

Vlaanderen
verbeelding werkt



IDENTITEIT

KUNNEN ZIJN WIE JE BENT

KUNNEN ZIJN WIE JE BENT

Welkom bij de EDUbox Identiteit: **kunnen zijn wie je bent**. Hier leer je over identiteit, hoe ons zelfbeeld gevormd wordt en wat de verschillende factoren zijn die er invloed op hebben. Maar wat als je het moeilijk vindt om jezelf te zijn? Met deze EDUbox kom je dat allemaal te weten!

DE BENODIGDHEDEN

- ☐ Een enthousiast team
- ☐ Een smartphone, tablet of computer
- ☐ Een verbinding met het internet



EEN OVERZICHT

Jullie gaan in totaal **2 lesuren** aan de slag met deze EDUbox. Het is mogelijk dat je leerkracht of begeleider je vraagt **een voorbereiding** te maken of dat er tijd zit tussen beide lesuren, zodat je het laatste deel kunt voorbereiden. Maar je kan de EDUbox ook in één keer doen.

De EDUbox heeft in totaal **5 hoofdstukken**.

1. Wie ben jij?
2. Wat is identiteit?
3. Je gaat nu zelf aan de slag met Reflector, een foto-app die je helpt je blik te verruimen.
4. Online en offline identiteit
5. Wil je nog meer weten? Dan vind je in dit deel allerlei interessante links.



01 Wie ben jij



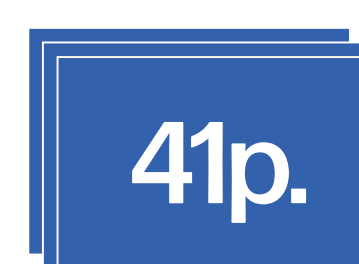
02 Wat is identiteit



03 Aan de slag



04 Online-offline identiteit



05 Meer weten

01

WIE BEN JIJ?

1. DE WARMSTE WEEK

‘**Kunnen zijn wie je bent**’, daar gaat het om tijdens deze editie van **De Warmste Week**, de jaarlijkse solidariteitsactie van **VRT**.

Dit jaar zijn het de **jongeren** die de agenda bepalen! Naast **Gloria** (Ketnet, StuBru), **Kawtar** (MNM) en **Stéphan** (Op kot, één) werden nog 18 andere jongeren geselecteerd. Samen komen de ambassadeurs op straat, verschijnen ze op je feed, organiseren ze acties en roepen ze op om projecten in te sturen. En dat allemaal met maar één doel: **iedereen moet kunnen zijn wie die is!**

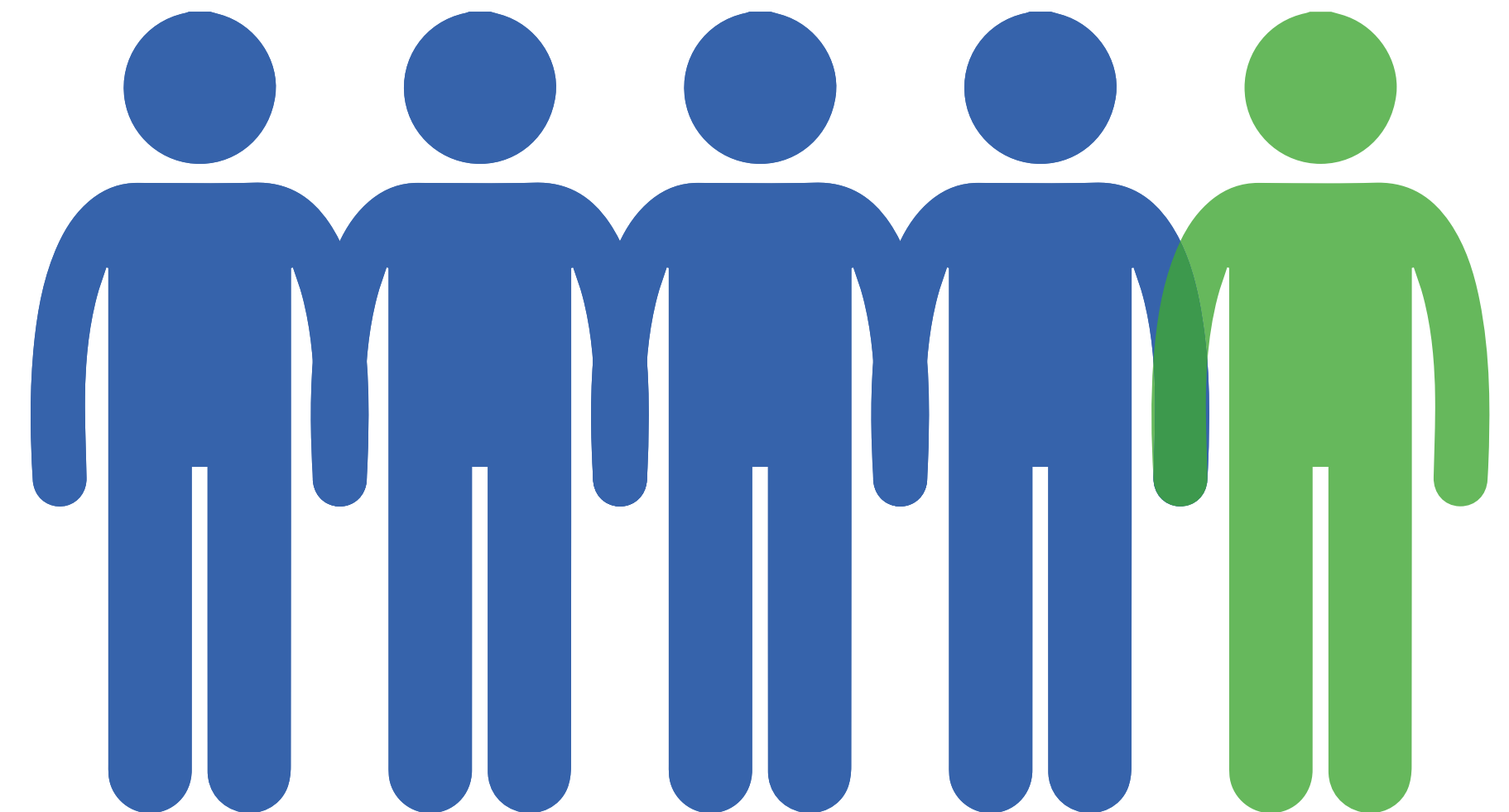


WIST JE DAT?

Wist je dat 1 op de 5 Vlamingen zichzelf niet kan zijn?

Dat blijkt uit onderzoek van DWW en Waddist. Ze kunnen dat niet door hoe ze eruit zien, wie ze graag zien, omdat ze minder kansen krijgen in het leven of gewoon omdat het mentaal of fysiek even wat minder gaat. Niet alleen jongeren hebben dat gevoel. Het leeft bij jong en oud. Maar het goede nieuws is dat **7 op de 10 jongeren** zich wel **wil inzetten voor een wereld waarin iedereen zichzelf kan zijn.**

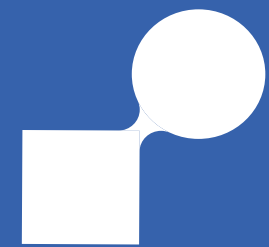
Er wordt nog te veel gepraat over jongeren en te weinig met. Wil ook **jij je stem laten horen?** Dat kan via de **Waddist-app**, ontwikkeld **voor en door jongeren**. Meer over de Waddist-app kom je te weten in deze **EDUbox**.



2. WIE BEN JIJ?

Wie ben jij? Op het eerste gezicht lijkt het een simpele vraag. Maar als je er even bij stilstaat, is het dat misschien toch niet. Heb je al eens nagedacht **wat die vraag voor jou betekent?**

De volgende oefening geeft je een beetje inspiratie!



OPDRACHT

- ☐ Je krijgt straks enkele **vragen** te zien. Om de beurt lees je een vraag voor aan de groep. Je beantwoordt de vragen samen met de groep.
- ☐ Start de vragenlijst door de QR-code te **scannen** met je smartphone.



Je hebt nu allerlei vragen beantwoord die iets zeggen over wie je bent. Je favoriete muziek, je dromen, je karakter ... het maakt allemaal deel uit van **jouw identiteit**. Al is het natuurlijk iets complexer dan dat. Dus wat is identiteit eigenlijk?

Je komt het te weten in het volgende hoofdstuk!



