

# INHOUDSOPGAVE



## VOORWOORD

Door Gerrit de Moor, Virtues Project België..... 15

## HOE HET BEGON

Door Linda Kavelin-Popov ..... 17

## HOE JE DIT BOEK KUNT GEBRUIKEN

Noot vertaler..... 20

## INLEIDING

Onze scholen kampen met problemen ..... 23

Het gebrek aan zingeving..... 23

Herwaardering van deugden ..... 23

Waarom deugden?..... 24

Een allesomvattende benadering ..... 24

## VIJF STRATEGIEËN OM EFFECTIEF MET DEUGDEN TE WERKEN

Achtergrond..... 25

Karaktervorming..... 25

Een vangnet voor scholieren..... 27

De vijf strategieën van The Virtues Project ..... 28

Samenvatting ..... 30

## DEEL 1. TOELICHTING BIJ DE VIJF STRATEGIEËN

### STRATEGIE 1. SPREEK DEUGDENTAAL

Taal vormt het karakter ..... 33

Maak deugden wakker in ieder kind..... 34

Hoe je deugdentaal kunt spreken..... 34

Spreek Deugdentaal als erkenning ..... 35

Wees specifiek als je deugdentaal gebruikt ..... 38

Spreek deugdentaal om kinderen te begeleiden ..... 39

Spreek deugdentaal om gedrag bij te sturen ..... 40

De drie elementen van een deugdenerkenning..... 42

Bied een deugdensandwich aan ..... 43

### ACTIVITEITEN MET JE KLAS

De deugd van de week..... 45

De deugd van de week raden ..... 45

Rollenspel..... 45

'Betrap' leerlingen op het inzetten van een deugd ..... 46

De deugdenvolger ..... 46

Integreer de deugden in liedjes..... 46

Stoelenjacht..... 47

Woordenspel ..... 48

Deugdenquiz .....	48
Etiketten omzetten naar deugden .....	48
<b>ACTIVITEITEN VOOR DE HELE SCHOOL</b>	
De deugd van de maand .....	52
Sketches .....	52
Dagelijks voorlezen .....	52
Een minuut stilte om te reflecteren .....	52
Focus elke dag op de affirmatie.....	53
Kringgesprek .....	53
De deugdenrap.....	53
Screensaver .....	53
Hang spandoeken en/of posters op een centrale plek .....	53
Samenvatting van strategie 1. Spreek deugdentaal .....	54
 <b>STRATEGIE 2. HERKEN LEERMOMENTEN</b>	
Let op leermomenten .....	57
Betrek leerlingen persoonlijk bij de lessen .....	58
Stimuleer bewustwording en beoefening van de deugden.....	58
Van struikelblok naar opstapje .....	59
Je bent docent, geen dominee.....	59
Gebruik deugden, geen etiketten .....	61
Help kinderen om hun deugden in balans te brengen.....	61
Bouw het geweten op, breek het niet af .....	62
Beschamen ontmoedigt uitmuntendheid .....	63
Geweten ontwikkelen en afbreken.....	64
Herken leermomenten bij leerlingen met leerproblemen.....	65
Stel afsluitende, verduidelijkende vragen .....	65
Betrek het gezin erbij .....	66
<b>ACTIVITEITEN MET JE KLAS</b>	
Het 'Deugden in mij'-boek.....	67
Deugden interview .....	68
Donkere en stralende momenten .....	68
Beste vriend brainstorm .....	68
Eerlijk deugdenprofiel.....	69
Deugd van de week overdenking.....	70
Les in teamverband .....	70
Als je rondloopt .....	71
De toverdoos .....	72
Mindmap met deugden om problemen op te lossen.....	72
Deugdenfeest met beroemdheden .....	73
Deugdenenergie .....	73
Deugdensymbolen .....	73
Vriendschapskaart .....	74
<b>ACTIVITEITEN VOOR DE HELE SCHOOL</b>	
Een bijdrage aan de samenleving.....	75
Dag van het diamanten naamkaartje .....	75
Gast van de dag .....	75
Beroependag .....	76

