

Groot voelen bespreken - gevoelswoorden

Doel

- Inzicht krijgen in het 'groot voelen' van het kind
- Het kind handvatten geven om 'groot voelen' bespreekbaar te maken door de woordenschat ten aanzien van gevoelswoorden te vergroten

Tijd

20 à 30 minuten

Doelgroep

Middenbouw

Aantal deelnemers

1 leerling of kleine groep

Benodigheden

- Lege vellen papier voor een mind-map
- Kaartjes met gevoelswoorden

Werkwijze

Bespreek met de kinderen dat er vier basisemoties zijn: bang, boos, blij en bedroefd. Gevoelens kunnen zich echter op veel meer manieren voordoen. Hiervoor zijn veel verschillende woorden, die steeds net een andere lading dekken. Licht toe dat het kan helpen om over je gevoel te praten - het kan opluchten voor jezelf en de ander kan jou dan ook beter begrijpen. Om goed aan te kunnen geven wat je voelt, kun je verschillende woorden gebruiken. Omdat gevoelens van elkaar verschillen en een ander woord soms beter kan uitleggen hoe het kind zich voelt.

Vraag de kinderen om een mind-map te maken met daarin de vier basisemoties al uitgangspunt. Ze tekenen dus een cirkel met 'bang', 'boos', 'blij', en 'bedroefd'. Bij elke cirkel komen vervolgens vertakkingen; woorden die passen bij de betreffende basisemotie. Als de kinderen dit lastig vinden, kun je ook gebruik maken van de gesprekskaartjes met gevoelswoorden. Mogelijk raken de kinderen hierdoor op dreef en komen er nog meer woorden bij die ze er dan ook bij kunnen schrijven.

Bespreek welke woorden de kinderen hebben gevonden en wanneer ze zich zo voldoende. Wissel uit of ervaringen worden herkend.

Laat de kinderen om regelmatig stil te staan bij hoe ze zich voelen. Nieuwe ontdekkingen kunnen worden aangevuld op de mind-map.

Gesprekskaarten - gevoelswoorden

Ongemakkelijk

Bedrukt

Optimistisch

Razend

Somber

Zenuwachtig

Bezorgd

Lacherig

Gefrustreerd

Uitgelaten