**Inhoudstafel**

1. **Vaste Mindset vs. Groeimindset**
2. **Overtuigingen**
3. **Dankbaarheid**
4. **Waarden**
5. **Persoonlijke Missie**
6. **Participatie/ Maatschappelijke betrokkenheid**
7. **Sleutelvaardigheden en Groene vaardigheden**
8. **Verschillende beroepen verkennen**
9. **Groene beroepen verkennen**

**\*Deze opdrachten vereisen begeleiding**

**© 2026 Asociația Imago Mundi • CC BY-NC 4.0**

1. **VASTE MINDSET VS. GROEI MINDSET**

| **Activiteit "Vaste Mindset vs. Groei Mindset"**  Deelnemers worden verdeeld in groepen van 3-4 en krijgen één van onderstaande situaties.  Voorbeelden van uitdagende situaties:   * Goede resultaten behalen voor een examen/toets * Gedetailleerd werk doen, zoals bijvoorbeeld knopen naaien * Starten met een nieuwe sport * Beginnen met een gezond eetpatroon * Een vriend bekritiseert je om hoe je je gedraagt bij andere vrienden * Een volwassene bekritiseert je om hoe je je tijd indeelt * Je hebt een moeilijke band met een leerkracht die dreigt je lage punten te geven * Een klasgenoot krijgt hogere punten dan jou op een toets * Een familielid van ongeveer jouw leeftijd is geslaagd voor de toelatingsproef van een populaire opleiding.   **Duur**: 40-45 minuten  **Materialen:**   * werkbladen met de verschillende situaties * A4 papier, schrijfmateriaal * flipchart blad over mindsetkenmerken, plakband   **Doelen:**   * Kennis maken met het mindset type dat bij hen past * Reflecteren over hoe ze omgaan met moeilijke situaties |
| --- |

**Tips:**

**Taak:** Formuleer zinnen, één op elk blad, om de gevoelens en gedachten weer te geven die je ervaart wanneer jij of je vrienden zich in die situatie bevinden.

10 minuten brainstorm

15 minuten presentatie

Na de brainstorm leest elke groep de situatie voor die zij hebben behandeld en de gevoelens en gedachten die ze daaraan koppelen. De voorbereiding van deze presentatie werd ook opgeschreven. De voorbereiding wordt op de flipchart geplakt gekoppeld aan de type mindset die werd weergegeven.

15-20 minuten groepsgesprek

Vragen voor het groepsgesprek:

* Wat zijn de gedragsmatige gevolgen van elke verklaring?
* Welk effect heeft passiviteit op de resultaten?
* Heb ik vrienden die obstakels hebben overwonnen? Wat is hun manier van denken?
* Heb ik vrienden die de overwinningen van anderen vieren? Wat is hun manier van denken?
* Hoe denkt iemand met een vaste mindset? Hoe denkt iemand met een groei mindset? Hoe gedragen ze zich?
* Wat kan helpen om de grenzen die we onszelf opleggen (vaste mindset) te verleggen?

**FLIPCHART BLAD: KENMERKEN VASTE MINDSET VS GROEI MINDSET**

| **Vaste Mindset** | **Groei Mindset** |
| --- | --- |
| Intelligentie is statisch: Het verlangen om steeds te laten zien dat je slim bent. | Intelligentie kan je ontwikkelen: Het verlangen om te leren. |
| Uitdagingen uit de weg gaan | Uitdagingen aan gaan |
| Opgeven wanneer je obstakels tegen komt | Doorzetten wanneer je obstakels tegen komt |
| Inspanning als nutteloos zien | Inspanning is een pad naar kennis |
| Slecht reageren op kritiek en behulpzame negatieve feedback negeren | Leren uit kritiek |
| Zich bedreigd voelen door het succes van anderen | Zich geïnspireerd voelen door het succes van anderen |
| Worden voortijdig beperkt en bereiken niet hun volledige potentieel. Een deterministische kijk op de wereld. | Steeds betere prestaties: een gevoel van vrijheid |

