

Met kinderen in gesprek over zingeving is niet raar, wel een recht

Hogeschool Viaa-docent en onderzoeker Aliza Damsma maakt lespakket over zingeving

Jentes hart klopt in haar keel. Terwijl ze gespannen heen en weer schuift op haar stoel, vertelt ze haar klasgenoten uit groep vijf dat ze zich soms onzeker voelt. Ze heeft astma en kan als gevolg daarvan niet aan alle schoolactiviteiten meedoen. Soms kan ze zelfs niet naar school, waardoor ze zich een buitenbeentje voelt. De klasgenoten van Jente luisteren gefascineerd en reageren begripvol. Als Jente haar verhaal heeft gedaan, vertellen ook andere kinderen wat zij moeilijk of juist leuk vinden in hun leven. Ze delen hun dromen. Laten het gesprek bruisen. En komen tot bloei.

Wie ben ik? Wat maakt mijn leven fijn? Waar droom ik van? Wat vind ik moeilijk? Maar ook: wat doet deze coronapandemie met mij? Veel kinderen stellen zichzelf van nature (zingevings)vragen, met of zonder pasklaar antwoord in gedachten. Toch is hierover praten, thuis of op school, niet vanzelfsprekend. Pas als kinderen heel ziek zijn of zelfs gaan sterven, is het gesprek over wat ze belangrijk vinden onderdeel van een traject. Terwijl de behoefte hierover te praten er bij vrijwel alle kinderen is. Ernstig ziek, chronisch ziek, of gezond.

Natúúrlíjk praten over zingeving

Tot dit inzicht kwam Aliza Damsma, Hogeschool Viaa-docent en onderzoeker bij het Lectoraat Zorg & Zingeving, toen ze startte met haar promotieonderzoek naar de spirituele zorgbehoefte van chronisch zieke kinderen. En met deze waarneming wilde Aliza iets doen. Samen met vier studenten ontwikkelde ze een gespreksstarter en een lespakket voor het basisonderwijs. Hiermee geeft ze docenten iets in handen om een open gespreksklimaat te creëren, waarmee praten over zingeving als heel natuurlijk wordt ervaren, voor zowel de leerkracht als de leerlingen. Aliza: “De gespreksstarter en het lespakket zijn laagdrempelig en overzichtelijk. Niet het antwoord op moeilijke vragen staat centraal, maar het delen van wat het leven waardevol, betekenisvol en zinvol voor ze maakt.”

Gespreksstarter en lespakket

Met welke onderwerpen houden kinderen zich bezig? Voor een docent is het niet altijd makkelijker hier zicht op te krijgen. De gespreksstarter is hiervoor heel geschikt. Aliza:

“De gespreksstarter bestaat uit een vragenlijst die allerlei gedachten en gevoelens introduceert die te maken hebben met zingeving, zonder dat dit woord letterlijk wordt gebuikt. Door deze vragen met de kinderen door te nemen, wordt snel duidelijk welke thema’s ze aanspreekt. Als docent weet je dan welke thema’s uit het lespakket zinvol voor ze zijn. Bijvoorbeeld ‘liefde’, ‘geloof’, ‘verdriet’, of ‘vertrouwen’. In de lesopzet is ruimte voor gesprek, maar ook voor activiteiten die de kinderen helpen hun gedachten verder te ontwikkelen of onder woorden te brengen. Bijvoorbeeld: schrijf een brief aan iemand van wie je houdt. Of: maak een collage van wat je later wilt doen of zijn.”

Aandacht voor spiritualiteit is een recht

Met kinderen praten over zingeving lijkt misschien een luxe, maar het is een grondwettelijk recht. Aliza: “Op scholen draait alles om de ontwikkeling van kinderen: emotioneel, sociaal, cognitief, maar ook spiritueel. Die spirituele ontwikkeling is al in 1989 door de Verenigde Naties vastgelegd als een recht van ieder kind. Aandacht voor zingeving kan voor kinderen helpend en zelfs nodig zijn om onderwerpen bespreekbaar te maken. Ik denk zelfs dat het polarisatie en discriminatie kan voorkomen of verminderen; een open gesprekscultuur leidt tot begrip en acceptatie. In een pilotgroepje voor mijn onderzoek vertelde een leerling bijvoorbeeld dat en waarom hij naar de moskee gaat. Zijn klasgenoten hingen aan zijn lippen en begrepen nu beter waarom bidden zo belangrijk voor hem is. Dit gesprek laat zien dat we kinderen niet moeten onderschatten in hun denk- en reflectievermogen. Het enige wat kinderen ons vragen is dat we open luisteren en hun taal opvangen, in plaats van dat wij onze denkbeelden en taal aan hen opdringen.”

