

# Lesbrief Hokjesdenken

## Duur

60 minuten

## Niveau

PO: groep 7/8

VO: klas 1/2 (vmbo/havo/vwo)



**SAMEN  
STERK  
ZONDER  
STIGMA**

PAS OP!  
OPENHEID  
LEIDT TOT  
BEGRIP.

**ZIE  
MIJ**



**SAMEN  
STERK  
ZONDER  
STIGMA**



**PAS OP!  
OPENHEID  
LEIDT TOT  
BEGRIP.**



**ZIE  
MIJ**

**OPENHEID  
OVER  
PSYCHISCHE  
GEZONDHEID  
WERKT**

# Inleiding Hokjesdenken

## Korte beschrijving

Anderen indelen in hokjes is heel menselijk. Samen met de leerlingen ga je de klas indelen in hokjes. Maar wat blijkt? Het is eigenlijk best wel raar om iemand op basis van één kenmerk in een hokje te plaatsen. Je gaat leerlingen dan ook vragen of ze uit hun hokje durven te stappen en te kiezen voor andere passende hokjes. Met elkaar op zoek gaan naar overeenkomsten dus!

Door middel van persoonlijke stellingen kunnen leerlingen laten zien wie zij zijn en komen ze er achter hoeveel ze eigenlijk gemeen hebben. En de verschillen die er wél zijn? Die leren ze te ontdekken en te waarderen. Tijdens de activiteit is het van belang dat er veel aandacht is voor het sociale en emotionele welbevinden van de leerlingen.

## Leerdoelen

- Bewustwording: We zijn heel verschillend, maar hebben ook heel veel gemeen.
- Bewustwording: Ik weet nog lang niet alles van mijn klasgenootjes.
- Ervaren: Urgentie om de kijk op jezelf en anderen verder te onderzoeken en bij te stellen.
- Ervaren: Urgentie om de houding en het gedrag van jezelf en anderen verder te onderzoeken en bij te stellen.

## Vorbereiding

In deze [online module](#) vind je alle informatie die je nodig hebt om de les Hokjesdenken te geven aan jouw klas en vind je een aantal didactische tips ter ondersteuning.

### Nodig:

- presentatiemiddel om de digibordles 'Hokjesdenken' weer te geven.
- Vijf rollen schilderstape waarmee leerlingen op de vloer hokjes kunnen maken.
- Print de hokjesindelingen uit op A4.
- Print de Conclusieposter uit op A3.
- Print de Hulpkaart.
- Start: Kringopstelling met zicht op het presentatiemiddel.
- Vervolg: Ruimte in de klas voor de hokjes en het basishokje.

## Samenwerking

Deze activiteit voer je bij voorkeur uit met twee begeleiders. Eén neemt de leiding door de quizvragen en de stellingen voor te lezen. De ander observeert, signaleert en haakt in, bijvoorbeeld door ondersteunende vragen te stellen of notities te maken.

Wil je graag ondersteuning van een gastdocent vanuit Samen Sterk zonder Stigma? Neem dan contact op met JaapJan Boer ([jj.boer@samensterkzonderstigma.nl](mailto:jj.boer@samensterkzonderstigma.nl)) en informeer naar de mogelijkheden.



NEEM VOOR MEER  
INFORMATIE CONTACT  
OP MET JAAPJAN BOER  
**(JJ.BOER  
@SAMENSTERKZONDER  
STIGMA.NL)**

## E-learning

Steeds meer leerkrachten willen investeren in een veilige sfeer in de klas. Een klas waarin het bijvoorbeeld normaal is dat leerlingen over hun 'binnenkant' praten, inlevingsvermogen ontwikkelen en zich veilig voelen bij de leraar. Op de langere termijn draagt dit bij aan een samenleving waarin mensen minder vooroordelen en meer begrip hebben voor elkaar, ook als ze erg van elkaar verschillen. Maar hoe doe je dat? Hoe maak je als leraar moeilijke onderwerpen op een veilige manier bespreekbaar in je klas?

[Je leert het in deze e-learning.](#)



**SAMEN  
STERK  
ZONDER  
STIGMA**



**PAS OP!  
OPENHEID  
LEIDT TOT  
BEGRIIP.**



**ZIE  
MIJ**

**OPENHEID  
OVER  
PSYCHISCHE  
GEZONDHEID  
WERKT**

# Handleiding Hokjesdenken

## 1. Opening (2 minuut)

Ga met de leerlingen in een kring zitten. Vertel dat je het vandaag met hen gaat hebben over hokjesdenken. Stel leerlingen gerust dat ze nog niet hoeven te weten wat dat betekent, omdat ze daar tijdens de activiteit vanzelf achter gaan komen. Vertel dat het een leuke activiteit is, maar ook een activiteit waarbij ze hun hersens moeten laten kraken en die best een beetje spannend kan zijn.