**2. OVERTUIGINGEN**

| **Activiteit 1. Verhaal over beperkende overtuigingen**  **Beschrijving:** We zetten het kader van de activiteit neer met een aangepast grappig verhaal.  Er is een grappig verhaal over beperkende overtuigingen: er was eens een konijn met 10 eieren, maar geen pan om ze in te bakken. De enige in het bos die een pan had, was de beer. Het konijn dacht eraan om de pan van hem te lenen. Onderweg realiseert het konijn zich dat, aangezien hij de beer kent, hij hem zeker 4 van de 10 eieren zal vragen in ruil voor de pan. “Eh, ik geef de beer 4 eiren, dan heb ik er nog 6 over, dat is genoeg.”  Terwijl het konijn over de weg liep, dacht hij dat de beer een echte zakenman is en hem misschien wel 6 eieren zou vragen in ruil voor de pan. Toch zei hij tegen zichzelf: “Er zijn dagen dat ik genoeg aan 4 eieren heb, ik zal de beer 6 eieren geven, dan heb ik wel een pan om ze in te bakken.”  Toen het konijn heel dicht bij het huis van de beer was, bedacht hij zich dat de beer hem misschien wel 8 eieren zou vragen in ruil voor de pan en dat hij dat niet kon accepteren. Hij klopt op de deur. De beer doet open en vraagt: “Wat wil je konijntje?” Het konijn antwoordt: “Beer, weet je wat?" "Ik heb je pan niet meer nodig.”  **Duur:** 20 minuten  **Materialen:**   * Verhaal * Kenmerken van beperkende vs stimulerende overtuigingen   **Doelen:**   * Kennis maken met beperkende vs stimulerende overtuigingen * Kennis maken met de effecten die beperkende en stimulerende overtuigingen kunnen hebben op de persoonlijke en professionele ontwikkeling |
| --- |

**Tips**

* De verhalen kan je uitdelen aan de deelnemers, om individueel te lezen.
* Bereid enkele vragen voor om te onderzoeken hoe elk personage reageert.
* Identificeer enkele kenmerken van beperkende versus stimulerende overtuigingen om samen met de deelnemers te bespreken.

| **Activiteit 2. Berpekende en stimulerende overtuigingen**  **Individuele opdracht + groepsgesprek**  Deelnemers krijgen overtuigingen over belangrijke levens onderdelen: geld, loopbaan, gezondheid, relaties, (vrienden, familie, liefde). De opdracht is om deze te beoordelen met JA/NEE op basis van hoe (on)waar deze voor hen zijn.  **Materialen:**   * Werkbladen, schrijfmaterialen   **Duur:** 30 minuten (10 min individueel werk + 20 min - groepsgesprek)  **Doelen:**   * Onderzoeken welk type overtuiging kenmerkend is voor zichzelf * Analyseren in welke mate verschillende aspecten hun loopbaankeuzes beïnvloeden |
| --- |

**Tips:**

De begeleider kan de overtuigingen op het werkblad selecteren om door de jongeren te laten analyseren of andere overtuigingen gebruiken die beter bij de doelgroep passen.

**Vragen** (groepsgesprek 15-20 minuten):

* Welke overtuigingen passen het best bij jou? Geef enkele voorbeelden.
* Welke EMOTIES heb je als je zo’n overtuiging hebt? Hoe voel je je dan?
* Welk GEDRAG toon je als je zo’n overtuiging hebt? Hoe handel je?
* Welk RESULTAAT krijg je als je zo’n overtuiging hebt?
* Als gevolg van dit resultaat, welke OVERTUIGING behoud je?
* Hoe kan je beperkende overtuigingen herformuleren?
* Hoe voel je je als je op pad gaat met beperkende overtuigingen vs stimulerende overtuigingen?

