

Meer aandacht voor identiteit van leerlingen

Een vo-school denkt in het kader van een gezonde leefstijl na over identiteitsontwikkeling. Deze school wil leerlingen begeleiden in het weloverwogen maken van keuzes die van belang zijn voor hun identiteitsontwikkeling. De school denkt aan een leerlijn die leerlingen steeds zelfstandiger en zelfverantwoordelijker maakt.

De school kan het leerplankader Gezonde leefstijl hierbij inzetten. Een leerplankader is evenwel nog geen leer- of activiteitenplan. Daarvoor moeten er op schoolniveau nog allerlei aanvullende keuzes worden gemaakt. Het leerplankader Gezonde leefstijl biedt structuur en bouwstenen om een eigen leerplan-op-maat te maken. Onderwijs moet immers vanuit de visie van de school zoveel mogelijk op de specifieke eigenschappen en behoeften van leerlingen worden toegesneden. Vooral als het om identiteitsontwikkeling gaat.

De school kan het leerplankader kortom benutten om haar eigen leerplan te structureren. Vanuit het leerplankader gezonde leefstijl kunnen vier thema's ondersteunend zijn bij identiteitsontwikkeling:

1. Sociaal-emotionele ontwikkeling
2. Fysiek actief
3. Genotmiddelen
4. Relaties en seksualiteit

Opbouw van het leerplankader gezonde leefstijl

Het leerplankader gezonde leefstijl kent zeven thema's. Elk thema kent kernen en subkernen. Het [thema sociaal-emotionele ontwikkeling](#) bijvoorbeeld kent onder andere de kernen Zelfsturing, De ander en Kiezen.

De kern zelfsturing kent drie subkernen, dat zijn Gevoelens hanteren, Impulscontrole en Doelgericht gedrag. Elke subkern omvat inhoud. Bij Gevoelens hanteren:

- Uitleggen hoe mijn gevoelens reacties kunnen oproepen bij anderen
- Uitleggen hoe ik om ga met verbaal en non-verbaal geuite gevoelens van anderen
- Uitleggen dat er een relatie is tussen gebeurtenis, gevoel, gedachte en gedrag
- Omgaan met de relatie tussen gebeurtenis, gevoel, gedachte en gedrag

Schematisch weergegeven:

Thema's	Kernen en subkernen		
Sociaal-emotionele ontwikkeling	Zelfsturing <ul style="list-style-type: none">• Gevoelens hanteren• Impulscontrole• Doelgericht gedrag	De ander <ul style="list-style-type: none">• Inlevingsvermogen• Individu en groep• Gedrag inschatten van de ander	Kiezen <ul style="list-style-type: none">• Weloverwogen kiezen• Verantwoordelijkheid nemen
Fysiek actief	Op de leer/werkplek	Tijdens de pauze	

Genotmiddelen	Alcohol <ul style="list-style-type: none"> Alcohol en weerbaarheid 	Roken <ul style="list-style-type: none"> Roken en weerbaarheid 	Cannabis <ul style="list-style-type: none"> Cannabis en weerbaarheid
---------------	---	---	---

Relaties en seksualiteit	Lichamelijke ontwikkeling en zelfbeeld <ul style="list-style-type: none"> Zelfbeeld 	Intieme relaties <ul style="list-style-type: none"> Intieme relaties Relatievorming 	Voortplanting, gezinsvorming en anticonceptie <ul style="list-style-type: none"> Anti-conceptie 	Seksualiteit <ul style="list-style-type: none"> Seksuele gezondheid en welzijn
--------------------------	--	---	--	---

Alle componenten kunnen zowel los als in samenhang met elkaar worden gezien.

Overzicht inhouden leerplankader gezonde leefstijl bij identiteitsontwikkeling

Thema: Sociaal-emotionele ontwikkeling	
Zelfsturing : Gevoelens hanteren	Uitleggen hoe mijn gevoelens reacties kunnen oproepen bij anderen Uitleggen hoe ik om ga met verbaal en non-verbaal geuite gevoelens van anderen Uitleggen dat er een relatie is tussen gebeurtenis, gevoel, gedachte en gedrag Omgaan met de relatie tussen gebeurtenis, gevoel, gedachte en gedrag
Zelfsturing: Impulscontrole	Uitleggen wat de gevolgen van een impulsreactie kunnen zijn Uitleggen hoe ik een eerste impuls kan uitstellen en dit toepassen Uitleggen welke eigenschappen van mensen (mijn) impulsiviteit versterken en welke helpen om minder impulsief te zijn
Zelfsturing: Doelgericht gedrag	Uitleggen hoe ik mij wil gedragen in sociale situaties Uitleggen wat de invloed is van normen en waarden in sociale situaties Een tegenslag herkennen en uitleggen hoe ik daarmee (proactief) om kan gaan
De ander : Inlevingsvermogen	Uitleggen hoe ik rekening houd met de gevoelens en de mening van anderen Uitleggen dat bewust worden van de gevoelens van anderen belangrijk is voor hoe ik handel Uitleggen dat bepaalde situaties erbij horende gevoelens kunnen oproepen Uitleggen en accepteren dat gevoelens niet voor iedereen dezelfde betekenis hebben Uitleggen en accepteren dat niet iedereen dezelfde mening heeft als ik



