

HIGH FIVE

Bewustwording van eigen kennis en vaardigheden

NODIG:

1. Wit A4 papier
2. Schrijfpotlood
3. Kleurpotloden

WERKVORM

Sommige kinderen kunnen makkelijk vertellen waar ze goed in zijn en waar minder goed in en wat ze eventueel nog zouden willen leren. Andere kinderen vinden dit ingewikkeld of weten het niet zo goed. Deze opdracht kan helpen om stil te staan bij de behoeftes, verlangens, moeiten en kwaliteiten van het kind. Help je kind waar nodig, maar laat het zoveel mogelijk zelf nadenken en invullen.

WERK BESCHRIJVING:

1. Vraag je kind om zijn/haar hand om te trekken en een rechthoek (= polsbandje) bij de pols te tekenen.
2. Vervolgens lees jij de vragen voor of je kind doet dat zelf. Het schrijft zijn/haar antwoord op in de hand:
 - bij de duim: **Wat kan ik goed?**
 - bij de wijsvinger: **Als alles kan.... wat wens ik dan het liefst?**
 - bij de middelvinger: **Waar heb ik een hekel aan?**
 - bij de ringvinger: **Wat vind ik belangrijk?**
 - bij de pink: **Waar wil ik beter in worden?**
3. In de ruimte rondom de hand kan je kind al haar **kwaliteiten** en **vaardigheden** opschrijven. (laat bijv. de zin afmaken: ik ben.... of ik kan.... of stel de vraag "waar ben jij goed in?")
4. In het *polsbandje* kan je kind een **positieve gedachte** schrijven. Die steun biedt, helpt wanneer hij/zij iets lastig vindt. Zoals "ik kan het", "ik ben goed genoeg", "ik mag verdrietig zijn", "het gaat ook weer over" of "ik mag om hulp vragen", "ik mag fouten maken".

Maak er een kleurrijk geheel van. Stel vragen over wat je kind opschrijft. Wanneer gebruikt zij deze kwaliteiten of vaardigheden. Hoe kunnen deze helpen bij een moeilijke taak.

VOORBEELD:

ik kan....

ik ben....

ik ben....

ik kan....

ik ben....

ik ben....

ik kan....



ik kan....

ik ben....

Helpende gedachte



KINDERCOACH

GOED
GEMUTST

VOOR GROTE EN KLEINE MENSEN