Deugd van de week kaart .....	77
Samenvatting van strategie 2. Herken leermomenten .....	78

### **STRATEGIE 3. STEL VEILIGE GRENZEN**

Creëer een veilige haven.....	81
Een holistische benadering .....	82
Op een educatieve manier grenzen stellen .....	82
Dienstbaar leiderschap .....	83
Haal kinderen niet naar beneden; stimuleer hen .....	84
Overheersing tot in het extreme is wreedheid, verstoort als autoriteit .....	84
Een klas zonder grenzen is een groep zonder leiding .....	85
Bij gebrek aan leiding nemen kinderen de leiding .....	85
Wat is jouw leiderschapsstijl?.....	86
Herstel rechtvaardigheid door te luisteren .....	88
Herstel rechtvaardigheid in plaats van te straffen .....	89
10 richtlijnen voor het instellen van veilige grenzen. ....	91
Vind de natuurlijke grens.....	98
Houd de grootte van de klas hanteerbaar.....	99
Leerkrachtgedrag .....	99

#### **ACTIVITEITEN MET JE KLAS**

Bespreek assertiviteit.....	100
Bespreek hoe je grenzen stelt naar onbekenden .....	100
Grenzenposters.....	100
Vredesgebied.....	100
Goedmakers.....	101
Een opgeruimde klas.....	101

#### **ACTIVITEITEN VOOR DE HELE SCHOOL**

Geef deugdenccomplimenten mee naar huis .....	102
Wees duidelijk over grenzen .....	102
Werk met leerlingbemiddeling .....	102
Samenvatting van strategie 3. Stel veilige grenzen .....	103

### **STRATEGIE 4. NEEM TIJD VOOR RUST, REFLECTIE, ONTSPANNING**

Inspiratie en motivatie .....	105
Zie in ieder kind unieke gaven .....	105
Creëer een gedeelde visie .....	107
Veilige grenzen check .....	107
Leef deugden voor.....	109
Vertel verhalen .....	110
Wees samen creatief.....	111
Deugden op het podium .....	111
Deugden en poëzie .....	111
Deugden en muziek.....	112
Deugden tijdens vieringen en ceremonies .....	113
Overgang naar volgende groep .....	113
Deugdendiner .....	113
Pensioen.....	113
Verlies en rouw.....	113

Openingskring .....	113
Dankbaarheidskring .....	113
De Praatstok .....	114
Gooien met een bol wol .....	115
<b>ACTIVITEITEN MET JE KLAS</b>	
De toevalsdeugd .....	116
Diamant naamkaartjes .....	117
Steek een kaars aan .....	117
Een spirituele wandeling .....	117
De raad der wijzen .....	118
Welke deugd breng jij mee? .....	118
Een stralend hart .....	118
Schatgraven .....	119
Persoonlijke deugdenposter .....	120
Deugdenschild .....	121
Deugdenboom .....	122
Deugdenfruitboom .....	122
Deugdenliedjes .....	122
Deugdendagboek .....	122
Deugdenassociaties .....	122
<b>ACTIVITEITEN VOOR DE HELE SCHOOL</b>	
Deugdenbijeenkomst .....	124
Deugdenmededelingenbord .....	124
Deugdenacroniem .....	124
Deugdentuin .....	124
Deugdenfeestdag .....	124
Samenvatting van strategie 4. Neem tijd voor rust, reflectie en ontspanning .....	125
 <b>STRATEGIE 5. BIEDT ACTIEF AANDACHT</b>	
Samen oplopen .....	127
Kinderen helpen bij ethische keuzes .....	128
De toverwoorden .....	128
De zeven stappen van actief aandacht bieden .....	131
Het schema van de 7 stappen van strategie 5 .....	133
Stel grenzen .....	134
Wat als een kind dichtklapt? .....	135
Actief aandacht bieden bij boosheid .....	135
Word niet boos, wees belangstellend! .....	135
Een frisse blik op conflicthantering .....	136
Actief aandacht bieden als probleemoplossing .....	139
Hoe je een deugdenkring kunt houden .....	139
Gesprekjes van één minuut .....	140
Actief aandacht bieden bij verdriet .....	141
Actief aandacht bieden bij een crisissituatie .....	141
Actief aandacht bieden bij suïcide preventie .....	142
<b>ACTIVITEITEN</b>	
Het blij-bang-boos-verdrietig spel .....	143
Rollenspel: vrede-stichters .....	144