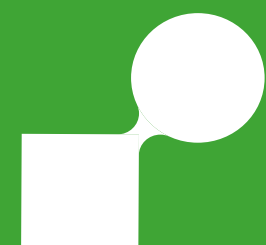
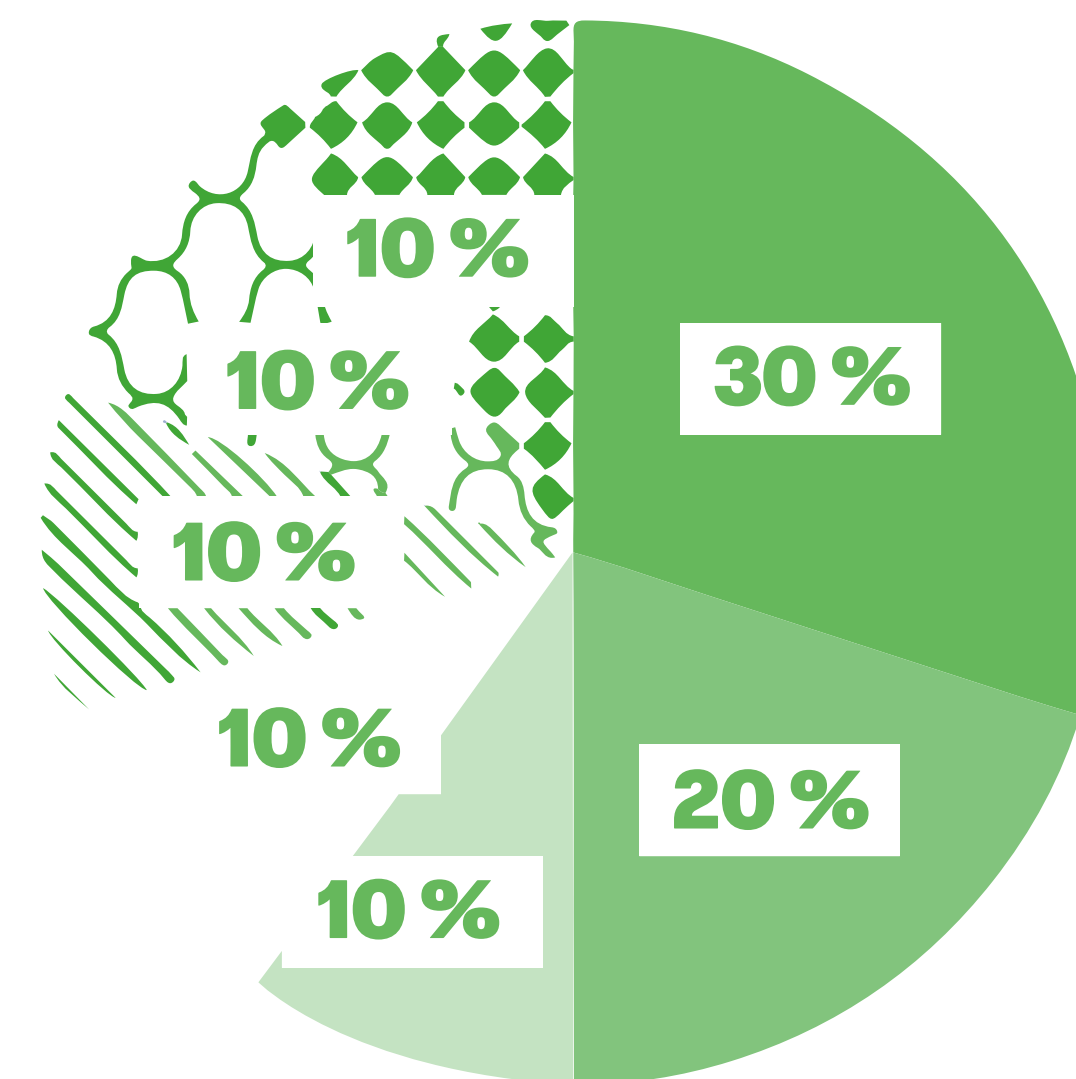
02

WAT IS IDENTITEIT?

1. WAT IS IDENTITEIT EIGENLIJK?

Niet alleen je dromen, je karakter... maar ook je seksuele oriëntatie, je genderidentiteit, je roots... maken deel uit van jouw identiteit. We noemen ze jouw 'deelidentiteiten'. Identiteit is dus altijd **meervoudig** en iedereen heeft andere '**deelidentiteiten**'. Net dat maakt ons allemaal **uniek**.

Bekijk het even zo: **identiteit** is als een **taart** die je in verschillende stukken snijdt. Elk stuk stelt een deelidentiteit voor. Jij beslist hoeveel stukken jouw taart heeft en hoe groot die stukken zijn.



VIDEO KAWTAR EN STÉPHAN

We vroegen ambassadeurs Kawtar en Stéphan hoe hun taart eruitziet. Benieuwd naar het resultaat? Bekijk dan hier de video.





OPDRACHT

Denk zelf even na over je **deelidentiteiten**.

- ☐ **Teken** een ronde **taart** op een blad papier. Lijst al je **deelidentiteiten** op.
- ☐ Geef elke **deelidentiteit** een stukje van je **taart**. Kies een groter stuk **taart** voor de delen van jezelf die je belangrijk vindt. Geef een kleiner stuk taart aan de minder uitgesproken delen van jezelf.

Identiteit bestaat niet alleen uit verschillende deelidentiteiten, ze is ook heel **dynamisch**. We ontwikkelen een heel leven lang en sommige van onze **deelidentiteiten** kunnen ook nog **veranderen**. Hoe belangrijk je een deelidentiteit vindt, kan ook **verschuiven**.

Als je de oefening binnen een jaar opnieuw doet, ziet je taart er waarschijnlijk al een beetje **anders** uit!



VOOR EN DOOR JONGEREN

Dagelijks stuurt Waddist alle gebruikers een vraag om te peilen naar wat er leeft bij hen. **Benieuwd naar de antwoorden van andere jongeren in de Waddist-app?**



In **deel 5** kom je nog meer te weten over de Waddist-app.



2. WELKE FUNCTIE HEEFT ONZE IDENTITEIT?

Onze identiteit is dus **meervoudig en dynamisch**, maar heeft ook een **belangrijke** functie. Onze identiteit geeft ons leven richting. Vergelijk het met een **kompas**. Omdat we weten wie we zijn, weten we hoe we in de wereld willen staan. En als we problemen krijgen met onze identiteit, als ons kompas niet meer werkt, lopen we verloren.

Onze identiteit beantwoordt aan **drie menselijke basisbehoeftes**:

1. **Belonging:** We voelen de nood om tot bepaalde groepen te behoren en zijn op zoek naar **samenhorigheid**.
2. **Sense:** We willen weten hoe de wereld in elkaar zit en zijn op zoek naar betekenis of **zingeving**.
3. **Agency:** We willen op onze eigen benen staan en **verantwoordelijkheid** nemen.



BELONGING

- ☐ Bij welke mensen voel ik me goed?
- ☐ Welke rol heb ik in een groep?



