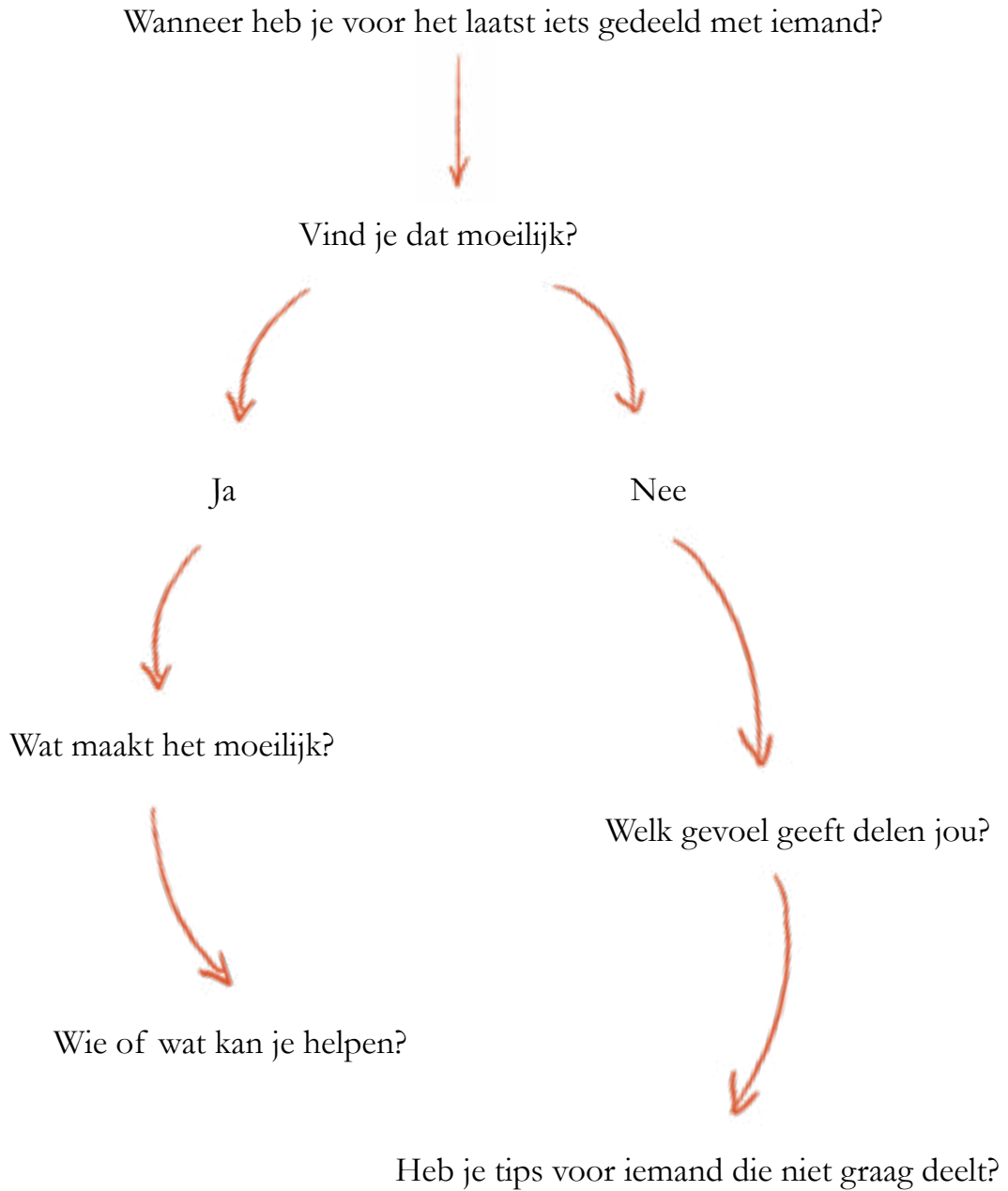


Aan de slag: Het spijttapijt

Thema: delen



Thema: ruzie oplossen

Zoek een mooie tak in het bos en versier hem zoals je zelf wilt.
Geef je praatstok een speciaal plekje.

Heb je ruzie?

Kies een tapijt of leg een deken op de grond en zeg samen de spreuk *Tapetus excusubus*.

Neem je praatstok en de kaarten van Hatseflats. Je kunt ze downloaden op www.verhalenvoorgevoeligeoortjes.com/extras

Afspraken:

Wie start, neemt de rode kaartenset en de praatstok. De ander neemt de groene kaartenset.

Kun je niet beslissen wie er start? Draai de praatstok rond als een tol.

Wie de praatstok heeft, mag praten. Hij geeft je de kracht om de juiste woorden te vinden, woorden die de waarheid vertellen. Je kunt dus niet frottelen. De ander heeft een nog veel belangrijker taak: luisteren.

