

TOPs!

Positief denken, doen en leren van elkaar



CLEO
CENTRUM VOOR CREATIEF
LEREN EN ONTWIKKELEN

TOPs!

KIES VOOR POSITIEF

Visie TOPs!



Leerlingen ontwikkelen zich het beste in een positief leer- en leefklimaat.

Leerlingen kunnen leren om te kiezen voor een positieve oplossing.

Leren geschiedt door voordoen door de trainer/schoolmedewerkers én leren van elkaar.

Wat is TOPs!?

Lesprogramma voor leerlingen 12-24 jaar in V(S)O en MBO.

Doelen:

- *Niveau leerling*: verantwoordelijkheid nemen voor eigen denken en doen, voorkomen/verminderen antisociaal gedrag;
- *Niveau school*: veilige school en goede werksfeer.

Subdoelen TOPs!

- Beter leren omgaan met emoties/boosheid.
- Vergroten van sociale vaardigheden.
- Verbeteren van moreel redeneren.

TOPs!-taal



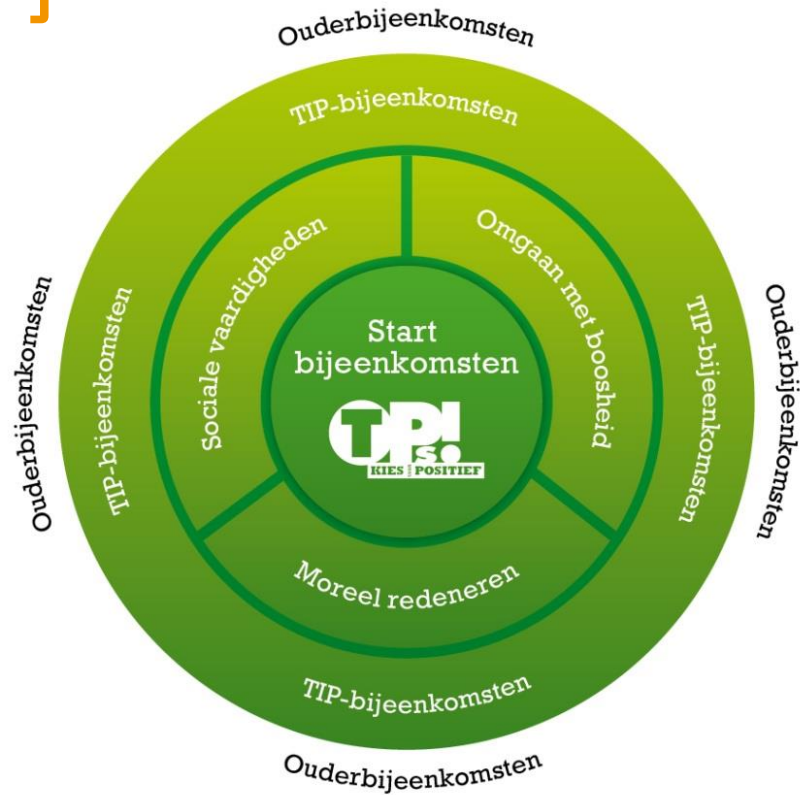
Denkfouten en **TOP-gedachten**

Probleemgedrag en **TOP-gedrag**

Denkfouten	TOP-gedachten
Alleen aan jezelf denken	Denken aan de ander
Goedpraten	Je eigen aandeel erkennen
Minder erg maken	Kijken naar wat er gebeurd is en wat de gevolgen zijn
Uitgaan van het ergste	Vertrouwen hebben in een goede afloop
Anderen de schuld geven	Verantwoordelijkheid nemen voor je eigen gedrag

Probleemgedrag	TOP-gedrag
Negatief over jezelf denken	Positief over jezelf denken
Geen rekening houden met jezelf	Rekening houden met jezelf
Geen rekening houden met anderen	Rekening houden met anderen
Niet goed omgaan met autoriteiten	Goed omgaan met autoriteiten
Snel in de aanval gaan	Rustig reageren
Anderen uitlokken	Anderen met rust laten
Anderen misleiden	Eerlijk zijn
Te snel geloven wat de ander zegt	Zelf goed nadenken over wat de ander zegt
Overmatig alcohol-/drugsgebruik	Controle hebben over je alcohol-/drugsgebruik
Stelen	Eigendom van anderen respecteren
Liegen	De waarheid vertellen
Stoer doen	Jezelf zijn

Typen bijeenkomsten



Startbijeenkomsten

Doel: basis leggen voor positieve groepscultuur

Nr.	Titel
1	Wie zijn mijn groepsgenoten?
2	Regels en afspraken voor onze groep
3	Wij zijn een sterke groep!
4	Wat levert positief denken op?
5	Denkfouten en TOP-gedachten
6	Probleemgedrag en TOP-gedrag
7	Denkfouten corrigeren met TOP-gedachten
8	Wij gaan ervoor!

