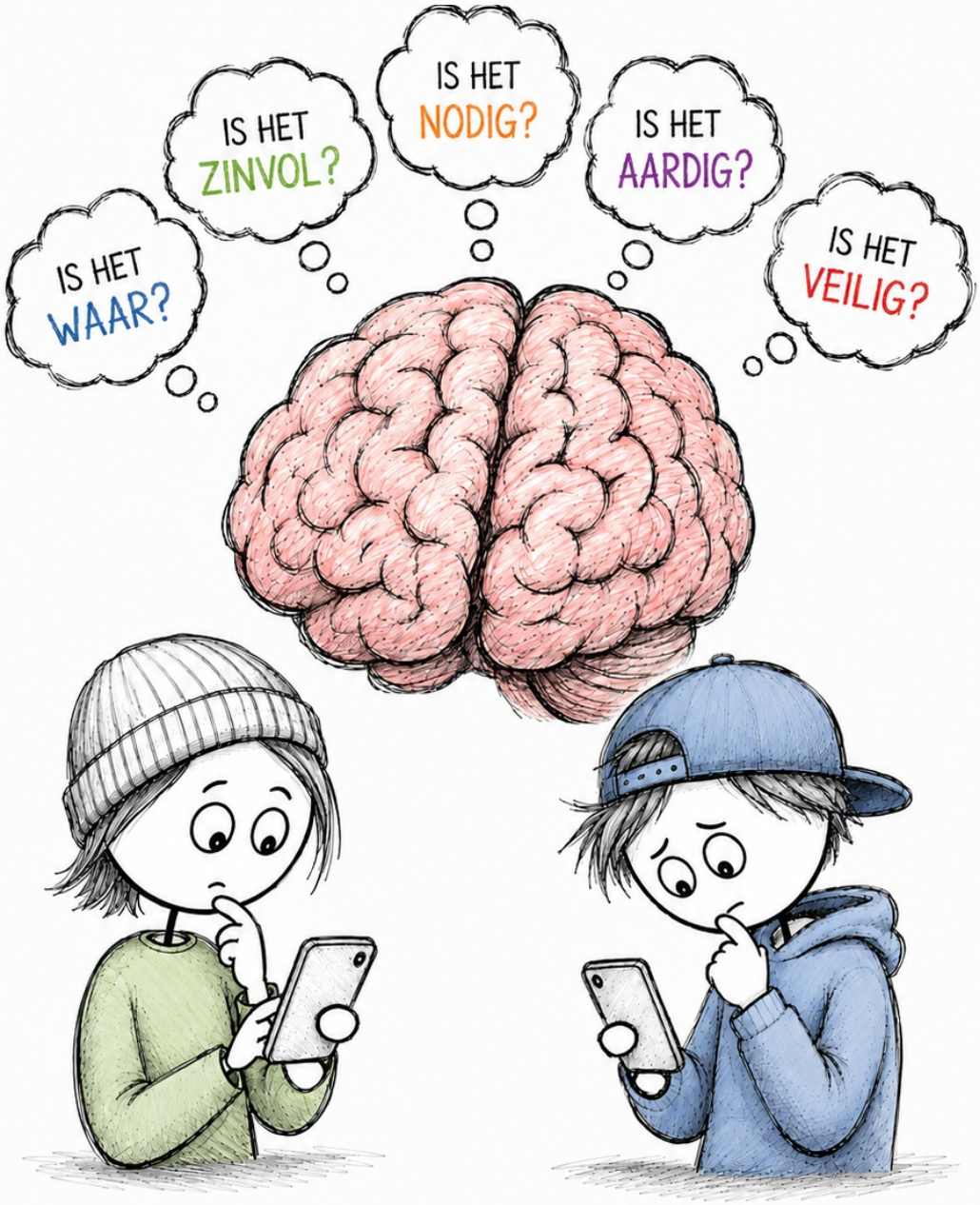
DENK NA

JE HERSENEN ZIJN ERVOOR GEMAAKT.



IK FILTEREER

© DMS educatief

Denk na
Je hersenen zijn ervoor gemaakt.

Je hersenen zijn misschien wel het bijzonderste onderdeel van je lichaam.
Ze helpen je leren, onthouden, problemen oplossen, plannen maken en keuzes maken.
Ze zorgen ervoor dat je kunt lachen, dromen, fantaseren en nieuwe dingen ontdekken.

Wetenschappers weten dat je hersenen bestaan uit ongeveer 86 miljard hersencellen die voortdurend met elkaar samenwerken. Hoeveel informatie je hersenen precies kunnen opslaan, weet niemand. Ze werken namelijk niet zoals een computer of een harde schijf. Je geheugen zit niet in losse mapjes, maar in miljarden verbindingen die steeds veranderen.
Juist daarom zijn je hersenen zo bijzonder.
Ze zijn niet gemaakt om gedachteloos te klikken of alles direct te geloven.
Ze zijn gemaakt om na te denken.
Wanneer je online iets ziet, geef jezelf dan eerst een paar seconden om je hersenen hun werk te laten doen.
Vraag jezelf af: Is het waar? Is het zinvol? Is het nodig? Is het aardig? Is het veilig?

Goede keuzes beginnen niet met je telefoon.
Goede keuzes beginnen in je hoofd.

Daarom **IKFILTEREER** voordat ik klik, geloof of deel.
De vijf filters
WAAR
Klopt wat ik zie of lees?
ZINVOL
Heeft dit echt waarde?
NODIG
Moet ik hier iets mee doen?
AARDIG
Help ik iemand of kwets ik iemand?
VEILIG
Kan dit mij of een ander schade bezorgen?

IKFILTEREER SAMEN

WAAR • ZINVOL • NODIG • AARDIG • VEILIG

Welke filter past volgens jou het beste bij deze les?
Kijk naar de mini-poster.Wat zie jij? Wat denk jij dat ermee bedoeld wordt?
Waarom zou iemand anders daar anders over kunnen denken?
Praat er samen over. Stel vragen aan elkaar en luister naar de antwoorden.
Je hoeft het niet altijd met elkaar eens te zijn. Juist door verschillende meningen en ervaringen te horen, leer je anders kijken naar situaties, keuzes en gevolgen.
Ontdek wat jij ervan vindt.