**Werkblad Overtuigingen:**

| Overtuigingen | Klopt dit voor mij?  (JA/NEE) |
| --- | --- |
| Ik vertrouw erop dat ik een persoon zal vinden van wie ik zal houden en met wie ik een mooi leven kan hebben. |  |
| Ik kreeg een lage score bij de laatste toets omdat ik nooit goed genoeg zal kunnen studeren. |  |
| Ik kreeg een lage score bij het examen omdat ik niet genoeg tijd heb besteed aan dat vak. |  |
| Ik heb een goede gezondheid nodig in alles wat ik doe, daarom zorg ik goed voor mijn lichaam. |  |
| Je kan nooit goed genoeg geld hebben. |  |
| Ik ken mensen die al heel lang een koppel vormen. Ze zien elkaar graag en respecteren elkaar. Op het juiste moment zal ik ook zo’n relatie hebben. |  |
| Als ik in een rijkere familie was geboren, zou ik betere resultaten kunnen hebben. |  |
| Als je hard werkt zal je een manier vinden om genoeg geld te verdienen. |  |
| Liefde bestaat alleen in films, in het echt bestaat dat niet. |  |
| Het is moeilijk om een beroep te kiezen, er zijn vandaag de dag niet veel vacatures. |  |
| Het is heel moeilijk om een goede band te hebben met leerkrachten. |  |
| Het is moeilijk om werk te vinden nadat je bent afgestudeerd. |  |
| Het is heel moeilijk om een mooi loon te krijgen ookal heb je een goede job. |  |
| Ik begrijp helemaal niet hoe boekrecensies worden gemaakt. |  |
| Ik zal nooit goed zijn in wiskunde. |  |
| Er zijn mensen die hun job graag doen, dat wil ik ook voor mezelf. |  |
| Mijn geluk en welzijn hangen af van anderen en waar ik ben geboren. |  |
| Mijn geluk en welzijn hangen af van wat ik zelf doe. |  |
| Niemand op mijn school slaagt erin om goede punten te halen op hun eindexamens. |  |
| Ik ga niet graag naar de huisarts voor regelmatige controles of als ik pijn heb. |  |
| Mijn band met mijn ouders is altijd stresserend en vervelend. |  |
| Ik kan regelmatig sporten en bewegen. |  |
| Iedereen heeft gezondheidsproblemen: ofwel zijn ze te zwaar, hebben ze een hoge bloeddruk, of ze sporten niet, … |  |
| Ik zal studeren, werken en doorzetten zodat ik mijn droomberoep kan uitoefenen. |  |
| Ik zal genoeg geld hebben om de dingen te kopen die ik wil. |  |

**3. DANKBAARHEID**

| **Activiteit 1. De boom van dankbaarheid**  **Individuele oefening**. Jongeren noteren zaken waar ze dankbaar voor zijn op een kaartje. Elke jongere kiest twee voorbeelden uit op post-its en plakt deze op een flipchart waar een boom op staat.  **Duur:** 20 minuten  **Materiaal:**   * papier, schrijfmateriaal * post-its, markeerstiften * Tekening van een boom op een flipchart   **Doelen:**   * Kennis maken met het begrip “dankbaarheid” en de positieve factoren in hun omgeving te waarderen. * Factoren waar ze dankbaar voor zijn onderzoeken. |
| --- |

**Tips:**

**Vragen voor het groepsgesprek:**

* Wat voegt de factor waar je dankbaar voor bent toe aan jouw leven?
* Hoe zou je je voelen zonder deze factoren?
* Zijn er momenten waarop jij of je familie en vrienden je dankbaarheid uiten?
* Hoe uit je dankbaarheid naar familieleden toe?
* Hoe wil je je dankbaarheid in de toekomst meer uiten?
* Wat zijn de voordelen van het uiten van dankbaarheid?

**Vervolgactiviteit:** HOE MAAK JE EEN DANKBAARHEIDSDAGBOEK over de thema’s: spullen, relaties, vaardigheden, activiteiten etc.

| **Activiteit 2. Video Analyse - Vriendelijkheid**  Bekijk deze video gezamenlijk.  [Life Vest Inside - Kindness Boomerang - "One Day" (youtube.com)](https://www.youtube.com/watch?v=nwAYpLVyeFU).  **Duur:** 20-25 minuten  **Materialen:**   * laptop, internet, video * lijst met vragen   **Doelen:**   * situaties verkennen waarin vriendelijkheid wordt geuit * goede daden en situaties in de gemeenschap waaraan jongeren bijdragen vast stellen |
| --- |

**Tips:**

**Vragen voor het groepsgesprek:**

* Wat is je opgevallen in de video?
* Met wie identificeerde je je vooral?
* Welke goede daden doe jij regelmatig?
* Welke EMOTIE voel je daarbij? Hoe voelt het als je iemand helpt?
* Wat motiveert je om goede daden te doen?
* Hoe denk je dat vrijgevigheid kan helpen om jezelf te ontwikkelen?

| **Activity 3- The Tree of Acts of Kindness**  Maak samen met de jongeren een boom vol goede daden.  **Duur:** 25-30 minuten  **Materialen:**   * papier, schrijfmateriaal * post-its, markeerstiften * tekening van een boom op een flipchart, plakband   **Doelen:**   * een domein identificeren waarin ze vrijwilligerswerk willen doen of een probleem in de gemeenschap waar ze aan willen bijdragen. |
| --- |

**Tips:**

**Taak: Individuele opdracht (5 min):** jongeren nemen de tijd om na te denken over goede daden die ze op dit moment doen of zouden willen doen. Ze schrijven minstens 10 individuele voorbeelden op.

