

Vrede en Mensenrechten: bouwen aan menselijke waardigheid in een digitale wereld

Hoe spreken we vandaag over vrede en mensenrechten in een wereld van AI, polarisatie, eenzaamheid en digitale kwetsbaarheid? We verkennen hoe menselijke waardigheid de basis vormt voor vrede en mensenrechten. De deelnemers leren een concrete werkvorm om hiermee aan de slag te gaan. Geïnspireerd op de sociale leer van de Kerk gaan we van machteloosheid naar hoopvolle actie.

Doel

Deelnemers (catechisten) ervaren een concrete, interactieve werkvorm rond vrede, mensenrechten en menselijke waardigheid. Ze ontdekken hoe menselijke waardigheid de basis vormt voor echte vrede in een wereld van AI, polarisatie, eenzaamheid en digitale kwetsbaarheid. Ze krijgen een overdraagbaar model dat ze zelf kunnen inzetten in vormselcatechese, jongerenwerking of volwassenencatechese. De beweging is bewust: van machteloosheid naar hoopvolle, concrete actie, geworteld in de sociale leer van de Kerk.

I. Opening (0–5 min)

Korte begroeting.

Introductie van de centrale lijn: “We starten vandaag niet vanuit documenten of theorie, maar vanuit wat jullie zelf aanraken. Daarna geven we er woorden aan vanuit het geloof en *Magnifica Humanitas*. We gaan van machteloosheid naar een stap die we zelf kunnen zetten.”

Kort gebed of stilte (bijv. begin van het gebed van Sint-Franciscus of “La pace sia con tutti voi” fragment paus Leo).

Openingsvraag (2–3 korte reacties): “Wanneer hoorde of zag je de laatste tijd iets over vrede of mensenrechten dat je écht geraakt heeft?”

II. Interactieve ervaring: Waar staat menselijke waardigheid vandaag onder druk?

Stap 1 – Kies positie (5 min) Er hangen vier affiches in de hoeken:

- A. Eenzaamheid** – “Steeds meer mensen voelen zich alleen, ondanks alle connecties.”
- B. Digitale afhankelijkheid** – “Technologie helpt ons, maar beheerst ons soms ook.”
- C. Online geweld en polarisatie** – “Haat, vernedering en verharding zijn dagelijkse realiteit.”
- D. AI en menselijke waardigheid** – “Technologie beïnvloedt steeds meer keuzes in ons leven.”

Vraag: “Welke uitdaging bedreigt volgens jou vandaag het sterkst de menselijke waardigheid?”

Deelnemers kiezen een hoek. Korte uitwisseling in de groepjes: waarom deze keuze? Waar zie je dit gebeuren?

Stap 2 – Van probleem naar mens (8 min) Vorm duo's (of blijf in kleine groepjes).

Vraag: “Denk aan één concrete persoon die hierdoor geraakt wordt. Dat mag een jongere, een catechisant, een buur, een familielid of jezelf zijn.”

Bespreek:

- Wat gebeurt er met deze persoon?
- Wat verliest hij/zij?
- Welke menselijke behoefte wordt geraakt?

Plenaire ronde: noteer kernwoorden op het bord (vaak: verbondenheid, erkenning, veiligheid, respect, hoop, erbij horen, waarheid...).

Stap 3 – Wat brengt leven? (4 min) Nieuwe vraag: “Wat heeft deze persoon nodig om opnieuw te kunnen groeien?”

Antwoorden verzamelen (meestal: iemand die luistert, gemeenschap, grenzen, hoop, ontmoeting...).

Brug: “Opvallend: we noemen zelden nieuwe technologie. We noemen menselijke relaties. Daar begint waardigheid zichtbaar te worden.”

III. Duiding: menselijke waardigheid als fundament (22–37 min)

Bijbels en kerkelijk fundament (6 min)

- Gen 1,27: de mens is geschapen naar Gods beeld. Waardigheid is geen prestatie en hangt niet af van succes, gezondheid, productiviteit of ‘likes’.
- Mensenrechten beschermen niet iets wat de staat schenkt, maar iets wat elke mens reeds bezit.

Korte kernzin (op bord of projectie):

Rechten zonder waardigheid worden willekeurig.

Waardigheid zonder verantwoordelijkheid wordt individualistisch.

Vrede zonder gerechtigheid blijft kwetsbaar.

Vrede is daarom meer dan “geen oorlog of conflict” (5 min)

Vraag aan de groep: “Wanneer ervaar jij zelf vrede?”

Verduidelijking: In de christelijke traditie is vrede: juiste relaties, gerechtigheid, verbondenheid, zorg voor elkaar. Een jongere die dagelijks online vernederd wordt, leeft misschien niet in oorlog, maar ervaart geen echte vrede.

Magnifica Humanitas vandaag (4 min) Verbinden de ervaringen van de groep met de actualiteit (AI, polarisatie, eenzaamheid, digitale kwetsbaarheid).

- ⇒ Kernboodschap: Menselijke waardigheid vraagt dat technologie de mens dient, niet omgekeerd. De sociale leer (van *Pacem in Terris* tot de actualisering in *Magnifica Humanitas*) roept op tot een cultuur van ontmoeting, verantwoordelijkheid en hoop. Vrede rust op waarheid, gerechtigheid, liefde en vrijheid.

IV. Helikopterperspectief: hoe kan je dit gebruiken in catechese? (37–45 min)

Vraag: “Wat hebben we de voorbije veertig minuten eigenlijk gedaan?”

Laat deelnemers benoemen. Een **werkmodel** kan hieruit ontstaan dat ze kunnen meenemen:

1. Vertrekken vanuit ervaring (niet vanuit de lesstof).
2. Luisteren zonder meteen op te lossen.
3. Verbinden met menselijke waardigheid.
4. Verlichten vanuit geloof en sociale leer.
5. Uitnodigen tot een concrete, kleine stap.

Korte bespreking: hoe kan dit aangepast worden voor vormselgroepen, jongeren of volwassenen?

V. Engagement en afronding (45–50 min)

Iedereen krijgt een kaartje en noteert drie korte zinnen:

- **Voor vrede** wil ik deze week...
- **Voor menselijke waardigheid** wil ik...
- **In mijn catechese** wil ik...

Eventueel: Enkele deelnemers mogen (vrijwillig) delen.

Afsluiting: “La pace sia con tutti voi.” Kort stil moment of gebed.

VI. 10 minuten marge voor vragen, uitwisseling, etc.

Ruimte voor vragen, concretisering (“Hoe doe ik dit met 12-jarigen?”), uitwisseling van ervaringen en eventuele aanpassingen.

Er wordt bij deze workshop een documentje handvatten met de deelnemers gedeeld.