

· **Sterke psycho-sociale ontwikkeling via 'the Circle of Courage'**

De vier grondvoorwaarden voor een sterke psycho-sociale ontwikkeling zijn in het model van 'the Circle of Courage' **verbondenheid** (belonging), **zelfontplooiing/competentie** (mastery), **altruïsme** (generosity) en **autonomie/positieve identiteitsontwikkeling** (independence). Wanneer aan deze vier basisbehoeften voldaan wordt, kunnen kinderen opgroeien tot veerkrachtige, weerbare personen.



Door te kubben zetten we in op deze vier grondvoorwaarden:

- **Verbondenheid met elkaar en met de bezoekers:** Buren, andere organisaties, vrijwilligers, vrienden van begeleiders, voogden, leerkrachten... De jongeren beschouwen het als een gunst dat ze allen bereid zijn om af te zakken naar Hejmo om samen te kubben. Op deze manier krijgen onze jongeren de mogelijkheid relaties aan te gaan en ergens bij te horen.
- **Zelfontplooiing/competentie:** de jongeren zijn gastheer van de events, ze bereiden voor, maken eten klaar, nodigen uit, evalueren, ruimen op en maken foto's en filmpjes. Iedereen kan de keuze maken z'n eigen talent in te zetten of te verdiepen.
- **Altruïsme:** de jongeren zijn gastheer, nodigen uit, genieten ervan iets te kunnen geven in de vorm van drank en eten. Zij zijn de gastheren en -dames van de avond.
- **Autonomie/positieve identiteitsontwikkeling:** de Kubb-events helpen de jongeren te ontdekken wie ze zijn, wat hun competenties zijn en helpen hen een positieve verbinding met de samenleving te ontwikkelen. Positieve identiteitsontwikkeling zorgt ervoor dat jongeren voldoende betekenis en veerkracht ontwikkelen om zich goed te voelen en de rol op te nemen die ze voor zichzelf weggelegd zien.

Een zomer lang kubben met Hejmö

Regoj de Hejmo Koningen van Hejmo

Kubben als tool om met jonge nieuwkomers te werken rond solidariteit, netwerkuitbreiding en veerkracht



Voor de tweede zomer op rij nodigden de jongeren van Hejmo gasten uit in hun tuin om samen te kubben. Buurtbewoners, OKAN-leerkrachten, chiroleiders, noem maar op. De jongeren nemen de organisatie van de Kubbevents volledig in eigen handen: ze bepalen zelf hoe de Kubbevents eruitzien, zorgen voor een warm welkom, koken voor hun gasten en staan in voor het goede verloop van het event.

Daarmee werken we met de jongeren op drie niveaus:

- solidariteit
- netwerkuitbreiding
- veerkracht

Hierbij lichten we elk van die niveaus toe.

• Solidariteit

We zijn ervan overtuigd dat contact solidariteit verhoogt. Niets meer, niets minder. Als mensen elkaar ontmoeten, op het werk, op school, op de jeugdbeweging, of gewoon, tijdens een spelletje Kubbe, leren ze elkaar ook beter kennen, wat meer respect en tolerantie met zich meebrengt. En bekend maakt bemind. (Bron: De Correspondent – artikel Rutger Bregman).

Het Kubbe-spel brengt plezier en ontspanning, maar bovenal zorgt het voor verbinding tussen de jonge vluchtelingen en hun gasten. Want tijdens een spelletje Kubbe leren ze elkaars leefwereld kennen en kunnen ze heel laagdrempelig met elkaar in verbinding treden. Dat creëert een wederzijdse connectie en brengt hen dichterbij mekaar.

“Wat een intrigerende jonge mensen en talenknobbels. Ongelofelijk wat ze onderweg allemaal hebben geleerd. We zijn dankbaar deze jongeren te hebben ontmoet en hopen hen nog vaak tegen te komen.”

(Buurtbewoners)



• Netwerkuitbreiding

Kubbe is een goede manier om de eerste contacten te leggen. Door samen een spel te spelen, in een voor hen vertrouwde omgeving, voelt het eerste contact natuurlijk aan. Het is belangrijk dat we een goed eerste contact initiëren. Via babbels, lekker eten en een laagdrempelig spel maken ze kennis met allerlei mensen en organisaties. En zo bouwen de jongeren stilaan een breed netwerk uit.

Hejmo werd tijdens de lockdown een plek van verbinding met de samenleving. Buren, scouts, het jeugdhuis, OKAN-leerkrachten, jongeren uit de buurt, vrijwilligers... Allemaal kwamen ze in kleine groepjes mee kubben. Seppe De Bruyn, sociaal werker bij Hejmo: “Die individuele ontmoetingen zijn heel waardevol. De jongeren delen verhalen van hun thuisland en hun leven hier. De gasten treden met enthousiasme in contact met hen en tonen solidariteit voor hun situatie. Het kubben brengt samen, doet luisteren en verbindt.”

• Veerkracht

Via het gedachtegoed van ‘Rots en Water’ en het model van ‘the Circle of Courage’ versterken we de veerkracht bij de jongeren.

• Sociale vaardigheden ontwikkelen via ‘Rots en Water’

Tijdens het kubben houden we het gedachtegoed van ‘Rots en Water’ warm, een traject dat we eerder al volgden met de leefgroep, in samenwerking met Alba vzw. Tijdens een tiental sessies kregen onze jongeren meer inzicht in sociale situaties en in de impact van hun eigen gedrag.

Het Kubbe-spel bood ons de gelegenheid om dit gedachtegoed beter te hanteren en te oefenen in concrete situaties. Wat doet de stress van een belangrijke worp

met ons? Hoe kunnen we daarop inspelen? Welke lichamelijke signalen voelen we en hoe gaan we daarmee om? Hoe voelen we ons in de groep en gaan we om met teleurstellingen en successen?

Om dat te bekomen zetten we voornamelijk in op volgende drie aspecten: leren gronden (stevig en ontspannen staan), centreren (adem in de buik) en richten van de aandacht/focus. Iemand die gecentreerd en gegrond is, ervaart een stevige, fysieke basis die elke handeling vergemakkelijkt. De persoon zal dus een voordeel hebben tijdens het kubben. We maken de reflectie van het Kubbe-veld naar situaties in hun dagelijks leven.

Hejmo, opvanghuis voor jonge nieuwkomers in Leuven

Hejmo is een kleine, familiale leefgroep voor negen kinderen/jongeren met een vluchtervaring. Na een vaak turbulent parcours vinden ze er de rust, veiligheid en begeleiding die ze nodig hebben om hun ontwikkeling verder te zetten en een leven op te bouwen op hun nieuwe plek.

