

LES 04: ZELF WETEN WIE JE BENT

IDEALE MOMENT: VOOR DE PAUZE | BENODIGDHEDEN: DIGIBORD & POWERPOINT, ATLASSEN

Lesdoel

- De leerlingen zijn zich er bewuster van dat ze zelf mogen kiezen wat ze dragen, en hoe ze eruit zien.
- Ze realiseren zich meer dat de 'regels' voor hoe je zou moeten zijn als jongen of meisje hen niet hoeven beperken.
- Ze zien in dat er commerciële redenen kunnen zijn om hun vrijheid te beperken (en dat bedrijven ze proberen te beïnvloeden), en dat vrijheid een essentieel onderdeel is van een betere wereld.

Introductie – 10 min

[slide 1 PowerPoint]

We mogen zelf weten welke kleren we aantrekken, hoe we eruit zien en op wie we vallen. Iedereen heeft een ander lijf en elk gezicht is ook anders. Het zou supersaai zijn als iedereen hetzelfde was. Gek genoeg krijgen we wel vaak het idee dat we er zo uit moeten zien als de rest. Terwijl dat dus helemaal niet tof zou zijn. En ook helemaal niet kan. Bij je geboorte heb je eigenschappen van je ouders meegekregen. Daardoor heb je een bepaald lichaam, dat een mix is van die twee. Je kan van jezelf heel slank zijn of juist een wat zwaardere bouw hebben. Je kan best wat haar op je hoofd, armen, benen en gezicht hebben, of juist weinig. Je kunt een donkere huid hebben of een heel lichte. Je kunt sproeten hebben of niet. Een grote neus of kleine oren. Helemaal oké! Waarom zou het een beter zijn dan het ander? Wie zegt dat? Het maakt niet uit en is allemaal even goed.

Maar bedrijven die kleding of verzorgingsproducten verkopen, maken van onze verschillen vaak juist iets slechts. In hun reclames gebruiken ze vaak één bepaald soort uiterlijk en noemen dat het mooiste. Zodat iedereen er dan zo uit wil zien. En om er zo uit te zien, moet je dan de producten van dat merk kopen. Maar zo werkt het helemaal niet. Dat hebben bedrijven gewoon bedacht om veel te verkopen. Het leven gaat helemaal niet over dun of knap zijn, of witte tanden hebben of een huid zonder puistjes. Het is prima om je soms onzeker te voelen. Iedereen voelt zich soms #bleh. Maar als je er de hele tijd druk over maakt, kost het veel tijd en energie. Of dus zelfs geld. Maar echt, je hoeft helemaal geen spullen te kopen om beter te worden. Je bent al perfect zoals je bent!

Leerlingen activeren, doe-opdracht: Waar komen je kleren vandaan?

[slide 2 PowerPoint]

Laat de leerlingen de labels van elkaars kleren bekijken. Waar komen ze vandaan? Hoeveel verschillende landen tel je? Zoek ze op in een atlas of online, maak een lijstje met alle landen en zet alle afstanden erachter. Wat is de grootste afstand die een kledingstuk heeft afgelegd? Wauw, al die landen, die zitten allemaal zomaar bij je in je kast! Ze zijn daar natuurlijk niet zomaar gekomen – wat voor effect denk je dat dat vervoer heeft op het milieu?

Vraag

[slide 3 PowerPoint]

Leerlingen activeren, quizvraag: Waarom kopen we kleren?

Waarom willen we eigenlijk steeds meer nieuwe kleren hebben? Een vijftiende spijkerbroek of nog meer sneakers? We hebben vaak meer dan genoeg en winkelen niet omdat onze enige broek stuk is en we anders naakt naar school moeten.

>> **Verzin met de klas minstens tien redenen waarom we kleding kopen/of moment waarop, en schrijf ze op het bord!**

Afrondend:

De boodschap in reclames of van influencers is vaak dubbel. Het gaat vaak niet alleen over het product dat ze je willen verkopen, ze beloven er vaak nog iets bij. Ze willen je laten geloven dat je er pas echt bij hoort als je die nieuwe schoenen of jeans hebt. Of dat je gelukkig wordt wanneer je een nieuw jack hebt. Maar dat doen de bedrijven alleen maar om je meer te laten kopen. Zullen we er niet meer naar luisteren?

