Laatst was ik gevraagd was in groep 7-8 om een les te geven over 'lente kriebels'.

Toen ik in de gaten kreeg dat dit over seksuele voorlichting ging, dacht ik even:

'oeps waar heb ik -ja- tegen gezegd ?'

Ik hou wel van een uitdaging en ging dit gewoon op mijn manier Uitvogelen.

Na veel mindmappen en mijn gedachten er over laten gaan, kwamen er enkele thema’s bij me op,

Die ik heel belangrijk vind en dicht bij me liggen

Zo vind ik het heel waardevol om op jonge leeftijd te laten ervaren waar je persoonlijke grens ligt. Een mooie en leuke oefening;

De halve groep mag geblinddoekt voelen hoe dichtbij je klasgenoot mag komen.

De ander loopt langzaam op de ander af en heeft je grens, jouw -halt- te respecteren!

Samen mindmappen over het onderwerp en lekker chillen tijdens een meditatie over kriebels.

Dan ook de fysieke kriebels omdat er van alles groeit. Door geblinddoekt in je eentje op een matje te zitten hoef je niemand aan te kijken en kun je rustig naar het verhaal luisteren, van overgangsfasen.

'juf, hij slaapt echt!' hoor ik iemand zeggen

“prima” zeg ik, “in deze les mag dat”. Sliep hij echt of nep? Het maakt mij niet uit, het kind was ontspannen!

De 2e middag besteedde ik aan zelfbeeld.

In de media worden mensen vaak mooier afgebeeld, dan zij er in werkelijkheid uit zien.

Lekker dan, voor de vaak toch al onzekere, pubers.

Met mascara nog op en haren netjes gestyled, zo worden ze wakker in films.

Maar heej, bij mij is het een vogelnestje hoor in de ochtend!

Natuurlijk versus filtertje bespraken we maar vooral vier de verschillen!

Iedereen is goed zoals ie is.

Net als in de natuur, zijn er dikke en dunne bomen, grote en kleine bloemen, allemaal even uniek.

Jezelf tekenen in een groot hart vonden de meeste wel fijn.

Omdat lentekriebels niet alleen giebels geeft maar ook friemels, had ik een friemelkoffer gemaakt.

Luisterend naar elkaars verhaal was het fijn om te friemelen aan spulletjes uit de koffer.

Het kriebelt bij deze chilljuf om meer van zulke toffe projecten te mogen doen!

Heb jij al (lente) kriebels?

Een onderwerp die je lastig vind, die je graag uitbesteed?

Mijn voorkeur gaat uit naar 2 lessen op een dagdeel met de halve klas.

Een kleinere groep werkt vaak beter, om heel de klas deze ervaring te geven is de workshops achter elkaar een mooie oplossing.