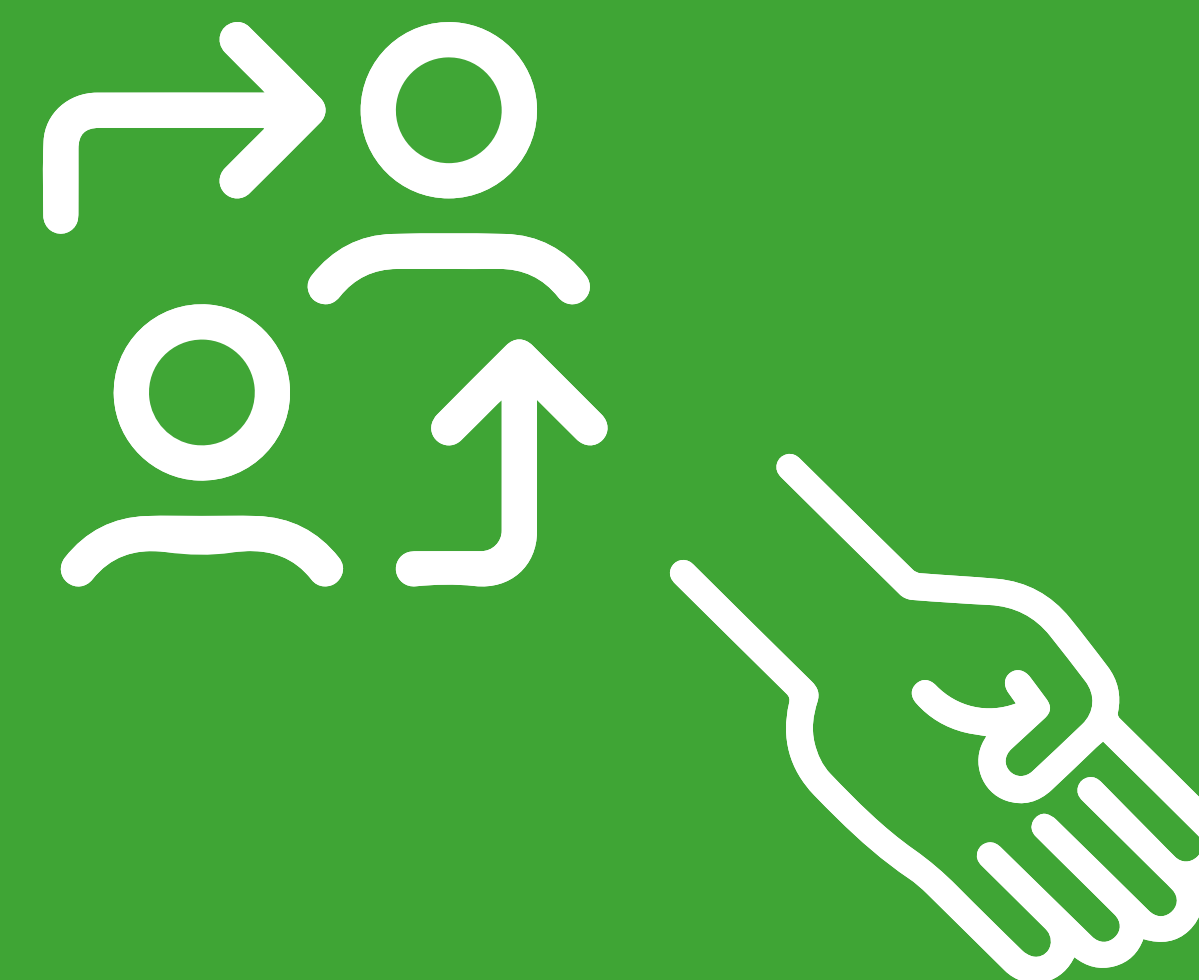
SENSE

- ☐ Hoe zit de wereld in elkaar?
- ☐ Wat is de zin van het leven?



AGENCY

- ☐ Hoe kan ik op mijn eigen benen staan?
- ☐ Hoe kan ik iets voor anderen betekenen?



3. HOE KRIJGT JE IDENTITEIT VORM?

Hoe vorm je die identiteit nu juist?

Wel, voor een stuk doe je dat helemaal zelf, maar veel wordt ook bepaald door de mensen rondom je.

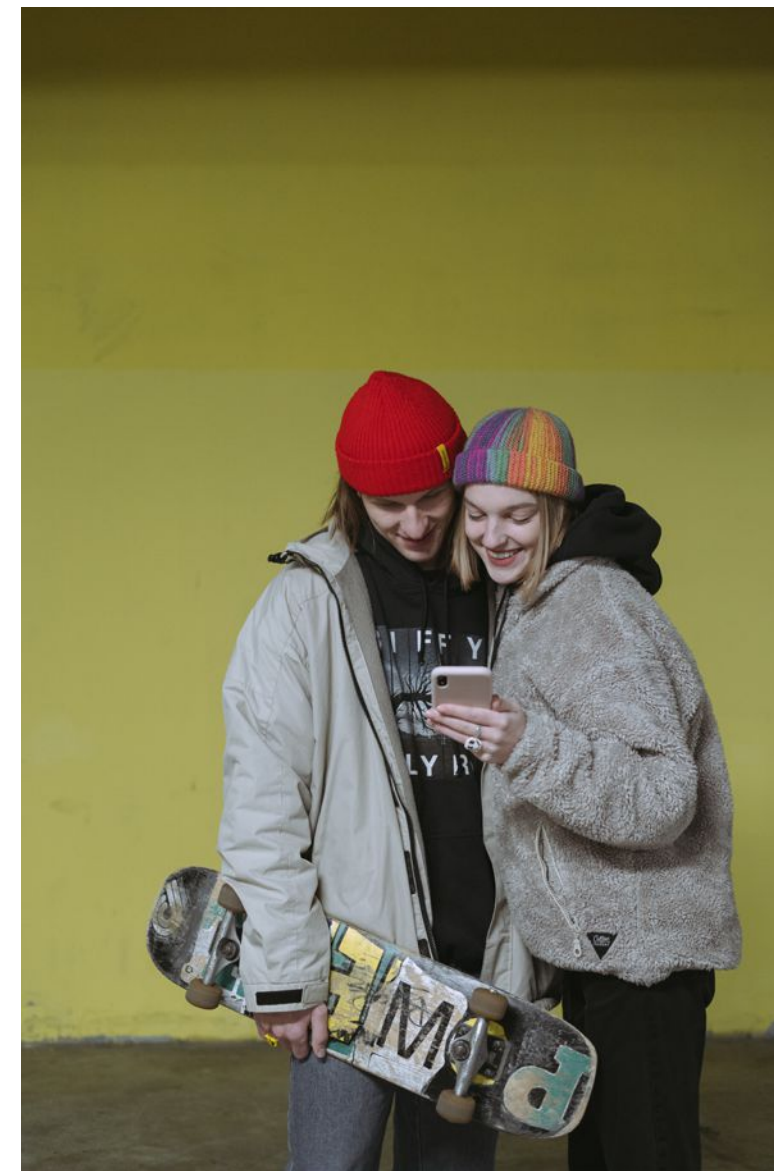
Tijdens je identiteitsontwikkeling spelen zowel **interne** als **externe factoren** een rol:

- ☐ **Interne factoren** spelen zich af in je hoofd.
We hebben het dan bijvoorbeeld over de behoeftes die iedere mens heeft.
- ☐ **Externe factoren** spelen zich buiten jou af.
Het gaat dan over de invloed van je omgeving op je identiteit.



3.1 INTERNE FACTOREN

We hebben niet alleen nood aan belonging, sense en agency. We verlangen ook naar **liefde, veiligheid, gezondheid...** Hoe we met deze behoeftes omgaan, is voor iedereen anders en bepaalt mee onze **identiteit.**





VOORBEELD

Luca heeft een grotere broer. Zijn broer neemt hem mee naar het pleintje waar hij bijna dagelijks met zijn vrienden basket. Luca vindt er maar niks aan. Hij voelt geen connectie met de andere spelers en vindt ze eerlijk gezegd maar een beetje stom. Hij voelt zich eenzaam en onbegrepen. Tot hij op een dag een dansgroep bezig ziet naast het pleintje. Nu gaan Luca en zijn broer samen naar het pleintje, de broer om te basketten, Luca om te dansen.

Door te dansen is zijn behoefte aan **ontspanning**, **vriendschap** en **belonging** ingevuld.

Je **identiteitsontwikkeling** zit in een **stroomversnelling** tijdens je **puberteit**. En een groot deel van die ontwikkeling speelt zich binnenin af. Je moet je eigen **behoeftes** leren kennen en je moet ontdekken hoe je aan de behoeftes kan voldoen. In je puberteit ga je hier vaak rond **experimenteren**.

Je bent misschien heel sterk op zoek naar een manier om jezelf uit te drukken. Door verschillende kledingstijlen uit te proberen ontdek je meer over jezelf. Of je probeert verschillende hobby's uit om te weten te komen waar jouw interesses liggen en wat jou ontspant. Je eigen behoeftes leren kennen, vraagt tijd en **het is helemaal oké als je nog niet zo goed weet wat je nodig hebt of wie je bent**.



