



Ik weet hoe ik kan werken aan een veilige groep.

Ik kan emoties herkennen uit het Kwink emotiewiel (onderbouw) en die duidelijk benoemen (midden- en bovenbouw).

Ik weet waar ik mijn boosheid voel en hoe ik rustig kan worden (onderbouw). Ik kan mijn gedrag sturen als ik ruzie heb (midden- en bovenbouw).

Ik kan rustig een tip ontvangen (onderbouw) en ontspannen reageren op feedback (midden- en bovenbouw).

Ik kan kiezen met aandacht voor mezelf en de ander.

Kwink koelkast poster

KWINK EMOTIEWIEL

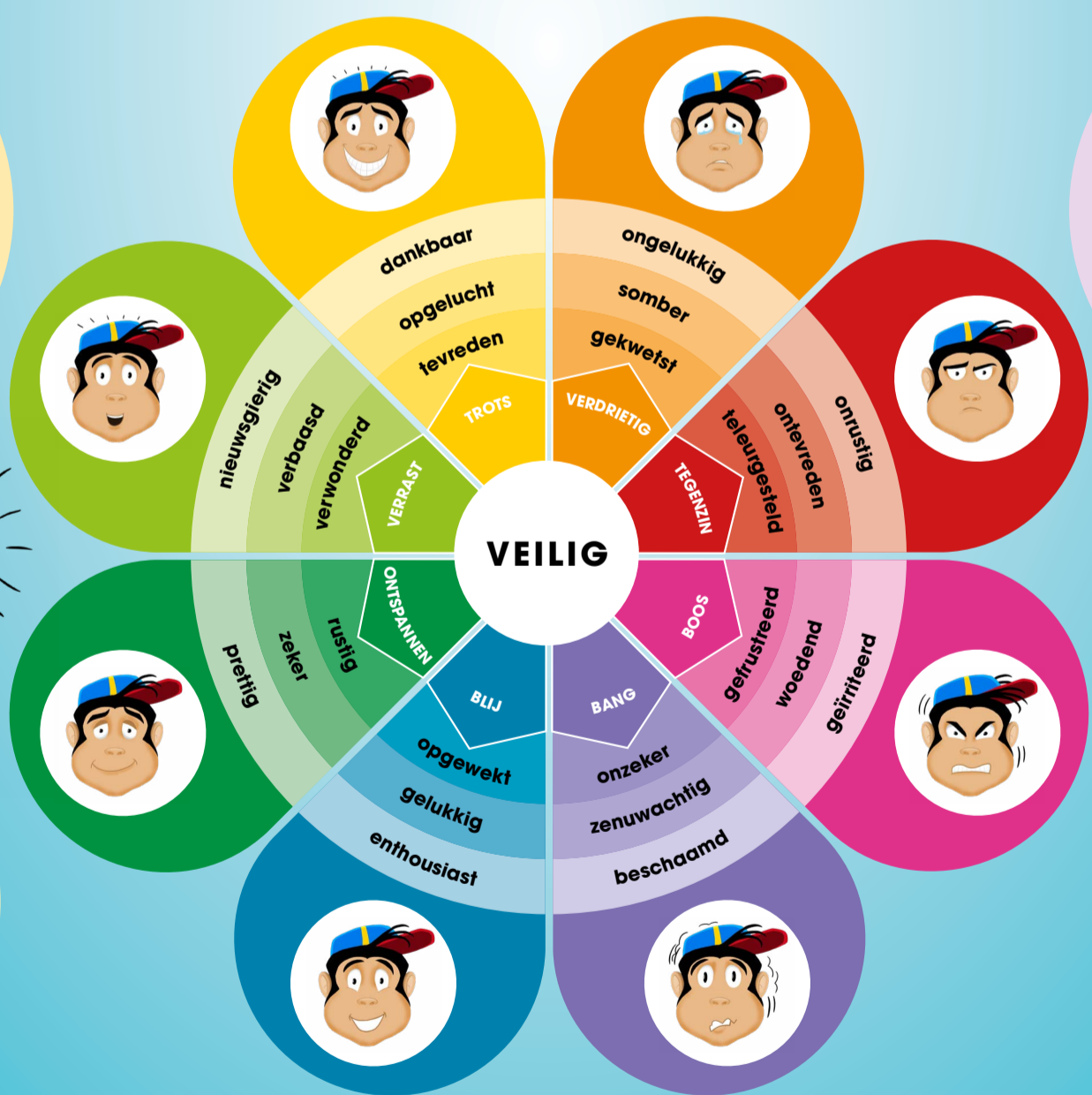
Dit is het Kwink emotiewiel, de manier waarop we vanaf dit schooljaar werken aan het vergroten van de emotiewoordschat. Want: als je makkelijk kunt praten over je gevoelens voel je je ook beter. We beginnen met het aanleren van acht basisemoties in de onderbouw, in de midden- en bovenbouw komen de overige woorden daarbij.

ZO VOEL IK MIJ!
Iedereen in huis wijst op het emotiewiel (elke ochtend en avond) aan hoe hij/zij zich voelt. Vertel waarom je je zo voelt. Zo leer je elkaar nóg beter kennen.

DAT GING MIS...
In elk huis is er weleens ruzie of onenigheid, daar komen vaak veel emoties bij kijken. Erover praten als je nog boos bent is vaak lastig, later lukt dat vaak wel. Pak deze koelkastposter er dan eens bij. Welke emoties heb jij gevoeld?

EMOTIE HIER, EMOTIE DAAR
In deze oefening probeer je aan te wijzen waar in je lijf je een emotie voelt. Wat gebeurt er bij jou als je boos bent, teleurgesteld, blij of juist ontspannen?

UITBEELDEN MAAR!
Kies een emotie van de poster en beeld deze uit. Lukt het je huisgenoten om de juiste emotie te raden?



SAMEN BESPREKEN Ik vertel liever niet wat ik voel om geen watje te lijken.

Boos zijn mag, boos doen niet!

Als ik iemand iets fout zie doen, zeg ik daar meteen wat van.

