

Workshop mediawijsheid door Dr. Justine Pardoën

door Mark Reijans

Donderdag 28 augustus kwamen de leerlingen van de iPadklassen t2a, t2d en t3c (velen nog in de stand 'vakantiemodus') in de E-aula bij elkaar voor een workshop mediawijsheid. Doel van de workshop was om leerlingen te laten nadenken over wat social media met je doet, hoe je er mee kunt omgaan en welk effect moderne technologieën hebben op je lichaam. Het eerste gedeelte ging dan ook over social media en had de pakkende titel "social media: gebruik jij het of gebruikt het jou?". Na een snelle inventarisatie bleek dat bijna alle aanwezige leerlingen een Facebook account hebben. Facebook kent steeds meer mogelijkheden om te laten zien hoe je je voelt, bv. door middel van de zogenaamde 'emoticons' (denk aan de bekende smiley). Volgens Dr. Pardoën vordert de techniek inmiddels zo snel dat het niet lang meer duurt voordat Facebook jouw foto kan "lezen" en dan aan je gezicht kan zien hoe jij je voelt. Aan de leerlingen werd gevraagd wat zij vonden van dit soort ontwikkelingen. Ook privacy of beter gezegd het ontbreken daarvan kwam aan bod. Behalve Facebook en What's App zijn er natuurlijk nog veel meer apps in omloop maar bij het horen van namen als Viber, Kik, Telegram en Ask FM moest het handjevol volwassenen in de zaal toch afhaken.



Ook het effect van nieuwe technologieën op het lichaam kwam aan bod. Eerst werd er gevraagd wie er 's avonds de telefoon mee naar bed mocht nemen. Bij de meeste leerlingen was dat het geval. Sommigen gaven toe daardoor slechter te slapen, anderen zetten hem na een half uurtje uit of op stil. Dr. Pardoën vertelde dat uit onderzoek is gebleken dat je lichaam reageert op je telefoon: als je hoort dat je een berichtje ontvangt kunnen je ademhaling en je hartslag gaan versnellen. Ook duurt het na het lezen van een berichtje ongeveer 10 minuten voordat je je weer volledig kunt concentreren. Aan de leerlingen werd gevraagd om recht te gaan zitten, de ogen te sluiten en één minuut lang naar de eigen ademhaling te luisteren. Een oefening om te ervaren hoe het voelt als er helemaal niets is, als het hoofd leeg is. Voor de meeste jeugdige toehoorders was dit een vreemde gewaarwording. Aan het einde werden er nog enkele filmpjes getoond waarmee je je concentratie kunt testen, zoals de *Monkey business illusion*. Tot slot nog enkele tips die ervoor zorgen dat je fit bent op school en dat je je beter kunt concentreren: voldoende slaap, tot een uur voor het slapen gaan geen beeldscherm voor je neus, zorgen dat je ook lege tijd hebt (zonder telefoon of tablet of computer), voldoende water drinken tijdens het leren, samen leren.



Na afloop van de workshop mochten de leerlingen van t2a en t2d dan eindelijk hun iPad Air in ontvangst nemen, na een korte instructie door de mentoren dhr. Kessels, dhr. Ramaekers en mevr. Verstappen. De reacties van leerlingen liepen uiteen van "ik heb er zin in!", "gaaf!" en "ik ga thuis meteen alle apps voor school installeren" tot "eindelijk..". Wij wensen alle leerlingen die dit schooljaar met de iPad gaan werken veel succes en leerplezier toe.