

Respect

Deze week zullen onze lessen gericht zijn op het ontwikkelen van vaardigheden om respectvol te communiceren. We zullen dit doen door het oefenen van I-Messages, onderhandelingsvaardigheden, spreekvaardigheid en het evalueren van schriftelijke communicatie op respectvolle berichtgeving en toon.

Begin de module met de les voor de hele klas en streef er vervolgens naar om gedurende de week ten minste twee van de minilessen met uw leerlingen te volgen. Elke miniles is ontworpen om elementen van de hoofdles op nieuwe en boeiende manieren te presenteren.

Belangrijkste les

Hele klas les
30 minuten



I-Berichten gebruiken

Studenten leren I-Berichten te gebruiken bij het respectvol communiceren met anderen. Deze les introduceert ook het concept van assertieve communicatie en zelfdiscipline. (Zie pagina 3 voor lesdetails.)

Mini lessen

Voor kleine groepen
15 minuten



Onderhandelings sketches

Een onderdeel van effectief communiceren is leren onderhandelen met anderen. Onderhandelen is een discussie gericht op het bereiken van een beslissing waar iedereen mee instemt. Net als al het andere kan dit een zekere mate van vaardigheid vergen. Advocaten gebruiken deze vaardigheden wanneer ze proberen een juridische kwestie tot een goed einde te brengen. Maar deze vaardigheden kunnen ook voor ons belangrijk zijn. Als we het met iemand oneens zijn, kan boos of agressief worden de situatie veel erger maken. Het gebruik van ik-boodschappen tijdens een onderhandeling is een goede manier om assertief maar respectvol te zijn. We gaan onze onderhandelingsvaardigheden oefenen door middel van groepssketches!

(Volg de instructies op de onderhandelingsketches om deze activiteit te voltooien.)

Voor Partners
15 minuten



Spreekvaardigheid

Deze week hebben we het over respectvolle manieren om te communiceren. In onze eerste les leerden we I-Messages te gebruiken om met iemand te communiceren. We begonnen ook te praten over lichaamstaal, stemgeluid en hoe we respectvol en effectief kunnen communiceren zonder zelfs maar een woord te zeggen! Hier zijn enkele aanvullende strategieën om u te helpen respectvol en effectief te communiceren: maak oogcontact (als dat cultureel gepast is; sommige culturen houden niet van langdurig oogcontact en dat is oké), luister naar wat anderen zeggen, vat informatie samen, geef beknopte details, geef voorbeelden ter ondersteuning van wat u zegt (dit helpt uw toehoorders te begrijpen wat u zegt), gebruik waar nodig humor,

spreek duidelijk en stel vragen aan uw toehoorders zodat u zeker weet dat ze u begrijpen. Dit wordt controleren op begrip genoemd. Evenzo, als u luistert en niet begrijpt wat u hoort, moet u ook respectvol vragen stellen aan de spreker.

We gaan nu enkele van deze extra communicatieve vaardigheden oefenen.

Geef partnerparen het communicatie-observatieblad en laat ze de instructies volgen.

Voor individuen

15 minuten



Persoonlijke communicatie-inventaris

Beschrijf in een korte journaalpost hoe je tegen anderen en tegen jezelf praat. Hoe (of zou) u enkele van de communicatiestrategieën kunnen gebruiken waarover we hebben geleerd? Als je niet zeker weet hoe je communiceert, kijk dan door teksten, snaps of andere berichten die je hebt verzonden. Hoe is je communicatie daarin?

Technologiegericht

15 minuten



Communiceren via tekst

Grote groepsdiscussie: Bespreek hoe sms'en communicatie zowel gemakkelijker als uitdagender kan maken. Hoe kunnen we een tekst verkeerd interpreteren? Hoe kunnen we ervoor zorgen dat onze teksten duidelijk en respectvol zijn en dat de berichten worden ontvangen zoals we ze bedoeld hebben?

Leuk voorbeeld:



I-Berichten gebruiken

Studenten leren I-Berichten te gebruiken bij het respectvol communiceren met anderen. Deze les introduceert ook het concept van assertieve communicatie en zelfdiscipline.

