

**LESBRIEF**  
**ACHTERAF**  
**#ONDER**  
**HUIDS**

**THEATER  
DE STEEG**

# **BESTE DOCENT,**

Allereerst bedankt dat jullie onze voorstelling: *#Onderhuids* komen bekijken. *#onderhuids* is een voorstelling over pesten én buitensluiting. In de voorstelling probeert Charlie te achterhalen waarom ze gepest wordt. Hoe is het begonnen? Waarom overkomt haar dit? Had ze het kunnen voorkomen? Had iemand kunnen ingrijpen? Wie dan, en hoe? Uiteindelijk komt de hulp uit onverwachte hoek.

*#onderhuids* is confronterend, aangrijpend en een fikse aanzet voor het oplossen én voorkomen van pestsituaties op school. Bij de voorstelling leveren we lesmateriaal waarmee docenten de voorstelling kunnen nabespreken.

De educatie workshop bij *#Onderhuids* focust zich op twee verschillende zaken. Het nabespreken van de thematiek van de voorstelling én interactieve groepsdynamica opdrachten die je als docent kunt uitvoeren met je klas. Dit om het contact tussen de leerlingen te bevorderen en bij te dragen aan de sociale cohesie in de klas. Dit lesmateriaal bestaat uit de onderstaande les en bijbehorende opdrachten.

Het uitgangspunt van het educatieve materiaal is om de leerlingen door middel van oefeningen te leren samen werken én hun eigen grenzen aan te geven. Aan de hand van de tijd die je als docent hebt, kun je enkele opdrachten inkorten naar wens!

## **VRAGEN?**

Mochten er vragen zijn staat Sarah van der Meere, hoofd educatie bij Theater De Steeg, paraat om stapsgewijs de workshop met je door te nemen. Wil je meer informatie over de educatie of wil je een workshop van ons in de klas? Neem dan ook contact op met Sarah van der Meere.

Je kunt haar bereiken via [educatie@theaterdesteeg.nl](mailto:educatie@theaterdesteeg.nl)

**Veel plezier!**

**Met vriendelijke groet,**

**Theater De Steeg**



# **LES NA AFLOOP - PRAKTISCH**

- Wanneer: Na afloop van de voorstelling #onderhuids
- Tijd: 45 minuten tot 60 minuten (één lesuur)
- Aansluiten bij: mentor les/les burgerschap
- Benodigdheden: 4 á 5 pakken pasta, 4 á 5 zakken marshmallows (aan de hand van het aantal leerlingen)
- Doelgroep: Onderbouw VO
- Klasopstelling: tafels aan de kant, stoelen in één grote kring



# INTRODUCTIE

Wij zijn bij de voorstelling *#Onderhuids* van Theater De Steeg geweest.

**Wat heb je gezien? (Niet: Wat vond je van de voorstelling?)**

3 minuten

Coach als docent op het onderwerp van de voorstelling pesten én buitensluiting.

Wij gaan vandaag de workshop van *#Onderhuids* doen. Daarvoor moeten wij eerst alle tafels aan de kant schuiven én de stoelen in een cirkel zetten!

**Lokaal gereedmaken**

2 minuten



## **GROEPSDYNAMICA 1: WAAR WOON JE?**

5 minuten

Als docent ga je in het midden van de cirkel staan. Je geeft als docent de volgende opdracht aan de leerlingen:

**“Ik sta in het midden van de cirkel. Ik ben nu ‘het’ schoolgebouw. Het lokaal is de omgeving van school. Ga staan waarvan jij denkt dat je woont ten opzichte van de school. Hoe ver woon je van school?”**

Als docent ga je daarna bij elke leerling langs waar die leerling woont. Als leerlingen hun posities moeten aanpassen mag dit! Aan het einde van de oefening hebben jullie de ‘kaart’ waar iedereen woont om de school heen.



## **GROEPSDYNAMICA 2: WAT IS DE VOLGORDE?**

10 minuten

Als docent ga je voor aan het lokaal staan zodat je het overzicht houdt. De volgende drie opdrachten mogen de leerlingen uitvoeren met verbale communicatie.

