

GEVANGEN IN VERLANGEN



IK FILTEREER

Gevangen in verlangen

In sommige landen werden vroeger apen gevangen met een eenvoudige val. In een pot werd iets lekkers gelegd. De opening was groot genoeg voor een open hand, maar te klein voor een gesloten vuist. De aap pakte het lekkers vast.

En toen zat hij vast.

Niet omdat de pot hem gevangen hield. Maar omdat hij niet wilde loslaten.

Als hij zijn hand had geopend, was hij vrij geweest.

Mensen doen soms precies hetzelfde.

Soms houden we vast aan dingen die we graag willen hebben.

Meer likes. Meer volgers. Meer geld. Meer spullen. Meer schermtijd. Meer aandacht.

Dan lijkt het alsof we iets in handen hebben.

Maar soms heeft het ons juist in zijn greep.

De vraag is daarom niet alleen:

Wat wil ik hebben?

Maar ook:

Kan ik het loslaten?

Want vrijheid betekent soms dat je iets durft los te laten.

Daarom **IKFILTEREER** voordat ik klik, geloof of deel.

WAAR

Heb ik dit echt nodig?

ZINVOL

Maakt dit mijn leven beter?

NODIG

Moet ik hier nu iets mee?

AARDIG

Blijf ik goed voor mezelf en anderen?

VEILIG

Houd ik de controle, of neemt dit de controle over mij?

Wat zou jij moeilijk kunnen loslaten?



WAAR • ZINVOL • NODIG • AARDIG • VEILIG

Welke filter past volgens jou het beste bij deze les?

Kijk naar de mini-poster. Wat zie jij? Wat denk jij dat ermee bedoeld wordt?

Waarom zou iemand anders daar anders over kunnen denken?

Praat er samen over. Stel vragen aan elkaar en luister naar de antwoorden.

Je hoeft het niet altijd met elkaar eens te zijn. Juist door verschillende meningen en ervaringen te horen, leer je anders kijken naar situaties, keuzes en gevolgen.

Ontdek wat jij ervan vindt.