Tijdschema van de les
30 minuten

Benodigde materialen

- ☐ Geen materialen vereist, behalve de communicatiezinnen die hierboven zijn vermeld (of degene die u zelf schrijft)
- ☐ Indien gewenst kan er een werkblad voor woninguitbreiding worden verstrekt

Normen kaart

Deze les sluit aan bij CASEL-competenties, National Health Education Standards, International Society for Technology in Education Standards, indien van toepassing, en Common Core State Standards. Raadpleeg de [Normen kaart](#) voor meer informatie.

Lesdoel

Studenten zullen:

- Oefen respectvolle communicatie

Leraarverbinding / zelfzorg

Welkom bij de Respect Unit! Terwijl u uw leerlingen door de lessen in deze eerste week leidt, onthoud dat het vermogen van uw leerlingen om te leren en respect te tonen bij u begint. Hoe toon je respect voor je studenten, voor je collega's en vooral voor jezelf? Leerlingen van deze leeftijd kunnen sceptisch zijn over de kracht van respect, maar actief modelleren kan hen laten zien hoe respectvol zijn houdingen, relaties, zelfbeeld en zelfs cultuur volledig kan veranderen. Concentreer u bij het begin van deze week specifiek op hoe u respect voor uzelf toont. Geloof jij dat je een goede opvoeder bent? Ben je trots op je klascultuur? Hecht u waarde aan uw gezondheid? Duw je jezelf te hard? Communiceer je je wensen? Kun je kalm blijven tijdens een conflict? Als je denkt dat je kunt verbeteren hoe je respect voor jezelf toont, neem dan deze week de tijd om alle dingen op te schrijven die je op dit moment goed doet. Wat zijn enkele dingen in uw klas waar leerlingen dol op zijn? Wat doen de leerlingen goed deze week? Dat is een weerspiegeling van jou. Nood aan een dutje of een lange, stevige wandeling? Neem er een, ook al voelt het alsof je geen tijd hebt! Werk deze week aan het verbeteren van hoe je jezelf ziet, verzorgt en respecteert.



Deel

5-7 minuten

In dit blok gaan we het hebben over respect. De definitie van respect die we gaan gebruiken is "mensen, plaatsen en dingen vriendelijk behandelen". Dit houdt in dat we onszelf vriendelijk behandelen, ook wel zelfrespect genoemd.

Kan iemand enkele manieren noemen waarop we respect voor onszelf tonen? (Nodig reacties van cursisten uit.)

Vandaag gaan we ons concentreren op hoe we respect tonen wanneer we op een vriendelijke manier met anderen communiceren assertieve manier. Voordat we dat doen, laten we het hebben over het woord assertief. Weet iemand wat assertief betekent? (Nodig reacties van cursisten uit.)



Inspireren

15 minuten

Goed! Assertief is wanneer we onze woorden en ideeën met vertrouwen communiceren en niet met arrogantie of agressie. Als we assertief zijn, zeggen we wat we denken en voelen op een kalme, respectvolle manier. Ons doel is om te communiceren. Merk op dat dit NIET hetzelfde is als agressief zijn, wat inhoudt dat we zeggen wat we denken en voelen op een harde, overdreven luide en respectloze manier. Als je agressief bent, is je doel vaak om schade toe te brengen. Dit is niet waar we het hier over hebben! Een assertieve maar respectvolle manier om te communiceren is het gebruik van I-Messages (en nee, dit is niet hetzelfde als de iMessages op je iPhone!). Deze berichten beschuldigen of veroordelen de andere persoon niet, en stellen je in staat om te zeggen hoe je je voelt of wat je nodig hebt zonder de andere persoon aan te vallen. Als iemand je bijvoorbeeld van streek maakt, kun je zeggen: 'Je maakt me boos' of 'Ik voelde me van streek toen je dat deed'. Welke reactie is volgens u een effectievere manier om met mensen te praten? Waarom? (Nodig reacties van cursisten uit.)

