

# TAKAPA

Deze handleiding helpt je om **het spel snel onder de knie** te krijgen.

TAKAPA is echter meer dan gewoon een spel. Het is een krachtig hulpmiddel om kinderen te leren hoe ze kunnen omgaan met moeilijke situaties uit het dagelijkse leven: pesten, intimidatie, afwijzing, fysiek geweld, enzovoort. Dat kan op school zijn, in een jeugdbeweging, of zelfs thuis. Het spel nodigt de kinderen uit om hierop verschillende antwoorden te bedenken.

TAKAPA kan in de klas worden gespeeld (in kleine groepen), in familieverband, of zelfs bij de dokter of psycholoog. De kinderen worden aangespoord om initiatief te vertonen, actief te blijven, en de spiraal van pesten te doorbreken. De regels kunnen indien nodig worden aangepast op basis van hun leeftijd.

Meer details, concrete voorbeelden en getuigenissen vind je hier: [www.takapa.eu](http://www.takapa.eu)



## Rollen van Bao

Een spelletje TAKAPA wordt geleid door een animator of animatrice, die we Bao zullen noemen (Vietnamees voor 'kostbaar').

Bao zal vooraf deze handleiding hebben gelezen, de filmpjes van de 3 TONIC-dansjes hebben bekeken, en geluisterd hebben naar het verhaal over het bos van TAKAPA.

- o Bao zal het spel zonder vooroordelen leiden, de kinderen aansporen om er actief aan deel te nemen, en een omgeving van vertrouwen voor hen creëren. Bao zal ervoor zorgen dat alle kinderen zich tijdens het spel steeds comfortabel en gesteund voelen.

- o De kinderen interpreteren en spelen de verschillende rollen die op de situatiekaarten staan afgebeeld. Ze drukken hun emoties uit en kiezen strategisch hun reactie door 'dierkaarten' aan te duiden. Hierna mogen ze vrijuit hun gevoelens en gedachten delen.

## Het spelverloop in 5 stappen

### Vorbereiding

Leg de kaarten (op de achterzijde genummerd van 1 tot 5) in het midden van de tafel.

Draai de stapels met kaarten '1' (TONIC-dansjes), '3' (emoties), '4' (dieren) en '5' (validatie) open.



Laat de stapel met kaarten 2 (situaties) gedekt liggen.



Voordat de regels van het spel worden uitgelegd, luisteren de kinderen eerst naar **het verhaal van het bos** van TAKAPA ([www.takapa.eu](http://www.takapa.eu) of QR code).

Bao leest het voor. In plaats daarvan kunnen jullie ook samen naar het filmpje kijken.

### 1. Een TONIC-dansje kiezen

Om iedereen opgewarmd te krijgen, begint het spel met een **TONIC-dansje**: dat zorgt voor **energie en kracht!**

Scan de QR-code om de 3 dansjes te ontdekken, en schud de benen maar los!

Bao kiest een van de 3 TONIC-dansjes.



- o De Haka van TAKAPA
- o De Dans van de Boom
- o De 'Punch'-dans

→ Je kunt het dansje op elk moment herhalen om opnieuw dynamiek in het spel te brengen.

### 2. Een situatiekaart trekken

Bao duidt een eerste kind aan, dat een kaart van de stapel met situatiekaarten trekt en deze kaart aandachtig bestudeert. De kaarten stellen scenario's voor die de kinderen in het echte leven kunnen ervaren. Bao vraagt: "Wat zie je op deze kaart?" Het kind interpreteert de situatie naar wens.

### 3. Één of meer emoties aanduiden

Het kind kruipt nu in de rol van het personage op de kaart. Normaal gesproken is het niet nodig om te zeggen dat dit het personage is dat 'wordt geplaagd', maar Bao kan dit verduidelijken indien nodig.

Bao vraagt: "Hoe voel je je in deze situatie?"

Het kind duidt gevoelsmatig een emotiekaart aan. **Er bestaat geen goed of slecht antwoord: alles wat het kind voelt, is toegestaan! Het kind mag ook meerdere kaarten aanduiden.**

De mogelijke gevoelens zijn:



kwaadheid



walging



onverschilligheid



angst



verrassing



verdriet

### 4. Één of meer dieren kiezen

**Nu is het tijd voor actie!**

**De dieren** op de kaarten vertegenwoordigen manieren om met de situatie om te gaan, die hieronder worden uitgelegd. Bao moet erop letten dat de kinderen de eigenschappen (en de bijbehorende reacties) van alle dieren goed hebben begrepen.

Het kind kiest 1 (of meer) van de 6 kaarten.



