



Lesplan

Breinstorm

BIJEENKOMST 1 DE BREINDUMP

Tijd: +/- 45 minuten

Material

- Pen, evt. stiften
- Papier (minstens 2 aparte vellen)
- Timer/stopwatch

Introductie (noot voor de docent/begeleider)

Dit is een heel persoonlijke oefening. De deelnemers moeten aan de slag met hun eigen gedachten en het op papier zetten van hun gevoelens daarbij. Een veilige omgeving is daarom van belang op het moment dat ze met hun breindump aan de slag gaan. Het kan helpen om deze opdracht mee te geven naar huis, of laat deelnemers in de klas/groep een stil plekje zoeken en/of laat ze muziek opzetten, zodat ze zich kunnen afsluiten voor de anderen en alleen kunnen zijn met hun eigen gedachten.

De breindump

Bij een breindump zet je alles wat er in je hoofd omgaat op papier. Van die ene vervelende wiskundeles die je maar niet begreep tot het verdriet dat je hebt door een situatie thuis of met vrienden. Het mogen blije, boze, verdrietige gedachten zijn en alles wat er tussenin zit. Het kan je nieuwe inzichten geven, maar het zorgt vaak ook voor opluchting. Het is best lekker om alles er even uit te gooien. Je gedachten zijn uit je hoofd, waardoor je er (even) niet meer aan denkt.

Pak pen en papier:

- Zet een timer/stopwatch op vijf minuten.
- Schrijf (of teken) ALLES op wat er in je hoofd zit; keuzes om te maken, vervelende klusjes, geweldige ideeën, fijne of minder fijne gedachten: het maakt niet uit. Het hoeft zeker niet netjes. Is je hoofd chaotisch? Dan mag het er op papier net zo uit zien.

Tip: vind je het lastig om alles op te schrijven? Vertel dan hardop tegen jezelf wat er allemaal in je hoofd zit. Maak een spraakopname en luister die terug.

Het organiseren van je breindump

Je hebt nu alles op papier staan wat er in je hoofd zat. Nu kun je je breindump een beetje gaan ordenen:

- Pak een nieuw vel papier.
- Pak een pen of misschien wat verschillende kleurstiften.

Probeer nu alles wat je net hebt opgeschreven een beetje in groepjes te plaatsen. Zijn er verschillende dingen die bijvoorbeeld passen onder één gevoel, zoals boosheid, angst, verdriet, blijdschap etc. Misschien zijn er andere dingen die ook bij elkaar passen, of met elkaar samenhangen, maak hier voor jou logische groepjes van, door ze te verbinden met lijnen, bij elkaar/onder elkaar te schrijven in groepjes, of ze eenzelfde kleur te geven. De kleur die je kiest kan dan ook symbool staan voor het gevoel dat het bij je oproept.

BIJEENKOMST 2 VAN BREINDUMP NAAR BREINSTORM

Tijd: +/- 45 minuten

Materiaal

- Pen
- Potlood
- Stiften
- Papier (een paar vellen per deelnemer)
- Timer/stopwatch

Verdere uitwerking van de breindump. We zijn een les verder en je hebt misschien nog nagedacht over wat je allemaal hebt opgeschreven. Had je nog iets toe willen voegen? Zet het er dan gewoon bij. Je hebt de vorige les alles een plekje gegeven, groepjes gemaakt. Als je nu weer kijkt naar je breindump, zou je het dan nog iets groter aan kunnen pakken en er thema's aan kunnen koppelen?

- Pak een paar nieuwe vellen papier
- Pak een pen, potlood of misschien wat verschillende kleurstiften.

Welke thema's spelen de grootste rol in jouw breindump? Thema's kunnen zijn:

- School
- Thuis
- Verdriet
- Verliefdheid
- Zorgen
- Vriendschap
- Hobby
- Toekomst

Schrijf deze groot en apart op een vel; heb je 1 thema, dan gebruik je 1 vel. Heb je meerdere thema's, dan gebruik je meerdere vellen. Zet eventueel, als je dat fijn vindt, de woorden erbij die je in de vorige bijeenkomst opgeschreven hebt.

Maak er een beeld bij

Probeer een beeld te bedenken bij het thema/de thema's die je hebt opgeschreven: Hoe voelt dat thema voor jou, stemt je dat vrolijk, angstig, gelukkig? Welke beelden zie je erbij in je hoofd? Werk deze uit op papier. Hierbij gaat het niet over hoe mooi het eruit ziet, maar het gevoel dat erbij hoort. Het hoeven dus geen tekeningen te zijn, mag wel, maar probeer door te schetsen met kleuren en vormen, je gedachten 'vorm te geven', er een beeld bij te creëren, woorden om te zetten in doodles; krabbels, kriebels, droedels, schetsen, oftewel kleine tekeningen die niet perfect hoeven zijn, maar wel duidelijk maken wat je voelt en hoe jij je voelt.

