

DE LACH EN DE TRAAAN

Doel

Kinderen leren uitdrukken wat hen bezig houdt, zowel de dingen waar ze verdrietig om zijn als waar ze blij om zijn.

Doelgroep

Kinderen tussen 4 en 12 jaar.

Tijd

Afhankelijk van de leeftijd en groepsgrootte, en van wat er op tafel komt. Pas op: rek het gesprek niet op en forceer niet.

Materiaal

- Een feesthoedje of iets anders dat 'blij' symboliseert
- Een glazen steentje ('traan') of iets anders dat 'verdriet' symboliseert

Voorbeeld van 'tranen' die je kunt gebruiken



Beschrijving

Vertel dat je dingen mee maakt waar je blij van wordt, maar soms ook dingen waar je verdrietig van wordt. Afhankelijk van de leeftijd van de kinderen kun je hier verder op in gaan. Als de kinderen jong zijn, kun je snel overgaan tot de activiteit zelf.

Je kunt de werkvorm op verschillende manieren doen.

Optie 1

Geef elk kind om de beurt een traan en het feesthoedje. Laat hen dan iets vertellen dat ze mee gemaakt hebben of dat hen bezig houdt. Bij de traan iets dat hen verdrietig maakt en bij het feesthoedje iets dat hen blij maakt.

Optie 2

Zet twee stoelen of krukken neer, leg op de één een traan en op de andere de neus. De kinderen mogen om beurten (of gewoon wie wil) naar voren lopen en iets vertellen. Als ze iets verdrietigs willen vertellen, lopen ze naar de traan. Willen ze iets leuks vertellen, lopen ze naar de neus. Als kinderen het moeilijk vinden om iets te vertellen, kun je hen ook alleen maar naar één van de krukken laten lopen, waarmee ze kunnen aangeven of hen iets leuks of iets verdrietigs bezig houdt.

Optie 3

Deze optie is geschikt voor oudere kinderen. Je kunt hen om beurten (of wie wil) in de ene hand de traan en in de andere hand het feesthoedje geven. Laat hen dan hun armen zijwaarts spreiden, alsof ze een levende weegschaal zijn. Laat hen iets vertellen bij de traan en bij het feesthoedje. Laat hen vervolgens aangeven welke van de twee het 'zwaarste weegt', door deze arm naar beneden te houden en de andere arm wat meer omhoog. Weegt de traan het zwaarst, dan kun je eventueel met elkaar in gesprek gaan over hoe de weegschaal weer in balans kan komen. Wat maakt hem of haar vrolijk? Wat kan troost geven of wat kan het verdriet verhelpen?

Optie 4

Na optie 1, 2 of 3 kun je met elkaar doorpraten over het omgaan met moeilijke situaties of lastige emoties zoals boosheid, zorgen of verdriet. Welke dingen geven troost? Welke dingen helpen om emoties op een goede manier te verwerken? Bespreek ook de positieve kant: welke dingen maken jou blij? Waar geniet je van?

Er zijn in de Bijbel heel veel bemoedigende teksten te vinden, die hoop, troost en kracht geven. Je kunt één of meer van deze teksten met hen bespreken. Eventueel kun je een mooi lied luisteren of zingen met elkaar. Een mooie reminder is om een Bijbeltekst mee te geven in een bepaalde vorm, op een kaartje, poster of als sleutelhanger.

Sluit af door met elkaar te bidden.

Toepasselijke Bijbelteksten

- De belofte van de Trooster, de Heilige Geest (Johannes 14:15-27).
- Joh. 10 'De goede Herder'
- Werp al uw zorgen op Hem, want Hij zorgt voor u (1 Petrus 5:7).
- Ik immers, Ik ken de gedachten die Ik over u koester, spreekt de Heere. Het zijn gedachten van vrede en niet van kwaad, namelijk om u toekomst en hoop te geven (Jeremia 29:11).
- En zie, Ik ben met u al de dagen, tot de voleinding van de wereld (Mattheüs 28:20).
- God is ons een toevlucht en vesting, Hij is in hoge mate een hulp gebleken in benauwdheden. Daarom zullen wij niet bevreesd zijn, al veranderde aarde van plaats en werden de bergen verzet naar het hart van de zeeën (Psalm 46:2-3).
- Wees sterk en moedig, wees niet bevreesd en schrik niet voor hen terug, want het is de Heere, uw God, Die met u mee gaat. Hij zal u niet loslaten en u niet verlaten (Deuteronomium 31:6).
- Maar in dit alles zijn wij meer dan overwinnaars, door Hem Die ons heeft liefgehad. Want ik ben ervan overtuigd dat noch dood, noch leven, noch engelen, noch overheden, noch krachten, noch tegenwoordige, noch toekomstige dingen, noch

hoogte, noch diepte, noch enig ander schepsel ons zal kunnen scheiden van de liefde van God in Christus Jezus, onze Heere (Romeinen 8:37-39).

- Zie, het oog van de Heere is over wie Hem vrezen, op hen die op Zijn goedertierenheid hopen, om hun ziel te redden van de dood en hen in het leven te behouden wanneer er honger is. Onze ziel verwacht de Heere, Hij is onze hulp en ons schild. Want ons hart is in Hem verblijd, omdat wij op Zijn heilige Naam vertrouwen. Laat uw goedertierenheid over ons zijn, Heere, zoals wij op U hopen (Psalm 33:18-22).
- De ogen van de Heere rusten op de rechtvaardigen, Zijn oren zijn gericht op hun hulpgeroep (Psalm 34:16).
- De Heere is nabij de gebrokenen van hart (Psalm 34:19).
- Geprezen zij de God en Vader van onze Heere Jezus Christus, de Vader van de barmhartigheden en de God van alle vertroosting, Die ons troost in al onze verdrukking, zodat wij hen kunnen troosten die in allerlei verdrukking zijn, met de vertroosting waarmee wij zelf door God getroost worden (2 Korinthiërs 1:3-4).