## ACTIVITEITEN VOOR DE HELE SCHOOL

Op deugden gebaseerde visie- en missievragen .....	145
Samenvatting van strategie 5. Bied actief aandacht. ....	146

## DEEL 2. 52 DEUGDEN

Handig om te weten .....	150
Deugdenlijst.....	151
Assertiviteit.....	152
Begrip .....	154
Behulpzaamheid .....	156
Bescheidenheid.....	158
Betrouwbaarheid.....	160
Creativiteit .....	162
Dankbaarheid.....	164
Dienstbaarheid .....	166
Doelgerichtheid .....	168
Doorzettingsvermogen .....	170
Eenheid.....	172
Eerlijkheid .....	174
Enthousiasme .....	176
Flexibiliteit .....	178
Geduld .....	180
Geloofwaardigheid .....	182
Hoffelijkheid .....	184
Idealisme.....	186
Integriteit .....	188
Liefde.....	190
Loyaliteit.....	192
Matigheid.....	194
Mededogen.....	196
Moed.....	198
Naasteliefde .....	200
Nederigheid .....	202
Onthechting .....	204
Oprechtheid .....	206
Ordelijkheid .....	208
Rechtvaardigheid .....	210
Reinheid .....	212
Rekening houden met een ander .....	214
Respect .....	216
Samenwerking .....	218
Tact.....	220
Uitmuntendheid .....	222
Vastberadenheid .....	224
Veerkracht .....	226

Verantwoordelijkheid .....	228
Verdraagzaamheid .....	230
Vergevingsgezindheid .....	232
Vertrouwen .....	234
Vreedzaamheid .....	236
Vreugde .....	238
Vriendelijkheid .....	240
Vrijgevigheid .....	242
Waardigheid .....	244
Ijver .....	246
Zachtaardigheid .....	248
Zelfdiscipline .....	250
Zelfvertrouwen .....	252
Zorgzaamheid .....	252
Over The Virtues Project .....	254
Dankwoord .....	258
Meer lezen .....	259

# VOORWOORD

Toen ik voor het eerst van The Virtues Project hoorde, werkte ik in het Orthopedagogisch Centrum Sint-Gregorius, een school en zorgorganisatie voor onder meer kinderen en jongeren met gedrags- en emotionele stoornissen. Het was in 2003. In die tijd kampten we met een enorme pestproblematiek. Zowel in de leefgroepen als in de klassen waren heel wat kinderen betrokken bij pesterijen, als slachtoffer, als pester of beide. Het pestprobleem was zo wijd verbreid en zo complex dat we er als volwassenen geen greep op kregen.

We besloten om het groots aan te pakken, een beetje in een trial-and-errorstijl. In een tijdspanne van enkele weken tot maanden organiseerden we een antipestnamiddag, lanceerden we een antipestkrant, onthulden we een antipestbeeld, hielden we groepsgesprekken over pesten, enzovoort. Niets hielp. Het pesten verminderde soms wel, maar kwam telkens even fel terug opzetten.

Op een dag kwam er een spreuk op mijn weg: 'Wat je aandacht geeft groeit'. Ik moest onvermijdelijk aan al onze antipestacties denken. Hielden we zelf het pesten in stand door er zoveel aandacht aan te besteden? Het leek wel zo. Daarom stelde ik voor aan het antipestteam (ja, zo noemen we het) om de aandacht af te wenden van het pesten en ons en de kinderen te richten op wat we graag zouden willen. De vraag was alleen: Hoe?

