

## ACTIVITEIT 2 - ZELFBEELD VAN JONGEREN

### WERKWIJZE

#### *Herhaling vorige sessie*

Herhaal de belangrijkste kenmerken van structuurzwakte uit de vorige sessie. Vraag of er sinds de vorige sessie dingen zijn gebeurd omwille van hun structuurzwakte. Laat de jongeren voorbeelden geven van zichzelf en ook van elkaar.

Bijvoorbeeld:

- In de klas: Antwoord door de klas roepen. Met je gedachten niet bij de les zijn, maar weer met iets aan het prullen zijn. Oefeningen verkeerd maken omdat je niet naar de volledige opdracht hebt geluisterd.
- Op de speelplaats: Ruzie omdat je de bal gewoon hebt afgepakt en het niet hebt gevraagd. Je mocht niet meer meespelen omdat je niet op je beurt kon wachten. Thuis: Je hebt weer veel gemorst. Je hebt het knutselwerkje van broer of zus stuk gemaakt.

De jongeren zullen vooral negatieve dingen opsommen.

#### *Positieve eigenschappen benoemen*

Vraag aan de jongeren waar ze wel goed in zijn.

Deze jongeren kunnen hier haast niet op antwoorden.

Geef daarom zelf voorbeelden van positieve eigenschappen:

- Creatief zijn, massa's ideeën hebben.
- Zich met een enorm enthousiasme op iets storten.
- Goed kunnen entertainen.
- Veel kracht en een groot uithoudingsvermogen hebben.
- Vlot contact met andere mensen nemen.

Vraag of zij die eigenschappen bij zichzelf herkennen.

Bijvoorbeeld:

- Ben jij verlegen om in een winkel te vragen waar iets ligt als je het niet vindt?
- Moet jij lang nadenken voordat je een idee hebt voor een opstel of een tekening?
- Ben je veel sneller moe dan anderen tijdens een wandeling, een spel of tijdens sportactiviteiten?

***Zichzelf leren kennen met sterke en zwakke kanten***

De jongeren hebben het er vaak moeilijk mee om van zichzelf te zeggen waar ze goed in zijn. Daarom kan een vragenlijst helpen om over de verschillende dingen na te denken.

De leerlingen vullen de lijst in om zichzelf te beoordelen (zie bijlage). Dan zetten ze hun score uit op het diagram. Zo leren ze zichzelf kennen.

***Bespreking van de zelfbeoordelingschaal***

Laat de leerlingen vertellen wat hun sterkste en hun zwakste kanten zijn.

Bespreek de positieve gevolgen van hun sterke kanten

(voor zichzelf en voor anderen).

Bijvoorbeeld: 'Snel nieuwe contacten leggen. Je geeft anderen dadelijk het gevoel dat zij de moeite waard zijn om kennis mee te maken.'

**VOORDELEN**

De leerlingen leren zichzelf ook positief kennen.

**NADELEN**

Sommige leerlingen zullen de negatieve eigenschappen als vast en blijvend beschouwen. Er zijn nu eenmaal dingen waar ze slecht in zijn!

**MATERIAAL**

Zelfbeoordelingschaal (zie bijlage)