**Groepsopdracht:** Elke jongere kiest 3 voorbeelden uit die ze op aparte post-its schrijven en plakken op de flipchart met boom. Dit kunnen voorbeelden zijn van goede daden die ze volgende week willen doen.

**Aanbeveling:** Deze activiteit kan gekoppeld worden aan de motivatie om vrijwilligerswerk te doen, mensen in hun omgeving te helpen maar ook om activiteiten te zoeken die complementair zijn aan hun persoonlijke missie of toekomstig beroep. Bijvoorbeeld: als ik graag met mensen werk, zou een beroep op het gebied van maatschappelijk werk, psychologie, … iets voor mij kunnen zijn.

**4. WAARDEN**

| **Activiteit 4. Persoonlijke waarden**  Brainstormen: “wat betekent een persoonlijke waarde?”, een persoonlijke top maken en de belangrijkste waarden identificeren door middel van een groepsgesprek.  **Duur:** 30 minuten  **Materialen:**   * werkblad met een lijst waarden * schrijfmateriaal * post-its   **Doelen:**   * kennismaken met persoonlijke waarden * de eigen persoonlijke waarden herkennen * beroepen ontdekken die overeenstemmen met de persoonlijke waarden |
| --- |

**Tips:**

* Definitie brainstorm/ sleutelwoorden over waarden

Voorbeeld definities:

“Waarden bieden een interne maatstaf voor wat goed, voordelig, belangrijk, nuttig, mooi, wenselijk en constructief is.”

“Wat belangrijk en waardevol is en aanzien verdiend (materieel, moreel, sociaal,...).”

Persoonlijke waarden zijn fundamentele principes en overtuigingen die je leven richting geven en je identiteit mee vorm geven. Ze vertegenwoordigen wat jij belangrijk vindt en helpen je om beslissingen te nemen en te handelen volgens jouw overtuigingen.

Na de brainstorm deel je de werkbladen uit.

**Taak voor de jongeren:**

Stap 1 - 5 min: Let op je innerlijke dialoog wanneer je de lijst met waarden analyseert. Hoe jij je voelt in verhouding tot deze waarden, zal interessante zaken over jezelf onthullen. Zet een ster naast elke waarde die belangrijk is voor jou, ook naast de waarden die je zelf toevoegde aan de lijst. Dit is jouw lijst van persoonlijke waarden.

Stap 2 - 3 min: Beperk het aantal waarden tot 8. Schrap de minder belangrijke waarde en omcirkel de belangrijkste. Dit wil niet zeggen dat je de waarden die je hebt geschrapt weggooit, je maakt een kortere lijst om tot jouw kernwaarden te komen.

Stap 3 - 3 min: Beperk op dezelfde manier de lijst tot 5 waarden.

Stap 4 - 3 min: Beperk de lijst tot 3 waarden.

**Vragen groepsgesprek:**

* Wie wil met ons hun kernwaarden delen?
* Hoe heb je deze kernwaarden gekozen?
* Wat betekenen deze kernwaarden voor jou?
* Hoe toon je in je eigen gedrag dat dit jouw kernwaarden zijn?
* Hoe kan je ervoor zorgen dat deze kernwaarden meer aanwezig zijn in je dagelijks leven?

**Werkblad - Waarden**

Presteren, avontuur, schoonheid, de beste zijn, uitdaging aangaan, comfort, moed, creativiteit, nieuwsgierigheid, onderwijs, milieu, familie, vrijheid, vriendschap, financiële onafhankelijkheid, fit zijn, gezondheid, eerlijkheid, onafhankelijk zijn, intelligentie, innerlijke rust voelen, oprechtheid, vertrouwelijkheid, vreugde, leiderschap, bijleren, liefde, persoonlijke ontwikkeling, spelen, productiviteit, vertrouwen, persoonlijke relaties, respect, veiligheid, spiritualiteit, diversiteit, vriendelijkheid en bescheidenheid.