## 2. Start: Quiz (10 minuten)

Navigeer in de digitoel naar de slide met de quiz. Leerlingen krijgen vijf inschattingsvragen over hoe leeftijdsgenoten zich in het algemeen, op school en in de klas voelen. De vragen, antwoorden en toelichtingen lees je in bijlage 'Quizvragen en -antwoorden' maar worden ook weergegeven tijdens de quiz. Geef leerlingen een duidelijke opdracht om hun keuze aan te geven, bijvoorbeeld:

- Voor de stoel op de grond gaan zitten betekent A
- Op de stoel blijven zitten betekent B
- Voor de stoel gaan staan betekent C

De laatste vraag dient als brug naar de activiteit: we gaan vandaag een activiteit doen waarbij ik iedereen uitnodig om wel je gevoel te laten zien en het met iedereen te delen. Let op! Ik zou het erg knap vinden als je dat kunt en durft maar niets hoeft. Als je iets dus niet wil delen met de groep dan hoeft dat niet!



De vragen zijn gebaseerd op onderzoek van Samen Sterk zonder Stigma dat in 2017 is uitgevoerd onder ruim 1000 leerlingen in de leeftijd 10-14 jaar. Lees meer over het onderzoek op de website van Samen Sterk zonder Stigma.

## 3. Hokjes maken (4 minuten)

Leg uit dat je wil beginnen met het indelen van de klas in hokjes. Lees één voor één de hokjesindelingen hardop voor. Vraag leerlingen hun hand op te steken als zij zich bij een hokje vinden passen. Geef één van deze leerlingen een rol tape en het A4 vel van het hokje en vraag hem/haar zo meteen met de anderen een hokje op de vloer te maken. Als je alle hokjesindelingen hebt genoemd, vraag je leerlingen hun hand op te steken als zij nog niet bij een hokje horen.

a. Zijn er leerlingen die nog niet bij een hokje passen? Bedenk met die leerling(en) een hokje waar hij/zij in past of passen en schrijf deze op de lege hokjesindeling.

b. Zijn alle leerlingen ingedeeld? Dan kan je verder gaan met de uitleg.

Misschien zijn er leerlingen die vinden dat ze in meerdere hokjes passen. Vraag hen dan om er één te kiezen. Laat leerlingen hun stoel wegzetten en samen de hokjes maken. Houd voor in het lokaal ruimte vrij voor het basishokje. Het basishok is de plek waar de deelnemers gaan staan als zij zich aangesproken voelen door de stelling. Als het hokje klaar is, leveren de leerlingen de rol tape in en gaan ze in of bij het hokje zitten.

Vertel dat je zo meteen stellingen gaat voorlezen. Leerlingen die vinden dat de stelling bij hem/haar past, nodig je uit om uit hun hokje te stappen en voor de klas te gaan staan. Benadruk nogmaals dat leerlingen zichzelf niet hoeven te laten zien, maar dat dit mag. Het is heel knap, maar het hoeft niet!

## 4. Stellingen (30 minuten)

Pak voor jezelf de bijlage 'Hulpkaart' erbij. Lees de stellingen voor en nodig leerlingen uit om uit hun hokje te stappen en voor de klas te komen staan als ze vinden dat de stelling bij hen past.

Start met één of twee opwarmstellingen. Deze hebben als doel dat leerlingen vertrouwd raken met de werkvorm.

Na de opwarmstellingen is voor de leerlingen duidelijk wat van hen verwacht wordt. Neem dan een moment om de leerlingen te vragen een goede houding aan te nemen. Je zou het 'de hokjesmodus' kunnen noemen. Refereer naar klassenafspraken die je met de klas hebt gemaakt in het kader van sociale veiligheid. Voorbeelden hiervan zijn:

- We luisteren naar elkaar
- We behandelen elkaar met respect
- We vertrouwen elkaar
- Niemand lacht uit
- We letten op elkaar en zorgen voor elkaar

Vervolgens ga je verder met de kernstellingen. Deze hebben als doel om de deelnemers aan het denken te zetten. Bij de kernstellingen worden verdiepingsvragen gesteld.



**SAMEN  
STERK  
ZONDER  
STIGMA**



**PAS OP!  
OPENHEID  
LEIDT TOT  
BEGRIIP.**



**ZIE  
MIJ**

**OPENHEID  
OVER  
PSYCHISCHE  
GEZONDHEID  
WERKT**

Voor de gespreksleider van de activiteit is het van belang om zowel verbaal als non-verbaal onderstaande kernwaarden in gedachten te houden:

1. Spreek altijd je waardering uit wanneer leerlingen zich open en/of kwetsbaar opstellen.
2. Benader leerlingen altijd positief. Benader elke situatie of openbaring als een kans om het naar het positieve te halen.
3. Deze activiteit is bedoeld om leerlingen te laten praten over hun gevoelens en emoties. Ondersteun hen daarin. Er is in de activiteit géén plaats om leerlingen feedback of kritiek te geven.