**De vogel** vertegenwoordigt **ontwijkend gedrag**. Als de vogel in een conflictsituatie belandt, neemt hij de vlucht.

Dit gedrag ontwijkt de provocatie en probeert te voorkomen dat de situatie uit de hand loopt, door zich er niet door te laten beïnvloeden.



**De aap** gebruikt **humor en spot**. Vaak doet hij dit door de situatie in het belachelijke te trekken.

Dit gedrag probeert de aanvaller te destabiliseren door hem niet serieus te nemen. Op die manier wordt de agressie ontwapend en de emotionele impact ervan verlaagd.



**De neushoorn** staat voor **mentale en fysieke weerstand**. Hij pakt de agressie aan met kracht en vastberadenheid, door zich rechtop te houden, de armen te kruisen, en de aanvaller in de ogen te kijken. Dit gedrag toont duidelijk aan dat het kind zich niet wil laten intimideren, en dat het klaar is om zich te verdedigen.



**De kat** toont duidelijk aan dat ze **er niet mee akkoord gaat**. Ze sist, bolt haar rug, en blaast. Dat doet ze om haar ontevredenheid te tonen en de aanvaller op afstand te houden. Dit gedrag is een duidelijk verdedigend signaal, met de bedoeling om de aanvaller terug te laten trekken.



**De vos** is sluw en strategisch. Hij zoekt naar **trucjes** om de situatie te ontwapenen, bijvoorbeeld **door de aandacht van de aanvaller af te leiden**. Dit gedrag gebruikt intelligentie en creativiteit om aan een moeilijke situatie te ontsnappen, vaak door de aanvaller te verrassen.



**De beer** staat voor wijsheid en groepsgegedrag. Hij vertegenwoordigt de kracht van een groep, van **een vriend, of van een vertrouwenspersoon die hij om hulp kan vragen**. De beer staat klaar om te helpen als er geen andere oplossingen kunnen worden gevonden.

TAKAPA spoort kinderen aan om eerst individueel actie te ondernemen. De beer treedt op in situaties met fysiek geweld, of wanneer het kind aanvoelt dat het externe hulp nodig heeft.

**Welk dier helpt om tot de beste oplossing te komen?**

Bao begeleidt het kind totdat het zelf een oplossing voor de situatie kan bedenken.

Het kind stelt een oplossing voor, door 1 of meer dieren aan te duiden. Het gekozen antwoord kan uitgebreid of verteld worden. De meest efficiënte (en grappigste) oplossing is om de situatie uit te beelden. Het kind dat de kaart heeft getrokken, speelt de rol van 'geplaagde' en een vrijwilliger speelt de rol van 'plager'.

**Voorbeeld: iemand lacht met je kleren**

- o Ik ben verdrietig
- o Ik kies de vos en de aap: ik lach met de aanvaller en zeg dat hij niet op de hoogte is van de nieuwste mode. **Meer voorbeelden** : [www.takapa.eu](http://www.takapa.eu)

### 5. Goedkeuren... of opnieuw proberen!

Zodra het kind een antwoord heeft gekozen, mag de groep overleggen: heeft dit antwoord iets opgeleverd? Zal het antwoord ervoor zorgen dat de 'plager' ermee ophoudt?

De groep mag adviezen geven.

Als het kind hiermee tevreden is, neemt het de kaart :



Als dat niet zo is, neemt het de kaart :



En zoekt het naar nieuwe ideeën met de andere dieren.

**Let op:** soms kan het helpen om de aanvaller te ontwijken (zoals de vogel), maar dit is niet altijd de beste manier om met pesterijen of geweld om te gaan. Jullie moeten altijd zoeken naar het beste antwoord.

Iedereen neemt deel aan het debat, totdat alle deelnemers het eens zijn over de juiste oplossing.

Daarna trekt het volgende kind een nieuwe kaart, en gaat het spel verder!

### Einde van het spel

Jullie beslissen zelf na hoeveel rondes het spel eindigt, afhankelijk van het aantal kinderen, de beschikbare tijd, en het concentratieniveau van de allerkleinsten...

Elk voorstel voor een antwoord levert 1 punt op.

Hoeveel punten hebben we vandaag gescoord?

Kunnen we het de volgende keer nog beter doen?

### Inhoud

48 kaarten :

- o 3 kaarten '1' : TONIC-dansjes
- o 30 kaarten '2' : situaties
- o 6 kaarten '3' : emoties
- o 6 kaarten '4' : dieren
- o 2 kaarten '5' : validatie
- o 1 presentatiekaart

Online :

- o filmpjes van de 3 TONIC-dansjes
- o een verhaal om de strategieën van de dieren uit het bos van Takapa te ontdekken
- o concrete voorbeelden
- o De handleiding in verschillende talen