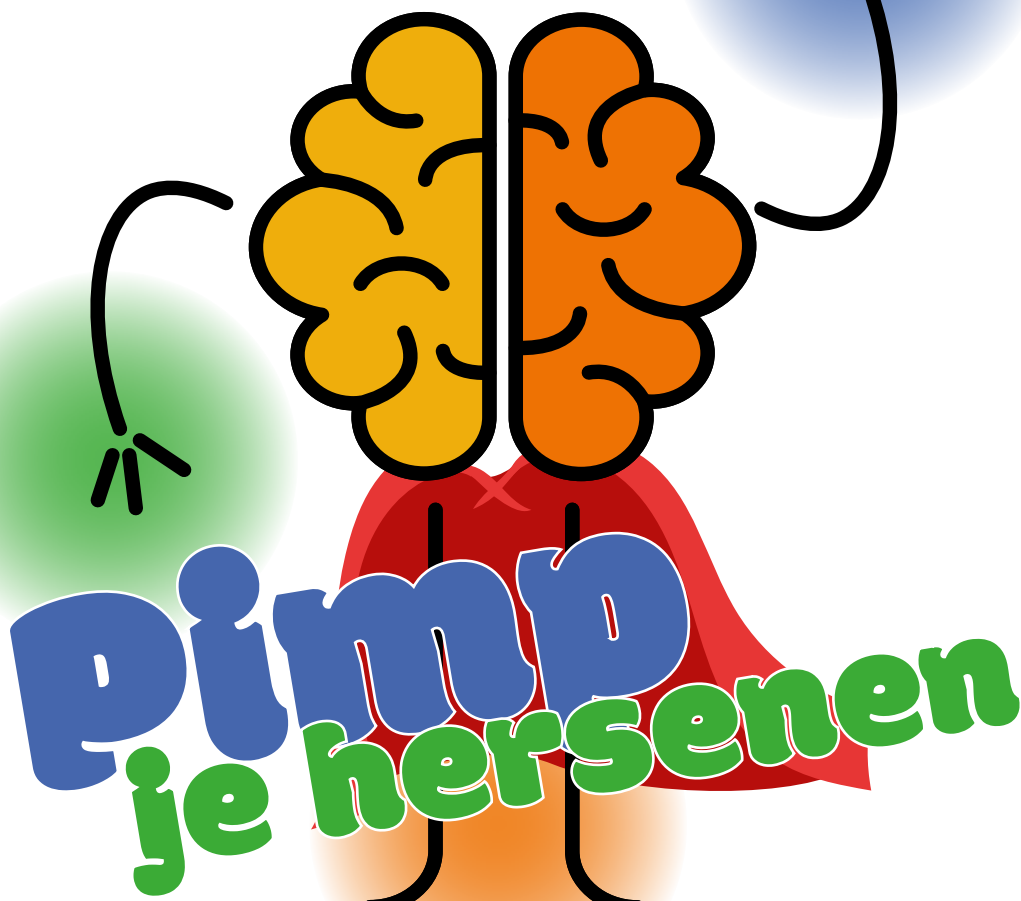


EEN KORTE HANDLEIDING
VOOR HET GEBRUIK VAN



een spel om anders
te denken en te leren

Inleiding

U houdt het pedagogische boekje van de doos “Pimp je hersenen!” in uw handen. Om u te helpen deze doos te ontdekken en te gebruiken, geven wij u eerst enkele instructies m.b.t. het gebruik van de doos, zodat u snel aan de slag kunt. Vervolgens nodigen wij u uit om onze bedoelingen en de missie van het project te ontdekken, samen met een korte voorstelling van de medebedenkers. Verder leggen we ook uit hoe spelplezier de basis is voor verrijkend leren. Tot slot ontwikkelen we de drie speelse benaderingen waarmee u aan de hand van de 48 filosofie-, meditatie- en edutainmentfiches in deze doos zal experimenteren.

Inhoud

Inleiding	2
Mode d’emploi du coffret	3
Présentation du projet	6
Trois pratiques ludiques	8
Bibliographie	31
Conclusion	32

**Een kleine waarschuwing echter:
sommige van de activiteiten in deze
doos kunnen de harten van kinderen
beroeren, maar ze kunnen ook enkele
verontrustende emoties opwekken.
Ga er dus zo voorzichtig mogelijk mee om.**



Gebruiksaanwijzing

In de doos bevinden zich 48 fiches en een boekje met uitleg.
De fiches zijn verdeeld in drie categorieën (drie kleuren):
blauw voor filosofie, groen voor meditatie en oranje voor edutainment.
Op elke fiche staan:

Op de voorkant:

- ☐ De titel van de activiteit
- ☐ De doelstelling
- ☐ De ingrediënten die nodig zijn om het te maken
- ☐ De activiteit zelf

Op de achterkant:

- ☐ Tips
- ☐ Links naar de twee andere categorieën

Op sommige fiches staat ook een QR-code om de documenten en/of materialen voor de activiteiten te downloaden.

Wij kozen ervoor om de fiches twee manieren te organiseren:

- ☐ Het eerste deel van de fiches in een “speelklare” modus voor een snel en eenvoudig gebruik,
- ☐ Een tweede deel van de fiches die voorafgaande voorbereiding vereisen.



Onze tips en tricks

Voordat u deze oefeningen met uw kind/groep kinderen begeleidt, nodigen wij u uit om de inhoud van de doos te ontdekken en de fiches zelf uit te proberen, zodat u zich meer op uw gemak voelt bij de voorgestelde activiteiten. Daarna kunt u dan samen met de kinderen de doos ontdekken en samen kiezen waarmee jullie willen starten!

- ☐ Zorg ervoor dat de omgeving **rustig** is en dat iedereen beschikbaar is om te spelen (zet de TV uit! zet de telefoons uit! maak tijd voor elkaar!).
- ☐ Pas **de speelduur** aan de leeftijd van het kind/de kinderen aan.
- ☐ Op de achterkant van elke fiche staan meer specifieke **tips** en inspirerende citaten voor de begeleiders die ze aan de kinderen kunnen uitleggen.
- ☐ Als ze het eenmaal onder de knie hebben, kunnen de meest zelfstandige kinderen ze **zonder begeleiding spelen** en zelf de oefeningen uitvoeren en leiden.

Keuze van de fiches

U kunt een van de **drie disciplines** naar keuze kiezen (filosofie, meditatie, edutainment). Deze fiches zijn ingedeeld in verschillende hoofddoelstellingen:

|Voor filosofie|
Ontdek de filosofie
Een thema verkennen
Zet je denkpet op!

|Voor
edutainment|
Memoriseren
Zich organiseren
Jezelf motiveren
Emoties temmen

Plezier creëren door te spelen

Wij zijn ervan overtuigd dat het essentieel is om in een goede sfeer te leren, door te spelen en plezier te hebben. Vreugde is een natuurlijke brandstof die onze bewegings- en motivatiemotor laat werken. Vreugde en plezier doorlopen het hele lichaam, het hart en de geest en moeten aangewakkerd en aangemoedigd worden. Deze doos bevat 48 fiches verspreid over drie speelse categorieën oefeningen: meditatie, filosofie en edutainment. Elke fiche biedt een opening naar de andere twee categorieën oefeningen.

