Schoenenoefening

Spel voor mensen met een migratieachtergrond

VAD

Schoenenoefening

Mocht je Tom zijn, naar wie zou jij toestappen met je probleem? Zou je te rade gaan bij Lisa, je vrienden of neem je je ouders in vertrouwen, of misschien de leiding uit de jeugdbeweging of het jeugdhuis? Wat zou je in Lisa's plaats doen? Hoe zou jij het aanpakken?

Doelstelling

Door wie word je benaderd met problemen? Wanneer benader je zelf andere mensen? Welke voorwaarden stel je zelf wanneer je te rade gaat bij vrienden?

Duur

45 minuten

Materiaal

Vijf grote papiervellen met daarop geschreven: 'jezelf', 'lief', 'vrienden', 'ouders', 'anderen'.

Beschrijving

Iedereen trekt zijn schoenen uit en gaat in een kring zitten. Alle schoenen liggen in het midden. Rondom de schoenen liggen vijf verschillende flappen: 1. Jezelf, 2. Lief, 3. Ouders, 4. Vrienden, 5. Anderen.

- Iedereen denkt na over een probleem waarmee iemand van op de flappen naar hem toe is gekomen. Het probleem hoeft niet luidop verteld te worden. Wel vraagt iedereen zich af hoe die persoon het probleem heeft aangepakt: heeft hij het voor zichzelf gehouden of met een lief, vrienden, ouders of anderen erover gepraat?
- Dan zet ieder zijn linkerschoen op de flap die overeenkomt met wat de ander heeft gedaan. Bespreek wat opvalt: op welke flappen staan de meeste/minste paar schoenen?
- Daarna denkt iedereen na over een probleem dat hij persoonlijk meegemaakt heeft. Dit hoeft niet per se aan alcohol of andere drugs gelinkt zijn. Bijvoorbeeld: twijfelen over de studiekeuze, het is gedaan met een lief, ruzie met de beste vriend(in). Het probleem hoeft terug niet luidop verteld te worden. Wel vraagt iedereen zich af hoe hij dat probleem heeft aangepakt: het voor zichzelf gehouden of met een lief, vrienden, ouders of anderen erover gepraat? Vervolgens zet iedereen zijn linkerschoen op de flap die overeenkomt met wat je eerst zou doen. De rechterschoen komt overeen met wat je op de tweede plaats zou doen.
- Zet daarna de linker- en rechterschoenen bij elkaar per flap en bespreek wat opvalt: op welke flappen staan de meeste/minste paar schoenen? Overloop alle flappen en bespreek waarom je wel of niet zou praten met de persoon op de flap. Spelers die meerdere mogelijkheden zagen, kunnen dit ook vertellen.

Nabespreking

Met dit spel zocht je uit naar wie je meestal toe stapt als je zelf een probleem hebt en wat je belangrijk vindt in deze persoon. Het maakt ook duidelijk dat je, afhankelijk van je probleem, een andere persoon aanspreekt en dat dit voor iedereen anders kan zijn. Iedereen krijgt in dit spel de kans om te vertellen hoe hij met problemen omgaat zonder dat hij hoeft te vertellen aan welk probleem hij denkt.

Op het einde kunnen volgende vragen aan bod komen:

- Wie komt er bij jou met zijn problemen?
- Met welke problemen komt men naar jou toe?
- Met welke problemen zou je bij wie om advies vragen?
- Wanneer zou je er met niemand over praten?
- Wat vind je zelf belangrijk als je naar iemand toe stapt met een probleem?

Bron: Vriendschap als preventie (In Petto, s.d.)

Schoenenoefening

Colofon

Auteurs
Nina De Paepe, stafmedewerker VAD

Lay-out
www.epo.be

Verantwoordelijke uitgever
dr. H. Peuskens, Vanderlindenstraat 15, 1030 Brussel
© 2025



VAD, Vlaams expertisecentrum Alcohol en andere Drugs
Vanderlindenstraat 15, 1030 Brussel
T 02 423 03 33 | vad@vad.be | www.vad.be
Ondernemingsnummer: 0424.327.587.
RPR Brussel

Het gebruik van (delen van) deze publicatie is toegestaan mits behoud van visie en doelstellingen van de publicatie, met duidelijke bronvermelding en als er geen financiële winst mee beoogd wordt.