<p>De ander: Individu en groep</p>	<p>Een standpunt van een ander samenvatten Reageren op het standpunt van een ander</p> <p>Uitleggen en accepteren dat mensen in een groep van elkaar afhankelijk zijn, elkaar nodig hebben en elkaar beïnvloeden Uitleggen dat een reactie van een ander anders kan zijn als individu dan als lid van een groep Uitleggen dat vooroordelen kunnen leiden tot discriminatie en stereotypering Een bewuste keuze maken om wel of geen vooroordelen over anderen te hebben Accepteren dat etnische, culturele en sociale normen en waarden van anderen anders kunnen zijn dan dat ik gewend ben Uitleggen wat de etnische, culturele en sociale invloed van anderen kan zijn</p>
<p>De ander: Gedrag inschatten van de ander</p>	<p>Inschatten welke bedoeling een ander heeft als hij/zij wat zegt of doet Inschatten wat de reactie van een ander zal zijn op mijn gedrag Uitleggen wat de invloed is van lichaamstaal op communicatie Herkennen en benoemen hoe lichaamstaal werkt bij mezelf en anderen Uitleggen en benoemen wanneer ik een situatie met anderen als veilig of onveilig ervaar Uitleggen en laten zien wat ik aan onveilige situaties kan doen Uitleggen dat de eigenschappen van iemand van invloed zijn op zijn gedrag in een bepaalde situatie</p>
<p>Kiezen: Weloverwogen kiezen</p>	<p>Actief verwerven van informatie die nodig is om een keuze te kunnen maken Uitleggen hoe je met het maken van keuzes rekening kunt houden met anderen Uitleggen van en omgaan met de invloed van keuzes op je toekomst zoals op je schoolloopbaan</p>
<p>Kiezen: Verantwoordelijkheid nemen</p>	<p>Beschrijven hoe ik om ga met verantwoordelijkheid Uitleggen welke eigenschappen mij kunnen helpen bij het nemen van verantwoordelijkheid Uitleggen welke situatie voor mij moeilijk is om verantwoordelijkheid voor te nemen. Uitleggen hoe ik ervoor kan zorgen dat ik niet wegliep voor de verantwoordelijkheid in een moeilijke situatie Uitleggen hoe ik voorkom dat ik in moeilijke situaties mijn toevlucht neem tot destructief gedrag (zoals overmatig snoepen, gamen, drinken van alcohol e.d.)</p>



Thema: Genotmiddelen	
<u>Alcohol</u> : Alcohol en weerbaarheid	Benoemen dat je onder invloed van een groep je anders kunt gedragen dan dat je individueel zou doen Onderscheid kunnen maken tussen lichte en zware druk van groepsgenoten Beargumenteren waarom je wel of geen alcohol drinkt en beschrijven hoe je alcohol kunt weigeren
<u>Roken</u> : Roken en weerbaarheid	Uitleggen dat iemand zich door een groep anders kan gedragen dan dat hij/zij individueel zou doen Uitleggen hoe ik onderscheid kan maken tussen lichte en zware druk van groepsgenoten Beargumenteren waarom ik wel of niet rook
<u>Cannabis</u> : Cannabis en weerbaarheid	Uitleggen dat het hebben van zelfvertrouwen een positieve invloed heeft op het kunnen weigeren van cannabis
Thema: Relaties en seksualiteit	
<u>Lichamelijke ontwikkeling en zelfbeeld</u> : Zelfbeeld	Uitleggen hoe gevoelens over mijn eigen lichaam invloed kunnen hebben op gezondheid en zelfbeeld
<u>Intieme relaties</u> : Intieme relaties	Uitleggen dat leeftijd, sekse, religie en cultuur invloed hebben op rolverwachtingen en rolgedrag in relaties Een positieve attitude ten aanzien van gelijkwaardige en respectvolle partnerrelaties laten zien Verschillende uitingsvormen beschrijven van ongelijkwaardige of respectloze partnerrelaties
<u>Intieme relaties</u> : Relatievorming	Verschillende manieren beschrijven om contact te leggen (online en offline) met iemand die ik leuk vind Uitleggen hoe ik een relatie leuk kan houden Uitleggen hoe ik een relatie respectvol kan beëindigen Het belang beschrijven van het communiceren over behoeften en verwachtingen in een relatie

Relatie met 21^e-eeuwse vaardigheden

Veel aandacht gaat tegenwoordig uit naar 21^e-eeuwse of vakoverstijgende vaardigheden. Welke kennis en vaardigheden zijn van belang om leerlingen voor te bereiden op een snel veranderende maatschappij? Wilt u hier in relatie met identiteitsontwikkeling van leerlingen aandacht aan geven: voor mogelijkheden, zie <http://curriculumvandetoeekomst.slo.nl/21e-eeuwse-vaardigheden>.