Op de voorkant van de fiche staat de te spelen activiteit en op de achterkant staan tips en aanwijzingen voor de begeleiders.

Al deze fiches beogen het stimuleren van:

- ☐ de uitvoerende functies die nodig zijn voor het denken en handelen,
- ☐ de sociaal-emotionele vaardigheden die nodig zijn om samen te leven,
- ☐ het spelenderwijs aanleren van sociale regels en fair-play,
- ☐ het recht om fouten te maken en de ontwikkeling van motivatie.



Interactie tussen de verschillende oefeningen

Op elke achterkant suggereren wij links naar andere categorieën oefeningen om zowel de mentale flexibiliteit als de gewoonten van de geest te versterken (vergelijkingen, analogieën, enz. tussen activiteiten).

|Voor meditatie|

**Beschikbaar zijn voor
zichzelf en voor de wereld
Ontwikkelen van vertrouwen
in zichzelf en anderen
Verbinding maken met
anderen**

Voorstelling van het project

Doel en missie van het project

Toen Allagi in 2020 dit project bedacht, wilde ze samenwerken met andere spelers in de onderwijswereld, de Fabrique à Bonheurs en SEVE Belgium, die dezelfde visie en missie delen, namelijk het kind en het spel centraal stellen in het leerproces.

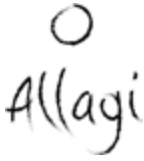
Wij worden allen gedreven door het verlangen om de ontwikkeling van kinderen te begeleiden door hen te helpen anders te leren, beter te denken, te voelen en zich hun innerlijke en uiterlijke wereld eigen te maken. Onze missie is de jongste kinderen in staat te stellen te groeien, te bloeien en bij te dragen aan een wereld waarin we bewust en met het volste vertrouwen leven.

Omdat wij geloven dat spel een essentieel middel is voor kinderen om zelf op een actieve manier te leren, ontwierpen wij pedagogische en speelse activiteiten die het hele leerproces, op school en/of in hun dagelijkse leven, formeel en informeel, toegankelijk en leuk maken.

Laten we kinderen helpen groeien in bewustwording, empathie en onderscheidingsvermogen, om zelfstandige, ontloken volwassenen te worden die zichzelf en de wereld om hen heen respecteren.



Voorstelling van de medebedenkers



Allagi, de coördinator van het project, is een in het Groothertogdom Luxemburg gevestigde Coopérative d'Impact Sociétal (SCIS), die het grote en absolute belang van levenslang leren vooropstelt, zodat elkeen zichzelf kan worden en in staat is te vinden wie of wat men wil doen en worden. Onze missie is

om de mens weer centraal te stellen in de samenleving, om iedereen, ongeacht zijn leeftijd en financiële situatie, doeltreffende instrumenten en aangepaste vaardigheden aan te reiken om zich in de maatschappij in te passen, met anderen mee te denken en na te denken, en de verschillen en de levende wereld als geheel te respecteren. Dit zijn allemaal vaardigheden die volgens ons essentieel zijn om een rechtvaardiger, bewuster, altruïstischer, serener en gelukkiger samenleving op te bouwen.



SEVE Belgium is de Belgische afdeling van de Vereniging SEVE, onder het voorzitterschap van Frédéric Lenoir. Deze organisatie helpt kinderen te groeien als onderscheidend mens en werkt aan het cultiveren van levenskust en samenleven vanaf de kindertijd, met name door het aanbieden van workshops over filosofie en bewuste aandacht.

Haar missie is de welwillende aanwezigheid en het aandachtige, creatieve, kritische en reflectieve denken van kinderen en adolescenten en de volwassenen die hen begeleiden te ontwikkelen, zodat iedereen een bewuste, actieve en wijze burger kan worden.

la fabrique à bonheurs

La Fabrique à Bonheurs vernieuwt de manier waarop

we leren en werken en helpt iedereen de vaardigheden te ontwikkelen die essentieel zijn in de huidige maatschappij. Het deelt de bijdragen van positieve psycho-educatie binnen gezinnen, scholen, instellingen en bedrijven zodat individuen zich kunnen ontplooien en op een gezonde en verantwoordelijke manier kunnen bijdragen aan het algemeen welzijn.

Voorstelling van het project

De uitvoerende functies die noodzakelijk zijn om te denken en te handelen

De uitvoerende functies, ook bekend als mentale regulering, bestaan uit een reeks cognitieve processen, essentiële mentale vaardigheden, die kinderen gebruiken bij het leren; zij zijn erop gericht een ervaring te associëren met een specifieke handeling en het gedrag als reactie op die taak te reguleren.

Dankzij deze functies kunnen kinderen omgaan met niet-geautomatiseerde en niet-routinematige handelingen en kunnen zij zich niet alleen aanpassen aan hun omgeving maar ook aan nieuwe situaties.

Akira Miyake en zijn team definieerden uitvoerende functies in 2000 als «het geheel van processen die een individu in staat stellen gedachten en handelingen doelbewust te reguleren om doelen te bereiken».¹

De jongste jaren genoot de studie van executieve functies veel belangstelling op het gebied van de neuropsychologie van het kind, vooral sinds de steeds talrijker wordende empirische bewijzen die wijzen op een mogelijk verband tussen disfuncties op uitvoerend vlak en cognitieve, academische en psychosociale moeilijkheden. Er zijn nu belangrijke aanwijzingen dat deze vaardigheden zich vroeg én langdurig ontwikkelen.

Wij richten ons specifiek op het stimuleren van mentale flexibiliteit, emotionele regulering en afremmende controle, drie van de uitvoerende functies die cruciaal zijn in het leerproces van kinderen en in hun harmonieuze ontwikkeling.

¹ Miyake, A., Friedman, N.P., Emerson, M.J., Witzki, A.H., Howerter, A. (2000). The unity and diversity of executive functions and their contributions to complex « frontal lobe » tasks : A latent variable analysis. *Cognitive Psychology*, 41, 49-100.

Laten we deze drie functies en hun belang voor de ontwikkeling van het kind even kort schetsen.

Mentale flexibiliteit is een essentieel vermogen om van de ene activiteit naar de andere over te gaan. Het voorkomt dat men blijft steken in één enkele manier om de oplossing van een probleemsituatie te benaderen (b.v. het antwoord op een vraag) en maakt het mogelijk zijn standpunt en zijn manier van doen (handelen, denken, spreken, enz.) te veranderen als men vaststelt dat de manier van handelen niet de juiste is.

1

Emotionele regulatie stelt ons in staat onze emotionele reacties aan te passen aan de situatie. Als deze functie niet aanwezig is, wordt het moeilijk om onze emoties te beheersen. Dit vermogen is nodig wanneer wij in een groep samenwerken, om de uiting van onze emoties (overweldigende vreugde, woede, verdriet...) te kunnen beheersen, ze te reguleren en op een aangepaste manier te denken en te handelen.

