

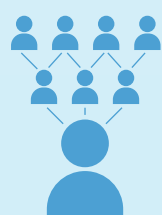
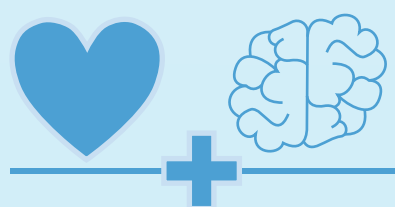
ZELFBEWUSTZIJN



In deze sleutelcompetentie leren leerlingen over zichzelf na te denken, zichzelf uit te drukken, zichzelf te sturen en veerkrachtig te zijn.

Omwille van de grote inhoudelijke samenhang van Zelfbewustzijn met andere sleutelcompetenties, zijn er geen afzonderlijke eindtermen ontwikkeld. Er werden wel eindtermen ontwikkeld binnen de volgende sleutelcompetenties:

- **Lichamelijke en geestelijke gezondheid**
Bv. hulp zoeken bij intra- en interpersoonlijke problemen of in verband met emotieregulatie en feedback geven over hun gedrag en dat van anderen.
- **Sociaal-relatieve competenties**
Bv. in interacties de eigen fysieke en mentale grenzen bewaken en sociaal vaardig zijn in informele en formele relaties.
- **Leercompetenties**
Bv. hun leerproces analyseren en reguleren en samen leren in functie van gedeelde leerdoelen.
- **Cultureel bewustzijn**
Bv. uitdrukken hoe kunst- en cultuuruitingen hun gedachten, gevoelens en gedrag beïnvloeden en artistiek werk creëren vanuit hun verbeelding.



STEREOTYPEN

NIET

Bij zelfbewustzijn gaat het over stigmatisering en problematisering.

Theoretische lessen over pesten.
Ik kan er niks aan doen dat ikzelf of iemand anders gepest wordt. De pester moet gewoon hard gestraft worden, dan stopt het vanzelf.

Leren is een individueel proces.

Leren natekenen en blokfluit spelen.

WEL

Werken aan mentale weerbaarheid via het bespreekbaar maken van wat intern leeft bij jongeren.

Het aanleren van strategieën die leerlingen kunnen hanteren bij confrontatie met pest- en uitsluitingsgedrag bij zichzelf of iemand anders verhoogt de veerkracht.

Leren is ook een collectief proces waarin we leren over onszelf in interactie met anderen.

Leren ontdekken wat je wil uitdrukken en hoe je dat bevredigend doet.

