

Aan de slag: De elfentruc

Sluit je ogen en stel je eens voor dat je een glimworm bent.

Wat maakt jou vrolijk?

Waar voel je dat?

Welke kleur zou je daaraan geven?

Kleur dat eens in op de tekening.

Wat maakt jou verdrietig?

Waar voel je dat?

Welke kleur zou je daaraan geven?

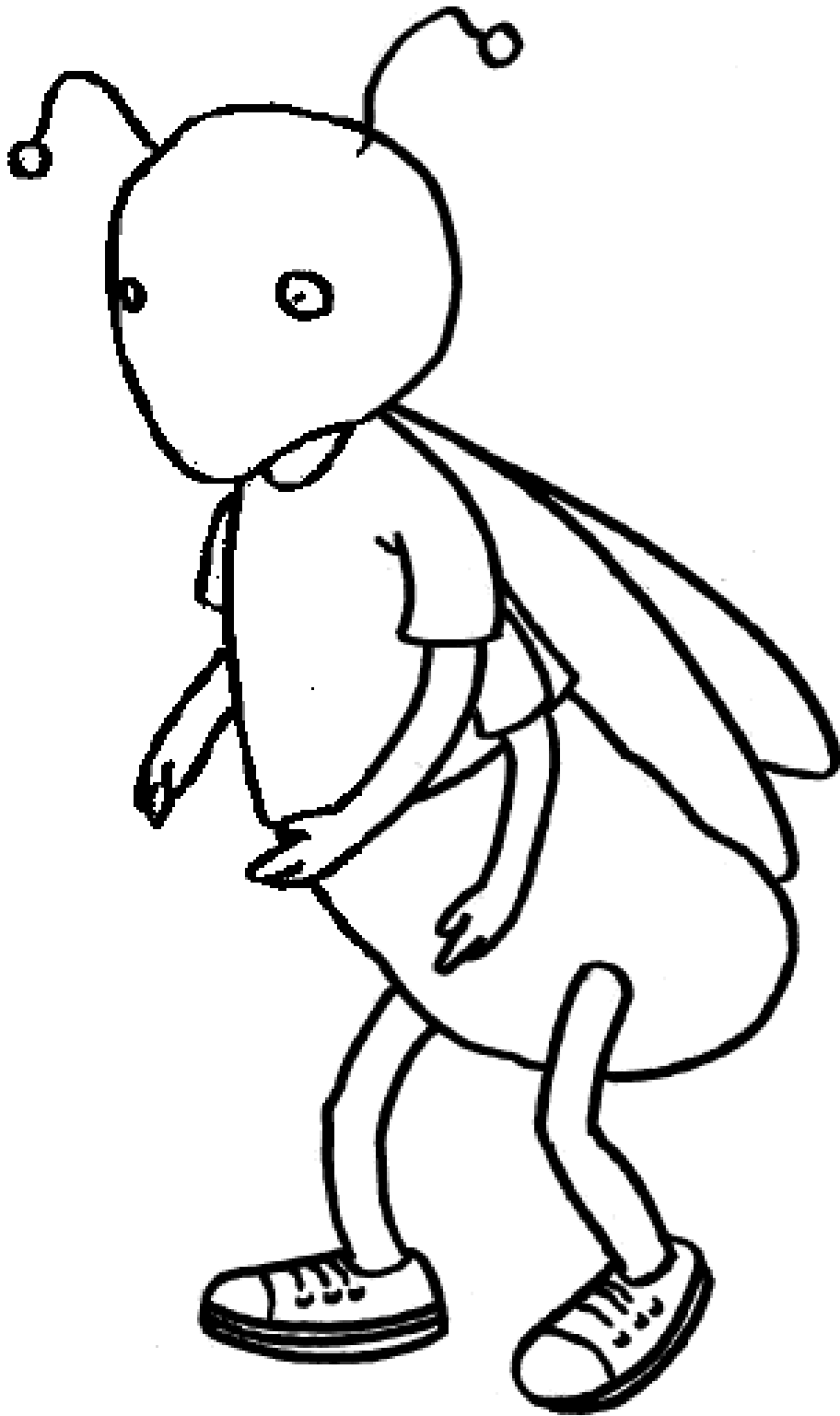
Kleur dat eens in op de tekening.