Noot voor de docent/begeleider:

Vinden de deelnemers het lastig om dit alleen te doen, stel dan (kleine) groepjes samen van deelnemers die vertrouwd zijn met elkaar, waar ze hun thema's mee kunnen delen en zo eventueel samen kunnen kijken wat voor een beeld dit op zou kunnen roepen. Deze gehele opdracht is eigenlijk een individuele opdracht, omdat het gaat over de persoonlijke gedachten en gevoelens van de leerlingen. Maar het kan bij deze oefening wel helpen om er zo meer uit te halen bij de deelnemers die moeite hebben met het creëren van een beeld/omzetten van gevoel naar tekening. Individueel kunnen deelnemers door de docent/begeleider op weg geholpen worden door vragen te stellen.

BIJeenkomst 3, 4, 5 DE VERBEELDING VAN DE BREINDUMP

Tijd: 90 -120 minuten

Material

- Tekenpapier/tekenvellen 50x65
- Potloden
- Papiertape
- Lamp op voet
- Materiaal naar keuze voor het invullen van het zelfportret of silhouet (verf, tijdschriften, inkt, potlood, stift)

Verdere uitwerking van de breindump. De vorige les ben je al aan de slag gegaan om een beeld te vormen van de thema's die jij het belangrijkste vindt, die rondspoken in je gedachten.

Hier kan of door de docent/begeleider voor gekozen worden, of laat de deelnemers zelf een vorm kiezen:

1. Zelfportret maken op 50x65 papier

Dit kan aan de hand van een foto van jezelf, of door jezelf te bekijken via een spiegel. Wat maakt jou, jou? Probeer dit te vangen in je zelfportret. Zet eerst alleen lijnen uit, de omlijsting.

2. Silhouet van jezelf maken op 50x65 papier

Dit kan met een felle lamp en groot papier dat je op de muur plakt. Ga tussen de lamp en het papier staan, waardoor je silhouet op het papier verschijnt. Vraag een andere deelnemer dit silhouet met potlood licht over te trekken. Je kan vervolgens zelf dit silhouet dikker overtekenen.

Vul je hoofd

De omlijsting van het gezicht of je silhouet wordt gevuld met de beelden die je bij je gedachten, je breindump hebt gevormd. Gebruik een onderwerp, een thema wat je in de vorige les hebt uitgewerkt en uitgetekend. Of kies ervoor om meerdere thema's te verwerken. Ga hiermee aan de slag in je zelfportret/silhouet. Verwerk je thema('s), dit kan met de vormen en kleuren die je de vorige keer hebt gebruikt, je mag er ook woorden in gebruiken, een herhaling van woorden; maak het je geheel eigen. Laat letterlijk zien wat er in je hoofd speelt, maak het zichtbaar! Denk er hierbij aan; niets is fout en alles is goed; het zijn jouw gedachten en de betekenis die jij eraan gegeven hebt. Met verf, met collagetechniek, met inkt, met potlood of stift... wat jij vindt passen bij de uiting van je gedachten.

TOT SLOT (NOOT VOOR DE DOCENT/BEGELEIDER)

Het is belangrijk dat de eindproducten worden verzameld. Laat er i.v.m. de privacy geen namen op zetten. Wij (de organisatie van Young Perspective XL) gaan een analyse maken van wat er in de hoofden van de deelnemers omgaat. Zo ontstaat er zicht op gemene delers, die we als bevindingen kunnen gaan delen aan besturen van gemeenten, provincie Limburg, onderwijsinstellingen, maatschappelijke organisaties e.a. Voelen de jongeren bijvoorbeeld veel prestatiedruk? Zijn ze over het algemeen boos, verdrietig of somber op dit moment? Wat vertellen de 'zelfportretten/silhouetten' ons nog meer over onze jongeren?

Wij zijn wel benieuwd naar:

- Wat (ongeveer) de leeftijd was van de deelnemers en
- Van welke school (naam + opleidingsniveau), afdeling, vereniging of stichting (naam) de zelfportretten/silhouetten afkomstig zijn.

De zelfportretten/silhouetten worden door ons persoonlijk opgehaald. Zijn jullie klaar? Je kunt een email sturen naar: YPXL@jnl.org. Voeg daarbij de antwoorden van bovenstaande vragen hieraan toe. Tijdens de slotbijeenkomst die we gaan organiseren, worden deze opgehangen en daarmee tentoongesteld aan de bezoekers. De bezoekers bestaan uit zowel jongeren, als bestuurders en professionals die werken voor en/of met jongeren. Hierover volgt t.z.t. nog meer informatie.