**5. PERSOONLIJKE MISSIE**

| **Persoonlijke Missie Activiteit - COLLAGE**  Klassieke collage. De jongeren krijgen tijdschriften, geprinte afbeeldingen of toegang tot een printer om afbeeldingen die hun persoonlijke missie het best weergeven af te drukken. De vragen in het groepsgesprek kunnen reeds gesteld worden om hen te begeleiden bij het bedenken van hun persoonlijke missie. De collages worden op een A4 blad gekleefd en samengevoegd tot een tentoonstelling.  Individuele werktijd van 30 minuten.  **Duur:** 30- 40 minuten  **Materialen:**   * gekleurd A4 papier, markeerstiften, lijm/plakband, magazines, kranten, printer, oude boeken   Online collage. Toepassingen zoals Canva, Adobe Express, Lumen etc kunnen hiervoor gebruikt worden. Je dient rekening te houden met het type account dat moet worden aangemaakt, de kosten, de toegang tot persoonlijke gegevens van de jongeren en de functies die deze toepassingen bieden.  **Duur:** 30 minuten  **Materialen:**   * toestellen waar de voorgestelde toepassingen op gebruikt kunnen worden (laptop/tablet). * internet * online werkplaats: bijvoorbeeld een Padlet pagina en een projector voor de tentoonstelling   **Doelen:**   * creativiteit stimuleren * reflectie aanmoedigen op vlak van hun persoonlijke missie * de persoonlijke missie identificeren en hoe ze dit kunnen koppelen aan hun toekomstige loopbaan |
| --- |

**Tips:**

De activiteit kan beginnen met een groepsgesprek over de persoonlijke missie: wat betekent dit concept voor hen en hoe kan dit hen helpen in hun toekomstige loopbaan?

**Vragen groepsgesprek tijdens de tentoonstelling:**

* Hoe verliep het maken van hun persoonlijke missie in de vorm van een collage?
* Hoe hebben de begeleidende vragen hen geholpen bij het maken van de collage?
* Heb je het gevoel dat deze collage jou representeert?
* Hoe ben je van plan om de elementen uit jouw collage in de praktijk te brengen?

Om jongeren te begeleiden tijdens het individuele werk, kan je het vragenblad gebruiken om hun persoonlijke missie te verduidelijken.

PERSOONLIJKE MISSIE VRAGENBLAD

15 vragen om je persoonlijke missie te bepalen

1. Wat doet je lachen? (activiteiten, mensen, gebeurtenissen, hobby’s, etc.)

2. Welke dingen vind je leuk om te doen, zowel vroeger als nu?

3. Welke flow-activiteiten bestaan er voor jou? (Activiteiten waarbij je de tijd uit het oog verliest)

4. Wat geeft je een goed gevoel over jezelf?

5. Wie inspireert jou? (Mensen die je kent of niet, familie, artiesten, etc). Welke kwaliteiten van deze mensen inspireren jou?

6. Waar ben je goed in? Welke vaardigheden en talenten heb je?

7. Waarvoor vragen andere mensen jouw hulp?

8. Als je anderen iets zou mogen leren, wat zou dat zijn?

9. Waar zou je spijt van hebben als je het niet zou doen of hebben?

10. Je bent 90 jaar oud en zit thuis in een schommelstoel. Je voelt de wind op je gezicht. Je bent gelukkig en voelt je dankbaar voor het prachtige leven dat je hebt gehad. Als je terugkijkt op je leven, wat heb je bereikt en verzameld? Van alle relaties/vriendschappen die je had, welke is het belangrijkst voor jou?

11. Wat zijn jouw 3 kernwaarden?

12. Welke uitdagingen of obstakels heb je overwonnen of ben je aan het overwinnen? Hoe doe/deed je dat?

13. In welke doelen geloof je heel sterk? Waar heb je een goede band mee?

14. Als je een boodschap zou kunnen overbrengen aan een grote groep mensen, wie zouden die mensen zijn en wat zou je boodschap zijn?

