

Wat doe jij na vandaag?

Kritisch denken

1

DOEL

Deelnemers laten benoemen wat zij persoonlijk meenemen uit het traject. Jongeren uitdagen om minstens één concrete stap te formuleren voor na vandaag.

2

BENODIGDHEDEN

- Kaartjes of A4'tjes
- Stiften/pennen
- Groot flapvel of muur voor een "commitment wall" (optioneel)
- Duur 20 minuten

3

BESCHRIJVING

Terugkijken in stilte

Vraag deelnemers om even terug te bladeren in hun hoofd: "Denk terug aan alles wat we gedaan hebben rond polarisatie, wij-zij-denken, grenzen, luisteren, verhalen... Welke momenten, zinnen of oefeningen blijven bij jou hangen?"

Geef 2-3 minuten stille denktijd.

Je kan op bord een paar kapstukken schrijven: emoties – inzichten – gesprekken – oefeningen.

Aanzetten voor hun persoonlijke uitdaging

Deel kaartjes of A4's uit en schrijf een paar zinbeginnetjes op het bord. Bijvoorbeeld:

- "Iets wat ik anders wil doen in gesprekken is..."e
- "Als ik polarisatie zie in mijn omgeving, dan wil ik voortaan..."
- "Eén kleine stap die ik de komende maand echt ga zetten, is..."

Vraag: "Kies minstens één van deze zinnen en maak hem af. Wil je er liever twee invullen? Dat mag ook."

Laat hen concreet schrijven (dus niet: "vriendelijker zijn", maar bv. "in de klas één iemand actief uitnodigen in het gesprek").

Commitment wall

Laat wie wil zijn/haar uitdaging anoniem op een post-it schrijven en ophangen op een flap of muur: "Wat ik meeneem uit dit traject is..." of "Mijn uitdaging voor de komende weken is..." Lees er als begeleider een paar hardop (zonder namen): Wat valt op?, Zijn er thema's die vaak terugkomen (meer luisteren, minder snel oordelen, bepaalde gesprekken aangaan, online gedrag...)?

4

REFLECTIE

- Wat heb je nodig (van vrienden, jeugdwerk, school, thuis) om dit vol te houden?
- Hoe zou je jezelf eraan kunnen herinneren? (bv. note op gsm, sticker, buddy, ...)
- Als je over een paar maanden terugkijkt: waaraan zou je merken dat er iets veranderd is?

5

TIP

Je kunt deelnemers hun uitdaging ook laten opschrijven als brief aan zichzelf.