Op een assertieve, respectvolle manier communiceren vergt zelfdiscipline. Er is echt werk voor nodig om niet zomaar tegen de andere persoon te exploderen. We moeten inchecken met onze hersenen en met de realiteit voordat we onze emoties voor ons laten spreken! Wat kunnen we doen om onszelf te kalmeren als we assertief moeten communiceren, maar het gevoel hebben dat we agressief moeten communiceren?

(Nodig de reacties van de cursisten uit. Enkele ideeën zijn onder meer diep ademhalen, tot 10 tellen, de kamer verlaten en dan terugkeren, je ogen sluiten om je opnieuw te concentreren, enz.)



Machtigen

15 minuten

Laten we enkele voorbeelden bespreken. Ik ga op het papier een zin schrijven die mensen zouden kunnen zeggen als ze van streek zijn. Ik wil dat je in je kleine groepjes praat over welke Ik-Boodschap je in plaats daarvan zou kunnen gebruiken. Vergeet niet dat ze assertief en respectvol moeten zijn.

Schrijf één zin per keer op een I-Message-vel aan de muur en laat de leerlingen erover discussiëren. Vraag dan een vrijwilliger om een andere zin voor te stellen; streep de zin door en schrijf de ik-boodschap die ervoor in de plaats komt. Gebruik er zoveel als je tijd voor hebt of schrijf er zelf een:

- Je bent zo irritant!
- Het is jouw schuld dat ik in de problemen kwam.
- Je negeert me altijd als je andere vrienden in de buurt zijn.
- Je luistert nooit naar me!
- Je hebt ons nooit verteld dat de opdracht vandaag af moest zijn.

We communiceren ook non-verbaal met onze lichaamstaal en intonatie. Lichaamstaal kan het gebruik van gebaren, gezichtsuitdrukking, oogcontact of lichaamshouding omvatten (armen gekruist in een gesloten positie, handen op de heupen in een uitdagende positie, enz.). Wanneer u de eerste originele verklaring leest, wat is dan uw stemgeluid en hoe zou uw lichaamstaal eruit kunnen zien? (Nodig een cursist uit om dit na te spelen.)

Hoe verandert nu je stemgeluid en lichaamstaal als je de zin als een ik-boodschap uitspreekt? (Nodig een cursist uit voor een rollenspel en bespreek het verschil.)

Werk de rest van de originele berichten en hun ik-berichten door (of zoveel als je tijd hebt). Let op het verschil in tone of voice en lichaamstaal tussen de agressieve boodschap en de ik-boodschap.



Reflecteer

5-7 minuten

Het gebruik van I-Messages is een krachtige manier om te communiceren hoe we ons voelen zonder anderen de schuld te geven. Het is ook een productieve manier van communiceren, omdat het ons kan helpen problemen met anderen op te lossen en het is een vriendelijke manier van praten. Vergeet niet om ook na te denken over lichaamstaal en intonatie. Je kunt een ik-boodschap niet effectief gebruiken als je ook met je ogen rolt of iemand boos aankijkt. Je hele boodschap, van wat je zegt tot hoe je het zegt, moet respect en assertiviteit uitstralen en geen agressie.

Denk hier vandaag over na terwijl u gesprekken voert met mensen, vooral met ouders, voogden of broers en zussen. Dit zijn de mensen tegen wie we misschien het meest agressief zijn. Hoe kun je in je gesprekken vandaag de dag een ik-boodschap gebruiken om respectvol te communiceren?

Onderhandelingen sketches

Verdeel de leerlingen in groepjes van drie of vier, afhankelijk van de vraagsketch. Leg uit dat de leerlingen in groepjes gaan werken om een sketch te leren die ze voor de andere leerlingen zullen opvoeren. Deze sketches demonstreren positieve manieren om op problemen te reageren. Knip de sketches uit elkaar en geef er een aan elke groep. Je kunt leerlingen ook onderwerpen geven en ze hun eigen sketches laten maken als je extra tijd wilt geven. Vraag na elke sketch door middel van handopsteking welk personage blijk gaf van respectvolle communicatieve vaardigheden.

Skit 1: klusjes doen

Characters: Verteller, Craig, Cynthia (zijn moeder), José (zijn vriend)

Verteller: Craig en zijn familie gaan vandaag het huis schoonmaken, en Craigs taak is om de afwas te doen. De telefoon gaat en het is José, Craigs vriend.

