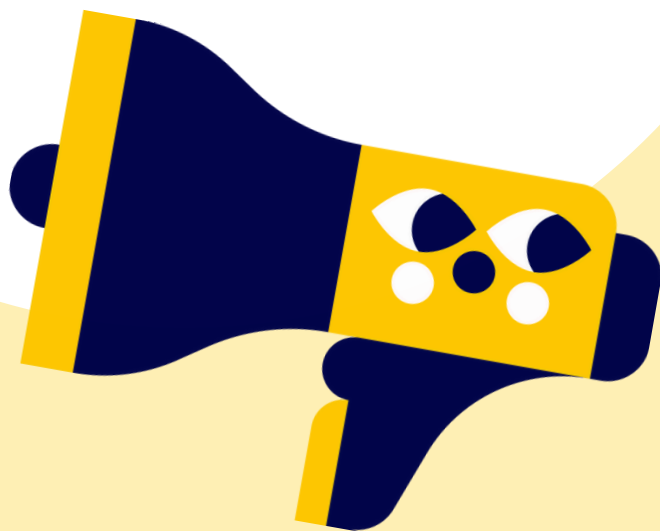


**opinie
dossier
PREPPEN**
**hoe om te gaan
met rampen**



**Lesvoorbereiding
voor leerkrachten**



Lesvoorbereiding

Deel 1

Duur

Aanpak

Doel

5 minuten

Introduceren van de les en het thema Preppen – Klassikaal

Vertel dat jullie vandaag aan de slag gaan met het thema: Preppen.

“Rampen en crisissen, zoals pandemieën en cyberaanvallen, maken preppen weer een actueel thema. NAVO-baas Mark Rutten riep onlangs op om ons ‘mentaal voor te bereiden op oorlogsdreiging’. We zien ook dat er steeds vaker natuurrampen plaatsvinden, denk maar aan de recente bosbranden in Los Angeles of de overstromingen in Valencia eind 2024.”

“Het lijkt alsof we ons zorgen moeten maken over een potentiële crisis of ramp, maar is dat ook zo? In deze les onderzoeken we hoe jullie hiermee omgaan, welke emoties deze losweken en hoe je die een plaats kan geven.

We gaan ook dieper in op het fenomeen ‘preppers’. Een prepper is iemand die zich actief voorbereidt op alle mogelijke noodsituaties door een lang houdbare voedselvoorraad in te slaan, overlevingsgereedschap te kopen en kennis op te doen die bij rampen nuttig is om te overleven. Net als hamsteraars handelen preppers uit angst, maar ze slaan voedsel en materiaal in op momenten dat er geen concrete dreiging is. Zo willen ze voorkomen dat ze in noodsituaties zaken moeten ontberen als andere mensen hamsteren of bij grote nood aan het plunderen slaan. Het werkwoord preppen komt van het Engelse werkwoord to prepare ('voorbereiden').”

Laat de leerlingen weten dat ze het kunnen aangeven als ze sterke emoties of gedachten ervaren waar ze zich niet prettig bij voelen.



Duur**Aanpak****Doel**

De basisafspraken:

- Niets is verkeerd of fout.
- Alle ideeën zijn welkom.
- We luisteren altijd naar elkaar.
- Durf ruimte in te nemen.
- Laat ruimte voor een ander.
- Val nooit iemand persoonlijk aan, maar blijf bij het onderwerp.
- Als je je ergens niet prettig bij voelt, geef je dit aan.

10 minuten

**Rampscenario's: Wat speelt er in jouw hoofd? -
Individueel**

Laat leerlingen opschrijven van welke (potentiële) crisis- of rampscenario's ze soms wakker liggen (bijvoorbeeld zorgen over klimaat, oorlog, technologie, persoonlijke veiligheid). Wanneer ze daar niet over nadenken, schrijven ze niks op.

Laat leerlingen reflecteren op hoe reëel het is dat deze scenario's gaan gebeuren volgens hen.