15. Op basis van je talenten, passies en waarden: hoe zou je deze gebruiken om anderen te helpen of bij te dragen aan de wereld? (Denken aan mensen, dieren, organisaties, milieu, etc.)

**6. DEELNAME/ MAATSCHAPPELIJKE BETROKKENHEID**

| **Activiteit deelname/ maatschappelijke betrokkenheid**  **Beschrijving:** Jongeren worden gevraagd om minstens 5 activiteiten te noemen waarbij ze het afgelopen jaar betrokken waren. Dit kunnen activiteiten zijn in de context van school, hobby’s, … en om voor elk voorbeeld op een schaal van 1 tot 5 aan te geven. 1 betekent “helemaal niet en 5 betekent “heel veel” bij deze aspecten:   * de informatie over de activiteit waaraan ze zouden deelnemen: ik kreeg voldoende informatie over de activiteit * de mate waarin ze interesse hadden in de activiteit: ik vond het thema interessant, de soort activiteit was leuk voor mij en mijn vrienden, ik vond de manier van werken leuk * de mate van betrokkenheid tijdens de activiteit: ik kon mijn eigen ideeën inbrengen, er werd rekening gehouden met mijn mening, ik werd gefotografeerd en wist niet waar het over ging, de ideeën van jongeren werden gewaardeerd.   **Duur**: 30 minuten  **Materialen:**   * Blad waarop de antwoorden werden verzameld * papier en schrijfmateriaal * de participatieladder door Roger Hart   **Doelen:**   * kennis maken met de participatieladder - Roger Hart (https://organizingengagement.org/models/ladder-of-childrens-participation/ * Onderzoeken welke maatschappelijke betrokkenheid er al bestaat in hun omgeving en in hoeverre kinderen en jongeren hierin vertegenwoordigd worden. |
| --- |



**Tips:**

De soorten activiteiten die door deelnemers worden genoemd en hoe ze elke vraag over betrokkenheid beantwoorden, worden geanalyseerd. Afhankelijk van de antwoorden, zullen ze proberen zich te positioneren op de participatieladder en analyseren in hoeverre de activiteit hen vertegenwoordigt en of er projecten bestaan voor en door jongeren.

Hoe heb je gewerkt?

* Wat heb je geleerd uit deze analyse?
* Waar sta je het vaakst op de participatieladder?
* Als je op een lagere trede van de participatieladder staat, hoe kan je jouw positie verbeteren?
* Als je een hoge positie op de participatieladder in neemt, hoe kan je deze positie behouden?
* Hoe kan je evalueren of jouw groep voldoende gerepresenteerd wordt in de gemeenschap? Wordt jouw stem gehoord?

**7. SLEUTELVAARDIGHEDEN EN GROENE VAARDIGHEDEN**

| **Activiteit 1. Sleutelvaardigheden en groene vaardigheden**  **Beschrijving:** Onderzoeken en maken van een poster om te presenteren.  Deze activiteit kan op 2 manieren uitgevoerd worden:   1. De jongeren krijgen een algemene taak om in groep te presenteren over een bepaald onderwerp.   **Taak:** Maak een collage/poster met “sleutelvaardigheden en groene vaardigheden op Europees niveau”. Leg minstens één van deze vaardigheden uit en geef er praktijkvoorbeelden bij.   1. De activiteit kan worden uitgevoerd in groepen van maximaal 5 à 8 jongeren. Elke groep moet een sleutelvaardigheid en een groene vaardigheid   **Duur:** 45 minuten  **Materialen:**   * laptop of gsm’s * flipchart, gekleurd papier, post-its, schrijfmateriaal, lijm   **Doelen:**   * Kennis maken met sleutelvaardigheden en groene vaardigheden volgens de bestaande Europese kaders * Ontwikkelen van onderzoeksvaardigheden en het filteren van informatie * Ontwikkelen van samenwerkingsvaardigheden en beslissingen leren nemen in groep |
| --- |

**Tips:**

Zorg voor meerdere informatiebronnen die al open staan op de laptops.

Vragen voor het groepsgesprek:

* Wat zijn sleutelvaardigheden?
* Wat zijn groene vaardigheden?
* Welke bronmaterialen heb je gebruikt?
* Welke vaardigheden heb je ontwikkeld tijdens deze activiteit?
* Hoe heb je het maken van de poster aangepakt?
* Wat vond je het moeilijkst/makkelijkst bij het maken van de poster?