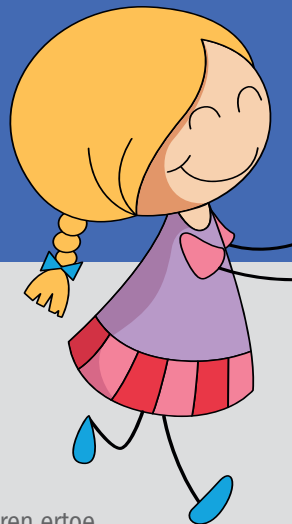
2

Afremmende controle helpt ons om niet door andere dingen te worden afgeleid wanneer we een taak uitvoeren. Het helpt ons ook aan onze impulsen en verlangens te weerstaan en te wachten op het juiste moment om iets te zeggen of te doen. Deze functie stopt een gedrag zodra dat nodig is en helpt ons een taak vol te houden, zelfs als we daartoe geen zin meer hebben, het ons geen plezier meer verschaft of ons angst inboezemt. Tenslotte geeft het ons de mogelijkheid ons werk tijdens of na afloop te controleren.

3

De drie soorten activiteiten in deze doos stimuleren elk op hun eigen manier de bovengenoemde uitvoerende functies.

Voorstelling van het project



De sociaal-emotionele vaardigheden die nodig zijn om samen te leven

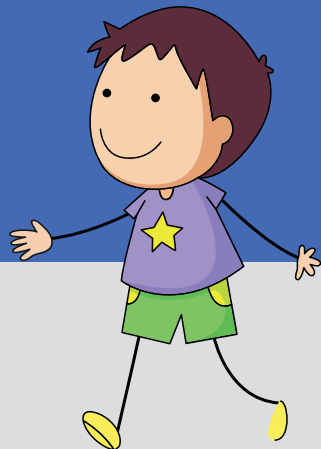
Wij willen ook de sociaal-emotionele vaardigheden ontwikkelen die nodig zijn om samen te leven.

In de loop van de voorgestelde activiteiten worden de kinderen ertoe gebracht te experimenteren met het zoeken naar en uitwisselen van ideeën, emoties en gevoelens, om door middel van dialoog te komen tot een gezamenlijke reflectie in plaats van te debatteren, en te kiezen voor samenwerking in plaats van competitie. Zij ontdekken de concrete humanistische waarden door zich op een welwillende manier vragen te stellen over verschillende universele onderwerpen zoals vrijheid, rechtvaardigheid of vriendschap en deze te bespreken.

Hun deelname stimuleert hun potentieel als denkende wezens en zij verwerven echte denkinstrumenten en -vaardigheden en een betere kennis van zichzelf, anderen en de wereld om hen heen. Zelfbewustzijn, het vermogen om duidelijk te communiceren, het vermogen om beslissingen te nemen, het aanvaarden van emoties en empathie... maken deel uit van psychosociale vaardigheden. Het werken aan deze vaardigheden verbetert het welzijn en bevordert ieders leerproces, terwijl het tegelijkertijd de drang naar geweld vermindert. Met onze kit begrijpt iedereen waarom leren en samenleven zo belangrijk is en wordt hij/zij ertoe aangezet om dit ook in de praktijk toe te passen.

Sociale regels en fair play spelenderwijs aanleren

Spelen is “kinderspel”. Door te spelen ervaart het kind sociale regels en een kader dat hij/zij moet respecteren voor de goede werking van de collectieve activiteit.



De spelrondes respecteren, niet vals spelen, vertrouwen op het toeval, verliezen of winnen: kinderen worden geconfronteerd met verschillende situaties die hen in staat stellen vaardigheden en houdingen te integreren. Naast de sociale regels dwingt het spel hen individueel te ondervinden dat ze niet altijd winnen en kunnen doen wat ze willen. Het kind begrijpt dat het niet alleen is, dat het niet alles naar zijn hand kan zetten: het leert te groeien, door niet per se meteen te krijgen wat het wil.

Het kind leert ook te verliezen, andere gezichtspunten te horen, geen idee of opinie te hebben, gefrustreerd te zijn door het spel en in te zien dat anderen wel goed speelden of een antwoord vonden waar het zelf niet aan had gedacht. Deze ervaringen moeten voor het kind een verrijkend leerproces opleveren dat verder gaat dan zijn eigen frustratie.

Het recht om fouten te maken en de ontwikkeling van motivatie

Spelenderwijs begrijpt het kind dat het zonder risico fouten kan maken en dat het opnieuw kan proberen en zijn spel kan aanpassen om bevredigender resultaten te verkrijgen. Dit is de kern van een leerproces: proberen, fouten maken en zijn handelen hieraan aanpassen.

Intrinsieke motivatie vloeit voort uit deze periode van proberen en volharden om de meest geschikte strategie voor zichzelf te vinden. Het is een motor die het kind in staat stelt zichzelf te overtreffen en zonder risico het onbekende tegemoet te treden.

Het recht om fouten te maken zonder het risico te lopen om beoordeeld, bespot of geëvalueerd te worden stelt kinderen in staat hun leerpotentieel te ontwikkelen en zelfvertrouwen op te bouwen. Fouten zijn zowel een stap naar leren als een leerervaring op zich.

Drie speelse soorten oefeningen

Grondbeginselen van de houding van de coach

Met deze doos kunt u werken aan de relatie tussen de kinderen onderling en tussen de volwassene en de kinderen. De rol van de volwassene is aanwezig te zijn bij het kind of de groep kinderen om hen te helpen hun zone van de dichtstbijzijnde ontwikkelingsfase te verkennen. Elk individu ontwikkelt zich namelijk dankzij de geruststellende begeleiding van iemand met meer ervaring die hem of haar steunt bij de verkenningen. Beetje bij beetje zal het kind met vertrouwen durven onderzoeken wat het nog niet weet om te groeien en onafhankelijker te worden.

Weten hoe te luisteren, weten hoe te verwelkomen

Wij zijn ervan overtuigd dat de plaats van de begeleidende volwassene allereerst bestaat uit het verwelkomen van en luisteren naar het kind, zonder oordeel en zonder voorwaarden. Dit verwelkomen en luisteren is des te meer ondersteunend en eerlijk als het kader duidelijk is gedefinieerd en iedereen respecteert. Anderzijds is het noodzakelijk om de kinderen er tijdens activiteiten aan te herinneren dat de essentiële regels van hoffelijkheid, samenleven en respect niet onderhandelbaar zijn.

Hoe luisteren?

Luisteren is vooral zwijgen, verwelkomen en willen begrijpen wat het kind zegt, zonder antwoorden, adviezen of bezwaren voor te bereiden terwijl het kind praat. Luisteren betekent aandacht hebben voor wat de ander zegt, maar ook voor wat ons stoort, voor wat ons ergert, door de emoties en gewaarwordingen die dit in ons opwekt te verwelkomen.

Het is belangrijk om niet uit het oog te verliezen dat de hersenen van het kind nog niet volgroeid zijn en dat veel van zijn gedragingen en gedachten

verband houden met deze onvolwassenheid, waartegen hij niets kan doen: hij bevindt zich gewoon in een fase van zijn ontwikkelingsproces.