Daar vindt u ook informatie over bijvoorbeeld zelfregulering en bijbehorende materialen.

Materialen in de [database van de Gezonde school](#)

Voorbeeldlesmaterialen ingedeeld per thema en doelgroep kunt u zoeken op de leermiddelendatabase van de Gezonde School. U kunt op de volgende manier [zoeken](#):

Zoeken	<input type="text"/>	
Zoek in	<input checked="" type="checkbox"/> Gehele activiteit	<input type="checkbox"/> Titel
Onderwijstype [?]	<input checked="" type="checkbox"/> Alle onderwijstypen <input checked="" type="checkbox"/> Praktijkonderwijs <input checked="" type="checkbox"/> VMBO basis / kader	<input checked="" type="checkbox"/> VMBO TL <input checked="" type="checkbox"/> HAVO <input checked="" type="checkbox"/> VWO
Klas [?]	<input type="checkbox"/> Alle klassen <input checked="" type="checkbox"/> Klas 1 <input checked="" type="checkbox"/> Klas 2 <input type="checkbox"/> Klas 3	<input type="checkbox"/> Klas 4 <input type="checkbox"/> Klas 5 <input type="checkbox"/> Klas 6
Thema [?]	<input type="checkbox"/> Alle thema's <input type="checkbox"/> Voeding <input type="checkbox"/> Bewegen en Sport <input checked="" type="checkbox"/> Welbevinden en sociale veiligheid <input type="checkbox"/> Roken, alcohol en drugspreventie	<input type="checkbox"/> Relaties en seksualiteit <input type="checkbox"/> Fysieke veiligheid <input type="checkbox"/> Binnenmilieu <input checked="" type="checkbox"/> Andere onderwerpen
Ouderbetrokkenheid [?]	<input type="checkbox"/> Ja	
Materiaal [?]	<input type="checkbox"/> Alle materialen <input checked="" type="checkbox"/> Lesmateriaal <input type="checkbox"/> Communicatiemateriaal	<input type="checkbox"/> Handleiding <input type="checkbox"/> Spelvormen <input type="checkbox"/> Overige middelen en materialen
Kosten [?]	<input type="checkbox"/> Alle opties <input type="checkbox"/> Minder dan €500	<input type="checkbox"/> Tussen €500 tot €1000 <input type="checkbox"/> Meer dan €1000
Tijdsbesteding [?]	<input type="checkbox"/> Alle opties <input type="checkbox"/> Minder dan 10 uur	<input type="checkbox"/> Tussen 10 tot 25 uur <input type="checkbox"/> Meer dan 25 uur
<input type="button" value="Zoeken"/>		

Passende Voorbeeldmaterialen

Er zijn verschillende lesmaterialen. Die laten allemaal een deel van de inhoud rond identiteitsontwikkeling aan de orde komen.

Check of de inhoud die u hebt gekozen uit de tabel van het leerplankader ook daadwerkelijk aan de orde komen in het leermiddel.

[Leefstijl voor voortgezet onderwijs](#)

Het programma voor het voortgezet onderwijs bestaat uit:

Leefstijl 1: besteedt aandacht aan sociaal-emotionele vaardigheden en actief burgerschap in het voortgezet onderwijs in klas 1 en 2.

Leefstijl 2: is geschikt voor klas 3 en 4.

Leefstijl voor voortgezet onderwijs kan gebruikt worden in het vmbo en havo/vwo. De verplichte onderdelen burgerschap en sociale cohesie zijn verwerkt in de thema's en de lessen van Leefstijl 2.

GEDRAG; ik doe ertoe

Gedrag: ik doe ertoe! richt zich op het voorkomen van antisociaal gedrag bij middelbare scholieren. Het wil zo een goed samenlevingsklimaat creëren in de klas en daarbuiten. Het programma Gedrag: ik doe ertoe! maakt leerlingen bewust van de impact van hun gedrag op hun omgeving.

Gezonde School en genotmiddelen

Hoe meer kennis leerlingen met de leerstof uit deze module opdoen des te bewuster ze keuzes maken. De module biedt informatie (ook in de vorm van filmpjes) en opdrachten. In de eerste twee lessen ligt de nadruk op kennisoverdracht. De derde les is gericht op de verwerking van die kennis. Doel is dat leerlingen zich bewust worden van de consequenties van keuzes, zoals wel of niet drinken.

CAN YOU FIX IT en Lang leve de Liefde

Een online game en een lespakket die leerlingen in het kader van relaties en seksualiteit bewust helpen maken van eigen wensen en grenzen rond seksualiteit. CAN YOU FIX IT en Lang leve de Liefde beogen daarnaast de sociale weerbaarheid van leerlingen te vergroten.

