Themabijeenkomst 6

Meedoen

In deze bijeenkomst onderzoeken deelnemers hun sociale netwerk en contacten door middel van een sociogram. Deelnemers brengen hun sociale netwerk in kaart en onderzoeken waar zij steun, plezier en erkenning vinden.

Let op! Het thema van deze week is vaak een gevoelig onderwerp. Het niet hebben van een (groot) sociaal netwerk kan erg beladen zijn voor deelnemers. Bij deze bijeenkomst is extra voorzichtigheid daarom gewenst.

Voor deze les gebruik je het materiaal en de opdrachten uit themabijeenkomst 6 in het werkboek.

Kernbegrippen & theorie

Sociale participatie en verbondenheid
Meedoen gaat verder dan alleen sociale contacten. Het omvat ook het gevoel serieus genomen te worden en een zinvolle rol te vervullen in de maatschappij. Een sterk sociaal netwerk is een belangrijke hulpbron (sociale steun) bij het volhouden van een gezonde leefstijl en bij het behalen van de opgestelde veranderdoelen.

Het Sociogram
Het sociogram is een diagnostisch hulpmiddel om sociale relaties te visualiseren. Het helpt de deelnemer om de kwaliteit van relaties te beoordelen.

Ondersteunend materiaal

Hand-outs
Het sociogram (optioneel)

Powerpoint
Uitleg over sociogram

Werkvormen
Actieve werkvormen zoals een spel, quiz, naar buiten gaan, iets maken of koken. Deze zijn te vinden in de Online Kennisbank.

Meer voor deze les?
Kijk in de Online Kennisbank om extra materiaal te vinden of delen.

Meedoen

Wat neem je mee naar de les? *Denk aan: een spel, oefeningen, materialen (zoals bal, tekenspullen, kaarten) etc.*

Wat moet je printen voor de les? *Denk aan: hand-outs, oefenbladen, instructies etc.*

Welke werkvormen zou je extra kunnen toepassen voor deze les? *Welke oefening doe je, en wat hoort daarbij aan materiaal en timing?*

Wat zet je klaar op je laptop? *Denk aan: video's, powerpoints, sheets, QR-codes etc.*