Klassikaal: Noteer de verschillende rampscenario's op het bord en bespreek:

- Welke zorgen of rampscenario's komen het meeste voor?
- Waar heb je erover gehoord?
- Hebben jullie het er met andere leeftijdsgenoten wel eens over?
- Hebben al deze rampscenario's evenveel impact op jouw leven?
- Kunnen al deze rampscenario's ook werkelijk plaatsvinden gedurende jouw leven?

Leerlingen reflecteren op doemscenario's en beoordelen hun waarschijnlijkheid.



15 minuten

**Emotie in kaart: Hoe voelt het? -
Individueel en in groepjes van 2 à 3.**

Leg uit dat een emotie zoals angst normaal is en een beschermende functie heeft, maar dat 'te veel' hiervan je ook kan belemmeren in je dagelijks functioneren. Als je merkt dat een leerling moeite heeft dit onder woorden te brengen, geef dan aan dat je in een veilige klascontext bent en dat niks moet.

Leerlingen benoemen emoties en reflecteren op wat deze versterkt of vermindert.

Duur**Aanpak****Doel**

Leerlingen zoeken een foto op die hun angst voor een rampscenario uitbeeldt: bijvoorbeeld een foto van oorlogsgebied of van een overstroming.

Laat leerlingen een specifieke emotie in een korte zin verwoorden, ze omschrijven de ramp en daarna welke emotie ze daarbij voelen, bijvoorbeeld:

- “Door het idee dat er oorlog komt en ik niet veilig ben, word ik bang.”
- “Door rampen, dicht of ver van huis, voel ik mij verdrietig en machteloos.”
- “De corona crisis is ook overgegaan dus ik voel mij rustig en maak me geen zorgen, elke ramp gaat over.”
- “Door oplossingen te zoeken wanneer er iets ergs gebeurt, voel ik mij kalm, het helpt mij.”

Bespreek in groepjes van 3:

- Wat vergroot jouw emotie (bijvoorbeeld sociale media, nieuws)?
- Als je een nare emotie hebt, wat helpt jou om die te verminderen (bijvoorbeeld praten met iemand, afleiding)?
- Zie jij jezelf eerder als een optimist, realist of pessimist, wanneer je over doemscenario's denkt?

Bespreek de resultaten kort klassikaal.



15 minuten

Een Wereld vol Hoop: Jouw toekomstvisie - Individueel

Vertel de leerlingen dat ze net over doemscenario's hebben nagedacht, maar dat er ook altijd hoop is en oplossingen zijn.

Vraag: "Als jij kon kiezen hoe de wereld er over 10 jaar uitziet, wat zou jij willen zien? Denk groot, wees creatief, en laat je fantasie de vrije loop."

Leerlingen verbeelden een hoopvolle toekomst, stimuleren creatief denken en delen positieve ideeën met de klas, met behulp van AI.

Duur**Aanpak****Doel**

De leerlingen gebruiken AI om hun droomwereld in beeld te brengen:

- Stap 1: maak een prompt: een korte beschrijving (2-3 zinnen) van een hoopvol toekomstscenario (bijvoorbeeld: "Creëer een wereld waar er groene energie is, waar overal natuur groeit, en iedereen elkaar helpt").
- Stap 2: genereer je afbeelding met een AI-afbeeldingenerator als Dall-E.
- Stap 3: als ze niet tevreden zijn met het resultaat, werken ze de instructies verder bij.



Laat leerlingen hun afbeelding delen in de klas.

TIP: leer prompten met het **KOFFIE-model** uit Feitencheckers: methodiek 9: Artificiële Intelligentie en ChatGPT pg. 29-31.

5 minuten

Persoonlijke reflectie – Individueel

Vraag: "Wat hebben jullie geleerd over rampscenario's en hoe ermee om te gaan?"

Indien van toepassing: kondig aan dat jullie in de volgende les de meer praktische kant van preppen, de voorbereidingen, zullen bespreken.

Leerlingen reflecteren op hun inzichten over doemscenario's en het omgaan met emoties.