Het kind leert beetje bij beetje zijn houding en zijn woorden mettertijd aan te passen dankzij ervaring en herhaling. Bovenal moedigt de begeleider het kind aan: hij/zij herinnert hem/haar eraan vertrouwen te hebben en te geloven dat hij/zij het kan, ook al lijken sommige leeronderdelen op dit moment nog moeilijk.

Daarnaast stellen wij voor om gebruik te maken van generatief luisteren, zodat u het denken van het kind kunt begeleiden met kleine knikjes, blikken, korte uitroepen (ah ja? ah zo? OK), herformuleringen of zelfs open vragen die het denken stimuleren.

Om uitwisseling en vertrouwen in de relatie te bevorderen, moeten we voor ogen houden dat de begeleider noch het kind meer gelijk heeft dan de ander: ieder drukt zich uit op zijn niveau en er is geen sprake van concurrentie van kennis.

De volwassene heeft gewoon een langere levenservaring dan het kind, maar het kind is niet minder legitiem in zijn of haar eigen leven. Het kind is, in de woorden van Jacques Levine, «een waardige gesprekspartner»: een kind maakt deel uit van de wereld, het heeft ook een eigen levenservaring en is in staat om zich een beeld te vormen van de wereld en zich dit toe te eigenen. Ook al zijn de gegeven antwoorden niet altijd juist, ze zijn nuttig voor het spel en altijd goed om te geven, want ze vormen de bronnen van uitwisseling, aanpassingen en vooruitgang in het leren. Deze niet-competitieve interacties bevorderen de ontwikkeling van de hersenen van het kind, met name empathie en zelfempathie.

Op die manier kan iedereen zijn denken openstellen, zijn ideeën ontwikkelen en er vervolgens voor kiezen zijn denken te nuanceren, te ontwikkelen of aan te passen. Dit is een essentieel element bij het werken aan mentale flexibiliteit en het verwelkomen van de diversiteit van ervaringen en ideeën.

Trois parties ludiques

Uiteindelijk zal de volwassene zich via deze reeks spelletjes opnieuw verbinden met zijn of haar kinderlijke ziel en de ervaring delen van spelen, fouten maken, verliezen, terug opveren en verwonderd zijn.

Door zijn ondersteunende en open houding laat de volwassene het kind een voorbeeld nemen en door herhaling en imitatie te werk gaan. Dit soort leren «door nabootsing» zou onder meer worden versterkt door een neurologisch verschijnsel dat «spiegelneuronen» wordt genoemd, dat bij apen is waargenomen en waarvan wordt aangenomen - zonder dat er direct bewijs is dat het op dezelfde manier ook bij mensen bestaat. Zij zouden ons namelijk in staat stellen onszelf te zien handelen in de plaats van de andere persoon, als in een spiegel (visualisatie). Deze neuronen zouden ook betrokken kunnen zijn bij het begrijpen van anderen, om hun gedrag beter te begrijpen. Een essentiële rol bij het leren.



Wat u moet weten over de 3 soorten oefeningen

De edutainmentfiches

Het doel van deze fiches is het stimuleren en bewerken van leerprocessen door middel van spel:

- ☐ **cognitief:** ik kan verschillende geheugentechnieken ontwikkelen,
- ☐ **metacognitief:** ik word me bewust van mijn capaciteiten en het resultaat van mijn handelingen, ik beoordeel mezelf en beheer mijn handelingen
- ☐ en **affectief:** ik ontwikkel vertrouwen in mezelf en mijn capaciteiten, eigenwaarde en motivatie.

De activiteiten opgenomen in de edutainmentfiches brengen het kind ertoe verschillende vaardigheden te oefenen, zich bewust te worden van zijn cognitieve hulpbronnen en bepaalde overtuigingen en voorstellingen over leren af te bouwen. In werkelijkheid moeten onze hersenen, om nieuwe informatie en nieuwe vaardigheden te leren, gebruik maken van en voortbouwen op wat ze al weten: het kind ontdekt «het nieuwe», stelt het in vraag, begrijpt het, vergelijkt het met wat het al weet om het zich later beter toe te eigenen en te verankeren.

Hoe meer we leren, hoe meer we een voorraad informatie in ons hoofd aanleggen en hoe gemakkelijker het lijkt om te leren, omdat we het materiaal hebben om verbanden te leggen (te verbinden) tussen het bekende en het nieuwe! Om nieuwe informatie te onthouden zijn factoren als herhaling, het creëren van rituelen, mentale beelden, spelletjes, humor en associaties van ideeën van groot belang.

Het bekende reactiveren en je verwonderen over het nieuwe is een van de doelstellingen van deze reeks fiches. Voor de duidelijkheid hebben wij gekozen voor vier oefeningen: geheugenstimulering, informatieorganisatie, zelfvertrouwen en motivatie.

Wat u moet weten over de 3 soorten oefeningen

Het geheugen

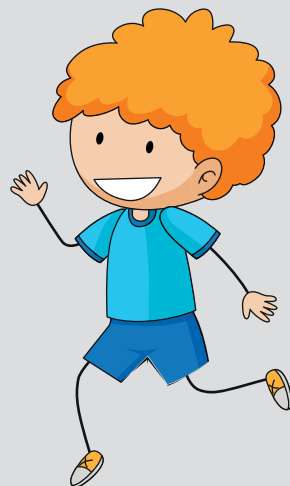
Kinderen hebben vaak sterke overtuigingen over hun geheugencapaciteiten. «Ik heb een olifantengeheugen» of «Ik heb het geheugen van een goudvis» zijn veel voorkomende uitspraken. Onze geheugenfiches zijn ontworpen om kinderen ervan bewust te maken dat er verschillende soorten geheugen en verschillende manieren zijn om zaken te onthouden.

Informatie steeds opnieuw herhalen/opschrijven om het te onthouden (in je hoofd of hardop trouwens) is een legende, waarvan de strategie op de lange termijn niet erg effectief is. Anderzijds zijn bewegen, vragen stellen, tekenen, associëren, informatie lokaliseren in de ruimte, opnieuw uitleggen in zijn eigen woorden, enz. echte methoden om nieuwe informatie in het geheugen te verankeren.

De organisatie van informatie

Organisatie is essentieel voor de verankering en consolidatie van het leren. Om de informatie in zijn hoofd te kunnen organiseren, moet het kind zich bewust worden van wat hij doet, zijn inspanningen inschatten en zijn efficiëntie bij het uitvoeren van de taak evalueren (controlestrategieën). Zij zullen dan hun gedrag beter kunnen beheersen en aanpassen, rekening houdend met hun capaciteiten, de tijd die zij beschikbaar hebben en hun uitvoeringssnelheid. Wij stellen vier activiteiten voor om met dit aanleren te spelen:

- ☐ Evalueren wat ik weet en wat ik niet weet,
- ☐ Sorteren, ordenen, organiseren om beter te kunnen begrijpen,
- ☐ Het «ik weet» pad,
- ☐ Ik organiseer mezelf in kleuren.



Zelfvertrouwen

De emotionele dimensie bij het aanleren is cruciaal en wordt soms naar de achtergrond gedrongen ten koste van de zuiver intellectuele dimensie. Wij kozen ervoor om vier activiteiten te creëren die gebaseerd zijn op het ontdekken en beheren van de emoties en krachten van het kind. Leren observeren hoe zij functioneren en verwelkomen wat er in hen gebeurt, zal hen helpen vertrouwen en sereniteit te verkrijgen.

