



© Jamina Van Maele

Verwerkingsopdracht 2: De Steen lichter maken

focus op coping en krachtontwikkeling

Tijdsduur

Eén lestijd

Nodig

- Echte stenen, liefst zwarte
- Stickers allerlei
- Pluimpjes
- Verfstiften in felle heldere kleuren (het kan ook met wasco)
- Eventueel zijdepapier en lijm
- Iets voor kinderen die sneller klaar zijn.

Tips

Als je hulp kan inschakelen voor deze activiteit, is dat zeker een meerwaarde. Zo kan je de groep tijdens de klasgesprekken splitsen waardoor iedereen meer tijd krijgt om te vertellen. Ook hulp bij de creatieve verwerking is fijn.

Lesverloop

DEEL 1

Je hebt het boek voorgelezen en besproken. De vraag *Hoe komt het dat de steen van Kat lichter voelt op het einde?* Stel je nog niet.

Alle kinderen staan in een kring. Je vertelt dat je enkele dingen gaat zeggen en als het antwoord ja is, zetten de kinderen een stapje naar voor. De eerste vragen zijn voorbeelden om te oefenen.

Na elke vraag gaan de kinderen die naar voor stapten, terug op hun plaats staan. Je doet zelf ook mee. Richt de aandacht tussendoor op het feit dat ze niet de enigen zijn die dit soms voelen / ervaren. Als je merkt dat iemand het echt nodig heeft om er iets over te vertellen en je hebt er de ruimte voor, is dat prima. Hou er wel vaart in.

Oefenvragen

- Ik zit in het ... leerjaar.
- Ik heb een broer.
- Ik draag een bril.
- Ik hou van frietjes.
- Ik vond het een mooi verhaal.

Verwerkingsvragen

- Ik voel soms ook een soort steen in mijn buik.
- Ik ben al eens verdrietig geweest.
- Ik ben al eens heel boos geweest.
- Ik heb me al eens eenzaam gevoeld.
- Ik heb me al eens bang gevoeld.
- Ik denk dat andere kinderen vaker blij zijn dan ik.
- Ik voel soms van alles door elkaar.

Laat de kinderen terug gaan zitten. Hebben jullie ook gemerkt dat er best veel kinderen naar voor stapten. Het is dus normaal om je af en toe niet zo goed te voelen, dat gebeurt bij mij ook. Net als bij Kat.

Stel nu de vraag: **Hoe komt het dat de steen van Kat lichter voelt op het einde?**

Ga verder met de volgende vragen:

- Wat doet Kat graag? (Wandelen en praten met vrienden.)
- Wie zijn de vrienden van Kat? (Eekhoorn, Hond, Zwaluw en Rat)
- Hoe kan je merken dat het vrienden zijn? (Ze zijn blij als ze Kat zien, geven haar complimentjes, ze gaan haar zoeken als ze bezorgd zijn.)

Maak de overstap naar het leven van de kinderen:

- Wanneer is iemand een echte vriend voor jou?
- Wat doe jij voor jouw vrienden, wat doen jouw vrienden voor jou?
- Wat helpt jou als je je niet blij of prettig voelt?
- Waar word je blij van?
- Welke activiteit geeft jou energie?
- Wie kan jou troosten, opbeuren, ... Hoe doen ze dat?
- Wie zorgt er goed voor jou?
- Wie is een echte vriend?
- Bij wie voel je je veilig?
- Welke kleuren horen er voor jou bij een blij en prettig gevoel?

DEEL 2

Leg in het midden van de kring een hele hoop stenen. (Of deel ze uit.)

Vertel aan de kinderen dat ze een steen mogen kiezen. Op die steen mogen ze dingen tekenen, schrijven, plakken, kleuren, ... om er een krachtsteen van te maken. Een steen die hen eraan herinnert dat ook al voelen ze zich soms slecht of somber, er zijn altijd mensen en dingen die hen kracht, blijheid en energie geven.

Sommige kinderen zullen niet meteen door hebben wat de bedoeling is. Geef hen enkele suggesties of laat ze eens gaan kijken bij anderen om ideeën op te doen.

Dit moment is een uitgelezen kans om bij de kinderen rond te gaan en vragen te stellen over hun steen. Zo kom je meer te weten over hun binnenwereld en thuissituatie.

Spreek vooraf af waar kinderen die klaar zijn hun steen kunnen leggen, en wat ze nadien kunnen doen.

DEEL 3

Om van een steen een echte krachtsteen te maken, is een klein ritueel nodig. Kinderen genieten ook van zulke plechtige aangelegenheden en gaan hier moeiteloos in mee.

Alle kinderen staan of zitten in een kring en houden hun steen in hun hand. Je leest een kort tekstje voor en de kinderen zeggen het zin per zin na. Telkens knijpen ze in hun steen. Dit kan eventueel met de ogen dicht.

Ritueel

Deze steen is bijzonder

Deze steen is mijn krachtsteen

Soms voel ik verdriet

Soms voel ik me alleen

Dan heb ik iets dat helpt

Dan heb ik mijn bijzondere steen

Vol dingen die ik leuk vind

En de mensen om me heen

Dan voel ik troost en blijheid

En knijp ik in mijn krachtsteen

Vermeld nog dat de kinderen hun kracht niet kwijt zijn als ze hun krachtsteen zouden verliezen. De kracht zat en zit immers in hen. Ze staken die zelf in de steen. Ze kunnen van elke steen die ze kiezen een krachtsteen maken.

DEEL 4

Als je er de ruimte voor hebt, kan je de kinderen de mogelijkheid geven om hun steen aan elkaar te tonen of er iets over te vertellen. Je kan dat door elkaar laten gebeuren, of gestructureerd.