Wat

is een van de sterkste lessen of nieuwe ideeën die je tot nu toe in dit blok hebt geleerd? (Nodig reacties van leerlingen uit.)



Inspireren

3-5 minuten

Vandaag gaan we het hebben over groepsdruk. Ik weet dat dit een term is die je kent. Kan iemand dit voor ons definiëren of uitleggen? (Nodig reacties van cursisten uit.)

Ja! Naarmate je ouder wordt, word je blootgesteld aan meer groepsdruk. Je vrienden, ouders, leraren, de samenleving en cultuur zullen allemaal ideeën hebben over wat je zou moeten doen en wie je zou moeten zijn. De sleutel zal zijn om het verschil tussen positieve en negatieve druk te kennen en de keuze te maken die voor u geschikt is. Dit kan inhouden dat je nee zegt, zelfs als je denkt dat je het niet kunt.



Machtigen

15 minuten

Om u te helpen weten hoe u kunt reageren wanneer u druk voelt, moet u bepalen of u positieve druk voelt (die bedoeld is om u aan te moedigen of uit te dagen of u te helpen beter te worden) of dat u negatieve druk voelt (wat bedoeld is om u te dwingen of te overtuigen om iets te doen waar u zich niet prettig bij voelt en dat een negatief resultaat kan opleveren).

Laten we een paar situaties bekijken en bepalen of het voorbeelden zijn van positieve groepsdruk of negatieve groepsdruk. Je gaat dit echter doen met je ogen dicht, zodat je niet onder druk wordt gezet om je keuze te maken!

Steek een hand uit in een "duim omhoog"-gebaar en sluit je ogen. Niet valsspelen! Draai nu uw duim opzij zodat deze niet naar boven of naar beneden wijst. Nadat ik de situatie heb gelezen en u denkt dat het een voorbeeld is van positieve groepsdruk, wijs dan uw duim omhoog ("duim omhoog"). Als je denkt dat het een voorbeeld is van negatieve groepsdruk, wijs dan met je duim naar beneden ("duim omlaag").

Situatie #1: Je houdt van muziek en hebt een goede zangstem en talent voor het lezen van muziek. Maar je hebt nog nooit instrument- of zangles gehad. Je hebt een hekel aan mensenmassa's en denkt dat je heel nerveus zou worden als je voor anderen zou moeten spelen of zingen. Toch wil je moeder dat je je aanmeldt voor koor en je oma zei dat ze pianolessen zou betalen. Wat voor druk voel je?

Laat de leerlingen "stemmen" met hun duimen (en met gesloten ogen!) en nodig ze vervolgens uit om hun ogen te openen nadat iedereen een keuze heeft gemaakt. Vraag dan een paar leerlingen om hun beweegredenen voor hun keuze te delen; neem ten minste één van elke kant op als studenten zowel omhoog als omlaag hebben gestemd.

Situatie #2: Je broer is geschorst van zijn telefoon omdat zijn cijfers achteruit zijn gegaan. Jullie ouders zijn een nacht weg en je weet dat hij zijn telefoon van het nachtkastje van je moeder heeft gepakt. Hij zegt dat je niets moet zeggen en dat hij het terug zal leggen voordat ze thuiskomen. Wat voor druk voel je?

Herhaal het stemmen en delen van Situatie #1.

Situatie #3: Je wiskundeleraar vraagt je om deel te nemen aan de wiskundewedstrijd omdat je vaardig bent in wiskunde en een van de beste cijfers van de klas hebt. Je hebt niet zoveel vertrouwen in je capaciteiten als je leraar en aarzelt, maar je mag je wiskundeleraar echt en wil haar niet teleurstellen. Wat voor druk voel je?

Herhaal het stemmen en delen van Situatie #1.

Situatie #4: Je hebt hard gewerkt aan babysitten om \$ 50 te verdienen om te besteden aan je familievakantie naar het strand. Je hoopt echt wat coole souvenirs te vinden om mee terug te nemen, en weet al dat je een t-shirt wilt kopen dat je vorig jaar hebt gezien toen je daar was. Het weekend voordat je vertrekt, ga je met je vrienden naar het winkelcentrum. Je ziet een paar schoenen die al je vrienden hebben. Je hebt geen nieuwe schoenen nodig, maar ze zijn echt cool. Je vrienden vinden allemaal dat je de schoenen moet kopen. Ze kosten \$ 49,50 met belasting, wat je vakantiegeld zou wegvagen. Wat voor druk voel je?

Herhaal het stemmen en delen van Situatie #1.

Situatie #5: Je bent aan het lunchen met je vrienden als de nieuwe student in je klas de lunchroom binnenkomt. Je kunt zien dat hij geen vaste plek heeft om te zitten. Je begint naar hem te zwaaien als een andere vriend je in de ribben duwt en zijn hoofd "nee" schudt. Wat voor druk voel je?

Herhaal het stemmen en delen van Situatie #1.



Reflecteer

5-7 minuten

Soms kan het moeilijk zijn om te zeggen wat voor soort druk we voelen, maar het is belangrijk om daarover na te denken, omdat enige druk bedoeld is om ons te helpen of ons ertoe aan te zetten iets nieuws en positiefs te doen waardoor we betere mensen worden. U zult echter waarschijnlijk veel negatieve druk ervaren die u of anderen kan schaden. Het is belangrijk om dat soort groepsdruk te vermijden of, als het niet kan worden vermeden, er doorheen te navigeren door de juiste keuze te maken.