

Deel je gevoelens

Ieder mens heeft gevoelens. Hoe we ze definiëren of uitdrukken, kan er echter heel anders uitzien! Wanneer we anderen uitnodigen om hun ervaringen met elk gevoel te delen, tonen we ook mededogen en empathie voor hun gevoelens. Deze interactieve activiteit nodigt voorbijgangers uit om te illustreren hoe gewone soorten gevoelens er voor hen uitzien of klinken.

Zorgzame onder-concept(en)

Medeleven, Empathie, Vriendelijkheid

Project tijdsbestek

25-30 minuten

Benodigde materialen

- ☐ Basis Bulletin Board-materialen
- ☐ 4-6 verschillend gekleurde post-it packs
- ☐ woordenboeken
- ☐ constructie papier
- ☐ markeringen
- ☐ draad of garen

Stap 1:

Bepaal als klas welke gevoelens je op je bord wilt zetten.

U kunt een combinatie van zowel gemakkelijke (blij/verdrietig) als complexere (verward/opgewonden/geïnteresseerd) toevoegen om jongere en oudere leerlingen de kans te geven om de hele week mee te doen.

Stap 2:

Verdeel de klas in overeenkomstige groepen en help hen hun emotie te definiëren. Voorzie elke groep van een woordenboek, bouwpapier en elementaire tekenbenodigdheden. Elke groep moet het woord in grote letters schrijven en de definitie van het woord eronder opschrijven.

Stap 3:

Zet het prikbord in elkaar. Organiseer uw 4-6 emoties bovenaan met de labels en definities erop. Kies een kleur voor elke emotie en laat elke leerling 1-2 emoties kiezen die ze niet hebben gedefinieerd. Ze tekenen hoe elke emotie er voor hen uitziet met behulp van de bijbehorende post en voegen deze toe onder de juiste emotiekop.

Stap 4:

Voeg eenvoudige instructies toe:

- Kies één gevoel.
- Neem een leeg plakbriefje onder dat gevoel en maak een tekening van hoe dat gevoel er voor jou uitziet!
- Vergeet niet je plakbriefje terug op ons bord te leggen.
- Bedankt voor het helpen van onze klas!

Stap 5:

Aan het einde van de week (of langer indien gewenst), verzamel alle ingevulde memoblaadjes en bekijk ze klassikaal. Welke overeenkomsten zag je in de sticky notes onder één bepaald gevoel? Welke sticky notes waren het meest creatief en waarom? Heeft iets je verrast? Zo ja, waarom?



AANGeweZEN DOOR
CASEL
ALS EEN AANBEVOLEN
PROGRAMMA VOOR
SOCIAAL EN EMOTIONEEL
LEREN.

De Collaborative voor academisch, sociaal en emotioneel leren (KASEL) beoordeelt sinds 2003 evidence-based SEL-programma's. Vriendelijkheid in de klas® voldoet aan CASEL's SELECT-programma en is opgenomen in de CASEL Gids voor effectieve sociale en emotionele leerprogramma's.

Vriendelijkheid in de klas® voldeed of overtrof alle criteria van CASEL voor hoogwaardige SEL-programmering. Kindness in the Classroom® ontving CASEL's hoogste onderscheiding voor hoogwaardige SEL-programmering.

<https://casel.org/guide/kindness-in-the-classroom/>