Motivatie

Richard Deci stelde in 1975 een relevante theorie voor en maakte hierbij het onderscheid tussen twee soorten motivatie, afhankelijk van de vraag of deze «opgelegd» is of niet. Deze theorie werd aangevuld door Deci en Ryan (1985, 2002).

- ☐ **Intrinsieke motivatie:** de actie wordt uitsluitend gedreven door het belang en het plezier dat het individu in de actie vindt, zonder dat er een externe beloning wordt verwacht.
- ☐ **Extrinsieke motivatie:** de actie wordt uitgelokt door een externe omstandigheid (straf, beloning, sociale druk, het verkrijgen van de goedkeuring van een derde persoon, enz.).

Deze twee soorten motivatie worden aangevuld met een derde toestand: amotivatie, het gevoel onderworpen te zijn aan factoren waarop men geen vat heeft. Het onderscheidt zich van extrinsieke motivatie door de afwezigheid van motivatie die verband houdt met het gevoel dat men de gevolgen van zijn handelingen niet kan voorzien.

Onze fiches zijn erop gericht de intrinsieke motivatie van kinderen te ontwikkelen, zodat zij in zichzelf het verlangen vinden om te doen en te preste-

Wat u moet weten over de 3 soorten oefeningen

ren zonder externe verwachtingen: het ontwikkelen van hun nieuwsgierigheid en plezier om te leren en zich open te stellen voor de wereld is voor ons een garantie voor autonomie en voldoening.

Wat is de rol van de volwassene bij edutainment-activiteiten?

De begeleidende volwassene neemt de houding aan van een «speler zoals de anderen». Zij kunnen deelnemen of de activiteit orkestreren. Hun rol is niet om de kinderen te laten winnen, om les te geven over dit of dat onderwerp - hoewel we de spelers natuurlijk aanmoedigen om hun kennis, herinneringen en inzichten over alle informatie te delen. Zijn rol is niet om «de oplossing» te hebben, maar om de nieuwsgierigheid van de kinderen te stimuleren zodat zij hun hoofd, lichaam en hart kunnen activeren tijdens de voorgestelde activiteiten. Hij of zij neemt een ondersteunende houding aan die het kind in staat stelt te durven proberen en een welwillende houding die vriendelijke en gepaste competitie mogelijk maakt (respect voor tijd, instructies, fair play, enz.). Het doel is het kind aan te moedigen zijn of haar leercapaciteiten te ontdekken.

Kortom, de volwassene helpt het kind om te plannen, te organiseren en leerstrategieën te ontwikkelen, te durven ondernemen en zelfstandig te worden. De speelse benadering van deze vaardigheden maakt het mogelijk het idee van «hard werken» te vervangen door «leuk en stimulerend werk», dat even doeltreffend is. Deze inspanningen zijn goed voor de hersenen, versterken de cognitieve functies en vergroten het zelfvertrouwen en de motivatie zonder dat ze als een inspanning worden ervaren.

De energie van spel, uitwisseling en verwondering zal het verlangen stimuleren om te proberen de ervaring te optimaliseren. De edutainmentfiches kunnen willekeurig of volgens het voor-



gestelde schema worden gebruikt. Ze dienen als basis en kunnen gemakkelijk worden aangepast aan uw fantasie en de wensen van de kinderen!

De filosofiefiches

Het doel van deze fiches is om stap voor stap de wereld van het denken te betreden. Meer dan 50 jaar geleden ontstond in de Verenigde Staten het begrip ‘filosofie voor kinderen’, onder impuls van de filosoof en pedagoog Matthew Lipman als een praktijk die zich richtte op het leren denken door en voor zichzelf met anderen. Het maakt deel uit van een actieve pedagogische benadering die de groep kinderen, dankzij de volwassene die hen begeleidt, ertoe brengt een «gemeenschap van filosofisch onderzoek» te worden, d.w.z. een ruimte voor dialoog waar elk kind een «medeonderzoeker» wordt.

Via de verschillende activiteiten die in de filosofiefiches worden voorgesteld, maakt het kind kennis met de filosofische houding en aanpak («Ontdek de filosofie»-fiches), begint het vervolgens enkele grote thema's van de filosofische vraagstelling te verkennen («Verken een thema»-fiches) en cultiveert het tenslotte een reeks denkvaardigheden, zoals vragen stellen, hypothesen formuleren, begrippen definiëren, zijn standpunt beargumenteren, zijn ideeën illustreren, problematiseren, enz. («Zet je denken kracht bij»-fiches), waardoor zij kunnen leren hun denken nauwkeuriger en met meer diepgang te ontwikkelen.



Wat u moet weten over de 3 soorten oefeningen

Wat is de rol van de volwassene bij filosofische activiteiten?

Bij filosofie voor kinderen, zet de volwassene zijn of haar pet af als wijze volwassene, leraar of ouder, om de houding aan te nemen van een facilitator van de filosofische dialoog. Zijn rol is niet om een les te geven over de geschiedenis van de filosofie, om zijn mening, zijn wijsheid of zijn kennis over het concept of de vraag in kwestie over te brengen, maar om de vitaliteit van het onderzoek van de kinderen te stimuleren om hen te begeleiden bij de ontwikkeling van hun eigen ideeën. Hij stelt zich zowel op als een sympathieke luisteraar, waardoor het kind vrij durft te spreken, als een actieve luisteraar, die passende vervolginterventies toestaat (wat bedoel je juist, bv.) om het kind aan te moedigen zijn denkvermogen bewust te oefenen en meer reflectief denken te ontwikkelen.

Denkvaardigheden zijn als instrumenten waarmee je je beter in het denk-veld kunt wagen en een kwaliteitsvolle gedachte kunt vormen. Om u te helpen begrijpen wat die zijn, volgt hier een tabel met een aantal denkvaardigheden waaraan met de filosofiefiches kan worden gewerkt, alsmede concrete voorbeelden van die vaardigheden en ten slotte typische vragen voor animatie en follow-up.

De denkvaardigheidsfiches zijn speciaal ontworpen om op een leuke manier bepaalde denkvaardigheden te oefenen: je vindt ze op de achterkant van de fiches 10 tot en met 16. Je kunt ze voor de fun voor jezelf spelen, zodat je ze door het oefenen ermee beter leert begrijpen. Luister tijdens de dialoog die u begeleidt aandachtig naar de woorden die de kinderen uiten om hen te helpen zich bewust te worden van de denkvaardigheden die zijzelf al oefenen (met een zin als «Dank je voor het onderscheid dat je zojuist maakte tussen kunst en schoonheid», «Als ik het goed begrijp, is jouw definitie van rechtvaardigheid ...») en stel vragen zoals vermeld in de tabel **(22-23)** om andere op te roepen wanneer het moment hiervoor geschikt lijkt.