VOOR EN DOOR JONGEREN

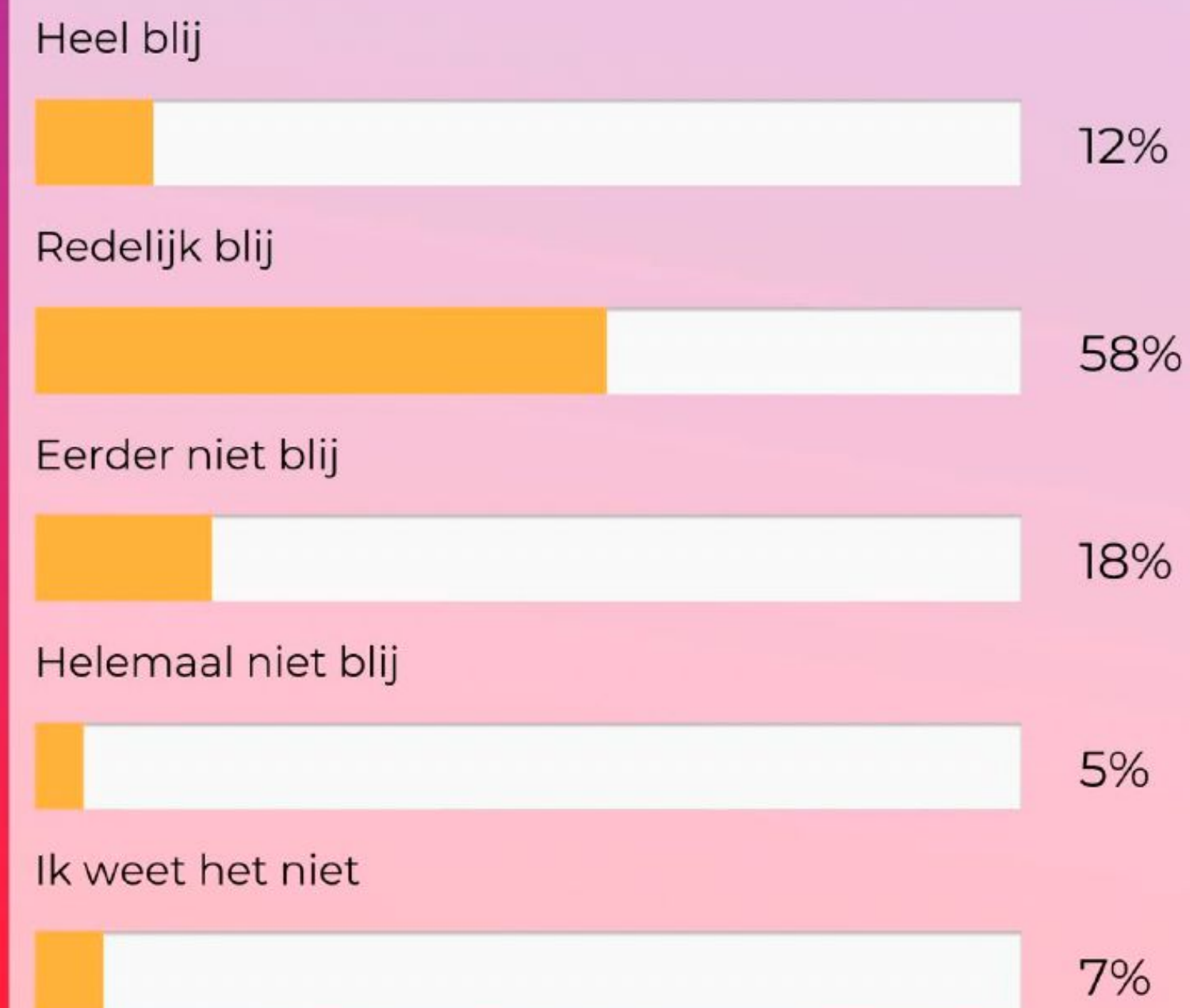
Dagelijks stuurt Waddist alle gebruikers een vraag om te peilen naar wat er leeft bij hen. **Benieuwd naar de antwoorden van andere jongeren in de Waddist-app?**



In **deel 5** kom je nog meer te weten over de Waddist-app.

WADDIST

Ben je blij met wie je nu bent?



884 antwoorden

Vraag gesteld op 03/09/2021



3.2 EXTERNE FACTOREN

Maar wees gerust, je staat er niet alleen voor in deze zoektocht. Sterker nog: onbewust ben je hierin sterk **afhankelijk van anderen**. Je vormt je identiteit door met anderen in interactie te gaan. Je gezin, vriendengroep, sportclub en je online omgeving bepalen mee hoe jij in de wereld staat en dus ook wie jij bent.

Identiteit is dus ook **sociaal**. Je vormt je identiteit door in relatie te gaan met anderen, anderen vormen jouw identiteit door hoe ze naar jou kijken en je behandelen. Niet enkel mensen die je leuk vindt, bepalen mee wie jij bent. Ook de mensen die je minder leuk vindt, hebben invloed op jou.



VOORBEELD 1

Je had een buurmeisje dat piano speelde.
Je keek naar haar op en wilde ook muzikant
worden. Door haar ben je na het middelbaar
naar het conservatorium gegaan.

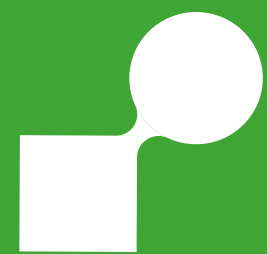


VOORBEELD 2

Maar ook die ene leerkracht Nederlands die jou
steeds onderbrak en nooit echt naar je luisterde,
heeft een invloed op wie je bent. Jij maakt er
bijvoorbeeld een punt van om mensen te laten
uitspreken.

3.3 WAT ALS HET MOEILIJK GAAT?

Je **identiteitsontwikkeling** is een **complex proces** en onderweg kan je dus best wat **obstakels** tegenkomen. Soms ervaar je **interne moeilijkheden** maar ook je **omgeving** kan het je lastig maken.



VIDEO 2 GETUIGENISSEN AMBASSADEURS

Bekijk de volgende video. Enkele ambassadeurs van De Warmste Week vertellen je waar zij mee worstelen.



3.4 STEREOTIEP DENKEN

Reacties van anderen kunnen je het heel moeilijk maken en je zelfbeeld aantasten. Niemand van ons heeft graag het gevoel dat we in een **hokje geduwd** worden. Als mensen je bijvoorbeeld in het hokje van je levensbeschouwing of je herkomst stoppen of je bijvoorbeeld alleen als knappe verschijning zien, lijkt het alsof jij niet meer bent dan dat. Je wordt herleid tot een deelidentiteit. En dat kan **frustrerend** en zelfs heel **pijnlijk** zijn.

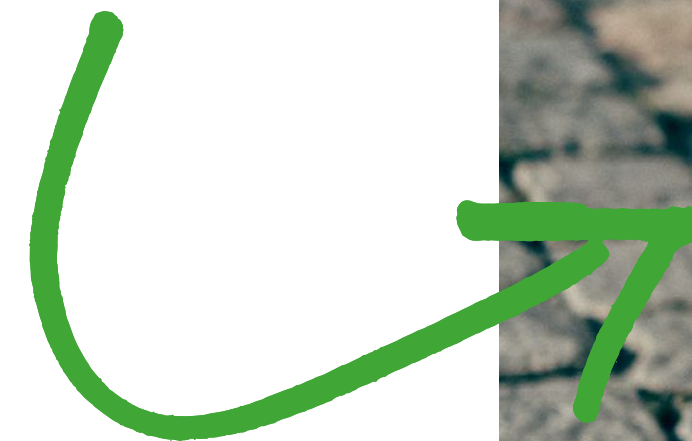
We noemen dit '**stereotiep denken**' en het kan heel wat verdriet veroorzaken.



Heb jij al eens nagedacht hoe jij naar anderen kijkt?

Als je een groep mensen telkens identificeert met dezelfde **'typische' eigenschappen**, denk je ook **stereotiep**. Het beeld dat je van hen hebt, komt niet overeen met de werkelijkheid. Het is gebaseerd op **vooroordelen**.

Denk even terug aan Amin die je in het filmpje zag. Omdat hij uit Brussel komt, denken mensen dat hij een hangjongere is zonder diploma. En dat hij geen Nederlands spreekt. Maar Amin is viertalig en heeft een universitair diploma. Het idee dat mensen van hem hebben is niet gebaseerd op de realiteit. Het is gebaseerd op vooroordelen.



3.5 HET BELANG VAN EEN COMMUNITY

Jezelf kunnen zijn is dus **niet altijd een gemakkelijke zoektocht**. Het is dus ook heel normaal dat je soms **niet zo goed in je vel zit**. Wanneer je identiteit of een deelidentiteit onder druk staat, kan een **netwerk** om je heen van groot belang zijn. Mensen om je heen kunnen van groot belang zijn. Zeker als je identiteit of een deelidentiteit onder druk staat. In een **community** vind je **gelijkgestemden**, mensen met eenzelfde deelidentiteit. Je hebt er het gevoel dat je jezelf kan zijn. En daardoor kan je **een stuk positiever naar jezelf kijken**.