Wat maakt jou boos?

Waar voel je dat?

Welke kleur zou je daaraan geven?

Kleur dat eens in op de tekening.



Sluit je ogen opnieuw en gebruik eens de elfentruc. Leg je handen op je buik. Sluit je ogen en adem heel diep in ... en uit ...

Denk nu eens aan dingen die je superleuk vindt.

Laat een gouden kleur binnenlopen vanaf je hoofd ... langs je keel ... langs je hartje ... je buik ... je benen ... helemaal tot aan je voeten ... en adem de kleur helemaal in.

Hoe ziet jouw lichtbol er nu uit?

Aan de slag: Rozies wens

Welke dingen storen jou wel eens?

Noteer hier je eigen nota.



Zijn er dingen die anderen zouden kunnen doen om je beter te voelen?

Zijn er dingen die je zelf zou kunnen doen om je beter te voelen?

Aan de slag: De verbeeldkieren

Wat zou jij graag beter kunnen?



Verbind elke wens met een kledingstuk en geef het een kleur.



Teken jezelf eens met je verbeeldkieren aan.

Heb jij je buidel met talenten bij je? Wat zit er al allemaal in?



Wil je er nog iets bij insteken?



Teken of knutsel je buidel met al je talenten.

En het belangrijkste ... Heb je er glitters van verbeeldingskracht ingestopt?

Strooien maar!

Aan de slag: De perfectiemieren



Heb jij al wel eens last van perfectiemieren in je hoofd?

Teken jezelf eens met een wiebelmuts.

Welke afdelingen zijn er?

Afdeling 1:



Is dat zo?



Wie zegt dat?



Afdeling 2:



Is dat zo?



Wie zegt dat?



Afdeling 3:



Is dat zo?



Wie zegt dat?



Wil je er vanaf?



Zoek eens een manier om ze weg te sturen. Misschien zit er wel een generaal in jou...

Aan de slag: Het leukeherinneringsgangetje

Heb jij al eens afscheid moeten nemen van iets of iemand?

Heb je leuke herinneringen aan die persoon/dat dier?

Teken voor elke persoon of dier eens een leukeherinneringsgangetje van jou naar die persoon/dat dier.

Aan de slag: De waarheidskoffer

Heeft iemand al wel eens lelijke dingen tegen jou gezegd? Wat was dat dan?

Hoe voelde je je toen?

Vond je dat die persoon gelijk had?

Welke waarheidjes horen bij jou? Vraag het ook eens mensen die je goed kennen.

Teken of knutsel je waarheidskoffer en stop er al je waarheidjes in.

Aan de slag: De eekhoornraad

Vind jij nieuwe dingen al wel eens eng?

Wat gaat er dan door je hoofd?

Hoe voelt dat?

Welke eekhoornraad zou je jezelf geven?

Hoe zou je je voelen als je dingen waar je bang voor bent, toch zou kunnen doen?

Teken eens hoe het zou zijn.

Aan de slag: Kregelig egeltje

Ben jij al wel eens kregelig?

Wat gebeurt er dan in jou?

Wat zou je zelf kunnen doen om je gelukkig te voelen?

Wat heb je nodig van anderen om je gelukkig te voelen?

Aan de slag: De twee bruggetjes

Ben jij al wel eens bang voor een toets of iets anders?

Welke stemmetjes zitten er dan in jouw hoofd?



Van wie zijn die stemmetjes?

Teken waarvoor je bang bent aan de linkerkzijde.

Teken aan de rechterzijde hoe je je zou voelen als je het toch durft.

Teken daartussen een bruggetje met alle stemmetjes die je helpen om dat te bereiken.

Aan de slag: Izzy's tocht

Heb jij al eens last van de stemming van anderen? Hoe voel je dat?

Waar ben jij dankbaar voor?

Doe je al wel eens iets voor iemand?

Geef je al eens een complimentje?

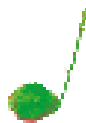
Geef je al eens iemand een schouderklopje of een knuffel?

Probeer het liedje van Edelhart eens te zingen.



Kan je eens een liedje verzinnen, net als Izzy?

A series of seven horizontal red dotted lines, intended for writing a song or lyrics.



Maak er ook eens een dansje bij.
Zorg ervoor dat je je benen niet in een knoop legt!