

Moed Dag 3 • Persoonlijke verbinding

RAK-definitie: Moed is dapper zijn in nieuwe of moeilijke omstandigheden.

In deze les zullen leerlingen nadenken over de nieuwe of moeilijke uitdagingen waarmee ze eerder te maken hebben gehad en in de toekomst zullen worden geconfronteerd en vervolgens brainstormen over moedige reacties op die situaties.

Wekelijkse doelstellingen

Studenten zullen:

- ☐ Identificeer symbolen en daden van moed.
- ☐ Evalueer het verschil tussen kwetsbaarheid en te veel delen.
- ☐ Evalueer hun gemeenschap door de lens van moed.

Middelen / materialen

- ☐ **Schrijfgerei:** Papier/schrijfgerei

Reflecteren / Beoordelen

Leveringen:

- ☐ Dagelijkse deelnamepunten
- ☐ **Courage-dagboek:** Wat is iets dat je tegen jezelf kunt herhalen dat je eraan zal herinneren moedig te zijn, zelfs als de situatie nieuw of moeilijk is? Geef jezelf een moedmantra die je kunt herhalen als het moeilijk wordt.

Deel

Discussie starters:

- Wat is een nieuwe of moeilijke omstandigheid waarmee je in je leven te maken hebt gehad en hoe ben je daarmee omgegaan? Voelde je je toen moedig?
 - *Herinner de cursisten eraan om alleen wat ze prettig vinden te delen met anderen die van hen op de hoogte zijn. Herinner iedereen er ook aan vriendelijk en respectvol te zijn voor hun kwetsbaarheid.*



Inspireren

Hoewel je tot nu toe misschien wat nieuwe of moeilijke omstandigheden in je leven hebt gehad, sta je er bijna "alleen" voor en zul je in je volwassen leven zeker met nieuwe en moeilijke omstandigheden te maken krijgen.



Bespreken:

- ☐ Wat zijn enkele universele nieuwe of moeilijke omstandigheden die de meeste tieners tijdens de middelbare school treffen en die veel moed vereisen om te navigeren?
- ☐ Op welke manieren denk je dat het gemakkelijker of moeilijker is om moedig te zijn als tiener dan wanneer je volwassen bent?

Machtigen

Laat de leerlingen in vijf groepen uiteenvallen op basis van hun plannen na de middelbare school (als de meeste kinderen een of twee opties kiezen en de groepen niet uit balans zijn, kun je de grotere groepen ook opsplitsen).



- 4-jarige hogeschool
- Stage/Handelsschool/Community College
- personeelsbestand
- Leger
- Onbeslist

***Leraren:** Voel je vrij om deze groepen aan te passen op basis van je leerlingen.

Brainstorm als groep over nieuwe of moeilijke uitdagingen die je ziet gebeuren in deze specifieke post-universitaire setting of ervaring. Denk aan minstens 3-5 uitdagingen. Bedenk dan voor elk tenminste een *moedig* manier om die uitdaging aan te gaan. Schrijf zowel de

uitdaging als je moedige reactie op. Als de tijd het toelaat, breng de lijsten dan terug naar de grote groep om te delen en te bespreken.