Ik stelde The Virtues Project voor als alternatief van al de acties tegen het pesten op school. Het antipestteam werd een deugdenteam! We bestudeerden *Het Grote Deugdenboek voor het onderwijs* en zochten naar manieren om de vijf strategieën concreet te maken en de deugden in onze praktijk aandacht te geven.

Een eerste stap was om ons een paar voor de hand liggende deugden – geduld, vriendelijkheid, respect, samenwerking – in te prenten en die deugden te benoemen bij kinderen. Twee dingen vielen ons op. De leerlingen gedroegen zich plots beter, dankzij de deugdenerkenningen. Daarnaast viel ons op dat kinderen die deugdentaal heel vlug overnamen en ook bij elkaar deugden benoemden.

*Als alleen al het benoemen van deugden  
zoveel positieve impact heeft,  
wat kan The Virtues Project  
dan nog meer voor ons betekenen?*

We stonden versteld en vroegen ons af: 'Als alleen al strategie 1, het benoemen van deugden (gekoppeld aan positief gedrag en positieve intenties) zoveel positieve impact geeft, wat kan The Virtues Project dan nog meer voor ons betekenen?'

We besloten ook om de regels in de klas, in de leefgroep en op de speelplaats positief te herformuleren en te baseren op een deugd (strategie 3; stel veilige grenzen). We hielden het bij de gekende deugden om onze gedragsregels op te bouwen. Hierdoor konden we de leerlingen blijven erkennen in hun positief gedrag en bovendien konden we ze richten op deze deugden wanneer hun gedrag storend was voor anderen.

Steeds meer keken wij, samen met de kinderen, vanuit het perspectief van de deugden naar individueel gedrag en interactie in de klas en de leefgroep. Door de poster met de 52 deugden overal op te hangen, ontdekten we samen met de leerlingen ook steeds vaker andere deugden in dagelijkse gebeurtenissen (strategie 2: herken leermomenten). Ook de samenhang van de verschillende deugden werd steeds duidelijker voor iedereen.

Waar we net nog alle hoop om het pestprobleem op te lossen stilaan al hadden opgegeven, stelden we tot onze grote vreugde vast dat binnen enkele weken tijd de sfeer in de klas- en leefgroepen totaal was omgeslagen. Het pesten was sterk verminderd, kinderen waren veel vriendelijker naar elkaar en er werd meer zorg gedragen voor materiaal. Waar maanden van anti-pestacties faalden, slaagde het inzetten van The Virtues Project.

*Het volgende schooljaar wilden we  
The Virtues Project niet loslaten.*

Deze ervaring betekende de implementatie van The Virtues Project binnen de hele organisatie. Het volgende schooljaar wilden we The Virtues Project niet loslaten. We ontwierpen een deugdenkalender waarbij elke maand een deugd centraal stond. Bij elke deugd werden leuke lesideetjes, zinvolle activiteiten of reflectiemomenten voorgesteld die leerlingen, leerkrachten en begeleiders in eigen tempo en naar eigen keuze konden uitwerken.

Later, in 2015, zou het traject dat we in Sint-Gregorius hadden gelopen ook de inspiratie blijken voor het oprichten van Virtues Project België. Op die manier kunnen we – vaak in samenwerking met Virtues Project Nederland, veel leerkrachten te inspireren.

Het is onze ervaring dat zowel de leerlingen als de volwassenen er sterker door worden, met meer zelfvertrouwen en met een grotere zorg voor de mensen en de wereld om hen heen. We wensen het iedereen toe.

Om het zuiver toe te passen, raden we je aan dit boek van A tot Z te lezen. En wie weet, zien we je binnenkort bij een deugdentraining!

Hartelijke groet,

Gerrit de Moor, januari 2022.



# HOE JE DIT BOEK KUNT GEBRUIKEN

*Het Grote Deugdenboek voor het onderwijs* leert je vijf strategieën. Dit zijn praktische 'reminders' die je inspireren om deugden actief en bewust toe te passen. Je kunt ze altijd en overal toepassen, met iedereen: kinderen, jongeren, volwassenen en voor jezelf. De vele praktijkvoorbeelden en suggesties voor activiteiten geven je een beeld van hoe je deugden kunt integreren in je eigen school en je manier van lesgeven.

