



WERKVORM KRACHTLIJN

Doel



Inzichtelijk maken van wat een kind heeft meegemaakt.
Overzicht, erkenning en begrip.

Benodigdheden

- Groot vel papier of behangrol
- Kleurpodloden of viltstiften
- Eventueel: touw en kaartjes om de lijn ruimtelijk te maken

Doelgroep

Kinderen van 8 tot 14 jaar

Setting

Individueel of met een gezin

Vorbereiding

Leg een groot vel papier klaar met stiften of kleurpotloden op een grote tafel of op de grond.

1 Krachtlijn tekenen

Leg het kind uit wat jullie gaan doen en teken samen met het kind een lange lijn op een papier of leg het touw samen neer.

Voorbeeld van de uitleg aan het kind:

“We gaan samen een krachtlijn maken van jouw leven tot nu toe. Dat is een soort reis door jouw leven. We gaan kijken naar wat je allemaal hebt meegemaakt en vooral wat jouw sterker heeft gemaakt. Alle mooie en moeilijke momenten mogen erop. Zo weten we waar jij allemaal zo krachtig door geworden bent.”

Start hierna met de geboorte op de lijn te zetten en de verschillende leeftijden tot aan nu.

2 Belangrijke momenten

Laat het kind de momenten op de lijn tekenen, schrijven of symbolen gebruiken.

Vraag aan het kind:

- *Wat was een belangrijk moment voor jou dat op de lijn mag? Wat heb je hieruit meegenomen? En welk leuk of moeilijk moment nog meer?*
- *Vraag door bij elk moment: Hoe ben je hiermee omgegaan? Wie of wat hielp daarbij goed? Wat heb je ervan geleerd? Hoe ben je er sterker door geworden? Wat zegt dit over hoe sterk of dapper jij bent?*

Tip

Volg het kind in wat het erbij wil zetten. Blijf kalm, empathisch en toon begrip. Kijk bij het afsluiten samen naar de lijn en vraag: *“Wat valt je op als je zo terugkijkt?”* en *“Welke krachten van jezelf wil je meenemen naar de toekomst?”*