

Laat zien hoe je voelt

| Fase van ontwikkeling | Leeftijd (indicatie) | Oriëntatie-fase | Invloedsfase | Affectiefase | Fase van Autonome groep | Afsluitings-fase |
|-----------------------|-------------------------------|-----------------|--------------|--------------|-------------------------|------------------|
| Jonge kind | t/m 7 jaar | | | | | |
| Pré-adolescentie | 8 t/m 10 jaar | | | | | |
| Vroege adolescentie | 11 t/m 13 jaar | | | | | |
| Middenadolescentie | 14 t/m 16 à 17 jaar | | | | | |
| Late adolescentie | 16 à 17 jaar t/m 22 à 25 jaar | | | | | |

Doel

Leerlingen leren de juiste emoties te tonen.

Toelichting

Sommige leerlingen laten aan de buitenkant zien dat ze boos zijn, terwijl ze eigenlijk van binnen verdrietig zijn. Als deze problematiek in de groep speelt, is het aan te bevelen om oefeningen te doen uit een of meer methoden voor sociaal-emotionele ontwikkeling. Dit helpt leerlingen om de juiste emotie te tonen.

Hier draait het om de koppeling non-verbale uitdrukking en emotie. In het nagesprek wordt verteld dat het belangrijk is dat de juiste emotie wordt getoond, anders kan een ander er niet op een juiste manier op reageren.

Vorbereiding

Zet de groep in de vorm van een hoefijzer (halve kring). Maak kaartjes met daarop verschillende emoties: boos, verdrietig, blij, verlegen, bang, gekwetst, tevreden, moe enzovoort.

Uitvoering

- Vertel de leerlingen dat het belangrijk is dat je laat zien hoe je je voelt. Als je dat niet doet, kan een ander niet weten hoe hij of zij met je moet omgaan.
- Vertel dat er acht leerlingen om de beurt naar voren mogen komen om een emotie uit te beelden (zonder praten). De anderen mogen dan raden welke emotie ze zien.
- Vraag wie er wil uitbeelden, kies een kind uit en laat diegene de emotie uitbeelden. De andere kinderen mogen raden.
- Vraag de kinderen, zodra de emotie is geraden, hoe je kon zien om welke emotie het ging.
- Zorg ervoor dat alle acht kaartjes aan de beurt komen.

Nabespreking

- Vond je het moeilijk om de emotie te raden?
- Vond je het moeilijk om de emotie te spelen?
- Zie je er aan de buitenkant wel eens anders uit dan jij je van binnen voelt?
- Waarom is het belangrijk dat je aan anderen laat zien hoe jij je voelt?