Zorg er echter voor dat het aantal stimulerende interventies genoeg gedomineerd is, zodat de kinderen het gevoel hebben dat ze vrij blijven bij het bepalen van de richting waarin hun onderzoek verloopt. Filosofie is bovenal een (be)oefening: de activiteit of het thema zijn uitgangspunten om het filosofische onderzoeksproces mee te beginnen, maar we kunnen nooit van tevoren weten waar we zullen uitkomen. Bovendien gebeurt het vaak dat we een filosofische activiteit beëindigen met meer vragen dan antwoorden. Dit kan in het begin frustrerend zijn, maar het maakt deel uit van het leerproces. Het is een manier om te leren loslaten, het onverwachte te aanvaarden en verwondering te genereren over de verrassende denkpaden die kinderen kunnen kiezen.

Kortom, dankzij de filosofiefiches zullen kinderen filosofie op een speelse manier ervaren als een manier van hun zijn in de wereld en zullen zij zich deze manier van zijn geleidelijk eigen kunnen maken, zodat elke ervaring een bron van vraagstelling en filosofische reflectie kan worden. Filosofie is geen activiteit die losstaat van het leven, maar integendeel een activiteit die zin kan geven aan het leven. Aarzel niet om de spontane verwondering en vragen van kinderen en de rijkdom van de wereld die je dagelijks bewoont en omringt aan te grijpen om filosofische dialogen met hen te openen en op gang te brengen, want als je eenmaal de juiste houding en methode hebt, kun je overal en over alles filosoferen!



Tabel van denkvaardigheden

Definities	Voorbeelden	Vragen
Vraagstelling, is vragen stellen over iets door er vragen over te formuleren.	„Ik vraag me af of vriendschap een leven lang kan duren?“	Welke vragen kunnen worden gesteld over dit onderwerp, deze ervaring, dit spel?
Definiëren is zeggen wat een woord betekent door de kenmerkende criteria te bepalen van het ding dat het aanduidt.	„Liefde is een gevoel van onvoorwaardelijke acceptatie van een persoon.“	- Wat betekent “...”? - Als je dit woord zou moeten uitleggen aan iemand die het nog nooit gehoord heeft, zou je zeggen...?
Onderscheiden is het vaststellen van een of meer criteria van verschil tussen twee concepten.	“Het verschil tussen vreugde en geluk is dat vreugde een kortstondige emotie is, terwijl geluk een blijvend gevoel is.	- Is er een verschil tussen “...” en “...”? - Kunnen we een onderscheid maken tussen “...” en “...”? - Wat is het verschil tussen “...” en “...”?
Associëren betekent begrippen, concepten, ideeën of beelden met elkaar verbinden.	“Als ik aan vrijheid denk, denk ik aan verantwoordelijkheid: vrijheid impliceert verantwoordelijkheid.	- Waarmee kunnen we “...” associëren? - Als we denken aan “...”, wat komt er dan in ons op?
Een voorbeeld geven betekent een idee illustreren met iets concreets.	“Een voorbeeld van geweld is dat iemand een klasgenoot beledigt tijdens de pauze.	- Heeft iemand een voorbeeld van “...”? - Kan iemand dit idee illustreren?

Argumenteren is een reden of redenen geven om een idee te ondersteunen.	“Ik denk dat school gebaseerd moet zijn op de interesses van het kind, omdat een kind beter leert als het geïnteresseerd is in de activiteit die het doet.	Waarom denken we dat...? Is er een reden of redenen om te denken dat...?
Problematiseren betekent de complexiteit van een kwestie naar voren brengen.	“Zijn we altijd rechtvaardig in het gehoorzamen van de wetten?	Is het altijd waar/onwaar dat...? Is het altijd/nooit...? “...”, is het echt...?
Contextualiseren betekent een idee in een toepassingsgebied plaatsen.	“Rationele intelligentie wordt meer gewaardeerd dan emotionele intelligentie in het traditionele schoolveld.”	In welke context is dit van toepassing? Geldt dit idee overal?
Classificeren is het indelen van voorwerpen in verschillende categorieën volgens bepaalde criteria.	„Er zijn verschillende soorten dromen: dromen als je slaapt en dromen als je wakker bent. Men kan de droom om een baan zo en zo te doen in de tweede categorie indelen, terwijl de droom waarin ik met vlindervleugels boven de wolken vloog in de eerste categorie valt.“	Kunnen deze elementen in verschillende categorieën worden ingedeeld?
Het creëren van metaforen betekent het identificeren van beelden die geassocieerd kunnen worden met een concept.	“Een filosofisch begeleider is als een jazzspeler: hij beheerst de kunst van het improviseren.	Je zou kunnen zeggen dat “...” is als... Kunnen we “...” associëren met een afbeelding? Welke is het?
Zelfcorrectie betekent dat men zijn oorspronkelijke denken opnieuw evalueert en aanpast door rekening te houden met nieuwe elementen.	“Vroeger dacht ik dat kunst volkomen subjectief was, maar ik besef dat museumconservatoren gemeenschappelijke criteria hanteren en niet alleen persoonlijke smaak om te beslissen wat er in hun collectie komt.	Zijn we het altijd eens met wat we in het begin zegden? Geldt wat eerder is gezegd nog steeds?

Wat u moet weten over de 3 soorten oefeningen

Meditatiefiches

Door de verschillende activiteiten die in de meditatiefiches worden voorgesteld, wordt het kind ertoe gebracht zijn geest te trainen door intentioneel en onbevooroordeeld zijn aandacht op het heden te vestigen.

Vooroordelen over meditatie: waar hebben we het over?

Meditatie is een vorm van training van de geest: meer bepaald de training van onze aandachtsspanne. Aandacht kan worden beschouwd als de spier van onze hersenen en kan, net als ons lichaam of onze vaardigheden, worden getraind. Meditatie is een seculiere praktijk die voor iedereen toegankelijk is, omdat aanwezigheid een natuurlijk vermogen is dat in ieder van ons aanwezig is. Kortom, aandacht is een vaardigheid die met oefening kan worden verbeterd. Een paar minuten regelmatige oefening per dag is alles wat nodig is om bewuster en meer aanwezig te worden bij wat je doet en wie je bent!

De beoefening van meditatie stelt ons dus in staat mentale gewoonten te creëren die tot gevolg hebben dat onze sociale vaardigheden worden verruimd dankzij een grotere luisterbereidheid, meer altruïsme en welwillendheid voor onszelf en voor anderen.

Mediteren is niet “niets doen”, we maken ons hoofd niet leeg als we mediteren! Integendeel: we richten onze aandacht op een bepaald object om in het huidige moment te leven!



Mediteren is ook niet bidden. Het heeft niets met religie te maken. In feite is meditatie geen religie! Men richt zich alleen tot zichzelf. Als we mediteren sluiten we ons niet af van de wereld, ook al doen we soms onze ogen dicht. Het gaat er strikt genomen niet om om zich af te zonderen, maar om zichzelf te vinden om anderen beter te kunnen vinden.

Ten slotte is meditatie niet bedoeld om te kalmeren of onszelf gewaarwordingen te ontzeggen: het gaat erom dat we ervoor kiezen ons te concentreren op onszelf, onze waarnemingen, emoties en gedachten. We kunnen tijdens het mediteren ontdekken dat we verdrietig of boos zijn. Door dit te beseffen kunnen we de emotie verwelkomen en haar gemakkelijker accepteren en ons ervan losmaken.

