



een effectieve interventie voor welzijn en ontmoeting

EENZAAMHEID EN MENTALE KLACHTEN

Er zijn grote maatschappelijke zorgen hoe Corona(maatregelen) onze mogelijkheden tot ontmoeting en verbinding beperken. Jongeren voelen zich tijdens de Corona-periode vaker eenzaam, meer depressief en minder verbonden met school.

Studenten hebben mogelijkheden nodig om hun persoon(lijkheid) te vormen door hun levensverhaal te maken en te oefenen met sociale rollen (kind, vriend, student, etc). We zoeken naar manieren om ook in deze tijd persoonlijke aandacht te geven en krijgen.

De AandachtAmbassadeurs, een initiatief van Onderwijs124, zorgen op creatieve wijze voor een impuls aan aandacht, welzijn en ontmoeting.

Aandachtjes zijn verrassende manieren om te ontdekken hoe het met iemand gaat. Ze variëren van serieuze gespreksvragen tot uitdagende challenges om samen te doen. Aandachtjes gebruik je tijdens lessen, stages, vergaderingen en in de vrije tijd.

RESULTATEN AANDACHTAMBASSADEURS

9 van de 10
studenten
weten beter aan
wie en hoe zij
Aandacht geven

9 van de 10
studenten
gaan iemand
extra Aandacht
geven

2 van de 3
studenten
gaan anderen
stimuleren om
Aandacht aan
elkaar te geven

2 van de 3
studenten
gaan de
Aandachtjes
gebruiken

Helft van de
studenten gaat
bespreken hoe
school meer
'ontmoetingen
met Aandacht'
kan organiseren

Alle studenten
hebben nieuwe
verhalen van
anderen gehoord

Peilingen na eerste activiteiten bij ROC Friese Poort
stemmen hoopvol over de doorwerking van onze initiatieven.

“Ik zie de Aandachtjes
als spel, maar ook om
mensen dichterbij
me te houden in deze
moeilijke tijd. Dat gun
ik iedereen wel!”

Valando Stamatouli, student



*“Kunnen we dit niet op
grotere schaal doen?
Misschien kunnen we met
alle mbo’s in het Noorden
hieraan werken en dan in
debat met de Brabantse
scholen!”*

Aandachtje
↘

IN HET ZONNETJE ZETTEN

Verrassing door een
moment van aandacht

Laten we deze week iets maken
van betekenis voor een ander.

We kunnen voor iemand:

- een boodschap schrijven
en opsturen
- een cadeautje maken
en langsbrengen
- een korte video inspreken
en doorsturen

LEERDOELEN & ERVARINGEN

Aandachtjes zijn korte werkvormen. Soms wil je uitgebreider stilstaan bij Aandacht. Met de AandachtAmbassadeurs werken we bijvoorbeeld aan de volgende (leer)doelen:

- 1 Leren wat Aandacht is en belangrijk maakt

“Ik ben opgelucht, omdat ik merk dat ik niet de enige ben die het punt aandacht lastig vind.”
- 2 Bewustwording dat/hoe zij aandacht geven aan anderen. Ook bewustwording van aandacht die zij van anderen krijgen en dankbaarheid daarvoor.

“Ik heb ingezien wie ik meer aandacht kan geven.”
- 3 Ervaren van een moment van aandacht geven

“De Aandachtjes zijn heel leuk! Je kan het zien als spel, maar ook om mensen dichterbij je te houden in deze moeilijke tijd.”
- 4 Oefenen met andere manieren van aandacht geven

“Ik heb mensen om mij heen vragen gesteld die ik dat anders nooit zou vragen.”
- 5 Reflectie op persoonlijk profiel, met mogelijke koppeling met 21^{ste}- eeuwse vaardigheden

“Ik had nog nooit met een transgender gepraat. Ik schrok wel om te horen hoe het voor hem op school en in het dorp is.”
- 6 In aanraking komen met nieuwe mensen en de andersheid van anderen

