

Doelgroep ouderen of met aanpassingen van vragen kan het ook verstandelijke beperking en jongeren.

Spelregels levensweg

- * Iedere speler pakt een pion.
- * Ga bij het bord zitten met dezelfde kleur als je pion.
- * Zet je pion aan de rechter kant van het kruis op het bord.
- * Iedere speler gooit om de beurt met de dobbelsteen en gaat dan zoveel stappen vooruit.
- * Kom je op een hokje waar geen kruisje staat dan mag je nog een kaartje pakken (of de spelleider doet dit) en leest de vraag voor.
- * Je probeert antwoord op deze vraag te geven.
- * Als je klaar bent met het antwoord is de volgende speler aan de beurt.
- * Het spel draait met de klok mee.
- * Het spel is bedoeld om terug te kijken in de tijd, en is afgelopen als alle vragen zijn beantwoord of de interesse voor de spelers verminderd.

Succes en veel plezier!



Het levenswegspel

Je kan het levensweg spel onderverdelen in verschillende onderwerpen.

Er zijn 4 hoofdonderwerpen, te weten:

- * Het ouderlijk gezin.
- * Het eigen gezin.
- * De eigen persoon.
- * De wereld om de betrokkene heen.

Hier beneden staan de vragen die je kunt stellen. Selecteer de vragen en maak er kaartjes van.(evt op etiketten) Dit moet wel in de kleur van de onderwerpen op het bord.

Het ouderlijk gezin:

- * hoe heten de ouders?
- * naar wie zijn de ouders vernoemd?
- * was het gebruikelijk dat kinderen werden vernoemd naar ouders of grootouders?
- * gaf het wel of niet vernoemen van kinderen weleens problemen?
- * uit welke stad, dorp of streek waren de ouders afkomstig?
- * vertelden ze weleens verhalen over hun vroegere woonplaats? zo ja, welke?
- * welke beroepen oefende vader en moeder uit?
- * hoe hebben ze hun werk ervaren?
- * kunt u zich nog voorvallen en verhalen herinneren die uw vader of moeder over hun werk van vroeger vertelden? bv. het eerste werk, bij wie dat was, welke leeftijd, hoeveel uur en wat ze verdienden?
- * wanneer en waar geboren?
- * deden zich bij de geboorte bijzondere situaties of complicaties voor?
- * wie waren bij de geboorte aanwezig?
- * hoe werd in vroegere tijden een geboorte bekend gemaakt?
- * heeft u herinneringen aan de geboorte van zussen of broers?
- * waren er broers of zussen in het gezin?
- * wanneer werden ze geboren en hoe luiden hun namen?
- * kenmerkende karaktereigenschappen van broers en/of zussen?
- * welke herinnering zijner t.a.v. broers en/of zussen?
- * hoe was de sfeer in het gezin?
- * hoeveel broers en zussen hadden vader en moeder?
- * met wie waren de broers en zussen getrouwd?

- * hoe waren de contacten met ouders, grootouders en andere familieleden?
- * was er een lievelingsopa, -oma, -tante of -oom?
- * hoe verliep de opvoeding?
- * welke normen en waarden waren kenmerkend in het ouderlijk huis?
- * op welke wijze werden kinderen gecorrigeerd als ze ondeugend waren geweest? kunt u zich daar nog iets van herinneren?

School:

- * welke vormen van onderwijs is in de kinder- en pubertijd genoten? hoe zijnde ervaringen met diverse vormen van onderwijs?
- * kan een sfeerbeeld worden geschetst van de kleuter- en lagere school?
- * zijn er nog herinneringen aan de eerste schooldag, de juf of meester op de kleuter of lagere school?
- * welke leermiddelen werden gebruikt?
- * welke vond men de leukste vakken op school en welke de minst leuke? is daar een verklaring voor te vinden?
- * hoe was het klaslokaal ingericht?
- * wat waren de schooltijden?
- * op welke dagen moest men naar school?
- * hoe ging men naar school?
- * zijn er nog leuke voorvallen bekend die onderweg van huis naar school en andersom voorvielen?
- * uit hoeveel klassen bestond de lagere schooltijd?
- * hoe oud was een leerling als die van de lagere school afkwam?
- * is erna de lagere school nog voortgezet onderwijs gevolgd? hoelang? wat voor soort onderwijs? op welke leeftijd is het voortgezet onderwijs verlaten?

welke vakken waren boeiend en welke minder boeiend?

- * kan iets over de beleving van voortgezet onderwijs, de vakken, de sfeer en de docenten worden verteld?
- * was het in die tijd gebruikelijk dat er voortgezet onderwijs werd gevolgd? waar was dit onder meer van afhankelijk? zaten er verschillen in de doorleermogelijkheden van jongens en meisjes?

Wonen(wit)

- * In welke plaatsen of stre(e)ken l. de kindertijd doorgebracht? /staat het ouderlijk huis er nog?
- * welke herinneringen zijn er aan het ouderlijk huis, de straat, de wijk, het dorp of de stad?
- * is de omgeving van het ouderlijk huis veranderd?

- *hoe was het ouderlijk huis ingericht?
- * zijn er nog herinneringen aan gebeurtenissen in en rondom het ouderlijk huis?
- * op welke wijze werden licht, water en verwarming gerealiseerd?
- *is erin de kinder- en tiener tijd vaak verhuisd?
- *wat waren de redenen van verhuizing?
- *hoe werd de verhuizing door de kinderen ervaren?
- * wanneer is men voor het eerst zelfstandig gaan wonen?
- * was dat alleen of met een ander?
- * wat was de reden voor het zelfstandig wonen? studie? trouwen? werkzaamheden? hoe was het om voor het eerst zelfstandig te wonen?
- * zijn er nog herinneringen aan de eerste zelfstandige woonvorm?
- * waar en hoe heeft men als volwassene gewoond? in welke plaats en streek? * hebben er later nog meer verhuizingen plaats gevonden? waarom?
- * hoe zijnde latere verhuizingen ervaren?
- * wat is de huidige woonsituatie?
- * hoe wordt die ervaren? wat zijnde verschillen met het ouderlijk huis en latere woonsituaties?

Financiën:

- * waren de ouders rijk of arm?
- * op welke wijze uitte zich dit in het dagelijkse leven?
- * (wanneer) werd er zakgeld 'uitbetaald'? hoeveel zakgeld?
- * wat kon men daar voor kopen? is nog bekend wat voor het eerste zakgeld werd gekocht?

Taakverdeling tussen ouders:

- * wat waren de specifieke taken voor de man en vrouw in het ouderlijk gezin?
- * wie hield zich het meest met de opvoeding van de kinderen bezig?
- * welke herinneringen zijn er aan het opvoeden door de ouders?
- * was in de tienerperiode de relatie met de eigen ouders anders dan bijvoorbeeld in de kindertijd?
- * hoe werden die overeenkomsten en verschillen ervaren?
- * welke taken moesten in het ouderlijk huis worden vervuld? * hoe werden die taken met andere gezinsleden verdeeld?
- * welke taken waren leuk en welke werden als vervelend ervaren?
- * welke middelen waren er voorhanden mbt huishoudelijk werk?

Vrije tijd:

- * hoe werd in het ouderlijk huis de vrije tijd doorgebracht? m.n. de zaterdagavond en de zondag? werd er voorgelezen, spelletjes gedaan, gezongen of muziek gemaakt?
- * welke herinneringen zijn er aan vrijetijdsbesteding in het ouderlijk huis?
- * werden erin gezinsverband uitstapjes gedaan en met vakanties gegaan?
- * zijn er nog speciale herinneringen aan uitstapjes of vakanties?
- * hoe werd in de tienertijd de vrije tijd doorgebracht?
- * welke herinneringen zijn daar nog van blijven hangen?
- * werd er veel aan sport gedaan?
- * welke belevingen had men bij het uitoefenen van sport? waar legde interesse? individuele- of teamsport?
- * werd er een muziekinstrument bespeeld? welk?
- * waarom juist dat instrument?
- * wat voor genre boeken werden in de kindertijd en tienertijd gelezen?
- waarom juist dat soort boeken? zijn er nog speciale herinneringen aan bepaalde boeken?
- * werd erin de tienertijd naar muziek geluisterd? welk genre? welke radioprogramma's?
- * roepen bepaalde liedjes nog specifieke gebeurtenissen op?
- * welke idolen waren er in de tienertijd?
- * (dag)droomde men daar wel eens over?
- * werd er op dansles gegaan?
- welke herinneringen zijn daaraan verbonden? vrienden, vriendinnen, sfeer?
- * wat waren bijzondere en kenmerkende karakteristieken van het ouderlijke gezin?
- * hoe werden verjaardagen gevierd?
- * werden feestdagen als sinterklaas, kerst en oud en nieuw gevierd? waarom wel of waarom niet?
- * zijn er nog dierbare herinneringen aan het vieren van bovengenoemde feestdagen? * op welke wijze werd een koperen, zilveren en gouden bruiloft gevierd?

Vriendschap:

- * wie waren de eerste vriendjes of vriendinnetjes op de kleuterschool en lagere school?
- * welke herinneringen zijn er aan die vriendjes en vriendinnetjes? zijn er nog herinneringen aan bepaalde gebeurtenissen of voorvallen?
- * wie waren de vrienden en vriendinnen in de tienertijd?

* welke betekenis had vriendschap in de tienertijd waaraan onderscheidde vriendschap in de tienertijd zich met die in de kleuter- en lagere schoolperiode?

* zijn er nog dierbare herinneringen aan bepaalde gebeurtenissen of voorvallen met vrienden of vriendinnen? Verliefdheid en verkering:

* wanneer was de eerste verliefdheid?

* wat betekende die eerste verliefdheid?

* hoe gingen jongens en meisjes in de tienertijd met elkaar om? * wanneer had men voor het eerst echt verkering?

* wat was aantrekkelijk aan de jongen of meisje waar men verkering mee had?

" wanneer heeft men de partner waar men mee getrouwd is voor het eerst ontmoet?

` kan die eerste ontmoeting nog beschreven worden?

"-welke eigenschappen in de ander waren en zijn nog aantrekkelijk?

* wat voor activiteiten werden in de verkeringstijd samen gedaan en welke beleving had men daaraan?

Verloven en trouwen:

* was het toondertijd gebruikelijk om zich te verloven? Wat was de betekenis daarvan?

* wat voor soort cadeaus werden bij een verloving gegeven?

* werd er in de verlovingstijd al het nodige aangeschaft voor de uitzet? waarom gebeurde dat al in de verlovingstijd?

* wanneer heeft de verloving plaatsgevonden?

` welke herinneringen zijn er nog in relatie tot de verlovingsdag? ` wanneer is het aanstaande bruidspaar in ondertrouw gegaan? ` welke betekenis had in ondertrouw gaan?

* wanneer en waar is men getrouwd?

* vroeg de aanstaande bruidegom de ouders van de bruid om de hand van de dochter? hoe verliep dat en hoe werd dat ervaren?

* wat droegen bruidegom, bruid en de gasten tijdens de trouwdag?

` werd er alleen op het gemeentehuis getrouwd of ook in de kerk?

` op welke wijze vond het vervoer naar stadhuis en kerk plaats?

*werd er een receptie en/of bruiloftsfeest gehouden?

* wat was het hoogtepunt van de trouwdag? zijn er nog andere herinneringen aan deze dag aanwezig? " heeft het bruidspaar een huwelijksreis gemaakt? waarheen?

* hoe was de huwelijksreis?

` wanneer kreeg men de eerste baan?

` bij wie was dat en hoeveel werd er per week verdiend?

" moest er thuis kostgeld worden betaald van het eerste loon?

* wat werd er gekocht van het eerst verdiende loon?

* welke herinneringen zijn er aan het eerste werk?

* wat was de leeftijd bij aanvang van het eerste werk?

Militaire dienst:

* zijn mannen en misschien ook vrouwen in militaire dienst geweest?

* bij welk onderdeel?

* is er ook in de 1 e of 2de wereldoorlog gediend? wat waren de ervaringen?

Het eigen gezin:

Kinderen:

* hoeveel kinderen zijn er in het eigen huwelijk geboren?

* namen van de kinderen?

* zijn ze vernoemd naar ouders, grootouders? waarom?

* wat waren de ervaringen rondom zwangerschap en geboorte van de eigen kinderen?

* verschillende kinderen veel in karakter? zijnde eigen kinderen in de loop van de jaren veranderd?

* zaten er verschillen in de wijze waarop men zelf is opgevoed en de manier waarop de eigen kinderen zijn opgevoed?

* waren de partners het altijd eens over de wijze waarop ze de kinderen opvoeden? wat waren kenmerkende verschillen?

* wat waren makkelijk en moeilijke taken in het opvoeden van de eigen kinderen?

* hoe werd kinderloosheid ervaren? was het een bewuste keuze of waren er andere redenen?

* hoe zijnde kinderen terecht gekomen?

* welke beroepen voeren de kinderen uit? wat vinden de ouders daarvan?

• waar wonen de kinderen?

* hoe is het contact met de kinderen?

Kleinkinderen:

* heeft men kleinkinderen? hoeveel? wat zijn hun namen?

* hoe wordt het grootouderschap ervaren?

* zijnde kleinkinderen getrouwd? wonen ze samen?

* hebben de kleinkinderen inmiddels alweer kinderen? hoeveel? hun namen?

* wat zijn verschillen en overeenkomsten in het ouder- en grootouderschap?

Werken:

- * welke werkzaamheden zijn tot de pensionering verricht?
- * wat waren leuke en minder leuke aspecten aan de diverse werkzaamheden?
- * wat was de reden om met werk te stoppen?

Vrije tijd:

- * hoe heeft men de vrijs tijd met de eigen kinderen doorgebracht? uitstapjes? vakanties?
 - * zijner nog speciale herinneringen aan uitstapjes of vakanties?
- 'schieten er nog leuke of dierbare herinneringen te binden in relatie tot de vrijetijdsbesteding met de eigen kinderen?
- * hoe * hoe wordt nu de vrije-tijd doorgebracht? * is men daar tevreden over?

Contacten vanuit het eigen gezin:

- * welke sociale contacten waren er vanuit het eigen gezin? vrienden, kennismen en familie?
- * wie behoren tot de beste vrienden? hoelang bestaan die contacten al?
- * wat waardeert men zo in die vrienden?
- * wie waren er in moeilijke tijden altijd bereid om te helpen?
- * waaruit bestond die hulp?
- * waarom werd / wordt deze hulp zo gewaardeerd?
- * wat zijn bijzondere en kenmerkende karakteristieken van de eigen familie?

Verjaardagen en andere feestdagen:

- * hoe werden en worden verjaardagen gevierd?
- * werden feestdagen als sinterklaas, kerst en oud en nieuw gevierd? waarom wel of waarom niet?
- * zijn er nog dierbare herinneringen aan het vieren van de bovengenoemde feestdagen?
- * op welke wijze werd / wordt een koperen, zilveren en gouden bruiloft gevierd?

Algemeen vragen:

- * is men opgevoed en opgegroeid vanuit een bepaalde geloofs- of levensovertuiging?
- * wat is 1 was de betekenis van de geloofs- of levensovertuiging?
- * Heeft men de geloofs- of levensovertuiging waarmee men is opgevoed ook later aangehouden? Geaardheid:
- * hoe waren grondhouding en stemming?
- op welke wijze wordt er in de regel omgegaan met tegenslag en problemen?
- * welke belangrijke beslissingen heeft men in het leven moeten nemen?

- * Op welke gronden zijn deze beslissingen genomen?
- * wat waren t zijn kenmerkende levensdoelen?
- * waren / zijn er typische tradities en gewoonten die specifiek bij de betreffende persoon horen?
- * om welke gewoonten en tradities gaat het en waaraan zijn die herkenbaar?
- * wat waren sterke en minder sterke kanten? hoe is daar mee omgegaan in het leven?
- * wat is er van idealen terecht gekomen? hoe wordt er teruggekeken op het leven dan niet verwezenlijken van idealen?

Politiek:

hoe stond en staat het met de politieke betrokkenheid?

- * was! is men actief in een politieke partij?
- * op welke partij(en) is altijd gestemd en waarom?

Gezondheid:

* hoe is over het algemeen de gezondheid geweest en hoe staat het er nu voor?heeft men de tijd doorgebracht na de pensionering?

Eten:

- * wat vindt je lekker eten?
- *kook je zelf ook.?
- *kookt je partner ook lekker.?
- *wat lus je niet zo graag.?
- * zijn je eet gewoontes veranderd door de jaren heen?
- *wat zijn nou echt oude recepten waar je goede of slechte ervaringen mee hebt?
- *moest je vroeger alles eten?
- * als je kinderen hebt moesten zij ook alles eten?
- *ging je vroeger ook wel eens uit eten?
- * ga je wel eens naar een restaurant?
- * Heb jij altijd een vaste plaats aan tafel?
- *pakte je vroeger wel eens stiekem een snoepje of een koekje?
- * hadden ze vroeger wel snoep en wat was dat dan.?

Idee ingezonden door: Gerdie Janssen

Zorgboerderij De Haam

