

## Hoe kan jij de vrijheid van de ander vergroten?

### Voor wie?

Deelnemers vanaf 10 jaar in po, vo, mbo, ISK en jongerenwerk (NL)

Deelnemers vanaf 10 jaar in basis- en secundair onderwijs, 1<sup>e</sup>, 2<sup>e</sup> en 3<sup>e</sup> graad TSO en BSO (VL)

(De werkvormen zijn eenvoudig aan te passen naar de doelgroepen.)

### Bedoeling

De deelnemers onderzoeken eigen ervaringen en opvattingen over vrijheid door de paradox 'leven in vrijheid door je aan regels te houden' toe te passen.

### Educatief doel

De deelnemers geven voorbeelden hoe je de vrijheid van een ander kunt vergroten.

### Aandachtspunten

Al werkend kunnen de deelnemers erachter komen dat je je nog vrijer kunt voelen, wanneer je de vrijheid van een andere vergroot. Met andere woorden: ik kan me niet echt vrij voelen als ik zie dat bij anderen de vrijheid wordt ontnomen.

Er zijn goede ervaringen opgedaan met het proces zonder introductie te beginnen. Uiteraard is het wel van belang dat er in de groep een basaal gevoel van veiligheid is.

Onderstaande tekst kan behulpzaam zijn bij het gedachtenproces en het trekken van conclusies.

*Vrijheid heeft twee kanten. Het is een diep verlangen in mensen om vrij te zijn. Maar veel mensen zijn er ook bang voor. Daarom is het zinvol om vrijheid samen te maken. Je bent pas werkelijk vrij wanneer de ander zich ook vrij voelt. Dan heb je allebei de ruimte. Dat is de basis van een humane samenleving. Mensen zijn vrij wanneer ze met andere mensen vrij kunnen leven.*

(...)

*Vrijheid wordt individueel heel verschillend beleefd. Daardoor kunnen ook spanningen ontstaan. Soms hebben mensen het idee dat deze spanningen niet wenselijk zijn. Maar spanningen en zelfs conflicten over de beleving en begrenzing van vrijheid zijn noodzakelijk. Vrijheid is immers geen vaststaande realiteit. Het is voortdurend in beweging. Daarom zijn spanningen en conflicten nuttig. Ze brengen mensen ertoe om over vrijheid na te denken en nieuwe grenzen te zoeken of nieuwe afspraken en regels te maken.*

## Opdracht

Kies drie manieren waarmee jij de vrijheid van de andere kunt vergroten.

Kies je alleen het laatste voorbeeld, kijk dan op het werkblad.

## Wat kan jij doen om de vrijheid van de ander te vergroten?

- "Nee!" zeggen tegen pesten.
- Fair Trade-kleding kopen.
- Roddel op social media niet delen.
- De sfeer in de groep versterken.
- Spijbelen voor het klimaat.
- Protesteren tegen discriminatie.
- Werken in de natuur.
- Een actie voor een goed doel liken.
- Iets doen voor mijn oma (of opa, buurvrouw).
- Opkomen voor dieren.
- Afval van mezelf opruimen.
- Een conflict uitpraten.
- Sportief sporten.
- Ik zet me alleen in voor mezelf. \*\*

## Conclusie

Vergelijk jouw antwoorden met een groepsgenoot. Wat valt je op?

Is het moeilijk om de vrijheid van iemand anders te vergroten?

Waarom? Loop je risico? Kost het tijd of geld of allebei? Vind je het spannend of onzin?

Maakt het wat uit of je iemand kent of niet?

\*\* Wie zet zich in voor jou?

- Je moeder
- Leraren
- Je opa of oma
- Je zus
- De buurtwerker
- De politie
- Het leger
- De sportcoach