Wie kan mediteren?

Wat is de rol van de volwassene bij meditatieactiviteiten met kinderen?

Kinderen vanaf 4 jaar kunnen met de juiste oefeningen al mediteren. Meditatie is niet voorbehouden aan volwassenen, integendeel! Door de praktijk van jongs af aan te verankeren, zal het vermogen om zich te centreren des te effectiever worden als men zijn leven lang meditatie beoefent.

Bovendien hebben kinderen en tieners, minstens evenzeer als volwassenen, een hectisch leven en jongleren zij met schoolse en niet-schoolse activiteiten. Hen leren te stoppen, te luisteren en te observeren wat er in hen zelf omgaat en een paar minuten te mediteren zal hen rust en vertrouwen brengen. Veel beoefenaars hebben ook ontdekt dat meditatie de concentratie verbetert tijdens leeroefeningen op school of bij het maken van huiswerk!

Mediteer je niet? Je kunt iemand niet laten mediteren zonder zelf te mediteren: om de voordelen van meditatie uit te leggen zul je het zelf moeten ervaren!

Wat u moet weten over de 3 soorten oefeningen

Ten slotte, of het nu op school is of thuis, de begeleidende volwassene die de sessie van het kind begeleidt neemt zelf deel: hij neemt deel en is aanwezig! Tijdens het mediteren doen ze niets anders. Op die manier geven zij ook het goede voorbeeld door het kind passend gedrag te laten zien en een voorbeeld van hoe het moet. Wij verwijzen u naar het deel van deze gids over de algemene houding van de begeleider waar wij het leren door nabootsing en spiegeldoelen bespreken. Voor meditatie geldt precies hetzelfde.

Wat doet meditatie voor kinderen?

Regelmatig beoefende meditatie kan namelijk veranderingen teweegbrengen die niet voor iedereen hetzelfde zijn. Omdat we allemaal verschillend zijn, ervaren en voelen we allemaal anders de ervaringen die ons worden voorgeschoteld. Daarom is het interessant om met het kind de ervaring van meditatiebeoefening te delen.



Deze feedback kan leiden tot een beter begrip van onze mentale patronen en een acceptatie van onze emoties. Jezelf leren kennen brengt meer zelfvertrouwen, zorgt voor betere relaties met anderen en soms een groter vermogen om terug te keren naar rust. Zoals elke andere sport, muzikale, artistieke of cognitieve praktijk, zijn de resultaten alleen zichtbaar bij regelmatige beoefening op lange termijn: meditatie is in dit opzicht geen wondermiddel of wondermethode: gewoon een hygiëne van de geest.

Waar kun je meditatie beoefenen?

Met oefening kan meditatie overal en altijd worden beoefend.

In het begin zal het voor kinderen, net als voor volwassenen, nodig zijn om de juiste plaats te vinden: de slaapkamer, de woonkamer, het park, de tuin en ook het juiste moment om te leren mediteren. Het is niet nodig om een speciale plaats te hebben om te mediteren, noch om van plaats te veranderen of speciale uitrusting te voorzien.

Zoals gezegd is meditatie een training van de geest en als zodanig is elke plaats of tijd een goede plaats om te beginnen! Zorg er allen voor dat de plek rustig en comfortabel is.

De meest gebruikelijke en geschikte houding is zittend in een stoel, maar men kan even goed mediteren op de vloer, op een eenvoudig kussen, of zelfs gewoon met de benen gekruist; en soms kan men ook liggend mediteren.

Wanneer meditatie beoefenen?

Hoewel elk moment goed is, kunnen er momenten zijn die u beter kunt vermijden met uw kind - althans in het begin - omdat de meditatieoefening niet bedoeld is om kinderen te kalmeren. U kunt dus het beste een moment kiezen

Wat u moet weten over de 3 soorten oefeningen

waarop de opwinding gering/afwezig is, zoals 's morgens om de dag te beginnen, op weg naar huis van school of een activiteit, 's avonds voor het slapen gaan en/of in slaap vallen.

Hoe vaak moeten we mediteren?

Elke dag een beetje doen is ideaal, evenals het instellen van een ritueel, omdat de herhaling het aanleren van de oefening effectief zal ondersteunen. Wij pleiten niet voor het gebruik van een bepaald schema, maar wel voor het inlassen van meditatieve activiteiten gedurende de dag, op het moment dat u en/of de kinderen dat geschikt achten. De voorgestelde oefeningen kunnen, na een beetje training, in elke omgeving en op elk moment worden gedaan.

Aangezien er geen speciaal materiaal is vereist om meditatie te beoefenen, komt alle voorbereiding op de activiteit voort uit het begeleidingswerk van de begeleider. Dit is een noodzakelijke voorbereiding. Toch kan het nuttig zijn om de meditatieoefening op te nemen en te verankeren in rituelen op basis van enkele voorwerpen, zoals een meditatiekussen of -bankje, een Tibetaanse kom, een zandloper, een mat of het inkleuren van mandala's. Maar dat is allemaal niet absoluut noodzakelijk: een comfortabele plek om te zitten en een duidelijke intentie zijn voldoende!

Hoe gebruikt u best onze meditatiefiches?

De meest effectieve manier om dit te doen is de fiche vooraf te lezen om het u eigen te maken.

Waarschijnlijk zal het oefenen effectiever zijn als u de fiche eerst voor uzelf hebt ingeoeft, gelezen en herhaald voordat u het aan de kinderen voorlegt.

De oefening gaat bij u vooral over het opzetten van het kader met uw kind/groep kinderen.

U kunt in een notitieboekje de “meditatiemomenten” van de dag noteren. Om het leren te vergemakkelijken, kan u het kind vragen om na een paar sessies de gids te worden: hij of zij kan de fiche lezen of zelf het te volgen pad uitrollen.

Met een beetje ervaring en oefening zal hij zijn meditatieve momenten zelf voorstellen en delen.

Hoe beginnen we de eerste meditatie sessie?

Voordat u met de eerste oefening begint, moet u absoluut uitleggen voor welk kind/welke groep u verantwoordelijk bent en met wie u wil oefenen:

- ☐ wat meditatie is
- ☐ waarom jullie het samen gaan doen
- ☐ wat ze misschien bij zichzelf kunnen waarnemen
- ☐ dat u het ritueeltje dat u inzet (voorwerpen, momenten, enz.) uitlegt.

Het kan interessant zijn om hem duidelijk te maken dat meditatie niet alleen een oefening is die voorbehouden is aan u en hem, maar dat hij er heel goed een beetje routine van kan maken in zijn dagelijks leven!

Let er vooral op dat meditatie op geen enkele manier wordt geassocieerd met straf of dwang, bijvoorbeeld door het te beoefenen om het kind rustig te krijgen.

