

Alle Sterren Van De Hemel

Alle Sterren Van De Hemel is een therapeutisch tool in de vorm van een bordspel. Het is speciaal ontwikkeld voor therapeuten en hulpverleners die werken met mensen die een dierbare hebben verloren door overlijden.



Doelgroep, van 6 tot 100 jaar

Alle Sterren Van De Hemel kan gebruikt worden met met kinderen, jongeren en volwassenen.

Om onderscheid te maken in de taal van kinderen en de taal van jongeren en volwassenen zijn de spelkaarten dubbelzijdig gedrukt.

De ene zijde is bestemd voor 6-12 jarigen, de andere zijde is voor jongeren en volwassenen.

Begeleidingsvorm

Alle Sterren Van De Hemel kan aangeboden binnen zowel een individuele begeleiding, alsook tijdens een gezinsbegeleiding of in een lotgenotengroep.

Doel

Het doel is (op drempelverlagende wijze) contact te maken over het verlies. Binnen een gezin is het doel vooral de communicatie onderling te stimuleren. In een groep kan het therapeutische bordspel fungeren als middel om contact te maken en ervaringen uit te wisselen met lotgenoten.

Alle Sterren Van De Hemel - inhoud van de speldoos

Alle Sterren Van de Hemel wordt zeer compleet geleverd. In de luxe en stevige speldoos vind je:

- het spelbord,
- een stevige losse kaartendoos met meer dan 700 vragen- en opdrachtkaarten,
- twee boekjes: de handleiding en de achtergrondinformatie,
- een handgemaakte houten zonnetje en LED-theelichtje,
- een handgemaakte houten indianen praatstok,
- 8 plastic mapjes,
- 8 pionnen in de vorm van 'tranen' die symbolisch veranderen in 'pareltjes' als mensen hun verhalen met elkaar delen,
- een dobbelsteen,
- een zandloper,
- een cadeautje: een octaeder, een kleine aanvulling waarmee Alle Sterren Van De Hemel in vereenvoudigde vorm óf met een grotere groep gebruikt kan worden.

Voorbeelden van vragen & opdrachten:

Gevoelens

Hoe kan iemand zien dat je boos bent?

Waarvan wordt je blij?

Herinneringen

Waar moet je soms nog om lachen?

Om welke herinnering kan je boos worden?

Omgeving

Is er iemand waarnaar je kunt gaan als je je rottig voelt?

Overlijden

Zijn er mensen die voor je gezorgd hebben als je hoorde dat * dood was?

Wat deed je met * toen jullie voor het laatst samen waren?

Begrafenis/crematie

Wat had je aan op de begrafenis/crematie van *?

Vond je iets bijzonder aan de uitvaart van *?

Plaats van de overledene in je leven

Droom je nog wel eens over *? Zijn dat goede of slechte dromen?

Zijn er momenten dat je je nog dicht bij * voelt?

Opdrachten

Serieus: kies een woord en vertel iets over 'zacht, bed, kracht'

Ontspannen: loop een rondje rond de tafel met dit kaartje op je hoofd

Alle Sterren Van De Hemel



Enkele getuigenissen:

‘het spel was heel leuk, het spel hielp mij mezelf blij te voelen zelfs als ik verdrietig was’
Anne-Mieke, 8 jaar.

‘Ik vond het heel leuk om met het spel mee te doen. Het heeft me geholpen om meer over de dood van mijn vader te praten. Zo durfde je ook meer te zeggen als er mensen meedoen die hetzelfde meegemaakt hebben. Wat ik goed vind aan het spel is dat je over sommige dingen meer gaat nadenken waar je eerst nog nooit over heb nagedacht.’
Rozemarijn 15 jaar.

‘Het is een leuk spel voor als één van je gezinsleden is overleden. Je kan er ook veel van leren. Want je kan er mee omgaan dat huilen niet erg is.’
Iris, 9 jaar.

‘Het spel Alle Sterren Van De Hemel is een goed hulpmiddel om je gevoelens te kunnen uiten die te maken hebben met het overlijden van je moeder of vader. De vragen helpen je vooral omdat je dan toch een idee hebt wat je moet vertellen. Ik bedoel, als die er niet waren wist je waarschijnlijk niet zo heel veel te vertellen over je moeder, kortom, ze zijn een goede leidraad. Ook is het wat minder verdrietig door het in een spel te verwerken. Je kunt dan op een speelse manier je verdriet uiten. De indianenstok is ook wel fijn, omdat je dan iets hebt om vast te houden als je praat. Het spel is zelfs zo fijn dat ik graag ook antwoord wilde geven op de vragen die voor de andere spelers werden gesteld.

Mijn conclusie is dus: een handig spel dat je op een speelse manier helpt met het grote verdriet om het verlies van je moeder om te gaan.’
Pieter, 14 jaar.