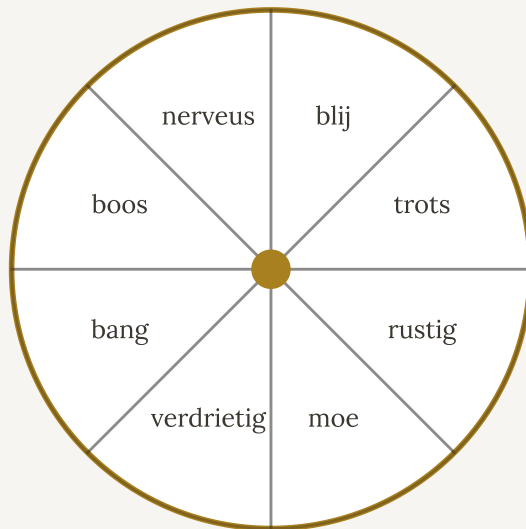


Het gevoelenswiel

Knip het wiel uit, prik een splitpen door het midden en maak een pijl van karton. Je kind zet de pijl elke dag op het gevoel van dat moment. Hang hem op een plek die je allebei ziet.

KNIPPEN EN PRIKKEN • 15 MINUTEN



WAT JE NODIG HEBT

- Deze pagina, op stevig papier geprint
- Een schaar
- Een splitpen of punaise
- Een stukje karton voor de pijl

TWEE LEGE PLEKKEN

Schrijf er samen twee gevoelens bij die op dit wiel nog missen. Kinderen komen vaak met woorden die volwassenen niet bedenken.

VOOR JOU ALS OUDER

Zet je pijl er zelf ook op. Een kind dat ziet dat papa vandaag op “moe” staat, leert dat gevoelens normaal zijn en dat je er gewoon over praat.

Vraag niet meteen *wáárom* het gevoel er is. Eerst benoemen, dan pas onderzoeken — vaak komt het waarom vanzelf.