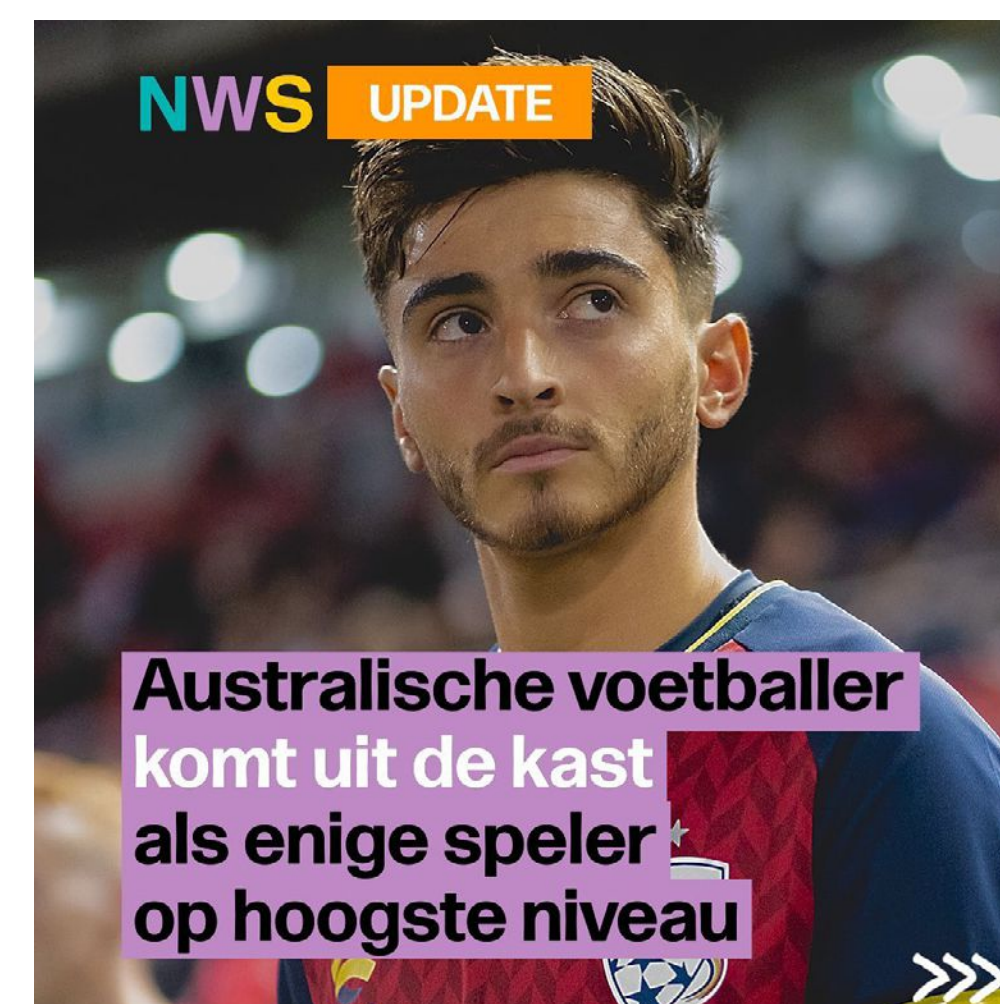
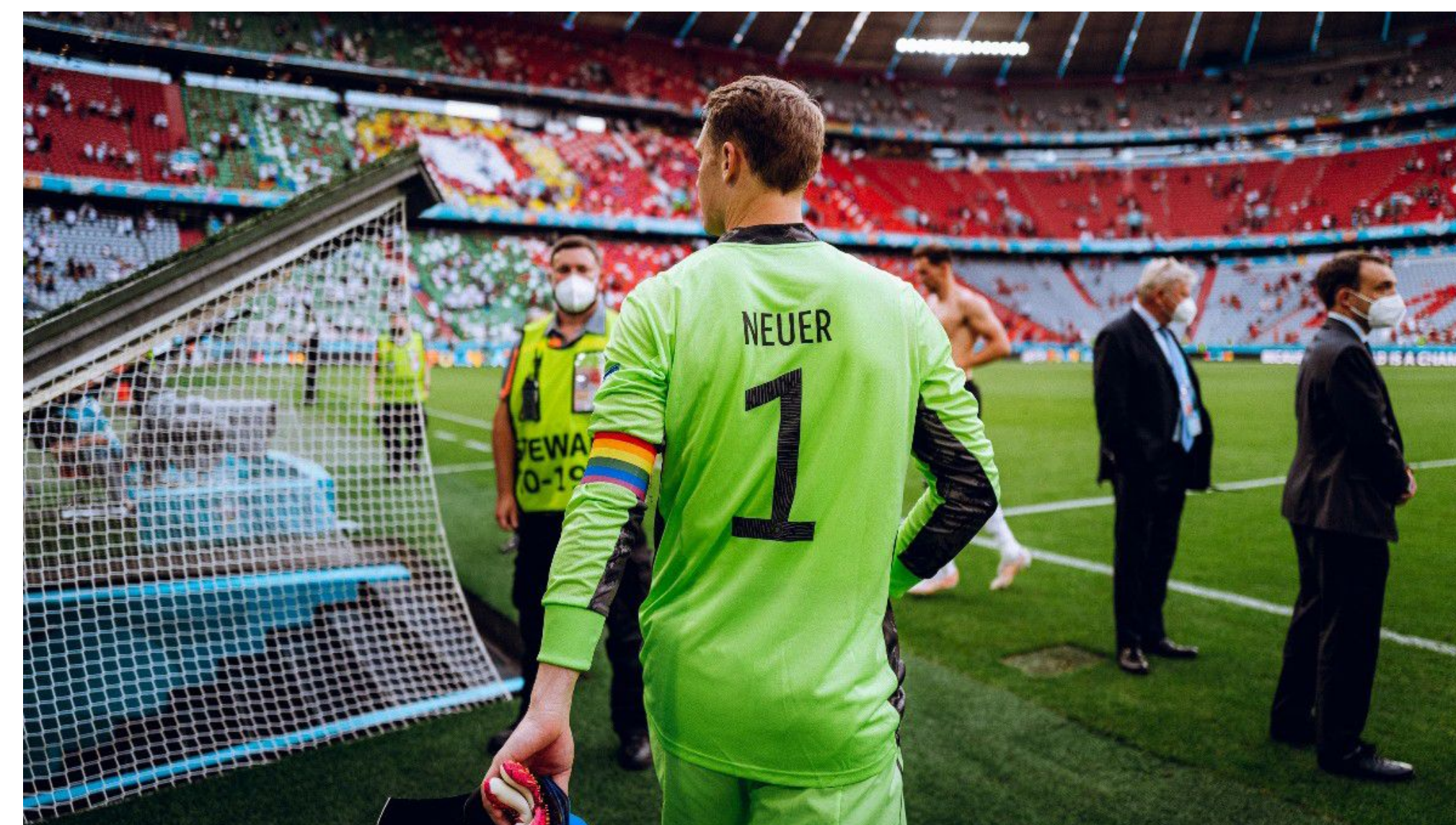


Het belang van communities is dus groot. Ze kunnen mensen verenigen en een band versterken. Toch zijn er ook **risico's** aan verbonden. Vaak draaien die groepen rond **één deelidentiteit**. Als ze zich dan gaan **isoleren** van andere groepen, verliezen ze voeling met mensen die een andere mening hebben.

Het kan ook dat je je moeilijker thuis voelt in een community rond 1 van je **deelidentiteiten** omdat een andere deelidentiteit van jou er **niet begrepen** wordt.

VOORBEELD

Als **topvoetballer** is het niet evident om **openlijk homo** te zijn. Het 'voetballer zijn' matcht moeilijk met een homoseksuele geaardheid. Ben je dus voetballer én homo, dan wordt dat dikwijls niet echt begrepen of aanvaard in de 'voetbalgroep'. Maar sommige voetballers willen dat taboe doorbreken.



