

Bivakbezinning zomer 2020

GEVOELENS

Om vooraf bij stil te staan

- Sommigen van de leden en leiding hebben in de voorbije maanden ruimte gekregen om hun gevoelens te uiten en erover te praten. Anderen minder of niet. Sommigen kunnen goed uitdrukken wat ze ervaren en beleven, anderen minder. Taal is één vorm van expressie. Muziek, tekenen, schrijven, knuffelen, in de natuur zijn, stil zijn: ook dat zijn expressievormen.
- Rond gevoelens werken, mag betekenen dat er een hele waaier van gevoelens aan bod komt: zowel wat blij als wat boos maakt, bang én verdrietig.
- De voorbije periode was vreemd en heeft wel wat gevraagd van leiding. Aandacht voor ieders psychisch welbevinden is een grotere zorg dan gewoonlijk. Een bezinning over gevoelens kan erg deugdzaam zijn en tegelijk extra vragen en verdrietjes naar boven brengen.
- Weeg af met wie je de bezinning zal doen op bivak: per bubbel, per afdeling, ... De uitwerking stem je dan af op je keuze.

Liedjes, doe- en gespreksdingen, teksten en verhalen: zie verder. Kies uit elke categorie wat past bij jouw groep of afdeling.

Liedjes:

-12

Liedjes van de **cd 'Blij, bang, boos, bedroefd'** van Kapitein Winokio (in de bib)
<https://shop.kapiteinwinokio.be/collections/emoties/products/blij-bang-boos-bedroefd>

⇒ Toon al je emoties maar eens op de muziek => Bang, boos, bedroef, blij, lachen, verwondering?

+12

Wat is Chiro: te vinden op chiro.be/liedjes

Wat is ...

... Chiro, nog meer dan spel

Een stuk van jezelf, 't zit onder je vel

Waar iedereen mee beweging maakt
Dat is Chiro als je 't mij vraagt

⇒ Laatste 2 strofes:

De Chirodroom, daar bouwen we aan
Soms weleens vallen, dan weer opstaan
Met vriendschap, inzet en samenspel
Want iedereen is bij ons van tel (2x)

Daardoor is ... (refr.)

Door met z'n allen op zoektocht te gaan
En dan te kiezen die weg in te slaan
In Chiro geloven is de uitdaging
verhalen van kinderen die ik je zing (2X)

en zo blijft ... (refr.)

De laatste twee strofes beschrijven waar leiding voor heeft gestaan en nog altijd voor staat: een heel ander kamp vorm geven, zich samen inzetten en samen zoeken hoe het kan om toch op bivak te kunnen gaan.

Dankbaarheid van oudste leden voor leiding om toch een bivak in elkaar te steken?

Doe-dingen

-12: Blij, bang, boos, verdrietig (bedroefd) => wanneer ben jij eens ...

Methodiek: kies kleuren bij de grote emoties, bijvoorbeeld rood = boos, groen = blij, geel = bang en paars = verdrietig. Maak fruitspiesen (bijvoorbeeld: framboos - 'witte' groene druif - stukje abrikoos - stukje pruim) en laat iedereen bij het opeten vertellen waarvoor zij boos, blij enz. zijn. Kan ook met snoepjes (bijvoorbeeld kikkers = blij, chocoladenoot = boos, zuur beertje = verdriet, enz.).

We voelen ons misschien:

- blij omdat we op kamp mogen, omdat we onze Chirovrienden weer mogen zien, omdat we weer mogen spelen op pleintjes ...
- boos omdat we niet zomaar bij elkaar mogen logeren, omdat ons lief in een andere bubbel zit, omdat we niet op tweedaagse mogen ...
- bang omdat we iemand kennen die ziek is/was, of omdat mensen zeggen dat we bang moeten zijn
- verdrietig omdat we niet zo vaak als we willen op bezoek kunnen bij oma, omdat onze buurman – wel oud maar nog in goede gezondheid – overleden is, enz.

-12: Gevoelenscarrousel

(<https://www.kuleuven.be/thomas/page/een-lach-en-een-traan/>)

Gevoelenscarrousel

Gezichtsuitdrukkingen herkennen en begrijpen is een belangrijke vaardigheid. Leuke opdrachten kunnen daartoe bijdragen. Ze zorgen ook voor de mogelijkheid om verder op die gevoelens in te gaan.

Hoe werkt een carrousel?

Laat de leden twee kringen maken. In elke kring zitten of staan evenveel leden. De kinderen van de buitenste en de binnenste kring kijken naar elkaar. Elke keer als je in je handen klapt, schuiven de leden van de binnenste of de buitenste kring een stapje op. De leden staan dus elke keer tegenover iemand anders. Jij bepaalt de richting.

Hoe werkt de gevoelenscarrousel?

