



# Les 1

**Vergroten van  
kennis over  
psychische  
gezondheid**

Zelfstandige  
verwerkingsles  
(achter de computer)



is een project van Diversion en MIND

## VOOR DE DOCENT

Deze les kan als losstaande opdracht gegeven worden, maar ook als vervolg op de MIND Young Academy en/of de andere lessen van de website.

🕒 In totaal ben je **één uur** kwijt aan het uitvoeren van deze les en ongeveer **een kwartier** aan de voorbereiding.

### DOELSTELLINGEN

- Leerlingen/studenten leren zelf informatie op te zoeken over een bepaald thema;
- Leerlingen/studenten leren betrouwbare informatie te zoeken;
- Leerlingen/studenten leren meer over het thema psychische gezondheid en welke vooroordelen hieraan kleven.

### BENODIGDHEDEN

- Uitprinten werkbladen voor leerlingen/studenten
- Computerlokaal of tablets

### DIFFERENTIATIE

- Leerlingen/studenten kunnen ook zelfstandig de opdrachten doorlopen en zelf hun eigen tempo bepalen.

### OPBOUW

	Onderdeel	Tijdsduur	Omschrijving	Notities
1.	Introductie les	5 a 10 min.	Korte introductie over wat de leerlingen/studenten kunnen verwachten van de les.	..... ..... .....
2.	Definitie psychische gezondheid (werkblad opdr. 1)	15 min.	Leerlingen/studenten zoeken naar de definitie van psychische gezondheid.	..... ..... .....
3.	Informatie aandoeningen (werkblad opdr. 2)	20 min.	Leerlingen/studenten zoeken informatie op over verschillende aandoeningen.	..... ..... .....
4.	Evaringsverhalen (werkblad opdr. 3)	10 min.	Leerlingen/studenten gaan op zoek naar een ervaringsverhaal.	..... ..... .....
5.	Afsluiting	5 min.	Gezamenlijke afsluiting waarbij wordt teruggekoppeld naar wat er is geleerd.	..... ..... .....

## 1. ONDERDEEL 1 Introductie

 5 – 10 min.

- Verdeel de leerlingen/studenten in tweetallen en verdeel ze over de computers.
- Neem de les met de leerlingen/studenten door. (zie tabel)
- Benoem dat je verwacht dat ze respectvol zullen omgaan met de informatie die ze zullen vinden, aangezien het thema psychische gezondheid bij sommige mensen gevoelig ligt.

## 2. ONDERDEEL 2 Onderzoek naar definitie

 15 min.

- Deel de werkbladen uit, elk tweetal krijgt één werkblad dat ze gezamenlijk kunnen invullen.
- De leerlingen/studenten gaan aan de slag met **Opdracht 1** die op het werkblad staat. Hierbij gaan ze opzoek naar een definitie van psychische gezondheid.
- Bespreek klassikaal welke definities er zijn gevonden.
  - Zijn er verschillen in de klas?
  - Heeft iedereen dezelfde definitie gevonden?
  - Is iedereen het eens met deze definitie?

## 3. ONDERDEEL 3 Leer de stoornissen kennen

 20 min.

- Vertel de leerlingen/studenten dat ze aan de slag kunnen met **Opdracht 2**. Tijdens deze opdracht gaan ze opzoek naar verschillende aandoeningen en kiezen ze er drie uit waar ze meer over willen weten.
- Als iedereen de opdrachten heeft gemaakt vraag je hier klassikaal naar:

- Wat zijn opvallende dingen die je hebt gevonden?
- Wist je dit al?
- Waar had je vooraf een vooroordeel over wat nu anders blijkt te zijn?

## 4. ONDERDEEL 4 Zoek een ervaringsverhaal

 10 min.

- Vertel de leerlingen/studenten dat ze aan de slag kunnen met **Opdracht 3**. Hierbij gaan ze een ervaringsverhaal via YouTube zoeken van één persoon die een van de aandoeningen heeft die ze bij de vorige opdracht hebben onderzocht.
- Tot slot vraag je één van de groepjes of ze het gevonden ervaringsverhaal willen delen en wat hen daarbij het meest opvalt. Je kunt hierbij vragen stellen zoals:
  - Waren jullie verbaasd over het verhaal?
  - Welke elementen vonden jullie herkenbaar?
  - Waar zouden jullie meer over willen weten?

## 5. ONDERDEEL 5 Afsluiting

 5 min.

- Sluit klassikaal de les af door te vragen wat de leerlingen/studenten hebben geleerd van deze les:
  - Wat nemen jullie mee uit deze les?
  - Waar zijn jullie nog nieuwsgierig naar?
  - Wat wist je niet en heeft nu je mening veranderd?

---

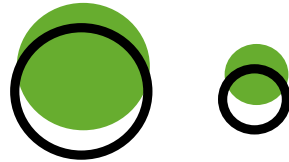
Mooi dat jullie ervoor hebben gekozen om dit onderwerp op school nog meer aandacht te geven. Als je naar aanleiding van deze lesbrief (voor of na uitvoering) opmerkingen, tips of vragen hebt dan horen we die graag! Je kunt hiervoor bellen naar **020 5787991** of mailen naar **info@diversion.nl**.

---

# WERK- BLAD

DEEL 1 VAN 2

NAMEN: .....



Jullie gaan vandaag aan de slag met het thema **psychische gezondheid**. Het doel is om door middel van zoekopdrachten jullie kennis te vergroten over dit thema.



## OPDRACHT 1 Onderzoek naar definitie

**1.1** Wat zijn de eerste drie hits als je zoekt (Google) op de term “**psychische gezondheid**”? Noteer de naam van de websites en het thema van de pagina die jullie hebben gevonden.

Naam:

Thema:

1. ....
2. ....
3. ....

**1.2** Zoek naar een definitie van de term “**psychische gezondheid**”:

.....  
.....  
.....

**1.3** Wat vind je van deze definitie?

.....  
.....  
.....

**1.4** Hoe zou je de definitie anders kunnen omschrijven?

.....  
.....  
.....

## OPDRACHT 2 Leer de aandoeningen kennen

Voor deze opdracht ga je naar de een van de volgende websites:  
[www.wijzijnmind.nl/psychipedia](http://www.wijzijnmind.nl/psychipedia) of [www.lentis.nl/probleem](http://www.lentis.nl/probleem)

**2.1** Zoek drie aandoeningen waar je meer over wil weten

1. ....
2. ....
3. ....

**2.2** Benoem wat de kenmerken en mogelijkheden tot hulp zijn voor deze drie aandoeningen. Bij kenmerken kun je denken aan een voorbeeld waaraan je de ziekte kunt herkennen.

Aandoening: .....

Kenmerken: .....

Mogelijkheden tot hulp: .....

Aandoening: .....

Kenmerken: .....

Mogelijkheden tot hulp: .....

Aandoening: .....

Kenmerken: .....

Mogelijkheden tot hulp: .....