Met een positieve cultuur en met omstandigheden die de leerlingen helpen om in hun kracht te staan, kunnen de kinderen leren en groeien. De deugden en de strategieën kunnen op elke school, maar ook binnen elke andere organisatie, gemakkelijk worden geïntegreerd in de leerstof, de regels en de manier van omgaan met elkaar. The Virtues Project is een positieve, holistische methode die in veel landen en culturen wordt toegepast om het beste in kinderen en volwassenen naar boven te brengen.

In dit boek staan veel concrete voorbeelden van scholen en andere organisaties die met de vijf strategieën van The Virtues Project, werken, overal ter wereld. Het is intussen in meer dan 140 landen geïntroduceerd.

De activiteiten bij de deugden (in deel twee van dit boek) zijn zowel te gebruiken op de basisschool als in het voortgezet onderwijs. Veel oefeningen zijn geschikt voor alle leeftijden. Het is natuurlijk aan jou om te beslissen welke activiteiten je vindt passen bij de leeftijd en de culturele en maatschappelijke achtergrond van de kinderen met wie je werkt. Voel je vrij om de oefeningen zo aan te passen dat ze geschikt zijn voor de kinderen die je onder je hoede hebt.

*Het Grote Deugdenboek voor het onderwijs* wordt ook veel gebruikt bij buitenschoolse activiteiten, zoals buitenschoolse opvang, scouting, sportverenigingen, tiener- en jeugdwerk. Mentoren, ondersteuners en intern-begeleiders zullen baat hebben bij de kunst van actief aandacht bieden, strategie 5 van The Virtues Project. Het is een stappenplan dat je kunt volgen om kinderen te helpen hun hart te luchten. Het nodigt kinderen uit een beroep te doen op de deugden die hen kunnen helpen om zelf hun problemen op te lossen. Dit is ook een nuttig gereedschap voor jeugdzorg, waar het kan worden ingezet bij depressie, verslavingen, zoals gamen en drugs- en alcoholmisbruik, vandalisme en (kleine) criminaliteit.

Het boek bestaat uit twee gedeelten:

## **Deel één is gewijd aan de vijf strategieën van The Virtues Project**

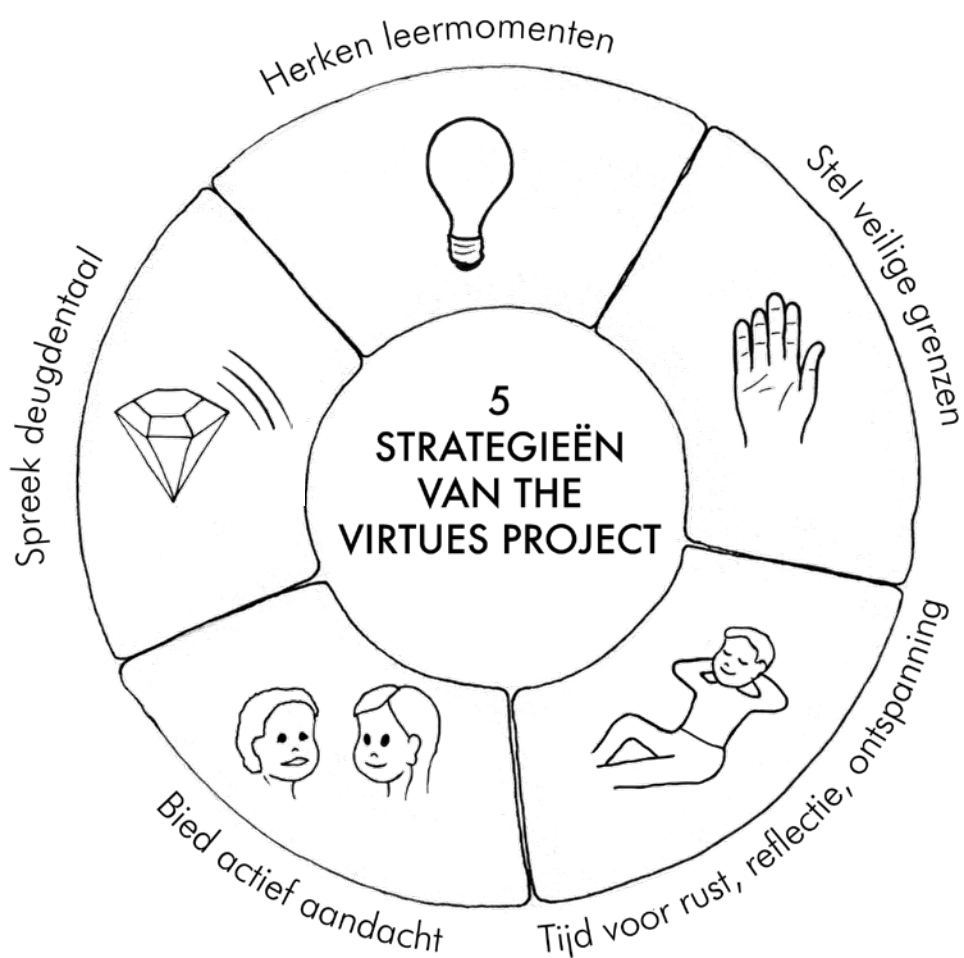
Deze worden stuk voor stuk toegelicht en er worden voorbeelden gegeven hoe je ze in de praktijk brengt. Aan het eind van elk hoofdstuk over een strategie staan groepsactiviteiten, activiteitenlijsten voor leerlingen en activiteiten voor de hele school. Ook wordt de strategie bondig samengevat en vind je een lijst met sleutelbegrippen.

## **Deel twee begint met een lijst van 52 deugden in de vorm van een poster.**

Deze poster kun je printen en in de klas ophangen en je kunt ervoor zorgen dat iedere leerling er een heeft op A4 formaat. Bij Uitgeverij ACT on Virtues is ook een *Deugdenposter* verkrijgbaar. Daarna volgen 52 paragrafen met omschrijvingen van 52 deugden, van Assertiviteit tot en met Zorgzaamheid. Deze paragrafen helpen je om leerlingen uit te leggen wat de deugd betekent, waarom ze die zouden toepassen en hoe ze die zelf kunnen inzetten. Daarnaast vind je bij elke deugd affirmaties, suggesties voor activiteiten, reflectievragen en citaten.

## De vijf strategieën van The Virtues Project

The Virtues Project kent vijf strategieën; manieren om deugden tot leven te brengen. Ze zullen in dit boek stuk voor stuk toegelicht worden met praktijkvoorbeelden en tips. Maar eerst kun je het diagram hieronder bekijken en de korte toelichting hiernaast lezen.



### **1. Spreek deugdentaal**

De invloed van taal – woorden die we dagelijks gebruiken – is groot. Woorden kunnen zelfvertrouwen geven, of neerhalen. Wanneer we beschamende of beschuldigende taal vervangen door het benoemen van deugden, groeien onze eigen innerlijke karaktereigenschappen en die van degenen die we opvoeden of onderwijzen. Deugdentaal wordt gebruikt om te erkennen, te begeleiden en bij te sturen. Horen welke deugden we inzetten of kunnen gebruiken, helpen te ontdekken wie we (kunnen) zijn.

### **2. Herken leermomenten**

Deze strategie is een manier om naar het leven te kijken als een kans om te leren, om fouten te erkennen, om beproevingen en uitdagingen als kansen te zien en om ons besef van de deugden die we allemaal in ons hebben groter te maken. Het is een houding waarbij je het beste in elkaar naar boven brengt door te vragen: “Wat kan ik hieruit leren?”, “Wat zou ik de volgende keer anders moeten doen?”, “Welke deugd kan ik oefenen” en “Hoe kan ik dit goedmaken?”