Tot bloei komen

Aandacht hebben voor wat er écht toe doet in het leven en anderen de kans geven daar ook over na te denken, is iets waar Aliza veel kracht uit haalt: “Ik denk dat je daden laten zien wat je belangrijk vindt in het leven. Voor mij is het inspirerend om actief naar vormen te zoeken om het leven van een ander rijker en zinvoller te maken. Ik vind het zó waardevol om een bouwsteentje te kunnen zijn bij het inspireren van mensen. Daardoor heb ik het gevoel dat mijn leven ook zinvol is. Ik geloof dat we met opzet zijn geschapen

‘Het enige wat kinderen ons vragen is dat we open luisteren en hun taal opvangen, in plaats van dat wij onze denkbeelden en taal aan hen opdringen.’

zoals we zijn en ben dankbaar dat ik mensen mag helpen zich spiritueel te ontwikkelen en tot bloei te komen.”

‘Bij zingeving staat niet het antwoord op moeilijke vragen centraal, maar het delen van wat het leven waardevol, betekenisvol en zinvol maakt’

Doe- en denkopdrachten

Toen hbo-v-studenten Ilse Klok en Lisa Hessel de oproep lezen om mee te werken aan een lespakket over zingeving voor kinderen, hoefden ze niet lang na te denken. Samen met nog twee andere studenten, Carmen van den Brink en Anna van Renselaar, meldden zij zich bij docent en onderzoeker Aliza Damsma. Lisa: “Zingeving is een belangrijk onderdeel van mijn toekomstige werk in de zorg. Daarnaast is het ook een onderwerp waar ik mij betrokken bij voel. Het leek mij heel leuk om materiaal te maken waarmee kinderen op een creatieve en praktische manier aan thema’s kunnen werken die belangrijk voor ze zijn.” Ilse vult aan: “Ik geloof dat zingeving een primaire behoefte is van mensen, jong en oud. Met elkaar praten over wat je bezighoudt, vergroot de interesse in de ander. Kinderen leren elkaar daardoor beter te begrijpen.”

Lisa: “Om het lespakket te maken, hebben we werkvormen en opdrachten bedacht die over een van de gekozen thema’s gaan, zoals ‘de natuur’, of ‘vertrouwen’. We bedachten ook actieve doe-opdrachten, zoals het maken van een ‘levende piramide’, waarbij de kinderen zichzelf en elkaar als ‘bouwstenen’ gebruiken. Zulke oefeningen versterken het onderlinge vertrouwen enorm en zijn ook heel leuk om te doen.” Ilse: “Het lespakket is vrij gedetailleerd uitgewerkt, terwijl de thema’s ook los van elkaar kunnen worden besproken en behandeld. Alles zit erop en eraan en er is zelfs een docentenhandleiding. Dus niet alleen de onderwerpen zijn laagdrempelig, de uitvoering is dat ook. En de opdrachten zijn zo opgebouwd, dat je er in een volgend lesjaar met dezelfde groep mee verder kunt.” ●

Ben jij leerkracht op een basisschool en durf jij het gesprek met je leerlingen aan te gaan over wat zij écht belangrijk vinden? Gebruik dan de gratis online gespreksstarter! Niet alleen stimuleer je hiermee een open gespreksklimaat in je klas, je werkt ook mee aan baanbrekend wetenschappelijk onderzoek. De gespreksstarter is didactisch onderbouwd en zorgvuldig in de praktijk getest. Behoeftte aan meer verdieping? Gebruik dan ook het bijbehorende lespakket! Download de gespreksstarter en het lespakket op. Viaa.nl/lespakket-zingeving.

Tekst: Paula van Loo Beeld: Christein van Hoffen