

Natuurbelevingsoefening

Blinde rups

Opzet en doelgroep

Deze oefening is een intens groepsgebeuren waarin probleempjes en verrassingen om voorrang strijden. De activiteit is geschikt voor wat oudere kinderen tot en met studenten. De groep mag veel lol hebben, maar niet zoveel dat de instructie niet uitgevoerd wordt. Er moet vertrouwen zijn in elkaar. De groep gaat als in een supertrage polonaise door een stuk natuur, maar alleen de voorste kan zien, de anderen hebben een blinddoek voor.

Vorbereiding

Zoek een geschikte plaats. Dat kan een parkachtig bos zijn met gewone paden maar het is beter als er ook smalle paadjes zijn. Een bos met weinig ondergroei is prima, maar een bos met ondergroei, kuilen en omgewaaide bomen is spannender maar dan ook alleen voor een goede groep geschikt, dat wil zeggen een groep die heel langzaam en geconcentreerd - als een rups! - voortkruipt en waarin ieder precies probeert te doen wat zijn of haar voorganger doet.

Materiaal

Blinddoeken

Instructie aan de groep

1. Vorm een groep van rond de tien personen. (Bij grotere groepen lukt het steeds slechter om het voorbeeldgedrag van de voorste persoon ("de kop") betrouwbaar door te geven tot aan de laatste persoon (laatste "segment".)
2. De groepsleden gaan achter elkaar staan en doen een blinddoek om, behalve de voorste ("de kop").
3. Elk groepslid legt een hand of beide handen op de schouder van de voorganger; vanaf nu wordt er gezwegen (bij gegiechel en slappe lach verliest de oefening helaas snel zijn kracht).
4. De kop zet zich langzaam in beweging: hij of zij kiest een weg, de anderen volgen. De kop heeft een grote verantwoordelijkheid. Hij instrueert wat ieder moet doen, doet het zelf, en kijkt geregeld naar achter, controleert of de instructie (langzaam recht vooruit!, bocht naar links!, diep bukken!, kuil: voorzichtig stappen!) opgevolgd wordt.
5. Eerst loopt de kop - en de rest van de rups - langzaam gewoon vooruit; als de rups dat heeft geleerd wordt het wat moeilijk. De kop neemt bijvoorbeeld een bocht en de rest imiteert dat, zoals bij een rups: segment na segment. Dan kan de kop onder een tak doorlopen/bukken en de rest volgt (voel tak boven je hoofd). Dat gaat héél langzaam. Dan weer stapt de kop voorzichtig in bijvoorbeeld een droog ondiep, liefst met bladeren gevuld greppeltje (voorzichtig!) en het lijf volgt. Enzovoort.
6. Het duurt zo lang als het spannend blijft! De activiteit heeft geen afgesproken lengte, een kwartier tot een half uur zou zomaar kunnen...
7. Daarna gaan de blinddoeken af, desintegreert de rups en kijken de segmenten samen met de kop de route terug. Eventueel vindt er een gestructureerde nabespreking plaats.

Wat is de winst van deze oefening?

De deelnemers

- vormen een echte groep, er vindt teambuilding plaats.
- zijn ongewoon gericht op de bodem: elke verandering in de bodem beïnvloedt hen.
- hebben veel interessante lichaamservaringen: zoals evenwicht verliezen op een fluthellinkje.
- gaan hun oren als sensoren gebruiken.

Varianten

Een nogal afwijkende variant is om een touw door een vergelijkbaar terrein te spannen. De geblinddoekte deelnemers lopen heel voorzichtig het touw af.

Spannender en intensiever is het om de oefening (of de variant) met blote voeten te doen. Maar niet in een bos met bramen... gebruik je verstand! De voeten gaan als ledematen vol zintuigen werken, iets waar ze wel voor gebouwd zijn maar wat ze, opgesloten in schoenen, helaas vaak zo weinig kunnen doen.

Een observator kan interessante zaken rapporteren na afloop. Bij voorbeeld hoe blote voeten neer worden gezet: als het ware tastend en eerste met de zijvoet.

[Marcel Kamp, 11 01 2019; www.nvon.nl/ecologie]