DEEL 1: VERDIEPING – ZELF WETEN HOE JE ERUIT ZIET – 5 min [slide 4 PowerPoint]

Weet je wat gek is? Dat kleren ineens 'uit' kunnen zijn. Veel kleren gaan volgens merken maar één seizoen mee: als het na de zomer weer herfst wordt, kan je ze écht niet meer aan. Haha! Grapjassen. Zo willen ze zorgen dat wij weer iets nieuws gaan kopen. Trappen we niet in. Totaal niet duurzaam! Dus wij trekken lekker aan wat we willen, wanneer we willen. En waarom bestaan er eigenlijk speciale jongens- of meisjeskleren? Zijn niet gewoon alle kleren voor iedereen? Als jij een meisje bent en geen jurk aan wilt, dan doe je dat lekker niet. Als jij een jongen bent en graag een rok draagt – ga ervoor. We maken lekker zelf wel uit wat we dragen.

Dat geldt ook voor make-up. Je kan je er echt fijner door voelen, en jezelf mooier vinden. Gebruiken als je daar zin in hebt! Om te spelen of om gewoon te dragen. Als je maar zeker weet dat jij dat wilt. En je niet voelt dat je het moet doen omdat anderen het doen. Of omdat je het veel in reclames ziet. Oh en trouwens, dat geldt voor meiden én jongens, hè? Want iedereen mag natuurlijk make-up op. Of lang haar hebben of een jurk dragen. Waarom zouden alleen meisjes dat mogen? Als een jongen oogpotlood en nagellak wil dragen, dan doet-ie dat toch? Kan jou het schelen. Alleen maar tof.

Opdracht – 5 min [slide 5 PowerPoint]

>> Teken je lievelingszelf

Als je zelf helemaal mag weten hoe je eruit zag, hoe zou dat dan zijn? Teken jezelf met kleding en eventueel make-up. Maak je eigen tekening en bespreek ze daarna in kleine groepjes. Wie draagt hier als meisje weleens jongenskleren, en is er een jongen die make-up of lang haar mooi vindt?

DEEL 2: VERDIEPING ZELF WETEN HOE JE HAAR ZIT – 5 min [slide 6 PowerPoint]

Make-up is alleen voor meisjes, zeggen ze vaak. En jurkjes en rokjes ook. Dat is natuurlijk onzin. Iedereen mag zelf weten wat-ie op zijn gezicht doet of aantrekt. Maar er is nog iets wat anders is voor meisjes dan voor jongens. Let op, komt-ie... haar! Als je in de puberteit komt, krijgen jullie allemaal meer haar op je lijf. Niet iedereen krijgt evenveel haar, trouwens. Maakt niks uit. Sommige vrouwen hebben een snor, sommige mannen juist nauwelijks baardgroei. Nou en? Het gekke is: ook hier hebben mensen regeltjes voor bedacht. Vrouwen mogen alleen haar op hun hoofd hebben. Verder nergens. Mannen wel, onder hun oksels en op hun benen bijvoorbeeld. Veel mensen vinden dat vrouwen dat moeten weghalen. Dat is natuurlijk heel raar en oneerlijk! Waarom is het voor mannen prima, en voor vrouwen niet? Bedrijven proberen geld te verdienen met producten die dat haar weghalen. Scheermesjes en scheergel en ontharingscrèmes. In die crèmes zitten allerlei chemische stoffjes die je haar losweken van je huid. Brrr... Ook totaal niet duurzaam dus. Dat haar zit daar gewoon, het hoort er, waarom moet dat weg? Dat mag je helemaal zelf weten, toch? Precies, en jij ook! Maak lekker je eigen keuze.

Opdracht – 5 min [slide 7 PowerPoint]

>> Klasgesprek Bespreek deze onderwerpen:

- Waarom is iets eigenlijk alleen voor jongens en meisjes?
- Waarom maakt dat onderscheid eigenlijk uit? Is het belangrijk? Zo nee, waarom zien we dan bijvoorbeeld zo weinig jongens met make-up? Zo ja, waarom?