Wees u bovendien bewust van uw eigen verwachtingen: meditatie is geen instrument dat garandeert dat kinderen rustig worden. Als het al agressie kan verminderen of het zelfvertrouwen kan verbeteren, dan is dat vooral omdat het

Wat u moet weten over de 3 soorten oefeningen

gebaseerd is op een verkenning van emoties en gedachten. Ten eerste is een meditatieoefening gebaseerd op het verwelkomen van aangename of onaangename emoties zoals het kind ze op dat moment waarneemt. U moet geen bepaalde verwachtingen of doelen stellen aan de oefening, want hoewel het inderdaad waar is dat het voordelen kan opleveren, zijn deze niet automatisch ingebed. Zo kunt u leuke verrassingen tegenkomen. U krijgt meer kans om te observeren wat buitengewoon is.

Wij raden u sterk aan om de sessie samen met hen te doen: u kunt het eerst samen begeleiden, en daarna, zoals hierboven voorgesteld, kan het kind het alleen of met u begeleiden. Dit proces helpt om de oefening steviger te verankeren.

De tijd die aan het einde van de activiteit overblijft voor uitwisselingen is een moment van stilte voor wie wil en van delen voor wie wil uitwisselen: het is een onderbroken moment waar iedereen deugd van heeft. Wij raden u aan te luisteren naar de opmerkingen en gevoelens die verder gaan dan de formele oefening die op de fiches wordt voorgesteld. U zult zien dat het moment des te heilzamer is als het dient om elkaars waarnemingen, emoties en gedachten van het moment te delen: ouders, leerkrachten of begeleidende volwassenen met het kind of de kinderen.

Onthoud tenslotte dat kinderen een nog oprecht vermogen hebben om in het moment zelf te leven. Ze projecteren zich minder in emoties uit het verleden of hoop voor de toekomst dan volwassenen. Het is dus heel waarschijnlijk dat de oefeningen hen gemakkelijk, natuurlijk en leuk lijken! Vertrouw hen en vertrouw op uzelf!

Bibliographie/ Sitographie

Algemene werken

- Catherine Gueguen — *Heureux d'apprendre à l'école*, Paris, Les Arènes, 2018
— *Pour une enfance heureuse*, Paris, Le Livre de Poche, 2015
- Rebecca Shankland, Béatrice Lamboy et Marie-Odile Williamson — *Les compétences psychosociales – Manuel de développement*, Paris, De Boeck Supérieur, 2021
- Françoise Dolto — *La cause des enfants*, Paris, Le Livre de Poche, 2007
- Catherine Dolto — *Bien vivre tous ensemble*, Paris, Gallimard, 2020
- Jacques Salomé — *La méthode ESPERE*, Paris, Le Livre de Poche, 2019
- Marshall Rosenberg — *Les mots sont des fenêtres (ou bien ce sont des murs)*, Paris, La Découverte, 2016

Boeken Filosofie

- Olivier Blond-Rzewuski, dir. — *Pourquoi et comment philosopher avec les enfants*, Paris, Hatier, 2018
- Jason Buckley — *Thinkers' games*, One Slice Books Ltd, 2012
- Mathieu Gagnon et Eveline Mailhot Paquette — *Pratiquer la philosophie au primaire*, Montréal, Chenelière, 2022
- Johanna Hawken — *1... 2... 3... Pensez ! Philosophons les enfants*, Lyon, Chronique sociale, 2019
- Frédéric Lenoir — *Philosopher et méditer avec les enfants*, Paris, Albin Michel, 2016
- Jacques Lévine — *L'enfant philosophe, avenir de l'humanité ?*, Issy les Moulineaux, ESF, 2008
- Matthew Lipman — *À l'école de la pensée*, trad. fr Nicole Decostre, Bruxelles, De Boeck, 2011

- Amélie Pinset — *Philosopher en s'amusant*, Paris, De Boeck Supérieur, 2022
- Michel Sasseville et Mathieu Gagnon — *Penser ensemble à l'école*, Deuxième éd., Québec, Presses de l'Université Laval, 2012

Boeken Meditatie

- Association Méditation Enseignement — *Jeu de cartes P.E.A.C.E.*, 2021
- Elisabeth Couzon et Charlotte Ribault — *Méditons avec nos enfants*, ESF, Montrouge, 2019
- Susan Kaiser Greenland — *La méditation est un jeu d'enfant*, Paris, Les Arènes, 2018
— *Un cœur tranquille et sage*, Paris, Les Arènes, 2007
- Valérie Marchand — *4 saisons de méditation avec les enfants*, Paris, Marabout, 2020
- Candice Marro et Ilios Kotsou — *Mon enfant médite en pleine conscience*, Editions Jouvence, 2019
- Eline Snel — *Calme et attentif comme une grenouille*, Paris, Les Arènes, 2017

Boeken Positieve pedagogie & Psychologie

- Jane Nelsen — *La Discipline positive dans la classe*, Paris, Marabout, 2019
- Adele Faber et Elaine Mazlish — *Parler pour que les enfants écoutent, écouter pour que les enfants parlent*, Phares, 2012
- Isabelle Pailleau — *Apprendre autrement avec la pédagogie positive*, Paris, Eyrolles, 2013
- Daniel Siegel — *Le cerveau de votre enfant*, Paris, Les Arènes, 2015
- Boris Cyrulnik — *Votre cerveau n'a pas fini de vous étonner*, Paris, Le Livre de Poche, 2014

Conclusie



Zoals u ziet, zijn deze fiches een uitnodiging om samen te zijn in een directe en echte relatie. We moedigen u aan om uw telefoons en tablets aan de kant te leggen en uw sociale petten af te zetten (als ouder, leraar, leerling, enz.) om uzelf een moment van authentieke ontmoeting en verbinding te bieden. Ieder mens kan zichzelf zijn, erkend en onvoorwaardelijk geaccepteerd in zijn mens-zijn. Het speelse aspect van de activiteiten maakt het mogelijk om deze met nieuwsgierigheid en lichtheid uit te voeren. Spelen is geen tijdverspilling, maar eerder een moment om te genieten van nieuwe ervaringen en te (her)ontdekken dat leren leuk kan zijn. Het spel blijkt dus een rijk instrument te zijn om angst-mechanismen te ontsluiten en iedereen vertrouwen te geven in zijn vermogen om zichzelf te begrijpen, bij te leren en zijn vermogens en talenten te ontwikkelen. De drie praktijkvelden in dit lespakket vullen elkaar aan en wekken elk op hun eigen manier een bepaalde manier van zijn op in relatie tot zichzelf, tot anderen en tot de wereld.

Hoe regelmatig de activiteiten worden beoefend, hoe meer u en de kinderen zich deze meer aanwezige en bewuste manier van zijn eigen kunnen maken. Wij nodigen u uit om het niet alleen te cultiveren tijdens het spelen met de inhoud van deze doos, maar ook in bredere zin in alle momenten van het dagelijks leven. Kortom, wij hopen dat deze doos bijdraagt tot het ontstaan van mooie momenten van samen leren, ontmoetingen en uitwisselingen, en verder tot het ontstaan van een rechtvaardiger samenleving, waarin iedereen de sleutels heeft om een actieve en wijze burger te worden en zo morgen beter samen te leven.

Wij danken de kinderen en begeleidende volwassenen die de dozen hebben getest en ons hielpen ze te perfectioneren. Wij danken ook onze partners en het Erasmus+ programma voor het mogelijk maken van dit pakket.