“Dit past heel goed bij mijn keuzevak Persoonlijk Profileren, ik ga met mijn docent bespreken hoe we daar ermee kunnen werken.”
- 7 Betrokkenheid voor vervolgcacties (individueel en in de school)
- 8 Groepsvorming

“Ik zie dat de Aandachtjes studenten stimuleren om contact te leggen, maar het geeft mij met collega's en vrienden óók nieuwe, verrassende gesprekken.”
- 9 Een verhaal of beeld maken om te delen

SAMENWERKING MET ONDERWIJS124

De Aandachtjes zijn in omloop op circa twintig mbo-instellingen en we zullen de beweging rond Aandacht verder blijven stimuleren!

Onderwijs124 versterkt de creativiteit van studenten en medewerkers in het MBO. Hun ideeën verbinden en verdiepen we met onze expertise rond pedagogiek, Bildung en burgerschapsonderwijs.

Ook bieden we creatieve manieren van werken waarmee doen, ontmoeten en reflecteren samengaan. Zodoende willen we studenten en medewerkers activeren tot actie én zorgen we voor passende reflectievormen.

Hiernaast vind je enkele voorbeelden van activiteiten met de AandachtAmbassadeurs.

ONDERWIJS124

www.onderwijs124.nl

→ **DOE- EN MAAKSESSIES MET STUDENTEN**

Studenten ervaren het aandacht geven en krijgen, waarna we samen nieuwe ontwerpen maken.

→ **WEBINAR VOOR 'ALLE' ONDERWIJS- PROFESSIONALS**

We laten deelnemers in 45 minuten ervaren wat het je brengt als je op een creatieve, andere manier Aandacht geeft en stimuleren zo om de beweging van aandacht verder te brengen.

→ **BENUTTING VAN WWW.AANDACHTJE.NL**

Op deze digitale vindplaats delen we werkvormen, ervaringen en andere uitingen. Hiermee maken we ook landelijk de beweging zichtbaar.

→ **TRAIN-DE-TRAINER VOOR 'GESELECTEERDE' ONDERWIJS- PROFESSIONALS**

De training gaat om (zelf ervaren en) ontwerpen van (les)materiaal om met studenten aan Aandacht te werken. We gebruiken de Aandachtjes, maar begeleiden deelnemers ook met het maken van hun eigen les of activiteit, zoals een lesopening, Burgerschap/LOB/ praktijkles, teamoverleg of andere vorm in de school.

→ **CREATIEVE UITINGEN**

Onze ervaring leert dat niet iedereen warm wordt van talige publicaties. Samen met kunstenaars werken we aan creatieve uitingen, zoals slam poetry en filmpjes, om zo een groter publiek te inspireren met de student-verhalen en -ervaringen.

“Zweverig?
Iemand bedanken of een
compliment geven is toch
een vrij normaal menselijk iets.
Als we dat niet doen,
dan hebben we met elkaar
een heel schraal leven.”



← Aandachtje

HUP, DE KOFFER IN!

We gaan op vakantie

- Beschrijf 3 dingen die je ziet of hoort.
- Zo raak je je bewust van je omgeving.
- Waarvan wil je geen afscheid nemen als je op vakantie gaat, en gaat mee je koffer in?

Aandacht is...

DIEPGANG GEVEN AAN EEN RELATIE

PERSOONLIJK

EERLIJKHEID

LUISTEREN EN DOORVRAGEN WAT MENSEN ZEGGEN

ELKAAR ONTMOETEN

GELIJKWAARDIGHEID

WEDERKERIGHEID

EEN RUSTMOMENT

ZORGZAAMHEID

HET TOELATEN VAN DAT WAT ANDERS IS

STIL ZIJN EN LUISTEREN

EERLIJKHEID

NIEUWSGIERIGHEID

DE TIJD NEMEN OM ERGENS BIJ STIL TE STAAN



De gehele publicatie met onderbouwde werkvormen, draaiboeken en ervaringen is [hier beschikbaar](#)