Zeg alleen maar 'sorry' als je het echt meent. Alleen dan voelt de ander jouw woorden in zijn hart.



Aan de slag: De prikkelplu

Heb jij wel eens het gevoel dat je je tranen wilt tegenhouden?

.....

Waar in je lichaam voel je dat?

.....

Wat maakt dat je ze wilt tegenhouden?

.....

Wat waren voor jou lastige momenten deze week?

.....

.....

.....

Heb je een plekje waar je je voellanders kunt laten stromen?

.....

Bij wie voel je je veilig genoeg om je voellanders te laten stromen?

.....

Hoe voel je je daarna?

.....

Teken hier je prikkelplu of gebruik een echte.
Schrijf er alle dingen op die je fijn vindt. Vul hem regelmatig aan.
Versier je prikkelplu.

Teken ook eens een voellander. Welke kleur heeft die?



Aan de slag: Kloktijd

Ervaar jij de dagen als rustig of eerder druk?

.....

Indien rustig: zou je dan meer willen doen?

.....

Indien druk: zou je dat willen veranderen?

.....

Voelt jouw lichaam wel eens zwaar? Waar voel je dat precies?

.....

Vergeet je al wel eens iets? Hoe komt dat, denk je?

.....

Hoe zou je dat kunnen veranderen?

.....

Bedenk eens een trucje om jezelf weer in het NU te brengen.

Voorbeeldjes: je duim en wijsvinger tegen elkaar brengen, huppelen, je voeten voelen op de grond, je ogen sluiten en diep in- en uitademen, stilte opzoeken ...



Aan de slag: Vriendendienst

Maak jij gemakkelijk vrienden?

.....

Wat betekent een echte vriend voor jou?

.....

Wie zijn jouw echte vrienden?

.....

Voel jij je wel eens buitengesloten?

.....

Hoe ga je hiermee om?

.....

Doe je al wel eens iets wat niet goed voelt vanbinnen?

.....

Durf jij nee te zeggen? Wanneer wel/niet?

.....

Kun je hulp vragen aan iemand?

.....



Aan de slag: De bloemenfluisteraar

Ben jij een bloemenfluisteraar? Of misschien wel een dierenfluisteraar?

.....

Hoe weet je wat ze nodig hebben?

.....

Welke woorden zorgen ervoor dat iets groeit?

.....

Zou dat ook werken bij mensen?

.....

Welke woorden zou jij fijn vinden om te horen?

.....

Heb jij veel of weinig ruimte nodig? Of zijn er andere dingen belangrijk?

.....

Durf jij altijd te zeggen waar jij behoefte aan hebt?

.....

Ben je wel eens jaloers op iets of iemand?

.....

Hoe komt dat, denk je?

.....

Op welke manier zou je dat gevoel ruimte kunnen geven?

.....



Aan de slag: De sneeuwlintaarn

Ken je iemand die een andere taal spreekt of een andere huidskleur heeft?

.....

Hoe is dat voor jou?

.....

Welke gelijkenissen zijn er tussen jullie?

.....

Welke verschillen zijn er tussen jullie?

.....

Krijgt deze persoon al wel eens negatieve reacties?

.....

Hoe reageer je dan?

.....

Kun je goed bij je eigen mening blijven?

.....

Mis je wel eens iets of iemand?

.....

Knutsel of teken een sneeuwlintaarn. Je vindt een patroon op de pagina Extra's.
Verzamel donsjes of andere veertjes.

Hou ze tegen je hart. Fluister lieve woorden en laat ze meenemen door de wind.



Aan de slag: De twee ladders

Is er iets wat je graag wilt leren of aan het leren bent?

.....

Hoe vlot het?

.....

Neem een blad en teken de ladder die jij kiest of download hem van www.verhalenvoorgevoeligeoortjes.com/extras.

.....

Op welke sport zit je nu?

.....

Hoe voel jij je daar?

.....

Wat heb je nodig om door te zetten?

.....

Wie kan je aanmoedigen?