Je geeft de leerlingen de volgende opdracht aan de leerlingen:

**1. Jullie krijgen 10 seconden om op volgorde van geboortedatum te staan. Aan de linkerkant is 1 januari en aan de rechterkant is 31 december. Jaartallen tellen ook mee!**

Als docent ga je daarna de rij met leerlingen af of iedereen goed staat. Leerlingen mogen bij deze check uiteraard wisselen.

**2. Jullie krijgen 10 seconden om op volgorde van haarkleur te gaan staan. Aan de linkerkant is de lichtste haarkleur en aan de rechterkant is de donkerste haarkleur.**

Als docent ga je daarna de rij met leerlingen af of iedereen goed staat. Leerlingen mogen bij deze check uiteraard wisselen.

**3. Jullie krijgen 10 seconden om op volgorde van oogkleur te gaan staan. Aan de linkerkant de meest lichte oogkleur en aan de rechterkant de donkerste oogkleur.**

Als docent ga je daarna de rij met leerlingen af of iedereen goed staat. Leerlingen mogen bij deze check uiteraard wisselen.

## **GROEPSDYNAMICA 2: WAT IS DE VOLGORDE?**

Als docent geef je hierna de volgende opdracht:

Vanaf nu mogen jullie niet verbaal met elkaar communiceren om de volgende opdrachten uit te voeren.

**4. Jullie krijgen 10 seconden om een vierkant te vormen.**

Als docent ga je zien dat leerlingen alsnog verbale communicatie hanteren óf als een werknemer op een landingsbaan die een vliegtuig helpt te landen. Coach de leerlingen om naar elkaar te kijken. Wat doet de één en hoe kan ik daar iets aan toevoegen?

**5. Jullie krijgen 8 seconden voor een driehoek**

**6. Jullie krijgen 6 seconden voor een L**

**7. Jullie krijgen 5 seconden voor een cirkel**

## **NAGESPREK #ONDERHUIDS**

**10 minuten**

De leerlingen mogen in de cirkel gaan zitten.

Als docent loop je de volgende vragen bij langs:

### **1. Wat is pesten?**

Pesten is een vorm van agressie waarbij geprobeerd wordt om iemand steeds pijn te doen. Dat kan zowel offline als online. Bij pesten zijn verschillende mensen betrokken: de pester, de gepeste en de omstanders. De pester heeft vaak een sterkere sociale positie dan degene die gepest wordt.

### **2. Wat is het verschil tussen plagen en pesten?**

Als je geplaagd wordt, kun je er meestal de humor wel van inzien en merk je dat er niets kwaads mee bedoeld wordt. Het wordt pesten wanneer het opzettelijk bedoeld is om jou te kwetsen. Bovendien gebeurt het bij pesten ook nog eens regelmatig zonder dat je er iets tegen kunt doen.



## **NAGESPREK #ONDERHUIDS**

Als docent deel je de leerlingen door middel van nummers in. Ze mogen niet zelf groepjes maken. De nummers 1 bij elkaar, de nummers 2 bij elkaar, etc. De groepjes zijn tussen de 3 á 4 personen. Je geeft de leerlingen de volgende opdracht:

**Jullie krijgen 2 minuten de tijd om een pestsituatie en plaag situatie te bedenken. Wat zou een situatie kunnen zijn wat wij als pesten kunnen bestempelen én wat zou een situatie kunnen zijn wat plagen is?**

Na de 2 minuten loop je als docent enkele antwoorden langs. Je hoeft niet alle groepjes bij langs te gaan.

Als docent stel je hierna klassikaal de volgende vraag:

**Wat als iemand de plaag-situatie ervaart als een pestsituatie? Wat moet je dan doen?**

Coach als docent dat wat jij ervaart als plagen, de ander kan opvatten als pesten. Ook al vind jij niet dat je de ander pest: als iemand aangeeft dat deze het niet leuk vindt dan moet je daar naar luisteren.

