

Verslag jongerendag

De Stichting Eigen Gezicht organiseert ontmoetingsdagen voor jongeren met een gelaatsafwijking in de leeftijd van 12 t/m 16 jaar, omdat juist op deze leeftijd het uiterlijk een grote rol begint te spelen. Het doel van deze dag is het vergroten/opbouwen van het zelfvertrouwen van de jongeren, het bieden van ontspanning, plezier en lotgenotencontact. Hieronder volgt een kort verslag over het verloop van de eerste jongerendag.



Om 10 uur kwamen de eerste deelnemers aan bij Buitenplaats De Poel, de locatie. Zij werden verwelkomd door Sjon van de Schepop (trainer) Conny Hekker (trainer), Marie-José Oldenburger (psychologe) en Patty Gerrits (Eigen Gezicht). Er werd wat gedronken en op een informele manier kennis gemaakt. Rond kwart voor elf waren alle zeven deelnemers binnen. Een deelnemer had afgezegd omdat ze het toch te eng vond. Een aantal ouders kon de locatie ondanks de routebeschrijving niet goed vinden. De vlag van Eigen Gezicht bij het hek hielp ze op het goede spoor.

De jongeren gingen samen met Marie-José Oldenburger, Conny Hekker, Sjon van de Schepop en Patty Gerrits nader kennis maken. Eerst vertelden ze aan de hand van een meegebracht voorwerp iets over zichzelf. Een deelnemer bracht zelfs een rap over haar gezicht. Een aantal kinderen gaf aan dat ze het allemaal erg spannend vonden. Daarom werd er een kennismakingsspelletje gespeeld om het ijs wat te breken.



Workshop 'Steviger in je schoenen staan'

Na de kennismaking werd de groep in tweeën gesplitst. Een groepje volgde bij Sjon van de Schepop de workshop 'Steviger in je schoenen staan'. In deze workshop lag de nadruk op het opeisen van je ruimte op een wijze waardoor je respect gaat ontwikkelen. Iedereen heeft een 'eigen ruimte' nodig om zich veilig en prettig te voelen. Een ruimte kan je eigen kamer zijn, maar ook je huis of je eigen plekje in de klas. Je hebt ook een denkbeeldige ruimte om je heen. Deze denkbeeldige ruimte zie je niet, maar je voelt het wel. Sommigen moeten een beetje oefenen om deze ruimte te voelen. In deze ruimte ben je zelf de baas en moet je er voor zorgen dat je dat ook blijft. Je merkt dat iemand in je ruimte komt het sterkst op het moment dat het iemand is waar je onzeker of bang van wordt. Je moet dan in actie komen. In de workshop hebben we ontdekt hoe we de ruimte kunnen op eisen. Wanneer je de baas bent van je eigen ruimte, kun je ook leren op welke wijze jij je kunt presenteren. Vooral op moment dat iemand zich niet prettig naar jou toe gedraagt. Je bent wie je bent en de ander mag er ook zijn! Dit kan alleen op het moment dat jij je zelf durft te zijn.

De tijd vloog voorbij en er valt zeker nog veel te leren. In de workshop is een begin gemaakt met het neerzetten wie je bent, waar je ook bent.



Styling- en kleurenworkshop

De andere groep volgde de styling- en kleurenworkshop. Aan de hand van gekleurde doeken ging de styliste na wat voor kleurentype elke deelnemer was. Ook maakten de jongeren een stijlcollage om hun kledingstijl nader te bepalen. Met behulp van deze informatie kunnen de jongeren voortaan de kleding kiezen die het best bij hen past.

Na afloop van deze beide workshops werd er samen met de ouders geluncht. Zo kon er op een informele manier onderling contact gelegd worden.



Workshop 'Laat je zien'

Het middagprogramma bestond voor de jongeren uit de workshop 'Laat je zien'.

