

HANDLEIDING BASISCHOOL

PERSOONLIJK VERHAAL

Hoe vertel ik mijn persoonlijke verhaal?

WEEK VAN
RESPECT



DE KRACHT VAN HET PERSOONLIJKE VERHAAL

Handleiding voor het delen van jouw persoonlijke verhaal in de klas

Wat leuk dat je een gastles gaat geven in de Week van Respect! De kracht van het persoonlijke verhaal is al 15 jaar één van de belangrijkste elementen in de Week van Respect. Via een persoonlijk verhaal maak je namelijk écht verbinding met kinderen. Door echt het gesprek aan te gaan, inspireer je hen en maak jij het verschil.

In deze handleiding vind je handvatten en tips voor het geven van je gastles. Met dit bestand willen wij jou als gastspreker ondersteunen in wát jouw verhaal is en hoe je dit kunt vertellen. Daarnaast vind je speciaal voor het basisonderwijs een leerlingbeschrijving, voorbereiding en lesopbouw!

We hebben deze handleiding opgedeeld in vier onderdelen:

- ➔ **Waarom het persoonlijke verhaal?**
- ➔ **Wat is jouw persoonlijke verhaal?**
- ➔ **Hoe vertel ik mijn verhaal?**
- ➔ **Didactische tips**

Waarom het persoonlijke verhaal?

Door het delen van jouw persoonlijke verhaal laat je iets van jezelf zien en stel jij je kwetsbaar op. Ervaring leert dat dit zorgt voor (meer) begrip voor de ander. Dit is dé manier om echt te **verbinden** met kinderen en jongeren.

Door het vertellen van een verhaal, waar je emoties en context in deelt, slaan kinderen de informatie op in hun **limbisch brein**. Dat is het gedeelte van het brein dat zorgt voor het hebben van gevoelens. Dit is een ander deel van het brein dan waar leerlingen (de meeste) schoolfeiten in opslaan. Jouw boodschap wordt dus extra goed onthouden, en je plant een zaadje voor toekomstige situaties waarin kinderen de geleerde inzichten en oplossingen kunnen toepassen.



WAT IS MIJN PERSOONLIJKE VERHAAL?

Iedereen heeft een verhaal waarmee je kunt inspireren. Een belangrijk keuzemoment, een vervelende situatie die je hebt omgedraaid naar iets positiefs of een ervaring die jou heeft gevormd tot wie je nu bent. Tijdens de Week van Respect ga je dát moment (of deze momenten) delen met kinderen en jongeren!

1. WIE WAS IK?

Denk eens terug aan je kindertijd en omschrijf dit in steekwoorden.

Vrolijk kind
Iedere zondag naar de kerk
Gepest op school
Prestatiedruk
Onveilig

3. HOOFDLOT

Wat heeft je het meest gevormd, beschrijf het in 3 zinnen.

Toen ik besloot afstand te nemen van mijn omgeving, ontwikkelde ik stapje voor stapje een eigen mening. Maar hoe spreek je die uit?

Iedereen begon te klappen en ik had mijn angst overwonnen!

2. GEBEURTENIS

Ga als een sneltrein door de jaren heen en beschrijf de grootste, meest indrukwekkende gebeurtenissen.

Kwalificatie Olympische Spelen
Promotie
Verhuizing naar buitenland
Gescheiden ouders

4. DE BOODSCHAP

Hoe heeft dit je gevormd? Wat is de les die je hieruit hebt geleerd?

Behandel mensen altijd zoals je zelf behandeld wilt worden.

Met een positieve houding kom je verder.

Ik laat mijn omgeving niet bepalen wie ik ben.

Om te bedenken wát jouw verhaal is, raden we je aan eens terug te gaan naar een gebeurtenis die van invloed is geweest op de manier waarop je nu denkt, doet of op wat jij nu hebt bereikt. Het verhaal van toen is belangrijk voor nu! Gebruik de onderstaande matrix om helder te maken wat je kunt vertellen, en welke connectie dit heeft met het onderwerp 'respect'. Het klinkt misschien gek, maar deze matrix werkt echt!

HOE VERTEL IK MIJN VERHAAL?

Nu je helder hebt wát je wilt vertellen, raden wij je aan het verhaal in grote lijnen op te schrijven. Maak hierbij gebruik van de onderstaande tips en tools van ervaren gastsprekers van de Week van Respect:

Wees jezelf

De kracht van het persoonlijke verhaal is dat het jouw eigen verhaal is. En dat jij het komt delen. Hoe meer jij jezelf bent, hoe meer indruk het maakt. Vertel jouw verhaal alsof je aan je eigen keukentafel zit en laat dié versie zien voor de klas.