Omgaan met boosheid lessen

Nr.	Titel
1	Introductie
2	5G-schema en zelfcontrole
3	Externe triggers
4	Interne triggers
5	Lichamelijke signalen
6	Ontspanningstechnieken
7	Geheugensteuntjes
8	Vooruitdenken en Denken aan Andere Personen (DAP)
9	Uitvoeren van de sociale vaardigheid
10	Zelfevaluatie
11	Samenvatting
12 t/m X	Herhaling / inslijten

Sociale vaardigheden lessen

Nummer + sociale vaardigheid	
1. Een klacht uiten	9. Omgaan met een beschuldiging
2. Iemand steunen die verdrietig of overstuur is	10. Omgaan met falen
3. Je gevoelens uiten	11. Een vechtpartij vermijden
4. Omgaan met negatieve druk van vrienden	12. Onderhandelen
5. Moeilijkheden met anderen vermijden	13. Excuses aanbieden
6. Iemand helpen	14. Hulp vragen
7. Een moeilijk gesprek voorbereiden	15. Reageren op plagerijen
8. Reageren als iemand boos op je is	+ 15 extra sociale vaardigheden

Lessen moreel redeneren

Nummer + moreel dilemma	
1. Wat is echte vriendschap?	9. Wat is helpen eigenlijk?
2. Hoe maak je het uit?	10. Je broer spijbelt: vertellen of niet?
3. Wat doe je bij pesten?	11. Moet je altijd de waarheid vertellen?
4. Hoe belangrijk is je leven?	12. Frauderen of leren?
5. Kun je vrienden die stelen vertrouwen?	13. Ingrijpen of niet?
6. Eerlijk zijn op je stage?	14. Respect voor meisjes?
7. Is vernielen voor de lol wel oké?	15. Is homo's pesten oké?
8. Een vriend verraden die steelt?	+ 15 extra morele dilemma's

TIP-bijeenkomsten

Doel: elkaar helpen

Aanpak: positief en negatief gedrag inbrengen, uitdiepen, adviezen geven

Bijzondere TIP-bijeenkomsten:

- levensverhaalbijeenkomsten
- afscheidsbijeenkomsten
- TOP-bijeenkomsten
- interculturele bijeenkomsten

Ouderbijeenkomsten

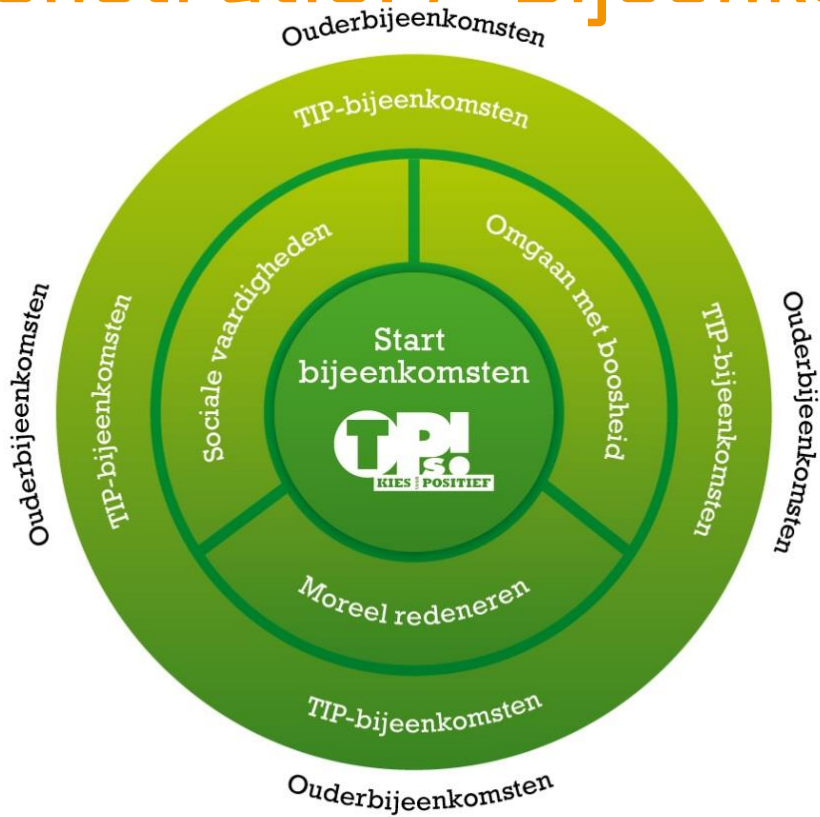
Doel: ouders informeren, leren hoe ouders TOPs!-vaardigheden kunnen versterken, stimuleren dat ouders elkaar helpen

Drie (typen) ouderbijeenkomsten:

- ouderavond met demonstratie TOPs!
- TIP-bijeenkomsten met ouders
- Trainingsbijeenkomsten voor ouders

TOPs! Kies voor positief

Demonstratie! / Bijeenkomst



Voorbeeld Moreel Redeneren

<https://www.youtube.com/watch?v=xd8urim30> |





TOPs!

KIES VOOR POSITIEF

Voor vragen/info:
jtempelaars@swvkn.nl