Er werd begonnen met een actief gedeelte waarin de jongeren aan den lijve hebben ervaren hoe lichaamshouding doorwerkt in hoe je je voelt. Aanvankelijk waren ze wat schuchter maar al snel werd er onder hilariteit geoefend met het effect van de lichaamshoudingen op je stemming en vice versa. Daarna hebben de jongeren geoefend met hoe het is om op verschillende manieren benaderd worden. Zo konden ze ervaren hoe het voor je is wanneer je benaderd wordt door iemand die vrolijk/kwaad/ onverschillig etc. op je afkomt maar daarnaast werd ze duidelijk hoe veel invloed hun eigen lichaamstaal heeft op het eerste contact met de ander.



Daarna zijn we met de jongeren om tafel gegaan om hun ervaringen te bespreken in het omgaan met anderen, hoe benader je anderen, hoe benaderen ze jou, hoe ga je daar mee om. Als afronding van het gesprek hebben de jongeren elkaar geholpen bij het formuleren van een motto, in dat motto benoemen ze een kwaliteit van zichzelf.

Met dat motto hebben we als afsluiting van de workshop een tikspel gedaan. De motto's schalden over het veld en werden ook met steeds meer kracht en vertrouwen geroepen.

De jongeren hebben met deze workshop een steuntje in de rug gekregen bij het zich laten zien en het opbouwen van hun zelfvertrouwen.

Na afloop van de middagworkshop werd er onder een het genot van een drankje nagepraat. De ouders kwamen de kinderen ophalen en waren zo in de gelegenheid nog even bij te praten met de workshopleiders.

De dag was een aanzet tot het opbouwen en vergroten van het zelfvertrouwen van de deelnemende kinderen.

Via de ingeleverde evaluatieformulieren gaven de deelnemers aan tevreden te zijn over deze dag.

Er werden onderling e-mailadressen uitgewisseld, dus ook aan het lotgenotencontact bleek behoefte te bestaan. De dag mag als geslaagd worden beschouwd.

Patty Gerrits

Een persoonlijk verslag van de jongerendag

Zaterdag 3 november ben ik voor de eerste keer naar de jongerendag van Stichting Eigen Gezicht geweest. Ik vond het heel leuk om een keer mee te maken, omdat je op zo'n dag veel leert van elkaars ervaringen. Er deden in totaal 7 jongeren aan mee en Patty, Conny, Marie-Jose, Sjon en een styliste van "Only Style" verzorgden de workshops. Omdat de meesten elkaar nog nooit eerder gezien hadden, zijn we 's morgens eerst begonnen met wat spelletjes, zodat je elkaar daarna in ieder geval een beetje kende. Na de kennismaking kon je kiezen voor de workshop "Steviger in je schoenen" of voor een "Kleuren- en Sylingworkshop". Ik had gekozen voor de "Kleuren- en Stylingworkshop", omdat het me wel leuk leek om te weten welke kleur(en) me nu juist leuk staan, en welke niet. Nadat we een korte uitleg hadden gekregen over wat de bedoeling was, mochten we aan onze collage beginnen, en om de beurt bij de styliste komen

om te kijken welk kleurentype je was. Ik vond het wel grappig dat precies de kleuren die ik in mijn collage had zitten, ook de kleuren waren die bij mij pasten, volgens de styliste. Na de eerste workshop hebben we met iedereen samen lekker geluncht, om daarna weer door te gaan met de tweede workshop: "Laat je zien". Eerst hebben we met elkaar gepraat over hoe je omgaat met de reacties van andere mensen op jouw uiterlijk. Hieruit bleek dat iedereen dat toch op een andere manier doet. Ook moesten we allemaal een ding verzinnen waar je goed in bent. Hier heb ik dus ook heel veel van opgestoken, omdat je toch het meeste leert van de ervaringen van leeftijdsgenoten. Omdat we na al dat binnenzitten toch even "uitgelaten" moesten worden, zijn we als laatste nog even naar buiten gegaan om daar wat spelletjes te doen. Kortom: ik vond het een hele leuke dag, en wil iedereen dus bedanken die daaraan meegeholpen heeft!

Myrthe

Stichting Eigen Gezicht wordt ondersteund door