Kies de vragen die passen bij jouw groep.

| **Activiteit 2. Sleutelvaardigheden**  **Beschrijving:** Elke jongere krijgt een werkblad met 7 individuele taken, elke taak komt overeen met een sleutelvaardigheid. Ze dienen elke opdracht uit te voeren binnen maximaal 15 minuten.  **Taken:**   * Zoek uit hoe je “dank u” zegt in 3 verschillende talen. * Vraag een andere jongere om je te vertellen over een familietraditie. * Maak een menu voor een picnic in het park met 2 vrienden. Je hebt een budget van 30 EUR. * Zoek een nieuwe manier om een rode stift te gebruiken. * Maak een creatieve tekening met daarop: 3 mensen, een huis, een hond, een kast, 3 aardappelen en 4 bijen * Ontdek minstens 3 belangrijke stappen om een conflict op te lossen (stappenplan) * Leer van een andere jongere hoe je hun favoriete recept maakt (recept)   **Duur:** 30 minuten  **Materialen:**   * to-do lijst voor elke jongere * papier, schrijfmateriaal * Overzicht van sleutelvaardigheden op flipchart   **Doelen:**   * Sleutelvaardigheden ontwikkelen * Kennismaken met de verschillende sleutelvaardigheden op Europees niveau * Onderzoeken in welke contexten je aan sleutelvaardigheden kan werken |
| --- |

**Tips:**

* Hoe heb je de taken op de to-do lijst volbracht?
* Wat was de makkelijkste/moeilijkste taak? Hoe komt dat?
* Hoe ben je erin geslaagd om de taken binnen de tijd te volbrengen?
* Wat heb je over jezelf geleerd door deze taken te volbrengen?

Nadat de begeleider de sleutelvaardigheden heeft voorgesteld, worden volgende vragen gesteld:

* Welke vaardigheden heb je ontwikkeld bij het uitvoeren van deze taken?
* In welke dagdagelijkse situaties kan je nog aan deze vaardigheden werken?

**8. BEROEPEN VERKENNEN**

| **Activiteit 1. "De beroepenbibliotheek"**  **Optie 1.** "De beroepenbibliotheek" is een variant van de Living Library methode – dit werkt volgens het concept van een traditionele bibliotheek waar de boeken mensen zijn die hun loopbaanverhaal vertellen.  De Living Library is een complexe methode, die een rol speelt in de strijd tegen discriminatie van kwetsbare groepen die geconfronteerd worden met stereotypen en vooroordelen.  **Optie 2.** Als er onvoldoende “boeken” zijn voor het aantal jongeren om 1-op-1 of in kleine groepen lezingen te doen, kan er een conferentie georganiseerd worden. Daarbij presenteren de gastsprekers hun beroep en worden na elke presentatie vragen verzameld van de jongeren.  **Duur:** minstens 3 uur  **Materialen/benodigdheden:**   * Personen met verschillende beroepen om de “boeken” voor te stellen (minstens 5 voor een groep van 25-30 jongeren). * Inkledingsmateriaal: uitleenformulieren, bibliotheekkaarten, catalogus met de verschillende levende “boeken”   **Doelen:**   * kennismaken met verschillende beroepen uit de omgeving en hun dagelijkse taken * stereotypen en vooroordelen naar bepaalde beroepen wegnemen |
| --- |

**Tips:**

Bij de beroepenbibliotheek zijn de “boeken” echte mensen met verschillende beroepen: leerkracht, projectmanager, psycholoog, boekhouder, ingenieur, arts, ondernemer, koerier, politieagent, priester, kunstenaar etc. Elke jongere kan een “boek” kiezen met wie hij/zij een gesprek van maximaal 10 à 15 minuten kan voeren.

De duur van de activiteit hangt af van het aantal gastsprekers (“boeken”).

Normaal gezien duurt de Living Library activiteit ongeveer 2-3 uur, afhankelijk van het aantal gastsprekers en jongeren. Lezingen kunnen in groepjes van 2-3 jongeren.