VOOR EN DOOR JONGEREN

Dagelijks stuurt Waddist alle gebruikers een vraag om te peilen naar wat er leeft bij hen. **Benieuwd naar de antwoorden van andere jongeren in de Waddist-app?**



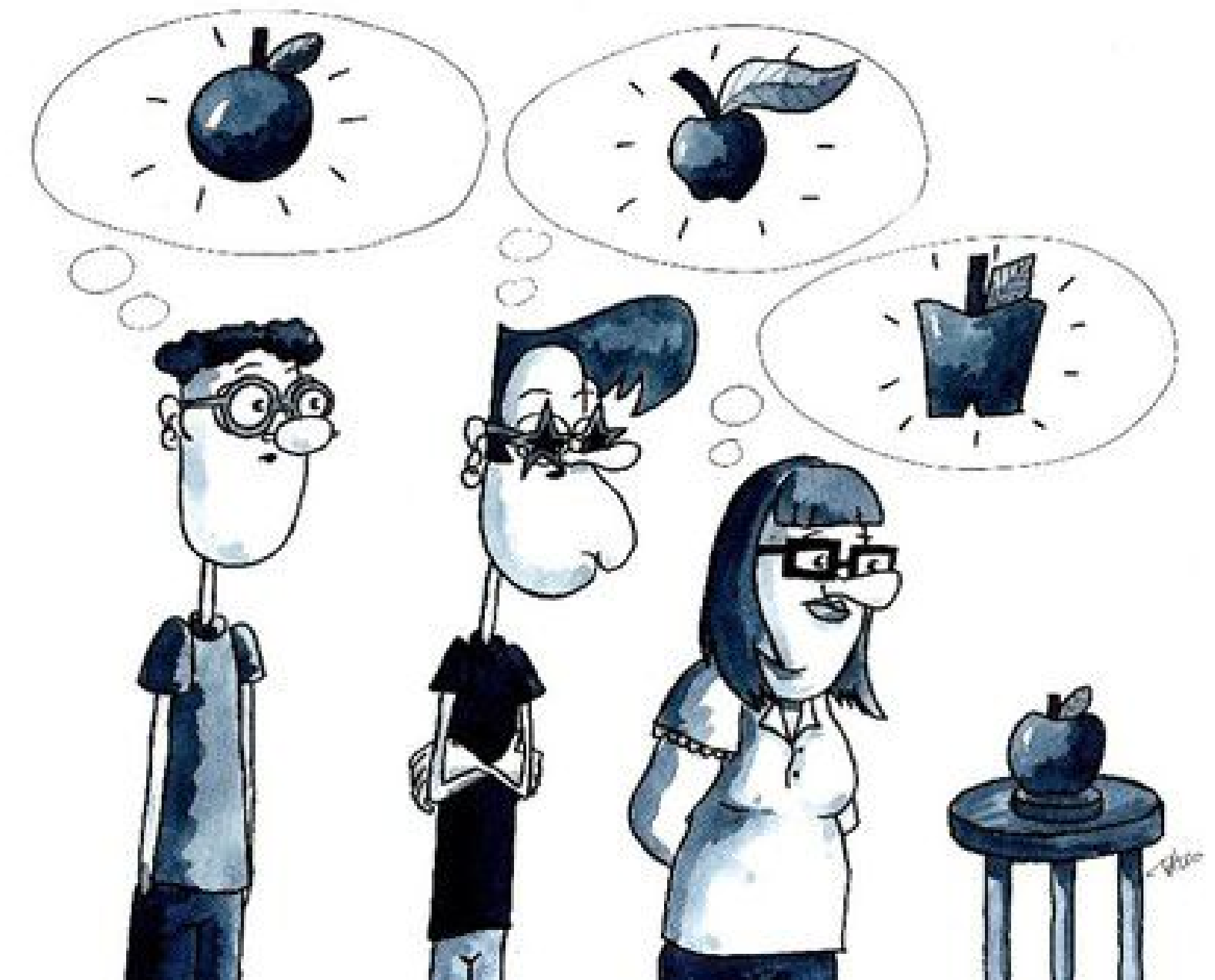
In **deel 5** kom je nog meer te weten over de Waddist-app.



4. REFERENTIEKADER: HOE KOMT HET DAT MENSEN ZO ANDERS DENKEN?

Hoe iemand naar jou kijkt, bepaalt mee hoe je naar jezelf kijkt. Het bepaalt dus mee je **identiteit**. En jouw identiteit bepaalt dan weer hoe jij naar de wereld kijkt en hoe jij die ervaart.

Omdat we allemaal anders zijn, kijken we ook op een andere manier naar de wereld.



VIDEO STEFFIE

Onderwijsconsulente **Steffie De Baerdemaeker** is gespecialiseerd in identiteit en diversiteit en legt je uit hoe het komt dat mensen zo anders denken.



03

AAN DE SLAG

1. REFLECTOR

Je leerde al dat iedereen een bepaald referentiekader heeft en hierdoor op een bepaalde manier naar de wereld kijkt. Iedereen heeft zijn eigen blik op de dingen. Dat gaan we nu nog duidelijker maken door deze opdracht!

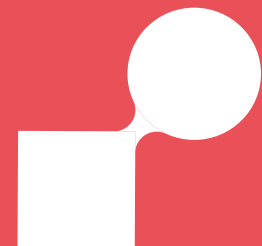
RE[FLECT]OR

Je gaat aan de slag met **REFLECTOR**, een app waarin je foto's en beelden kan uploaden, rechtstreeks vanaf je smartphone. Er staan 10 thema's in de app en de bedoeling is dat je bij **elk thema** nadenkt over wat het voor jou betekent en daar minstens 3 foto's van maakt. Die voeg je nadien toe in de app. Je foto's komen anoniem tevoorschijn, samen met de foto's van je klasgenoten en jongeren uit Vlaanderen.

Bij elk thema kan je ook foto's zien die de ambassadeurs van DWW hebben gemaakt.

BELANGRIJK

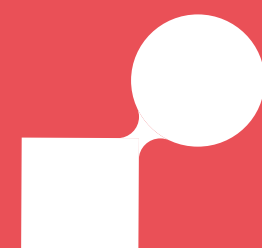
1. Omdat ook anderen je geüploade foto's kunnen zien, mogen je foto's **geen herkenbare gezichten en geen naakt bevatten**.
2. Vooraleer je een foto toevoegt, kan je ze eerst ook bewerken in andere apps.
Laat je maar van je creatiefste kant zien!
3. Dat hoeven **niet altijd beelden van bestaande dingen** te zijn. Je kan bijvoorbeeld ook een foto nemen van een zelfgemaakte tekening, van een eigen creatie of van een stukje zelfgeschreven tekst.



VIDEO SANDER

Heb je nog wat extra uitleg nodig? Radiopresentator Sander De Keere (Klara) gaat aan de slag met de REFLECTOR-app. Kom samen met hem te weten hoe de app werkt en hoe hij de opdrachten aanpakt.





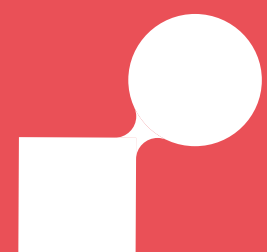
OPDRACHT 1

Open de app **REFLECTOR** op je smartphone door de QR-code te scannen.

- ☐ **Bespreek** met de **leerkracht** rond welke thema's je foto's maakt.
Per opdracht krijg je ook een **groepsnaam**.
- ☐ **Denk eerst even** na over het thema, wat dit voor jou betekent en wat je kan in beeld brengen.
- ☐ Maak **minstens drie beelden**. Je kan nieuwe foto's maken, foto's uit je fotobibliotheek halen of online inspiratie zoeken. Eventueel kan je de beelden eerst bewerken.
- ☐ **Laad de foto's op** in **REFLECTOR**. Vul daarvoor eerst de juiste groepsnaam in.



edubox-identiteit-
reflector.vrtnws.be



OPDRACHT 2

Bekijk samen met je leerkracht en klasgenoten alle ingezonden beelden. Wat zijn de gelijkenissen en de verschillen? Zijn er beelden bij sommige thema's die je doen nadenken? Kan je aan beelden herkennen wie ze heeft gemaakt? En kan je begrijpen waarom de anderen deze beelden hebben geüpload?

CONCLUSIE

Jullie kregen allemaal dezelfde opdracht. Toch maakten jullie heel verschillende foto's. We verschillen van elkaar, maar er zijn ook gelijkenissen. En maar goed ook.

De wereld zou er anders saai uitzien!

04

ONLINE-OFFLINE IDENTITEIT

4.1 ONLINE IDENTITEIT

Hoe we onszelf **online gedragen**, bepaalt voor een stuk mee onze **identiteit**. Heel wat jongeren, maar ook volwassenen, gaan online dan ook op zoek naar wie ze zijn. We creëren een '**online identiteit**'. Alles wat online over jou terug te vinden is, vormt je online identiteit. Het is het beeld dat je van jezelf de wereld instuurt.

Je **online** en **offline** identiteit hoeven **niet hetzelfde** te zijn. Online doe je jezelf misschien iets anders voor dan in de werkelijkheid. Of je toont misschien een bepaalde kant van jezelf. Zo'n online identiteit kan best handig zijn. Je kan er creatief mee omspringen en je kan het beeld dat je van jezelf toont continu aanpassen. Dat gaat niet zo gemakkelijk offline.