### **3. Stel veilige grenzen**

Duidelijke grenzen, met deugden als uitgangspunten van school- en omgangsregels, helpen om conflicten te voorkomen en creëren een veilige leeromgeving. Op deugden gebaseerde afspraken scheppen een sfeer van orde en verbondenheid. Strategie 3 biedt een positieve benadering, met de nadruk op zowel assertiviteit en openheid als op respect, samenwerking en vertrouwen. Het helpt te onderscheiden welk gedrag grensoverschrijdend is en hoe gedrag bijgestuurd kan worden.

### **4. Neem tijd voor rust, reflectie en ontspanning**

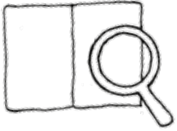
De verbondenheid op school groeit door samen tijd te maken voor rust, reflectie en ontspanning. Een stiltemoment – bijvoorbeeld iedere ochtend in de hele school – kan een gevoel van vreedzaamheid in de dag brengen. Een (proactieve) kring, waarbij de deugd van de week wordt gedeeld, helpt te reflecteren op wat belangrijk is. Gezamenlijk aandacht besteden aan vieringen van bijzondere gebeurtenissen, kunst en sport, stimuleert een gevoel van zingeving, creativiteit en samenwerking. Strategie 4 biedt ruimte aan eigenheid (ieders talenten kunnen tot uitdrukking komen) en verscheidenheid (we leren andere culturen kennen).

### **5. Bied actief aandacht**

Dit is een coachingsvaardigheid die je inzet om leerlingen te ondersteunen bij het maken van (ethische) keuzes of om hen te helpen uiting te geven aan gevoelens. Strategie 5 kan daarnaast helpen bij conflicten en het bijsturen van ongewenst gedrag. Actief aandacht bieden helpt om tot de kern te komen als iemand verdrietig of boos is. Je bent echt aanwezig en luistert, stelt verhelderende vragen die de ander helpen zijn hart te luchten, en daarna kan de ander zelf een oplossing vinden met behulp van de deugden.

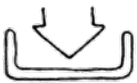
## SAMENVATTING

### van de inleiding



- Gebruik een allesomvattende, op deugden gebaseerde aanpak om het beste in leerlingen naar boven te brengen.
- Integreer The Virtues Project in je huidige lesprogramma en in de schoolregels. Je hoeft geen extra lessen te geven, probeer deugden aan bestaande lessen te 'plakken' (te herkennen en benoemen in wat je die dag aanbiedt en aan gedrag van leerlingen).
- Leerlingen leren in de dagelijkse interacties met deugden om te gaan.
- Gebruik de vijf strategieën van The Virtues Project als raamwerk voor positieve verandering.
- Kies voor afwisselende werkvormen, waarbij alle leerstijlen betrokken zijn.
- Betrek ouders bij je school; maak gebruik van wat zij kunnen bieden en toevoegen.
- Maak gebruik van andere 'hulpbronnen', zoals mensen en bedrijven uit je dorp of stad.

### Materialen die je kunt downloaden via [www.keiindeugden.nl](http://www.keiindeugden.nl):



- Een aanvulling op dit boek: 'Werkbladenpakket bij *Het Grote Deugdenboek voor het onderwijs*'.
- Diverse andere handige educatieve materialen die je bij ook dit boek kunt gebruiken.

### Wat is behulpzaamheid?

Behulpzaamheid is je dienstbaar opstellen. Het is nuttige dingen doen voor mensen, bijvoorbeeld dingen die ze zelf niet kunnen doen, waar ze zelf geen tijd voor hebben of gewoon kleine dingen die het leven makkelijker maken. Het is belangrijk om ook behulpzaam te zijn naar jezelf, bijvoorbeeld door tijd vrij te houden voor dingen die jij zelf graag doet. Soms heb je hulp nodig van anderen. Dat is het goede moment om die hulp te vragen.

