

Mate van verbondenheid

Hoofdboodschap:

Om een gevoel van ergens bij horen te ontwikkelen, moeten we nadenken over de manier waarop we onszelf identificeren met onze omgeving en ons er bewust van zijn hoe dit de vorming van onze identiteit beïnvloedt.

Trefwoorden: groepsidentiteit, identiteit, verbinding

Samenvatting:

Als tieners en jongvolwassenen zijn we onze identiteit nog aan het vormen. Mensen uit onze omgeving kunnen een grotere invloed op dit proces hebben dan we zelf denken. Het is dus belangrijk om na te denken over hoe we onszelf, de mensen uit onze omgeving en uit onze referentiegroep zien, zodat we ons bewust worden van hun invloed. De korte test hierna is gebaseerd op de *“Measure of the representation between the individual and the group”* van Schubert en Otten (2002) en polst de mate van identificatie met de referentiegroep.

Module	Groepsgrootte	Leeftijdsgroep	Duur
• Vroege herkenning	• Individueel • klein	• 16 - 19 • 20 - 24	• 15 min • 30 min

Doelstellingen van de activiteit

- De referentiegroep van de deelnemers achterhalen en uitzoeken in welke mate ze zich hiermee identificeren
- Jongeren ertoe aanzetten om na te denken over de positieve invloed van hun omgeving op de vorming van hun persoonlijke identiteit

Deelnemers

Geschikt voor diverse groepen

Beschrijving van de activiteit

Stap 1:

Op een leeg vel papier moeten de deelnemers (individueel of na een interview met een andere deelnemer) de volgende vragen beantwoorden:

- *Wat doe je meestal in je vrije tijd?*
- *Denk na over de verschillende groepen mensen met wie je omgaat, je sociale contacten en je familiekring; met wie identificeer je je het meest? (vrienden uit jouw buurt, een groep op internet, ...)?*
- *Hoe nauw verbonden voel je je met deze groep (op een schaal van 1 tot 10)? *Je kunt hier een visuele weergave bij gebruiken (zie hand-outs »Mate van verbondenheid«)*
- *Wat doe je het liefst als je samen met deze mensen bent? En wat vind je minder leuk?*

- *Voel je je ook verbonden met andere groepen? Welke?*

Stap 2:

Vraag de deelnemers om 4 cirkels te tekenen met de woorden: "Familie", "Vrienden", "Mijn buurt/wijk", "Maatschappij", en nog een andere cirkel centraal daaronder die voor henzelf staat. Laat ze naar iets positiefs zoeken dat ze uit iedere groep halen en laat ze dat noteren op een pijl die die groepscirkel verbindt met de cirkel van henzelf.

Stap 3:

Praat in een discussie na over de oefening. Vonden ze het moeilijk? In welke mate voelden ze zich verbonden met andere groepen? Laat ze reflecteren op de positieve aspecten die we delen met ons sociale netwerk en hoe we worden beïnvloed door onze omgeving. Vraag hen, als ze dat willen, om de werkbladen aan de docent trainer/opleider te overhandigen.

Benodigde materialen

Papier en pen (optioneel: »visuele weergave Mate van verbondenheid«)

Methodologie

Zelfassessment

Advies voor Trainer

- U kunt de dynamiek vergroten door steeds hetzelfde assessment te houden over de verbondenheid met verschillende sociale groepen (familie, school, stad, land, etc.)
- Dit is voornamelijk een zelfassessment-tool, die niet als opzichzelfstaand onderdeel moet worden gebruikt. Dit assessment dient bij voorkeur ingepast te worden in andere sessies waarin gesproken wordt over bijv. groepsidentiteit, het herkennen van vooroordelen of zelfbeeld

Bronnen / Literatuur

Bewerking van: Gómez A. and Vázquez A. (2015): The power of 'feeling one' with a group: identity fusion and extreme pro-group behaviours. *Revista de Psicología Social*: 481-511

Hand-outs

Visuele weergave Mate van verbondenheid

[Mate van verbondenheid](#)



CC - Attribution-NonCommercial-ShareAlike
<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/>

Mate van verbondenheid. Ontvangen op Wednesday May 6, 2026 van <https://toolbox.ycare.eu/courses/YCARE359/>

<https://www.ycare.eu>

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



De steun van de Europese Commissie voor de productie van deze publicatie vormt geen goedkeuring van de inhoud die alleen de opvattingen van de auteurs weerspiegelt, en de Commissie kan niet aansprakelijk worden gesteld voor enig gebruik dat kan worden gemaakt van de daarin opgenomen informatie.