VRAAG

Waar kan jij het meeste jezelf zijn?
Online of offline?
Doe jij je soms anders voor op verschillende online platformen?



4.2 DE VOOR-EN DE NADELEN VAN EEN ONLINE COMMUNITY

We hebben in deel 2 al gezien hoe belangrijk een **netwerk** kan zijn. Je vrienden, familie, school... ze spelen allemaal een **grote rol** in je **identiteitsontwikkeling**. Online gaan we ook vaak op zoek naar een **community**.

VIDEO

Bekijk de video waarin onderwijsconsulente **Steffie** je vertelt over online communities en wat de **voor-en nadelen** daarvan zijn.



VRAGEN

Waar vind jij het gemakkelijkste gelijkgestemden?
Online of offline?
Volg jij op sociale media mensen die anders denken dan jij?

4.3 IMPACT VAN SOCIALE MEDIA OP ONS ZELFBEELD

Sociale media kunnen een belangrijke rol spelen in het ontwikkelen van je **zelfbeeld**. Maar mensen laten zich online vaak van hun **beste kant** zien. Door je leven te veel te vergelijken met dat van anderen kan je je **slechter** gaan **voelen**. Het lijkt alsof alles bij die andere persoon perfect is. Dat is natuurlijk niet zo: je ziet enkel wat die persoon wil tonen, **niet de realiteit**.

VRAGEN

Filter of no-filter?
Voel jij je soms onzeker als je lange tijd op sociale media hebt doorgebracht?

Influencer Elodie Gabias is helemaal zichzelf op Instagram.



VOOR EN DOOR JONGEREN

Dagelijks stuurt Waddist alle gebruikers een vraag om te peilen naar wat er leeft bij hen. **Benieuwd naar de antwoorden van andere jongeren in de Waddist-app?**



In **deel 5** kom je nog meer te weten over de Waddist-app.

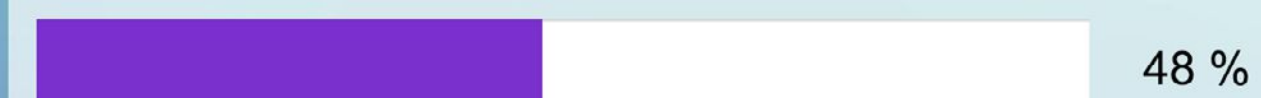
WADDIST

Gestemde vraag: Vergelijk jij jezelf met anderen op sociale media?

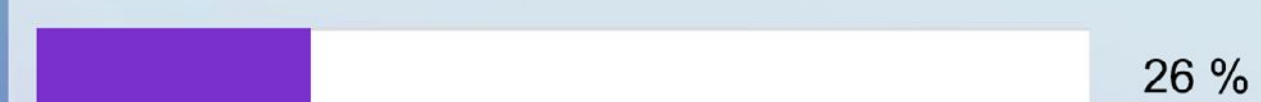
Ja, vaak



Ja, soms



Nee



Ik antwoord liever niet



Ik weet het niet



1827 antwoorden

Vraag gesteld op 05/05/2021



4.4 DENK VOOR JE POST

Hoewel je online volop kan experimenteren met je identiteit, **blijft alles wat ooit online gestaan heeft ook bestaan. Een beetje voorzichtigheid** is dan ook op z'n plaats. Denk daarom altijd goed na vooraleer je iets post.

Door eerst na te denken, vermijd je ruzies, misverstanden en gênante situaties! **Dingen die je offline niet zou zeggen of doen zeg of doe je dus ook best niet online.**

VRAGEN

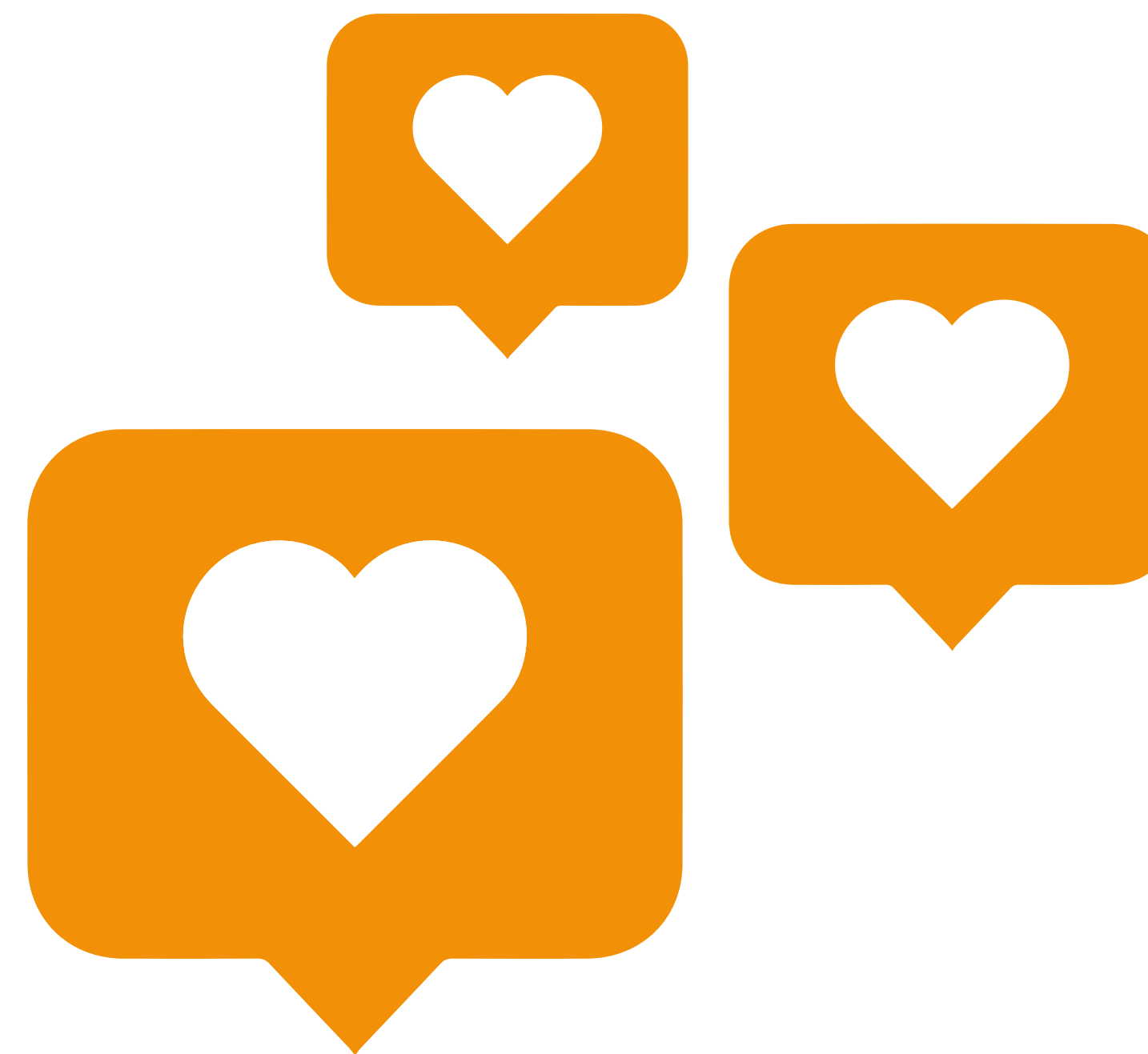
Denk jij altijd goed na vooraleer je iets post? Al ooit spijt gehad van een post?

STEL JEZELF STEEDS DEZE VRAGEN:



IEDEREEN VERDIENT HET OM ZICHZELF TE KUNNEN ZIJN.

Identiteit is een verhaal van ons allemaal. Want hoe wij naar een ander kijken, bepaalt mee hoe die persoon zich voelt en zich gedraagt. En hoe iemand anders ons behandelt, bepaalt mee hoe sterk wij onszelf kunnen zijn. **Iedereen verdient het om te kunnen zijn wie die is.**



VIDEO: VOX POPS WAT WAT

WAT WAT trok de straat op en vroeg aan voorbijgangers wat het betekent om zichzelf te kunnen zijn.