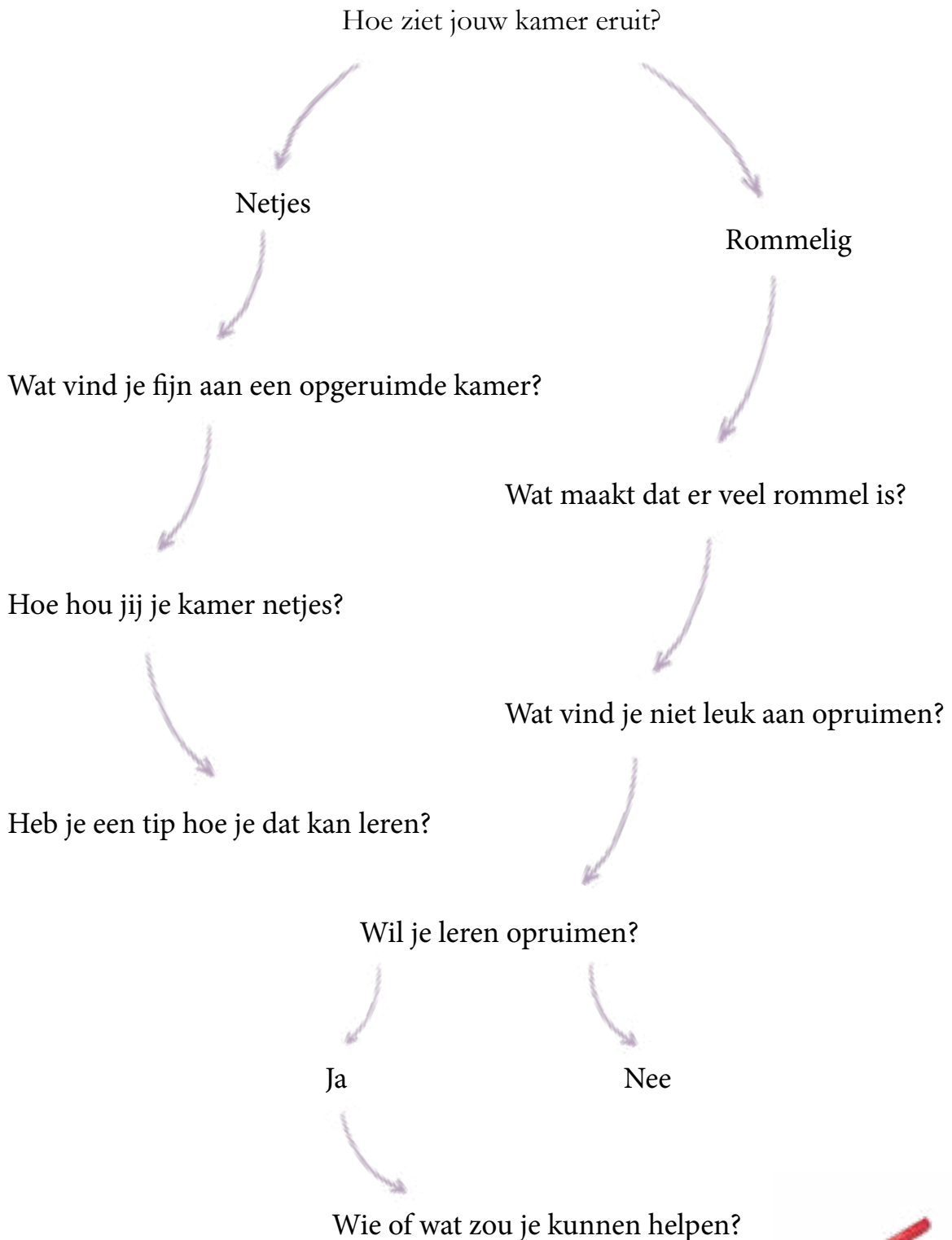
.....

Hoe zal jij je voelen als je je doel bereikt hebt, bovenaan de ladder?

.....



Aan de slag: Rommelien



Aan de slag: Het ijspaleis

Neem een blad papier en teken een groot hart in het midden.

Zet hierin jouw naam.

Met wie heb je een hartsverbinding?

.....

Teken harten voor deze mensen rondom jouw hart.

Sluit je ogen en denk aan een van hen.

Hoe ziet die verbinding eruit? Heeft ze misschien een kleur?

.....

Teken de verbinding tussen jouw hart en dat van de ander zoals jij het ziet.

Doe dat voor alle harten om je heen.

Wist je dat je een hartsverbinding ook kunt voelen?

Sluit je ogen en probeer maar eens.

.....

Is het anders bij de ene dan de andere?

.....

Wat betekent een hartsverbinding voor jou? Wat vind je belangrijk?

.....



Aan de slag: Het beterspel

Wat is je lievelingsspel?

.....

Wat is er belangrijk voor je als je een spel speelt? Omcirkel de woorden of vul aan.

samenwerken	plezier	eerlijk zijn	gezelligheid
binnen/buiten	winnen	niet opgeven	samenzijn

...

Wat gebeurt er als je verliest? Wat voel je dan allemaal?

.....

Hoe zou jij een grootse verliezer kunnen worden?

.....

Denk je dat geluk meespeelt tijdens het spelen van een spelletje?

.....

Speel jij het spel altijd eerlijk?

.....

Wat gebeurt er met je als de ander valsspeelt?

.....

Hoe zorg je ervoor dat spelletjes spelen leuk blijft?

.....

Tip: Wist je dat er ‘coöperatieve spellen’ bestaan? Dat zijn spellen waarbij niemand wint of verliest. Samenwerken en verbinden is het doel.

