

# Speelse werkvormen

## Weerstand

**Doel:** Omgaan met weerstand. Leren je eigen doelen los te laten en over te steken naar de ander.

**Vorm:** Vóór de groep een ruimte die als speelplek wordt gebruikt, een zogenaamde benzinepomp.

**Tijd:** 30 minuten

**Groepsgrootte:** Tot 12 personen

**Acteur:** 1 acteur

**Vorbereiding:** Basisvaardigheden communicatie.  
Theorie van “omgaan met weerstand”.

- 1- Luisteren
- 2- Actief inleven
- 3- Erkennen van emotie en gevoel en begrip tonen voor het standpunt
- 4- Actief achterhalen wat achter de weerstand zit

**Opdracht: Voor een groepje van 2 of 3 cursisten.**

Jullie zijn een paar vrienden en op reis met een auto door de woestijn. Jullie staan 5 km. voor een benzinepomp zonder benzine. Jullie lopen een uur naar de pomp om met een jerrycan benzine te halen. Jullie realiseren je dat je zonder voldoende drinken en warmte niet de hele nacht in de ijskoude woestijn kunt doorbrengen. De temperatuur in de woestijn is overdag boven de 40 graden en 's nachts -10 graden. Gelukkig is er een pomp, de enige pomp. Het is 17.20 uur 's middags als jullie bij de pomp aankomen en om 19.30 uur wordt het donker in de woestijn, dan kun je niet meer rijden, want dan verdwaal je en wordt het heel koud.

Jullie moeten nog een uur teruglopen naar de auto en het is zeker nog een uur (100 km.)rijden naar de volgende pomp en het stadje met hotel.

Jullie hebben een plan bedacht: Jullie willen bij deze pomp de jerrycan met 2 liter benzine vullen om daarmee snel terug te kunnen lopen, de autotank te vullen, dan naar de pomp te rijden en dan verder vol te tanken om dan door naar het stadje te rijden voor donker. Je moet tenslotte nog een uur teruglopen en 10 liter is natuurlijk wel zwaar.

Bij de pomp is de pomphouder, ga met hem in gesprek en probeer je doel te halen.

**Voor de acteur:** De acteur speelt de benzinepomphouder.

Op een bord of flipover schrijf je de tekst:

“Benzinepomp: Openingstijden: 8.00-12.00 en 13.00-17.00”.

Het is 17.20 uur. Je ligt te slapen in de schaduw. De pomp heb je om 17.00 uur afgesloten en de sleutels draag je bij je.

Vroeger was je dag en nacht open en dat heeft je een hartinfarct bezorgd. Je hebt het net overleefd en op aanraden van de doktoren heb je nu vaste openingstijden, waar je je strict aan houdt.

## De woestijn



Buiten deze tijden werk je absoluut niet.

Er komen reizigers die nu benzine willen. Dat geef je niet want je bent gesloten.

Reageer op hun non-verbale en verbale acties. Maken ze echt contact? Hoe maken ze je wakker?

Hebben ze aandacht voor jouw probleem?

Als dit allemaal lukt, vinden jullie gezamenlijk een oplossing die beide partijen tevreden stelt.

( De acteur kan ook zelf verzinnen wat de achterliggende reden is.)

**Aanvulling:** De trainer, de spelende cursisten en de acteur kunnen het spel stop zetten, om hulp te bieden als de cursisten vastlopen.

**Varianten:** \*Andere cursisten kunnen de plaats innemen van spelende cursisten, als die er niet uitkomen.

\* Andere groepjes kunnen op de gang wachten en na elkaar hetzelfde spel spelen.

**Aandachtspunt voor de trainer en de acteur:** Laat de cursisten niet teveel vastlopen, dat demotiveert en roept weerstand op. Stop het spel dan en geef tips, of laat de tips uit de groep komen. De cursisten spelen weer verder met de tips.

**Nabespreking: Cursisten:** Wat hebben jullie gedaan om contact te maken met de benzinepomphouder ? Wat werkte wel? Wat werkte niet? Konden jullie oversteken naar de ander? Hoe vertaal je dit naar jouw dagelijkse praktijk?

**Acteur:** Waardoor gaf jij de reizigers wel of niet benzine? Wat deden de cursisten om contact met jou te krijgen?