#### **Tips om sociale veiligheid tijdens de activiteit te vergroten**

- Als een leerling alleen staat, ofwel voor de klas, ofwel in een hokje, ga er dan naast staan, zodat de leerling zich niet alleen voelt staan.
- Leerlingen die zich laten zien, stellen zich kwetsbaar op. Benoem dit op positieve wijze en geef aan dat je dit waardeert. Het is belangrijk dat alle leerlingen in de juiste houding blijven (de Hokjesmodus). Mochten leerlingen daar uit stappen, wijs ze dan opnieuw op de verwachte houding. Geef leerlingen in het uiterste geval een time-out als dit nodig is. Probeer hen daarna wel terug bij de activiteit te betrekken. Als er een onveilige situatie ontstaat, stel dan de vraag: Is het jouw bedoeling om...

#### **Verdiepingsvragen:**

Als leerlingen hebben gekozen om uit hun hokje te stappen geef je deze leerlingen de mogelijkheid en daag je ze uit om er iets over te vertellen. Mogelijke verdiepingsvragen zijn:

- Kan je er iets over vertellen waarom deze stelling bij je past?
- Vertel...
- Wat vind je daarvan?
- Hoe voelt dat?
- Op welke momenten is dat?
- Merken anderen dat aan je?
- Laat je dat zien?

#### **Een voorbeeld:**

Tijdens de activiteit geeft een leerling aan dat hij wel eens pest door in het basishokje te gaan staan. Start met je waardering uitspreken, bijvoorbeeld: "Wat knap dat je uit je hokje bent gestapt, dat je hier eerlijk over durft te zijn". Benader de leerling positief: "Het is misschien niet fijn dat je pest, maar het is wel goed dat je dit van jezelf weet. Want dan kun je er ook iets aan doen." Ga vervolgens niet in de beschuldiging, maar ondersteun de leerling. Stel vragen als: "Hoe voel jij je nadat je hebt gepest?", "Voelt dat fijn?", "Zou je er iets aan willen doen?", "Wat zou je eraan kunnen doen?". Betrek ook de klas erbij: "Wat zouden jullie kunnen doen om hem daarbij te helpen?".

- Praat je er wel eens over?
- Vind je het lastig ...?

#### **5. Eindconclusie (10 minuten)**

Laat de leerlingen hun stoel pakken en ga weer samen in de kring zitten. Lees de afsluitende vragen op de Hulpkaart voor en vraag leerlingen hun hand op te steken. De eindconclusie bestaat uit drie leerpunten:

- Eén kenmerk vertelt nog niet het hele verhaal over iemand.
- We zijn gelukkig allemaal heel verschillend, maar we hebben ook heel veel gemeen.
- Wat gaan we vanaf nu anders doen? Bedenk met de leerlingen welke inzichten ze meenemen uit deze activiteit en wat ze daarmee gaan doen.

Stel voor om alle goede voornemens vast te leggen in één zin, die op de grote poster geschreven kan worden. Schrijf de gezamenlijk afgesproken eindconclusie op de A3 poster (of laat dit door een leerling doen) en geef de poster een mooie plek in het lokaal.

Besluit: we hebben gezien dat er in deze klas geen hokjes nodig zijn, dus laten we ze opruimen! Vraag alle leerlingen om stoelen aan de kant te zetten en de tape van de vloer te halen en in de prullenbak te gooien. Vraag leerlingen daarna de klas weer in te richten zoals deze gewenst is voor de volgende les.

#### **6. Afronding (4 minuten)**

Tijdens de activiteit hebben leerlingen geoefend met het uiten van hun gevoelens en emoties. Ter afronding is het belangrijk om nogmaals te benadrukken dat het goed is

om erover te praten als je ergens mee zit. Leg uit dat als leerlingen na deze activiteit willen praten, dat ze dan even bedenken bij wie ze dat het prettigst vinden, wie zij vertrouwen. Dat kan bij een vriend of vriendin, een familielid of bij een juf, meester of vertrouwenspersoon op school. Daarnaast is het ook mogelijk om anoniem om hulp te vragen of je verhaal te doen. Bel daarvoor naar de Kindertelefoon, of ga naar de website [www.kindertelefoon.nl](http://www.kindertelefoon.nl).

De stellingen die voorbij komen, kunnen effect hebben op leerlingen. Dit kan op allerlei manieren:

- Het kan zijn dat leerlingen niet naar voren kwamen, terwijl het wel over hen ging. Wellicht voelden zij zich niet veilig genoeg om dit openbaar te maken of hadden ze niet de behoefte om dit in de grote groep te delen. Dit hoeft niet te betekenen dat zij er niet over wilden praten. Laat weten dat ze die mogelijkheid alsnog hebben.
- Het kan ook zijn dat leerlingen wél op een stelling hebben gereageerd en dat lastig vinden. Het is belangrijk om hen de kans te bieden daarover te praten.
- Tot slot zijn er ook leerlingen die niet direct zelf te maken hebben met de stellingen, maar bij wie de stellingen wat hebben losgemaakt, bijvoorbeeld omdat klasgenootjes erop reageerden. Ook dan is het belangrijk om hen de kans te bieden daarover te praten.

Rond de activiteit af. Geef leerlingen complimenten, bijvoorbeeld omdat ze naar voren durfden te komen, omdat ze goed naar elkaar luisterden, of omdat ze respectvol waren naar de leerlingen die zichzelf hebben laten zien.