Elke keer als er nieuwe duo's gevormd worden (de kinderen die tegenover elkaar staan), beelden de kinderen uit de buitenste kring een gevoel uit. De leerlingen uit de binnenste kring spiegelen de gelaatsuitdrukking en lichaamstaal van de leerlingen uit de buitenste kring. Na een aantal keren kun je de rollen omdraaien.

Je kunt starten met een aantal geleide rondes en afronden met enkele vrij te kiezen gevoelsrondes waarbij je de kinderen voldoende ruimte geeft om gevoelens uit te beelden. Hoe ouder de leden, hoe meer gevoelens er uitgebeeld kunnen worden.

Vragen die kunnen helpen bij de nabespreking

- Hoe verliep het spelletje?
- Was het moeilijk?
- Laat de woordenschat over gevoelens nog eens aan bod komen: blij, lach, bedroefd/verdrietig, traan, triest, enz.
- Hoe was het om het gevoel uit te beelden?
- Hoe was het om de anderen na te doen?
- Heb je iets nieuws geleerd?
- Vond je dat de persoon voor jou het gevoel goed uitbeelde? Waarom wel? Waarom niet?

-12: Bloembak: <https://chiro.be/zingeving/de-bloembakgevoelensbak>

+12: Onmacht, verontwaardiging, verbondenheid, verwondering

Die afdelingen vinden fruitspiesen of snoep misschien ook leuk? Zie hoger!

We voelen misschien deze ervaringen van zin en onzin (zie ook verder, in de visietekst):

- onmacht omdat sommigen van de leden of leiding uit risicogroepen niet mee mogen
- verontwaardiging omdat kampeigenaars of burgemeesters het kamp niet laten doorgaan, omdat we te weinig tenten hebben, enz.
- verwondering: zoveel leiding die zich aan regels wil houden om kinderen toch een kamp te geven

Tekst

Verlangen: <https://chiro.be/zingeving/verlangen>

+ 12 => Waar verlangde jij in coronatijden echt naar, en welk verlangen kan je nu weer beleven? Waar ben je dankbaar voor dat het nu weer kan?

4 ervaringen: <https://chiro.be/info-voor-leiding/zingeving/visietekst-zingeving>

+14 => 4 ervaringen van verwondering, verbondenheid, verontwaardiging en onmacht expliciet benoemen

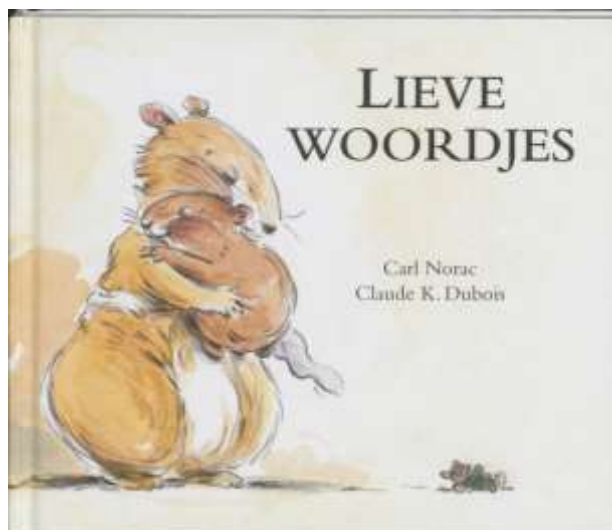
Verhalen(boeken)

-12: De kleur van emoties: <https://www.youtube.com/watch?v=8tnBLX7cpN4>,
<https://www.youtube.com/watch?v=jgFoTYohZyk>

Vreugde (geel), verdriet (blauw), boosheid (rood), angst (zwart), kalmte (groen)

- ⇒ Potjes met gekleurd zout maken? Iedereen krijgt een klein potje met deksel (of nam dat mee van thuis). De leden maken zout met verschillende kleurtjes (met stoepkrijt over het zout gaan).
- ⇒ Zeepjes maken: <https://debanier.be/creatief/giettechnieken/zeep-gieten.html>

-12: Een boek vol gevoelens en 1 goudvis: <https://www.lannoo.be/nl/een-boek-vol-gevoelens-en-1-goudvis>



-12 & +12:

Lieve woordjes: Op een ochtend wordt Lola wakker met een mond vol lieve woordjes. Zoveel lieve woordjes dat haar wangen er bol van staan. Lola wil haar lieve woordjes kwijt, maar niemand heeft tijd voor haar...

Nog doe-momentje?

"Zie jij hoe je leiding hun best doet voor een fantastisch kamp? Hoe we allemaal ons best doen om niet ziek te worden (handen wassen e.d.)? Aan wie geef jij een lief woordje?"