LESBRIEF bij *Dit is een goed gidsje – voor een betere wereld*

- Mag iedereen alle kleren aan, en alle soorten haar of andere versiering?
- Mogen jullie zelf kiezen wat je aantrekt, en of je make-up wil dragen?

Lesafsluiting – 5 min

[slide 8 PowerPoint]

Bijvoorbeeld:

- Koop jij vaak nieuwe kleren? Wie niet, wie wel? Waarom?
- Kopen jullie ook weleens tweedehands kleren?
- Waarom is het belangrijk om zelf te mogen weten hoe je eruit ziet en wat je draagt en koopt, voor een betere wereld?
- Wat vond je van deze les?
- Zou nog een les uit deze serie willen doen?

Suggesties

[Als je nog meer tijd hebt/of voor kinderen die meer willen doen:](#)

WAT IS ECHT? HERKEN HET ZELF

Veel van wat je op internet en in reclames ziet, is niet echt. De modellen of influencers hebben veel make-up op en haargel in om er precies zo uit te zien als nu de trend is. Door felle lampen zien ze er ook anders uit. En modellen weten precies hoe ze hun lichaam moeten draaien zodat ze slanker of gespierder lijken. Met professionele make-up en belichting kunnen wij er allemaal uitzien als een supermodel! Nadat de foto's of video's gemaakt zijn, gebeurt er nog van alles mee. Met computerprogramma's worden ze bewerkt. Dan is hun huid nog gladder of zijn hun armen en benen nog dunner. Nu lijken de modellen nóg minder op echte mensen.

Kijk je online naar een foto of filmpje? Vraag je dan eens af of die mensen er wel echt uitzien. Let er eens op in reclames, op internet, in videoclips of in tijdschriften. Hebben de mensen geen enkel vlekje of rimpeltje in hun gezicht? Precies gelijke ogen of armen? Dan zijn ze vast bewerkt. (Soms maken ze daar weleens een foutje mee en mist iemand ineens een hele arm!) Herken je jezelf in de mensen die je ziet? Vergelijk ze ook eens met mensen die je kent (je eigen gezin, je vrienden of je leraar). Wat voor verschillen zie je?

MAAK EEN COLLAGE

Verzamel (op de computer of op papier) plaatjes van jongens met make-up of lang haar, en meisjes met stoere kleren, bijvoorbeeld van social media, uit tijdschriften of van YouTube. Vind je veel? Vind je het mooi? Maakt het uit wat zij dragen of hoe ze eruit zien – zijn ze nog steeds aardig of interessant?

HIJ, ZIJ OF HEN

Er zijn ook kinderen of volwassenen die zich geen jongen of meisje voelen. Een beetje van allebei, of juist als allebei niet. Ze willen niet in een van die twee hokjes worden gestopt. De mensen die dit voelen noemen we non-binair. Dat kan natuurlijk ook. Want waarom zou je een van die twee moeten zijn? Dat mag je toch lekker zelf weten? Niet iedereen wil ook met 'hij' of 'zij' worden aangesproken. Sommige mensen hebben liever 'die' of 'hen', omdat ze zich dus geen man of vrouw voelen. Zeg je bijvoorbeeld 'zij zit op school' of 'hij zit op school', dan wordt dat 'die (of hen) zit op school'. Er zijn mensen die dit uit zichzelf aangeven, maar je kunt ook altijd even vragen hoe iemand genoemd wil worden. Probeer dat eens uit in de klas? Kennen jullie non-binaire personen? Wisten jullie dat het personage Lesley uit *Spangas: De Campus* non-binair is?

LESBRIEF bij *Dit is een goed gidsje – voor een betere wereld*

In deze serie zijn ook verkrijgbaar:

01 STOP DE SPULLEN

02 SCHONE SCHOOL

03 EET SMAKELIJK

05 OP ONTDEKKINGSREIS OM JE HEEN

06 EERLIJK IS LEUKER

Deze lessen zijn gebaseerd op het boek:

