

Mijn Roots, niet prettig

Instructie 7



15 minuten



individueel



groep

LVB

Doel

De cliënt vertelt over vervelende herinneringen en wat hij hiervan geleerd heeft.

Benodigheden en voorbereiding



- Infoblad: "Mijn Roots, niet prettig"

Instructie

- Lees samen het infoblad.
- Bij de werkbladen die al gemaakt zijn, heeft de cliënt al verteld over dingen uit het verleden die hij als niet prettig heeft ervaren. Met dit werkblad laat je de cliënt opnieuw over vroeger vertellen, als hij dat wil. Merk je dat hij dit niet wil, forceer dan niet.
- Maak samen het werkblad.

Variatie

Maak 2 doosjes met herinneringen. Eén doosje voor prettige herinneringen, één doosje voor niet prettige herinneringen. Laat de cliënt herinneringen opschrijven en stop deze in de doosjes. De doosjes kun je bewaren, je kunt ook samen een ritueel verzinnen voor het doosje met niet prettige herinneringen. Denk aan begraven, verbranden, versnipperen etc.

Mijn Roots, niet prettig

Werkblad 7.1

Als je denkt aan hoe het vroeger was,
zie je misschien ook dingen die niet prettig waren.
Of waar je niet trots op bent.
Heb jij dat ook? Welke dingen zijn dat bij jou?
Vertel, teken of schrijf *hier* je verhaal.



Mijn verhaal

Kijk nog eens naar je verhaal

Wat denk je erbij, en hoe voelt het nu?

Zou je de dingen nu anders doen?
Of willen doen? Wat is dat dan?

Met wie zou je hier verder over willen praten?