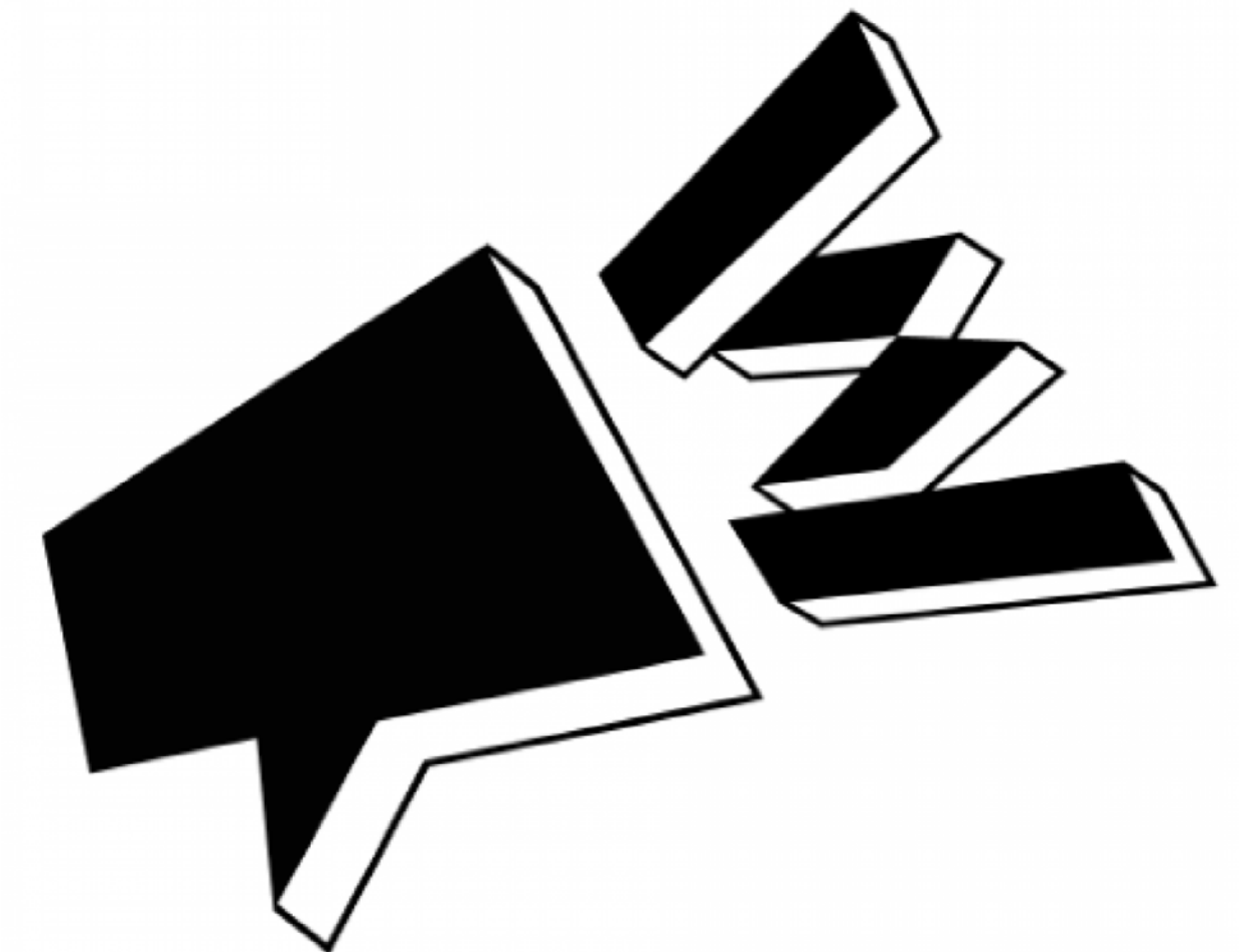
05

MEER WETEN?

WADDIST

Op de app Waddist kan je als jongere van 12 tot en met 30 jaar dagelijks je stem laten horen over actuele vraagstukken en debatten. Waddist stelt elke dag 3 korte vragen om te weten wat jongeren denken, voelen en meemaken. Als je de vragen beantwoordt, krijg je een tip van de dag en zie je wat anderen op de vragen van de dag ervoor antwoordden. Je kan ook zelf vragen insturen.

Download de Waddist-app via Google Play Store (play.google.com/store/apps/details?id=be.arteveldehogeschool.waddist&hl=nl&gl=US) of de Apple Store (apps.apple.com/be/app/waddist/id1548427323). Voor de jongerenapp sloegen De Ambrassade en Arteveldehogeschool de handen in elkaar.



WAT WAT

Op watwat.be vind je antwoorden op de vragen waar jij als jongere mee zit, zoals hoe ontdek ik wie ik ben, hoe gebruik ik die/hen/hun...

Je krijgt niet-sturende info, zodat je zelf je keuzes kan maken. Je ziet er ook waar je meer hulp of info kan krijgen via chat, telefoon, mail of door langs te gaan.

Op www.watwat.be/dewarmsteweek vind je alle vragen rond identiteit.

Volg WAT WAT op Instagram www.instagram.com/watwat_jijweet/) of YouTube.

Praat erover: Op zoek naar hulp? Een plek om te praten? Op watwat.be vind je waar je meer hulp of info kan krijgen via chat, telefoon, mail of door langs te gaan.

www.watwat.be/hulp



Wil je na het doornemen van deze EDUbox meer weten over identiteit?

Interesse in hoe vooroordelen nu eigenlijk werken? Of zoek je nog inspirerende verhalen van andere mensen? In dit deel krijg je nog heel wat extra links waar je terecht kunt voor meer informatie!

VRT KLAAR

KLAAR is een project van VRTNWS. **KLAAR** biedt wekelijks video's aan met duiding bij het nieuws op maat van jongeren. Een ingewikkeld of gevoelig onderwerp wordt er elke keer op een duidelijke manier uitgelegd.

Er is onder meer een **KLAAR** over:

- ☐ Body shaming
- ☐ Genderongelijkheid in de wereld

The logo for KLAAR, featuring the word "KLAAR" in a bold, bright green, sans-serif font. The text is centered within a solid purple rectangular background.

VRT NU

Op dit platform vind je oa. de volgende programma's rond identiteit: **'Labels'**, **'Het leven in kleur'** en **'Durftevragen'**.

VRT PODCASTS

In de podcast **'Bless The Mess'** vertellen Kawtar en Anoushka van MNM over hun identiteitscrisis. **'Lijf'** van Radio 1 gaat over mensen en over de relatie die ze hebben met hun lichaam. De podcast **'In mijn hoofd'** kruipt in de hoofden van mensen waar het er net iets ander aan toegaat.



UNIVERSITEIT VAN VLAANDEREN

In de colleges van de **Universiteit van Vlaanderen** behandelen topwetenschappers uit heel Vlaanderen online een boeiend vraagstuk. Op een kwartier tijd krijg je een antwoord op vragen zoals:

- ☐ Vind jij dat je erbij hoort in ons land? : Universiteit van Nederland
(universiteitvanvlaanderen.be)
- ☐ Maken Netflix en Instagram je ijdeler? : Universiteit van Nederland
(universiteitvanvlaanderen.be)
- ☐ Ben jij wel 100% hetero?

ZWIJGEN IS GEEN OPTIE

Ken je de podcasts van **Zwijgen is geen optie** al?

- ☐ Je kan luisteren naar het gesprek met kunstenaar en ondernemer Jauoad Alloul over jezelf kunnen zijn. zwijgenisgeenoptie.be/jauoad-alloul/
- ☐ Met schrijfster Anaïs Van Ertvelde spreekt ZIGO over hoe we kijken naar mensen met een beperking. zwijgenisgeenoptie.be/anais-van-ertvelde/

Zwijgen
is geen
optie

INSTAGRAM

Op zoek naar inspiratie op instagram?

- ☐ Planet Prudence tekent lichamen in alle vormen en maten. [instagram.com/planetprudence/](https://www.instagram.com/planetprudence/)
- ☐ Ook illustratrice en cartooniste Chrostin werkt vaak rond body positivity in haar tekeningen. [instagram.com/chrostin/](https://www.instagram.com/chrostin/)

SCHOOLTV.NL

Benieuwd hoe het komt dat we mensen in hokjes plaatsen? Bekijk dan deze video van schooltv. Aan de hand van enkele experimenten zoeken ze uit hoe labels en vooroordelen nu juist werken.

[schooltv.nl/video/waarom-plakken-we-graag-labels-op-mensen-hokjesdenken-en-vooroordelen/](https://www.schooltv.nl/video/waarom-plakken-we-graag-labels-op-mensen-hokjesdenken-en-vooroordelen/)