### Waarom is behulpzaamheid belangrijk?

Iedereen heeft wel eens hulp nodig. Je hebt mensen nodig die je iets leren, en mensen die je hun kracht of ideeën geven. Soms heb je alleen maar een vriend nodig om mee te praten. Als er geen behulpzaamheid was, zou er geen samenwerking zijn. Als we behulpzaamheid in de praktijk brengen, krijgen we meer voor elkaar. We maken elkaars leven makkelijker.

### Hoe pas je behulpzaamheid toe?

Als je behulpzaamheid inzet, heb je oog voor andere mensen. Je wacht niet tot je om hulp wordt gevraagd. Je ziet dat er iets moet gebeuren en dat doe je dan. Als je niet kunt zien waar iemand behoefte aan heeft, vraag je: 'Hoe kan ik helpen?' of 'Waar heb je behoefte aan?' Denk eraan jezelf te helpen door gezond te eten, genoeg te bewegen en genoeg te rusten. En denk er vooral aan om hulp te vragen als je hulp kunt gebruiken.

### Hoe pas je behulpzaamheid toe als



- ... een vriend een grote stapel boeken draagt?
- ... het etenstijd is en je vader of moeder kan wat hulp gebruiken?
- ... je beste vriend je vraagt of hij je huiswerk mag overschrijven?
- ... je ziet dat iemand is gevallen?
- ... je ziet dat een klasgenoot bedreigd lijkt te worden?

### Reflectievragen



- Hoe ben je thuis behulpzaam?
- Hoe kun je het in de klas voor een invalleeërkracht makkelijker maken?
- Wanneer had je zelf hulp nodig?
- Laat jij je makkelijk helpen?
- Met welke 'hulp' is iemand niet echt geholpen? Bedenk voorbeelden.
- Wat is de meest behulpzame reactie wanneer iemand je vraagt iets te doen wat hij eigenlijk beter zelf, of beter niet, kan doen?

### Tekens van succes



- Je ziet het wanneer iemand hulp nodig heeft.
- Je doet uit jezelf iets voor een ander.
- Je durft nee te zeggen als jouw 'hulp' iemand niet zal helpen.
- Je zorgt goed voor jezelf.
- Je vraagt om hulp als je die nodig hebt.

### Helper van de dag

Bedenk taakjes die leerlingen gedurende een week (of per dag) kunnen doen.

### Rollenspel

Hoe help je iemand die iets zelf niet kan? Voorbeelden:

Een leerling heeft een gebroken arm. Hoe kunnen andere leerlingen hem helpen? (jas aan/uit doen, tas openen, boek open doen, enzovoort).

Een leerling begrijpt iets nog niet goed en houdt daarmee de hele klas op. Hoe kunnen de anderen helpen?

### Creatieve opdracht

Teken, knip of plak een persoon, of dier, die geholpen wordt.

### Posterpunten

- Laat zien dat je de moeite wilt nemen.
- Helpen is een speciale manier van liefhebben.
- Ja, het maakt mij wat uit!
- Ik zet mijn beste beentje voor.
- De aarde is ons thuis. Laten we goed voor ons thuis zorgen.

### Citaten

*Ik wil andere mensen helpen uit solidariteit.*

Robert Burton

*Als ik kan voorkomen dat een hart breekt, zal ik niet tevergeefs leven.*

*Als ik in een leven de pijn kan verzachten, of een flauwgevallen roodborstje weer naar zijn nest kan helpen, zal ik niet voor niets leven.*

Emily Dickinson

*In werkelijkheid kan niemand een ander helpen zonder zichzelf te helpen.*

Auteur onbekend

Als we om hulp vragen, betekent dat niet dat we zwak of incompetent zijn. Meestal betekent het dat we extra eerlijk en intelligent zijn.

Anne Wilson Schaefer

*Ik verwacht dat ik maar één keer op aarde ben; als ik iets goeds kan doen of een goede daad kan doen voor een medemens, laat me dat dan nu doen; laat me niet afdwalen of wegstijgen, want ik kom niet nogmaals langs deze weg.*

Auteur onbekend