**EINDOPDRACHT Levensboek**

Maak je levensboek ‘ Asina’ki mi ta!, een kijkje in mijn leven.

Waarom deze opdracht?

In deze opdracht ga je bezig met hoe jij je tot nu toe hebt ontwikkeld. Hoe jij geworden bent tot diegene die jij bent. **Wat** heeft jou gevormd?

Van de eerste levensjaren zul je je nog nauwelijks iets herinneren, misschien enkele fragmenten.

Uit de periode erna weet je steeds meer terug te halen. Foto’s, video’s, toen gemaakt, leveren belangrijke informatie uit je kindertijd, evenals de verhalen van je ouders, opa’s, oma’s etc.

Sommige momenten in je leven hebben veel indruk gemaakt die bepalend zijn geweest of nog zijn voor je verdere ontwikkeling ook wel **gedragsdeterminanten** genoemd.

Er zijn gebeurtenissen die je niet vergeet, maar ook situaties waar je met plezier aan terugdenkt, die je roeren en een warm gevoel geven.

Momenteel wordt in de zorg steeds vaker gewerkt met levensboeken. Een belangrijk middel om verbinding te maken met de cliënt, ook voor het cliëntsysteem.

Aan de hand van de bijeenkomsten ontwikkelingspsychologie waarin de belangrijkste **kenmerken van elke ontwikkelingsfase** aan bod komen, stel jij je eigen levensboek samen.

Hoe was dit voor jou en welke hoofdstukken in je leven verdienen extra aandacht, omdat ze bepalend zijn geweest voor **wie** je nu bent.

Neem een kijkje in je leven, eventueel samen met anderen ( ouders, broers/ zussen, opa’s/ oma’s ) om jouw levensboek samen te stellen.

In de les kun je een aantal voorbeelden bekijken voor mensen met een beperking en ouderen met dementie.

Je kunt je levensboek illustreren met delen uit je dagboek, foto’s/ tekeningen, enz.

**!!! Belangrijk** is dat je behalve een papieren versie van je levensboek, hiervan ook een digitale versie bewaart voor je portfolio.