

Ik neem verantwoordelijkheid voor mijn eigen gedrag.

Ik kan me verplaatsen in de ander.

Ik ken mijn kwaliteiten en zet ze in.

Ik weet hoe ik een helpende gedachte kan inzetten.

Kwink koelkast poster



enthousiast



zenuwachtig

Ik durf mijn eigen keuze te maken.

Samen bespreken

Denken 'ik kan het' helpt natuurlijk niks!

Als je je verplaatst in anderen, vergeet je jezelf.

Geef niet te veel complimenten, want daar ga je aan wennen.



onzeker

De keuzechecker

Een keuze maken is niet altijd makkelijk. Bedenk dit als je een keuze maakt:

- Wat kan ik kiezen?
- Wat betekent dat voor de ander?
- Wat wil ik kiezen?

Deze vragen komen uit Kwinkslag De keuzechecker

Schrijf dit op drie losse briefjes:

- De naam van iemand die jullie allemaal kennen.
- Een plek (bijvoorbeeld school, park, tekenclub).
- Een probleem waar een ander ook mee te maken heeft (bijvoorbeeld: afgesproken om te spelen, maar geen zin).

Doe de briefjes in drie verschillende bakjes en trek dan uit elk bakje één briefje. Over wie gaat het? Waar speelt het probleem zich af? Wat is er aan de hand? Probeer het probleem met elkaar op te lossen. Gebruik de drie vragen van Kwinkslag De keuzechecker.



teleurgesteld



opgelucht



verbaasd



verveeld

COMPLIMENTEN



Een compliment krijgen is fijn. Een ander zegt wat jij goed kan. Vooral als die ander zegt waarom hij/zij dat compliment geeft: 'Je hebt een mooie tekening gemaakt omdat je alle kleuren van de regenboog hebt gebruikt'. Hou de komende week bij wanneer jullie thuis een mooi compliment horen. Lukt dat? Zet dan een krulletje in één vakje. Alle vakjes vol? Dan geven jullie elkaar natuurlijk een compliment!



De verderkijker

Op school en thuis gebeurt veel. Maar zie je ook wat? Bekijk samen Kwinkslag De verderkijker.

Wanneer keek jij goed naar een ander? Hoe heb jij een ander (misschien) kunnen helpen? Hoe is het thuis als je extra goed naar een ander kijkt?



ongelukkig



dankbaar

HELPEDE GEDACHTEN

Ken je dat gevoel? Je bent een puzzel aan het maken en het lukt niet! Je hebt gedachten als:

- Ik kan dit toch niet!
- Het lukt mij nooit!
- Veel te moeilijk!
- Vorige keer ging het ook mis!

- Klaar met deze puzzel?
- Ik ben er weer beter in geworden!
- Ik ga het gewoon proberen. Niet erg als het niet meteen lukt!
- Als ik oefen word ik er beter in!
- Ik mag hulp vragen!

Schrijf samen zo veel mogelijk helpende gedachten op. Welke gebruik jij de volgende keer als het even lastig is?



verwonderd



somber



hulpeloos