

AANTREKKELIJK

Doel

- Het laten ervaren wat de (onzichtbare) kracht van liefde tussen de man en vrouw doet.
- Bewustzijn dat je 'je hart' niet zomaar moet laten roven, maar dat waakzaamheid en je verstand gebruiken je emoties, gedachten en keuzes beschermen.
- Bewustwording dat aantrekkingskracht kan omkeren naar afstoting als je niet goed omgaat met liefde.

Doelgroep

- Tieners en jongeren
- Ouders, opvoeders, jongerenwerkers, docenten

Tijd

15 minuten

Materiaal

- Metalen hartjes;
- Grijpstok met magneet (*uitschuifbare stok, bedoeld om schroeven mee op te rapen*);
- Twee magneten, eventueel de één met een mannelijk poppetje eraan vastgemaakt en de ander met een vrouwelijk poppetje.

Beschrijving

Vertel dat je metalen hartjes gaat uitdelen en dat het je liefdesleven voorstelt. Vertel dat het iets belangrijks is, waar je voorzichtig mee om moet gaan en wat je niet zomaar weggeeft. Deel dan een aantal hartjes uit aan degenen die op de voorste rij zitten. Het is belangrijk dat de jongeren binnen bereik van je grijpstok zijn. Vertel dat ze het hartje alleen in hun hand mogen houden en dat ze met hun hand naar voren moeten blijven zitten. Ga dan door met het onderstaande gedeelte van de werkvorm.

Laat een medeleider intussen, zo onopvallend mogelijk, met een grijpstok hartjes roven van degenen die niet waakzaam zijn. De hele werkvorm door mag diegene de hartjes roven die hij te pakken kan krijgen. Probeer de aandacht van de deelnemers bij de werkvorm te houden, en bespreek de hartjes nog niet.

Laat onderwijl twee vrijwilligers uit de groep naar voren komen. Introduceer de magneten/poppetjes met een naam (bijv. Donald en Katrien, of gebruik jongens- en meisjesnamen die op dat moment in de top 3 staan van de geboorte-aangiften). Gebruik geen namen die ook onder de deelnemers voorkomen. Laat de vrijwilligers de magneten/poppetjes zo dicht mogelijk bij elkaar brengen zonder elkaar te raken. Hoe dichtbij kunnen ze komen? Laat ze het een aantal keer proberen.

Wat gebeurt er? Laat de deelnemers reageren en leg aan de hand van de reacties het volgende uit. Als je elkaar leuk of aantrekkelijk vindt, en zeker als je verliefd bent, is de aantrekkingskracht ontzettend groot! Hoe dichterbij je komt, hoe sterker de aantrekkingskracht. Als je de relatie in een rustig tempo wil laten groeien en je nog niet meteen aan iemand verbonden wil zijn (emotioneel, geestelijk, sociaal, lichamelijk), moet je een veilige afstand bewaren! Dit geeft je relatie ruimte om te groeien en sterk te worden.

Bedank de twee vrijwilligers en laat twee anderen uit de groep naar voren komen. Draai één van de magneten om, zodat ze elkaar afstoten. Laat de vrijwilligers proberen om de poppetjes zo dicht mogelijk bij elkaar brengen. Ze mogen elkaar aanraken en als je loslaat, moeten ze blijven plakken! Laat ze het een aantal keren proberen.

Wat gebeurt er? Laat de deelnemers reageren en leg aan de hand van de reacties het volgende uit. Aantrekkingskracht kan zich omkeren, waardoor je een tegenovergesteld effect krijgt: afstoting. Je gaat je aan elkaar ergeren of ruzie maken, je voelt je niet meer veilig of prettig bij elkaar en je houdt elkaar op afstand, lichamelijk, emotioneel of geestelijk (leg dit verder uit als de deelnemers dit niet goed begrijpen). Vraag eventueel of iemand dit wel eens heeft mee gemaakt. Laat de deelnemers reageren. Hoe is het gekomen dat het zo liep? Probeer met elkaar oorzaken te ontdekken. Een paar voorbeelden: mensen passen niet goed bij elkaar, luisteren niet/slecht naar elkaar, praten weinig met elkaar, doen weinig leuke dingen samen, zitten niet op één lijn over belangrijke dingen, et cetera. Wat moet je dus doen als je wilt voorkomen dat aantrekkingskracht omkeert naar afstoting? Zorg dat de boodschap landt: zorgvuldig omgaan met liefde en met elkaar.

Terugkoppeling van de hartjes

Kom terug op de hartjes die je aan het begin had uitgedeeld. Vraag wie zijn hartje nog heeft. Beloon degenen die hun hartje nog hebben. Laat hen bijvoorbeeld hun hartje houden en geef hen een applaus. Vraag door bij degenen die hun hartje niet meer hebben; wat is er gebeurd? Hoe kon hij weg geroofd worden? Wie zag er bij anderen gebeuren dat het hartje werd weg geroofd? Wat hebben zij toen gedaan? Hun hartje extra beschermd? Laat het kwartje vallen bij de deelnemers dat ze alert en waakzaam moeten zijn. Met liefde en relaties moet je zorgvuldig omgaan, die moet je veilig en goed bewaren, in een gesloten hand.