De lezing verloopt als volgt: Het “boek” vertelt zijn/haar verhaal – hoe hij/zij hun beroep hebben gekozen, waarom ze dat beroep kozen, welke onderwijsloopbaan ze hebben afgelegd, hoe ze ontdekten wat ze wilden doen, welke kennis, vaardigheden en attitudes ze nodig hebben voor hun beroep. De jongeren kunnen achteraf vragen stellen.

Na de beroepenbibliotheek kan de begeleider een groepsgesprek organiseren met de jongeren:

* Wat je vond van de beroepenbibliotheek?
* Wat heb je bijgeleerd over de verschillende beroepen?
* Welke vaardigheden heb je nodig voor de verschillende beroepen?
* Wat zijn de gelijkenissen en verschillen tussen de verschillende beroepen?
* Wat was de meest interessante (onderwijs)loopbaan?
* Welke soort vaardigheden vind je moeilijker om te ontwikkelen en waarom?
* Welke vooroordelen had je voor de beroepenbibliotheek over de verschillende beroepen? Heb je deze vooroordelen kunnen bijstellen?

**9. GROENE BEROEPEN VERKENNEN**

| **Activiteit: Ontwerp een duurzame stad**  **Taak:** Jongeren worden gevraagd om de ideale duurzame stad te bedenken. Ze maken een schets op papier of digitaal, met gebouwen, voertuigen, groene zones en infrastructuur.  **Duur:** 45 minuten of langer in de vorm van een project  **Materialen:**   * Tekenpapier, kleurpotloden, lijm, stokken of planken om de stad op te schetsen en verschillende zones af te bakenen (parken, gebouwen, infrastructuur, …) * Karton en scharen: om 3D modellen te bouwen van de stad * Lego of andere bouwsets: om een snelle stad te bouwen met creatieve structuren * Post-its en stiften: om ideeën te noteren, creatieve oplossingen, … * Posters met voorbeelden van groene technologieën: zonnepanelen, windturbines of recyclagesystemen * Brochures of afbeeldingen van echte duurzame steden: bijvoorbeeld Masdar (Verenigde Arabische Emiratens) of Freiburg (Duitsland) ter inspiratie. * Korte videos of educatieve animaties: over ecologische concepten en duurzaamheid. Deze kunnen afgespeeld worden tijdens het uitwerken van hun stad.   **Doelen:**   * creativiteit en interactie stimuleren * kritisch en innoverend denken ontwikkelen * samenwerkingsvaardigheden ontwikkelen - indien de activiteit in groepsverband gebeurt * probleemoplossend denken ontwikkelen |
| --- |

**Tips**

Stappen en vragen:

1. Noden vaststellen:

* Wat zijn de belangrijkste zaken die mensen nodig hebben in een stad? (Bijvoorbeeld: energie, water, jobs, ruimte voor ontspanning)
* Hoe kunnen we het verbuik van grondstoffen en vervuiling verminderen?

1. Plannen:

* Welke soorten gebouwen zijn nodig en hoe kan je ze energiezuinig maken?
* Waar wil je parken en groene zones plaatsen om te zorgen voor schone lucht en ruimte voor ontspanning?
* Wie zal er zorg dragen voor deze nieuwe ruimtes? Welke beroepen zijn noodzakelijk? Wat moeten de bewoners van deze stad doen om deze te onderhouden?

1. Innovatie:

* Welke creatieve oplossingen kan je bedenken voor openbaar vervoer dat de luchtvervuiling vermindert?
* Hoe kan je nieuwe technologieën integreren zoals zonnepanelen en windturbines?

1. Reflectie:

* Welke compromissen moet je maken om een duurzame stad te bouwen?
* Wat heb je geleerd over het maken van beslissingen en het belang van innovatief design?

Deze activiteit stimuleert niet alleen het kritisch denken en de creativiteit, het helpt jongeren ook om zich bewust te worden van de uitdagingen en de oplossingen op het gebied van duurzaamheid.

Andere activiteiten om groene vaardigheden te ontdekken:

* Een groene hoek creëren in de klas of thuis: Jongeren planten zaden en leren over het belang van planten in het milieu. Deze activiteit helpt hen de levenscyclus van planten begrijpen en de eigen rol in het reduceren van vervuiling.
* Milieuvriendelijke wandeling en afvalinzameling: Organiseer een natuurwandeling met de jongeren waarop ze afval verzamelen en bijleren over recycleren.