Pippi langkous: 'Ik heb het nog nooit gedaan, dus ik denk dat ik het wel kan'
Pippi gaat boodschappen doen - Astrid Lindgren

"Tja, als we eens begonnen", zei Pippi. "Allereerst zou ik een piano willen kopen."

"Ja maar Pippi", zei Tommy, "je kunt toch niet pianospelen?"

"Hoe kan ik dat nou weten als ik het nog nooit geprobeerd heb?" antwoordde Pippi. "Ik heb nog nooit een piano gehad om het te proberen. En laat ik je zeggen, Tommy, pianospelen zonder piano, dat kost ontzettend veel moeite om te leren."

Duiding: "Eerst dachten we dat we niet op kamp zouden mogen gaan. Dat iedereen thuis zou moeten blijven in hun kleine bubbel. En toen mochten we wel gaan, maar onder strenge voorwaarden. De leiding wist het even niet goed: hoe moesten we dat aanpakken? We hadden het nog nooit gedaan, maar kijk: hier doen we het!"

Verhaal van Jezus:

Zoals het in de bijbel staat:

Een zaaier ging het land op om te zaaien. Een deel van het zaad viel op het pad, en de vogels kwamen het opeten. Een ander deel viel op de rotsgrond, waar het niet veel aarde had, en het kwam meteen op, doordat het geen diepe grond had. Toen de zon opkwam, verschroeide het, en doordat het geen wortel had, verdorde het. Weer een ander deel viel tussen de distels, en de distels schoten op en verstikten het. Weer een ander deel viel in goede aarde en leverde vrucht op: honderdvoudig, zestigvoudig, of dertigvoudig.

Bij Matteüs 13, 3-8 of Marcus 4, 3-8 of Lucas 8, 5-8: gelijkenis van de zaaier

Toegepast op een Chirogroep:

Een kort verhaal, bijna een les landbouw.

Er gebeurt heel wat en het loopt niet voor elk zaadje goed af.

Onze plannen, vol enthousiasme gesmeed, kennen ook meer dan één uitkomst.

Soms gaat alles vanzelf.

De voorbereiding vlot, iedereen slaagt erin afspraken na te komen en bovendien willen ook nog alle gevraagde ouders meewerken, komt er niemand zagen en raakt er niemand gewond.

Zaaien, opkomen en vrucht opleveren – het kan eenvoudig zijn.

Soms gaat niet alles vanzelf.

Het geweldige idee blijkt niet zo eenvoudig uit te voeren, de ploeg lijdt onder tijdsgebrek, de beoogde zaai is niet vrij en het alternatief is stukken duurder.

Zaaien, opschieten en verdorren.

Activiteiten kunnen uitgroeien tot prachtige planten of uitdrogen lang voor ze vruchten kunnen dragen. Pesten kan iemand zo verteren dat er weinig levenslust

overblijft. Pubers schieten letterlijk op, maar figuurlijk misschien weinig met elkaar. Het is een hele klus voor leiding om te voorkomen dat leden vertrapt worden of elkaar verstikken. Het doet o zo'n deugd als zorgzaam zaaien en zorgen voor de tere plantjes resulteert in opschietende kinderen, joelend en spelend, genietend van de zon.

Getuigenis van een leidster

Het leek een bivak zoals altijd, maar tóch was het anders. We hadden veel plezier, er was veel gelach en gezever, maar er waren ook veel tegenslagen. Toen ook nog eens de voorbereiding van de bezokedag in het water viel, werd het voor velen iets te veel. Iedereen werd kribbig, het minste woord was te veel en in plaats van elkaar te prijzen om het harde werk maakten we ons kwaad om wat fout liep en kibbelden we voortdurend.

De bezokedag eindigde zoals elk jaar met een stil moment waarop onze priester de leiding, leden en hun ouders kort toesprak. Hij vertelde het verhaal van de zaaier en hoe hij het apprecieerde dat we telkens weer inspanningen leverden om van het bivak een succes te maken. Hij zei: "Soms loopt het mis en soms lijkt het alsof alle inspanningen voor niets geweest zijn, maar denk dan aan de goede momenten en het plezier dat je aan de kinderen al gegeven hebt."

De leiding werd stil en ook 's avonds was het op de leidingskring opmerkelijk rustig. Iemand zei: "Eigenlijk heeft onze proost gelijk. We kibbelen en vitten om het minste, maar we doen het toch maar. We doen allemaal ons best en we hebben allen hetzelfde doel: dit bivak onvergetelijk maken."

Nu nog zeggen we vaak hoe we die woorden toen nodig hadden, hoe die ons de moed gegeven hebben om ertegenaan te gaan en inspanningen te blijven leveren. De tegenslagen bleven komen, maar het werd uiteindelijk toch een onvergetelijk bivak, zowel voor de leden als voor de leiding.

Liesbeth van der Stappen, Chiro Malderen