Jozef: Craig, wil je vanmiddag een film zien?

Craig: Laat me vragen. (roept naar zijn moeder) Mam, mag ik met José naar de film?

Cynthia: Tuurlijk, als je maar de afwas doet voordat je vertrekt.

Craig: Ik kan gaan José. Ik zie je later vandaag. (ophangen van de telefoon)

Verteller: Later die dag komt Cynthia thuis van boodschappen doen en vindt de afwas in de gootsteen. Craig komt een paar minuten later binnen.

Cynthia: Craig, ik heb je gevraagd om de afwas te doen voordat je naar de film gaat.

Craig: Oh, mam, stop met zeuren! Je laat me altijd dingen doen die ik niet wil doen.

Cynthia: Ik hoor dat je boos bent Craig. Ik vind het echter jammer dat u niet heeft gedaan wat u had afgesproken.

Vragen:

- Door handopsteking, wie denkt dat Cynthia, de moeder, duidelijk met Craig communiceerde? Waarom of waarom niet?
- Door handopsteking, wie denkt dat Craig op een verantwoorde en respectvolle manier communiceerde? Waarom of waarom niet?

Skit 2: laat huiswerk

Karakters: verteller, meneer Johnson, Marina, Andrea

Verteller: (Laat personages uitbeelden wat de verteller zegt.) Tijdens de wiskundeles schrijft meneer Johnson een aantal opgaven van de dag op het bord. Marina en Andrea lopen naar binnen en gaan op hun stoelen zitten.

Meneer Johnson: Oké, klas, voordat we beginnen, geef alsjeblieft het wiskundehuiswerk door dat vandaag moest worden ingeleverd.

Jachthaven: Meneer Johnson, u heeft ons nooit verteld dat het huiswerk vandaag af moest zijn! Dat is niet eerlijk!

Andrea: Ik vergat de opdracht op te schrijven en deed het dus niet. Kan ik het morgen inleveren?

Vragen:

- Wie denkt dat Marina bij handopsteking sprak op een manier waar meneer Johnson naar zal luisteren? Waarom of waarom niet?
 - Wie denkt dat Andrea bij handopsteking sprak op een manier waar meneer Johnson naar zal luisteren? Waarom of waarom niet?
 - Als u meneer Johnson was, naar wie zou u dan luisteren en waarom? *(Leg uit dat meneer Johnson het huiswerk van Andrea misschien nog steeds als te laat markeert, maar dat ze de verantwoordelijkheid op zich nam voor haar daden.)*
-

Skit 3: Luisteren naar muziek

Karakters: verteller, een tiener, twee vrienden, kleine zus, oudere zus

Verteller: (Laat personages acteren terwijl de verteller aan het praten is) Een tienerjongen en zijn vrienden hangen rond in de kelder en luisteren naar zeer luide muziek. Zijn jongere zus en oudere zus zijn boven bezig met huiswerk.

Kleine zus (roept de trap af): Kunt u alstublieft de muziek zachter zetten? *Little Sister wacht een minuut en roept dan luider:* Zet de muziek zachter! Je bent altijd zo onbeschoft!

Oudere zus (gaat de trap af om met haar broer en zijn vrienden te praten): Excuseer me, maar ik moet met je praten.

Broer: Wat wil je, zus?

Oudere zus: We proberen te werken en kunnen niet omdat het zo luid is. Kun je het alsjeblieft afwijzen?

Vragen:

- Door handopsteking, wie denkt dat het kleine zusje respectvol communiceerde?
- Door handopsteking, wie denkt dat de oudere zus respectvol communiceerde?
- Als jij de tiener was, naar wie zou je dan luisteren en waarom?

Skit 4: Op het basketbalveld

Karakters: Verteller, Matthew, Connor, Sam

Verteller: Matthew, Conner en Sam zijn zesdeklassers in een topbasketbalteam. Het zijn allemaal sterke spelers, maar Connor heeft vandaag niet goed gespeeld. Het spel is gelijk 20-20, wanneer een speler van het andere team langs Connor dribbelt, schiet en scoort. *(Laat Connor en speler van het andere team dit uitbeelden terwijl de verteller aan het woord is.)*

Connor: Man, ik speel echt niet goed vandaag.