Lesvoorbereiding

Deel 2

Duur

Aanpak

5 minuten

Leerlingen reflecteren op de vorige les - Klassikaal

Bespreek met de leerlingen welke inzichten ze meenemen uit de vorige les:

- Wat hebben ze geleerd?
- Wat is hen het meeste bijgebleven?

Doel

De leerlingen reflecteren over de verworven kennis en meningen.

20 minuten

Ramp radar: ontleed de mediabronnen - Groepjes van 2 à 3

Verdeel de klas in groepjes en geef elk groepje een crisis of ramp om te onderzoeken. Hiervoor gebruiken en analyseren ze (een deel van) de mediabronnen in **bijlage 1**.

Bespreek klassikaal:

- Waar ging(en) de mediabron(nen) over?
- Wat zegt de bron over deze ramp of crisis?
- Hoe waarschijnlijk is deze ramp volgens jullie?
- Wat is er nieuw voor jou?
- Hoe voel jij je hierbij?

Laat elk groepje kort hun bevindingen delen met de klas.



Leerlingen onderzoeken en analyseren mediabronnen over rampen en crises, beoordelen de waarschijnlijkheid ervan en delen hun inzichten klassikaal.

10 minuten

Survival Squad: Wat pak jij in? - Groepjes van 2 à 3

In dezelfde groepjes kruipen de leerlingen nu in de huid van een prepper* en bereiden ze zich voor op de ramp die ze net bestudeerden in de mediabronnen. Ze stellen samen een lijst op van essentiële items voor de specifieke crisis waar ze zich zojuist in hebben verdiept (bijvoorbeeld water, medicijnen, cash). Ze kunnen hiervoor het internet gebruiken als hulpmiddel, bijvoorbeeld [het crisicentrum](#).

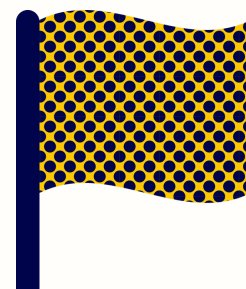
Leerlingen denken na over essentiële voorbereidingen in crisissituaties, vergelijken hun keuzes en reflecteren op gedeelde prioriteiten.

Duur**Aanpak**

*Een prepper is iemand die zich actief voorbereidt op alle mogelijke noodsituaties door een lang houdbare voedselvoorraad in te slaan, overlevingsgereedschap te kopen en kennis op te doen die bij rampen nuttig is om te overleven. Net als hamsteraars handelen preppers uit angst, maar ze slaan voedsel en materiaal in op momenten dat er geen concrete dreiging is. Zo willen ze voorkomen dat ze in noodsituaties zaken moeten ontberen als andere mensen hamsteren of bij grote nood aan het plunderen slaan. Het werkwoord preppen komt van het Engelse werkwoord to prepare ('voorbereiden').

Bespreek klassikaal:

- Hoe verschillen - of gelijken - de lijsten?
- Verschillen de lijsten van ramp tot ramp?
- Wat heeft iedereen op de lijst staan?
- Wat valt op?

Doel

10 minuten **Stellingen: Jouw mening - Individueel**

Print bijlage 2 voor je leerlingen.

Geef leerlingen de lijst met 5 stellingen. Laat hen in 1 of 2 zinnen hun mening (antwoord en onderbouwing) opschrijven.

Bespreek de antwoorden klassikaal.

Leerlingen formuleren een persoonlijke mening over stellingen en bespreken hun standpunten klassikaal.

5 minuten **Reflectie en afsluiting - Klassikaal**

Vraag:

- Wat hebben jullie geleerd over voorbereiding voor crises en rampen?
- Wat nemen jullie mee over het omgaan met doemscenario's?
- Willen jullie iets veranderen in hoe jullie zelf omgaan met mogelijke crises?

Leerlingen reflecteren op hun inzichten over voorbereiding op crises en het omgaan met doemscenario's. Ze overwegen mogelijke gedragsveranderingen.