

INTRODUCTIESPELLETJES

De volgende spelletjes geven je de kans om je op een speelse manier wat in te leven in een wereld-zonder-kijken. Je zult merken dat de andere zintuigen (vooral horen, voelen en ruiken) belangrijker worden.

Door deze spelletjes te spelen, zul je natuurlijk nog niet weten hoe het is om blind of slechtziend te zijn. Dat weet je alleen als je het echt aan de lijve ondervindt. Maar de spelletjes geven je wel de mogelijkheid om er eens over na te denken. Ze laten je een beetje ervaren welke moeilijkheden je als blinde kunt ervaren en hoe belangrijk het dan is dat je anderen kunt vertrouwen.

1. WIE IS WIE

Eén speler wordt geblinddoekt en voor drie andere spelers geplaatst. De geblinddoekte persoon moet door te voelen, raden wie voor hem of haar staat. In dit spelletje kun je het voelen ook vervangen door het luisteren naar de stem.

Vaak wordt gedacht dat blinde of slechtziende mensen door te voelen anderen herkennen of groeten. Maar dat is zeker niet het geval. Je kunt mensen vooral herkennen aan hun stem. Toch is het voor een blinde niet prettig als daar een raadspelletje van gemaakt wordt. Het is beter bij het begroeten van een blinde direct je naam te zeggen.

2. SPINNENWEB

De spelers staan in een kring, vrij dicht bij elkaar. Eén persoon wordt geblinddoekt en in het midden van de cirkel geplaatst. De begeleider draait de persoon een aantal keren rond en duwt hem zachtjes in een richting. De spelers in de kring draaien de geblinddoekte, wanneer die in hun richting komt, zachtjes om en duwen hem in een andere richting.

Misschien had ook jij toen je geblinddoekt was de ervaring dat het niet zo leuk is om voortgeduwd te worden. Bij het begeleiden gebeurt dat nochtans regelmatig. De blinde vindt het onaangenaam. Het geeft hem ook een zeer onveilig gevoel, want dan loopt hij vóór de begeleider, zodat het veel moeilijker is om putten, afstapjes enz. te vermijden. Daarom laat je de blinde beter jouw arm nemen. Op die manier loop jij als begeleider een half pasje voor en kan de blinde je veel beter volgen.

3. TREINTJE

Alle spelers vormen een treintje. Ze lopen achter elkaar met de handen op de schouders van de vorige speler. Alleen de laatste speler is geblinddoekt. Die moet, zonder praten, boodschappen doorsturen naar de speler vóór hem, door schouderklopjes te geven. Bijvoorbeeld: één keer rechts kloppen is rechts afslaan,

met beide handen kloppen is vertrekken, enz. Wat je voelt als geblinddoekte speler sein je door naar de persoon vóór jou, tot de boodschap vooraan aankomt. Begin met treintjes van vier à vijf personen.

In dit spelletje speelt het vertrouwen terug een rol. Ook blinden en slechtzienden zijn in veel gevallen afhankelijk van anderen en moeten vertrouwen hebben in de mensen die hen helpen. Een blinde begeleiden door je handen op zijn schouders te leggen wordt in de praktijk nooit gedaan. De juiste manier van begeleiden kun je lezen bij het 'spinnenweb'. In heel uitzonderlijke gevallen, bijvoorbeeld bij het begeleiden van een blinde op een smal bergpad, gebeurt het wel dat de begeleider voorop loopt en de blinde de schouders of de lenden van de begeleider vastneemt. Dit kan bijvoorbeeld voorkomen tijdens een wandeling op het Alpenkamp (een wandelvakantie voor blinden en slechtzienden en hun begeleiders).

4. ORIËNTATIESPELLETJES

Als je blind bent, is het van groot belang dat je je goed kunt oriënteren. Een goed oriëntatiegevoel is aangeboren, maar je kunt het door te oefenen ook verbeteren.

Enkele basisoefeningen - geblinddoekt:

- Ga met een aantal mensen op een rij staan, allen met het gezicht naar dezelfde kant (b.v. kijkend naar het bord).
 - Doe een halve draai naar rechts.
 - Doe een kwartdraai naar links.
 - Draai volledig rond je as.
 - Doe een halve draai naar links.Het is belangrijk dat je op elk moment blijft weten waar het bord is.
- Probeer geblinddoekt, zonder witte stok, het lokaal zo recht mogelijk over te steken.
- Iemand plaatst een geluidsbaken (b.v. een rinkelende bel) in het lokaal. De anderen proberen geblinddoekt zo dicht mogelijk bij het geluid te komen.
- Probeer geblinddoekt bepaalde figuren te lopen: een vierkant, een driehoek, een cirkel...

DOE-SPELLETJES

Om je nog wat meer in te leven in de leefwereld van blinde en slechtziende mensen, kun je een aantal van de volgende opdrachtjes uitproberen. Ze zullen je geen volledig beeld geven van wat het is om blind of slechtziend te zijn, maar je zult wel een aantal moeilijkheden ondervinden waar blinden en slechtzienden mee te maken hebben.

1. Schil geblinddoekt een appel.
2. Vul geblinddoekt een glas water.
3. Schrijf je naam geblinddoekt op het bord.
4. Schrijf je naam in brailleschrift op het bord (je mag hiervoor een braille-alfabet gebruiken).
5. Doe je schoenen uit, leg ze tussen een hoop andere schoenen en zoek geblinddoekt je eigen schoenen terug. Trek ze geblinddoekt terug aan.
6. Probeer, alleen door er geblinddoekt aan te ruiken, bepaalde producten te herkennen.
7. Probeer, enkel door te luisteren, bepaalde geluiden te herkennen.
8. Steek geblinddoekt het lokaal over door met de witte stok links en rechts voor je op de grond te tikken (om obstakels te vermijden).
9. Teken geblinddoekt een mannetje op het bord.
10. Probeer geblinddoekt, enkel op het gevoel, bepaalde voorwerpen te herkennen.
11. Probeer geblinddoekt een gezelschapsspel te spelen.