Mattheüs: Connor, je bent verschrikkelijk. Ik kan niet geloven dat je die speler voorbij hebt laten gaan! Je verpest het altijd.

Zichzelf: Ik had het moeilijk afgelopen spel, Connor. Misschien kunnen we tijdens de rust wat toneelstukjes samen oefenen; Ik zou de praktijk ook kunnen gebruiken.

Vragen:

- Door handopsteking, wie denkt dat Matthew respectvol communiceerde?
 - Door handopsteking, wie denkt dat Sam respectvol communiceerde?
 - Als jij Connor was, naar wie zou je dan luisteren en waarom?
-

Skit 5: Een iPad van een vriend breken

Personages: Verteller, Anna, Kaitlyn, Jordan

Verteller: Vorige week leende Anna de iPad van Kaitlyn om een schoolopdracht af te maken. Op weg naar school die ochtend valt de iPad uit Anna's rugzak en breekt nadat Jordan per ongeluk tegen Anna aanloopt. Ze zien Kaitlyn voor de school staan en lopen naar haar toe. *(Laat Anna en Jordan dit uitbeelden terwijl de verteller aan het woord is.)*

Anna: Hé, Kaitlyn. Ken je je iPad die ik geleend heb? Nou, Jordan botste tegen me aan en dwong me het te laten vallen. Het is allemaal haar schuld.

Kaitlyn: Wow, Jordan, dat was echt stom!

Jordanië: Het spijt me dat ik je iPad kapot heb gemaakt, Kaitlyn, en ik kan een andere voor je kopen met mijn zakgeld. Maar ik denk niet dat het eerlijk is om mij de schuld te geven, Anna. Ik kwam je per ongeluk tegen; Het was niet mijn bedoeling om iets kapot te maken.

Vragen:

- Wie heeft volgens jou hun behoeften en gevoelens duidelijk gecommuniceerd in deze sketch? (Antwoord: Jordanië)
- Wie denk je dat onvriendelijk communiceerde? (Anna en Kaitlyn)
- Wat hadden Anna en Kaitlyn in plaats daarvan kunnen zeggen?

Communicatie Observatieblad

Routebeschrijving: Voor deze activiteit ga je je spreekvaardigheid oefenen met een partner. Je bent beurtelings spreker en waarnemer. Kies een van de onderwerpen op het blad en besteed ongeveer vijf minuten aan het nadenken over of het maken van aantekeningen over wat u gaat zeggen. Spreek dan voortwee *minuten* over dat onderwerp terwijl je partner luistert.

Laat je partner een column voor je invullen terwijl je spreekt en wissel dan van rol zodat de andere persoon twee minuten lang de spreker is. De waarnemer zal in de onderstaande tabel nagaan welke vaardigheden hij/zij de spreker ziet gebruiken en deelt vervolgens de sterke punten en wat er verbeterd moet worden.

Mogelijke onderwerpen:

- Beschrijf een grappige situatie die je hebt meegemaakt.
- Vertel over een trots moment of prestatie.
- Praat over je favoriete muziekgroep en wat je er leuk aan vindt.
- Praat over iemand die je bewondert en waarom.
- Praat over je favoriete acteur of actrice en waarom je hem of haar leuk vindt.
- Wat was volgens u de grootste kracht van uw schoolgemeenschap?
- Beschrijf een van de beste vakanties die je ooit hebt gehad.
- Als je overal ter wereld naar toe zou kunnen gaan, waar zou je dan heen gaan en waarom?
- Leg uit wat u belangrijk vindt op nationale of mondiale schaal, en waarom.

Vaardigheid aangetoond	Naam van de spreker	Naam van de spreker
Maakt oogcontact (indien cultureel passend)		
Maakt gebruik van gezichtsuitdrukkingen		
Toont interesse in onderwerp		
Vat informatie samen		
Geeft beknopte details		
Gebruikt humor (indien van toepassing voor het onderwerp)		
Spreekt duidelijk		
Controleert op begrip van de luisteraar		