



BY WIE HOOR(IDE) JIJ

WERVORM
Methodiek Spelinloop

DREAM
SUPPORT

BIJ WIE HOOR(DE) JIJ?



Inleiding

Deze oefening kan je met een groep (ouders) doen. Met de oefening ga je in op: waar kom je je vandaan en hoe heeft dit jou gevormd. Welke socialisatie boodschappen heb je vroeger gekregen en hoe heb je dat als persoon geïnternaliseerd.

Vorbereiding:

Geef deelnemers een groot vel papier en stiften.

Instructie:

- Stel jezelf voor als kind. Laat het voorbeeld van de cirkel even zien. Teken een cirkel en denk na over jouw leefwereld: waar kwam jij vroeger vaak en wie waren er belangrijk. Noteer bijvoorbeeld gezin en maak hier een vak van, school, sport/hobby, opa/oma, vrienden groep enz. Maak voor alle onderdelen een vak (taartpunt) en schrijf het woord (gezin) in het betreffende vak. Als iedereen dat heeft ga je door met het volgende onderdeel.
- Leg uit dat je steeds een vraag gaat stellen en de groep kan het woord in het betreffende vak zetten. Dus bijvoorbeeld de eerste vraag: lachen, noteer het woord bijvoorbeeld in het vak gezin en vriendinnengroep.

Ga naar de volgende pagina om de vragen voor te lezen.

BIJ WIE HOOR JIJ?

Voorbeeld:



BIJ WIE HOOR(DE) JIJ?

Vragen:

- Met wie kon je altijd veel lachen? Noteer het woord lachen, in het betreffende vak.
- Waar kon jij jezelf zijn (noteer 'mezelf zijn')
- Waar was je op zijn best en voelde jij je super goed? ('op mijn best')
- Waar dacht je wel eens negatief over jezelf? ('negatief denken')
- Met wie voerde jij wel eens gesprekken over het geloof? ('geloof')
- Naar wie ging je toe als je hulp nodig had? ('hulp')
- Wie vertelde je het als je verliefd was? ('verliefd')
- Met wie roddelde jij wel eens? ('roddelen')
- Met wie of waar deed je avontuurlijke dingen? ('avontuur')
- Waar leerde jij veel? ('leren')
- Wie bewonderde jij? ('bewonderen')
- Wie kan je vertrouwen ('vertrouwen')
- Met wie ging deed je vaak leuke dingen? ('leuke dingen')
- Waar had je veel zelfvertrouwen? ('veel zelfvertrouwen')
- Waar had je weinig zelfvertrouwen? ('weinig zelfvertrouwen')
- Met wie deelde jij je zorgen? ('zorgen delen')
- Wie was belangrijk voor jou? ('belangrijk')
- Wie was jouw voorbeeld? ('voorbeeld')

Nabespreken:

Bekijk nu jouw cirkel, wat valt je op? Hoe was het om deze oefening te maken? Doorvragen naar: wat betekent het om bij een bepaalde groep te horen? Welke invloed heeft dit op wie je nu bent? Zie je grote verschillen tussen de gebieden in hoe jij je voelde? Of juist niet?

Geef aan: de verschillende gebieden hebben allemaal invloed op de persoon die je nu bent en daarom is het ook belangrijk om bij kinderen en jongeren stil te staan welke leefgebieden voor hen belangrijk zijn. Er vragen over te stellen, hun gevoelens te benoemen. Speciaal



Contact

info@dreamsupport.nl

Website Dream Support



© 2023 Dream Support – Spelinloop methodiek– Disclaimer

Inhoud |

Dit werkboek is alleen te gebruiken na deelname van Spelen is leuk of de spelinloop methodiek en is door het team van Dream Support samengesteld.

Copyright |

Voor eventuele onjuistheden in de weergave of foutieve informatie, kan Dream Support niet aansprakelijk worden gesteld. Geen enkele informatie uit dit werkboek mag worden overgenomen, opgeslagen en/of gedeeld worden met derden zonder voorafgaande toestemming van Dream Support.

Rechten |

Dream Support heeft haar uiterste best gedaan om de rechten van rechthebbenden te respecteren. Indien u van mening bent dat dit in uw geval niet zo is, neem dan contact op met Dream Support via info@dreamsupport.nl



INSTAGRAM



FACEBOOK