Vertel het

Een begrijpelijk verhaal bestaat uit een begin, midden en een eind. Deel je verhaal dus op in opeenvolgende stukken! Tijdens het vertellen van het verhaal kun je gebruik maken van de dynamiek in je stem. En ben je goed verstaanbaar? Ook is het goed om je bewust te zijn van je houding: waar laat je handen? Sta je rechtop? Maak je oogcontact? Wees niet bang je publiek aan te kijken.

Deel context

Gun je publiek context en zoek hierin de juiste balans. Je kunt bijvoorbeeld zintuigen en emoties benoemen. Hoe warm was het? Wat had je aan? Hoe voelde dat? Probeer hierbij eens vanuit de doelgroep te denken. Wat houdt hen bezig? Door context te delen neem je je publiek mee in jouw verhaal. Zo zorg je ervoor dat de kinderen de boodschap die je wilt delen onthouden!

Storytelling-tips

Ben je bang dat de boodschap van jouw verhaal onduidelijk is? Maak gebruik van **'de regel van drie'**: vertel drie keer hetzelfde, maar met andere woorden, zodat het elkaar versterkt.

Citeer

Citeer mensen uit jouw verhaal of je eigen gedachtes. Bijvoorbeeld: de docent zei: *'Jij gaat nooit leren schrijven'* en ik dacht: *'dat zul jij nog wel eens zien'*.

Laat het zien!

Ter aanvulling van jouw verhaal is het leuk om iets tastbaars mee te nemen. Heb je foto's? Video's? Of misschien iets anders wat de klas rond kan gaan? Denk aan een voorwerp, iets van vroeger zoals een ambstketting of sport-attribuut.

#weekvanrespect

Inspireer je omgeving en deel op sociale media een foto van jezelf voor de klas met #mijnverhaal, #weekvanrespect en @respectfoundation.



WEL SPANNEND ZEG!

Download via onze website **'tips voor acht keer doemdenken'**.

En geniet optimaal van je gastles!

DIDACTISCHE TIPS

Over de leerling

In het basisonderwijs zijn de leerlingen tussen de vier en twaalf jaar oud. In deze fase zijn de leerlingen over het algemeen heel nieuwsgierig: 'Wie staat daar ineens voor de klas en wat komt diegene vertellen...?!' Ook kijken ze in deze fase op tegen volwassenen, en de juf/meester is hierin hun rolmodel. Hoe meer jij jezelf bent, hoe meer indruk het maakt. Vertel jouw verhaal alsof je aan je eigen keukentafel zit en laat dié versie zien voor de klas. Wees dus jezelf!

**Tip: Maak je les interactief. Heb je foto's? Video's? Of misschien iets anders wat leuk is om te laten zien?*

Vorbereiding

Het is bij deze leeftijd fijn als je vooraf contact hebt met de leerkracht van de betreffende klas. Pak de Gastspreekers Checklist erbij en bespreek wat je van elkaar kunt verwachten.

TIPS LESOPBOUW

IJsbreker

Nodig de leerlingen echt uit mee te denken. Kunnen de leerlingen raden wie je bent op basis van hun eerste indruk? 'Wat zijn mijn hobby's? Ben ik een honden- of kattenmens? Ben ik verliefd, verloofd, getrouwd?' etc. Vertel vervolgens wie je bent en waarom je een gastles komt geven.

Persoonlijke verhaal

Zie pagina's: 'Wat is mijn verhaal?' en 'Hoe vertel ik mijn verhaal?'

Reflectie

Begin de nabespreking niet met: 'Nou, wat vonden jullie ervan..?', maar stel de leerlingen concrete vragen als: 'Waarom vertel ik dit verhaal (denken jullie) in de Week van Respect?' Koppel terug naar jouw kernboodschap.

Afsluiting

Sluit af met een positieve actie. Maak een groepsfoto of nodig de klas uit om een keer langs te komen bij jouw werk, voor een kijkje achter de schermen!



**NOG VRAGEN?
NEEM CONTACT OP!**

WIJ STAAN VOOR JE KLAAR

WWW.WEEKVANRESPECT.NL

020 369 75 92

WEEK@RESPECTFOUNDATION.NL

