

Peer tool n : Proactieve cirkel

Definitie

Een methode die de verbondenheid tussen de verschillende deelnemers wil stimuleren en kan gebruikt worden in 'vredestijd' (niet in een conflict).

Empathische vaardigheden

1. Elkaar observeren en zelf toepassen	★★★★☆
2. Samen oefenen om emotionele en cognitieve empathie te stimuleren	★★★★★
3. Emoties en gedachten uitwisselen	★★★★★

Pedagogische doelstellingen en empathische vaardigheden

Mogelijke doelen	Empathische vaardigheden
✓ De leerlingen ontwikkelen gezondheidsvaardigheden in functie van hun fysiek en mentaal welzijn binnen verschillende thema's. ✓ De leerlingen gaan respectvol en constructief om met anderen in interactie rekening houdend met elkaars grenzen.	✓ Werken aan veiligheid in groep ✓ Openlijk kunnen spreken ✓ Ruimte creëren om te luisteren

Stap voor stap

Sessie 50 min

Stap 1:

Verwelkomen van de deelnemers.

Stap 2:

Eventueel starten met een **energizer**

Stap 3:

Doel verduidelijken.

Stap 4: 5 à 10 minuten

Toelichten van de **afspraken** (je kan deze afspraken visueel maken door ze op papier neer te leggen in de cirkel).

Mogelijke afspraken:

- ✓ Je krijgt het woord (er is dus maar één persoon aan het woord).
- ✓ Je reageert niet op het antwoord van een andere deelnemer (geen feedback).
- ✓ Je spreekt vanuit jezelf ('ik').
- ✓ Je gebruikt positieve (lichaams-)taal.
- ✓ Je antwoordt bondig en krachtig (geen anekdotes).
- ✓ Je kiest zelf wat je deelt en wat niet (zelf verantwoordelijk voor eigen privacy).
- ✓ Je mag passen.
- ✓ Je mag in de buitencirkel gaan zitten.
- ✓ Wat in de cirkel gezegd wordt blijft in de cirkel.

Stap 5:

Nagaan of **iedereen bereid** is om de afspraken na te leven.

Stap 6: 30 minuten

- Stellen van een **korte, duidelijke vraag**.
- Vragen wie wil starten en de **spreekstok** doorgeven.
- **Inbreng** van iedere deelnemer kort **waarderen** 'dankjewel'.
- Geef de passers een **tweede kans**.

Stap 7:

Bedank de groep.

Benodigheden

Een groot lokaal

Voldoende stoelen om in een cirkel te zetten

Afspraken proactieve cirkel visueel projecteren of afspraakkaartje maken voor elke leerling

Duidelijke vragen afhankelijk van het thema

Mogelijke momenten in een schooljaar

Periode	Thema
September	Wie ben ik ? kennismaking
November	Omgaan met stress (komende examenperiode)
Januari	Goede voornemens
April/mei	Terugblik schooljaar