## **GROEPSDYNAMICA 3: LUISTEREN MET JE ZINTUIGEN**

10 minuten

Als docent deel je de leerlingen in twee groepen. Dit doe je door iedereen een nummer 1 of nummer 2 te geven. Je zet deze twee groepen in rijen tegenover elkaar. Zorg dat de leerlingen zo veel mogelijk tegenover iemand staan waar ze normaliter niet veel mee omgaan.

Als docent geef je de leerlingen de volgende opdracht:

**Luisteren doe je niet alleen met je oren. Kijken naar iemand en dat lezen is belangrijk. Wanneer ga je over iemand diens grenzen heen? Soms durft iemand niet verbaal te zeggen dat deze niet leuk vindt wat je doet. Daarom moet je kijken. Hoe geef jij je grenzen aan?**

De leerlingen staan tegenover elkaar. De nummers 1 blijven staan, de nummers 2 doen elke keer een stap naar voren wanneer zij voelen dat ze dichterbij mogen komen. Straalt nummer 1 uit dat nummer 2 niet verder mag, dan moet nummer 2 stoppen.

Je coacht de leerlingen om niet het verbaal aan te geven óf met duidelijke gebaren zoals *nee* schudden of *ja* knikken. Hoe straal je uit door alleen te staan én oogcontact te hebben dat iemand wél dichterbij mag komen of niet? Als alle leerlingen na een tijdje tot stilstand zijn gekomen (wellicht dat sommigen dicht bij elkaar zijn gekomen én anderen niet) dan ga je de rollen omdraaien.

## **GROEPSDYNAMICA 3: LUISTEREN MET JE ZINTUIGEN**

Voordat de nummers 1 naar de nummers 2 mogen lopen, laat je de nummers 2 óf 1 allemaal een stap naar links óf rechts maken. Zo staan ze weer voor iemand anders. Nummer 2 geeft dus niet aan hun eerste nummer 1 aan of ze mogen stoppen of lopen maar aan een nieuwe nummer 1!

Wanneer de leerlingen zijn gestopt, bevraag je hen het volgende:

**1. Hoe was dit voor je?**

**2. Hoe zag je aan iemand dat deze je wél lieten lopen en hoe zag je aan iemand dat deze je niet wilde laten lopen?**



## **GROEPSDYNAMICA 4: DE HOOGSTE TOREN**

**10 minuten**

Als docent leidt je het als volgt in:

Pesten en buitensluiting hoort niet thuis in deze groep. Ookal heb je onderlinge verschillen, jullie leren hier nu om samen te werken. Je verschillen te overbruggen.

Als docent deel je zélf wederom door middel van nummers de leerlingen in. Wederom mogen zij niet zelf groepen maken. Deel de groep in groepjes van 4. Elk groepje krijgt een pak pasta én een zak marshmallows. Als docent geef je de leerlingen de volgende opdracht:

**Jullie krijgen 8 minuten de tijd om de hoogste toren te bouwen aan de hand van pasta en marshmallows. Drie, twee, één... Go!**

**Als docent stop je op de helft van de tijd en doe je de timer op pauze. Je vraagt elk groepje hoe het gaat en wat kan er anders in de samenwerking (niet: wat kan er beter?) Dan geef je hen de resterende 4 minuten bouwtijd.**

Als docent rond je de oefening af door uiteraard de hoogste toren te benoemen máár ook vooral de leerlingen te complimenteren die samen hebben gewerkt. Ook al hebben zij misschien niet de hoogste toren als resultaat.

## AFRONDEND

**Waarom denken jullie dat jullie deze opdrachten hebben moeten uitvoeren?**

Coach op samenwerken, naar elkaar luisteren en verschillen overbruggen. Pesten en buitensluiting binnen de groep is niet goed. Misschien mag je elkaar niet máár je zit wél met elkaar in de groep. Neem de verantwoordelijkheid voor elkaars veiligheid.

