

---

# EHBE-kit

In deze Eerste Hulp bij Emoties kit vind je allerlei ideeën, verwijzingen, tips en inspiratie over het bespreekbaar maken van gevoelens en soms lastige onderwerpen.

Daarnaast ok verschillende werkvormen die bijdragen aan sociale, emotionele en cognitieve ontwikkeling.

Kijk, ervaar een deel je ervaring! Heb je hulp en ondersteuning nodig of heb je mooie aanvullingen, mail ze gerust naar: [adviseurs-preventie@ggdwest brabant.nl](mailto:adviseurs-preventie@ggdwest brabant.nl)

## Hoe was je vakantie?

- [Gesprekshandleiding welbevinden GGD West-Brabant](#)
- Leuke verwerkingsopdrachten door leerkrachten bedacht voor in de 'goudenweken' <https://soullie.nl/momenten-in-een-jaar/start-schooljaar>
- kernwoorden: elkaar leren kennen, dobbelsteen, samen dobbelen, vertellen, vragen stellen, raden van wie welke dobbelsteen is, overeenkomsten en verschillen, quiz aan het eind van de week adhv foto's van de dobbelstenen 'wat is van wie' <https://de-klas-van-juf-iris.jimdosite.com/templates/>
- Camera met vakantiefoto's: kinderen tekenen de hoogtepunten van de vakantie en vertellen aan elkaar.
- Smartphone over mij
- Energizers voor in de klas: 40 binnenkomers, afsluiters of korte spellen die kinderen zelfstandig kunnen uitvoeren. [http://www.doencoach.nl/uploads/1/1/9/2/11924334/mijn\\_eerste\\_e-book.pdf](http://www.doencoach.nl/uploads/1/1/9/2/11924334/mijn_eerste_e-book.pdf)
- Kringsuggesties <https://www.jufsanne.com/thema/emoties/emoties-kringactiviteiten/>
- Emotiekaarten <https://www.jufsanne.com/wp-content/uploads/2015/09/emotiekaarten01.pdf?x52960>
- woordkaarten emoties: <https://www.jufsanne.com/woordkaarten/woordkaartenemoties.pdf?x52960>
- Maak onderwerpen bespreekbaar adhv een verhaal, boek, film, spel
  - <https://www.jufsanne.com/boekarchief/>
  - <http://www.kinderpraktijkhemeltjelief.nl/boeken-en-spellen>
- Slaapklets, Tienerklets, Familieklets, Kletsboek, Relaxklets , ....  
Kijk voor inspiratie op: <https://j.doorjanssen.nl/index.php/klets>
- Podcast als intro op thema: <https://kinderpodcasts.nl/project/de-kindervreugde-podcast/>  
<https://podcastluisteren.nl/ep/1Minuutjes-Jeugd-1Minuutje-Ik-kan-niet-slapen>

## Creatief (knutsel, beeldend)

- Mood Board over emoties (hoe was je vakantie, wat ga jij doen in de herfst, wat is je droom, etc.)
- Toneelstuk

- Dans

## Oefeningen/ ontwikkelen / mindset/ groei

<https://unlp.nl/kennisbank/mindfulness-voor-kinderen-14-leuke-oefeningen/>

### De cirkel van invloed

Waar heb ik invloed op en hoe doe ik dat? Waar heb ik geen invloed op en hoe ga ik daar mee om?

<https://platformmindset.nl/2020/06/30/4688/>



### Mindset kaartjes

[https://gallery.mailchimp.com/7e06b15186194b98b1dfabf6c/files/5f59cc9b-7529-47a6-9816-860e9f46a4a6/Platform\\_Mindsetkaartjes.pdf](https://gallery.mailchimp.com/7e06b15186194b98b1dfabf6c/files/5f59cc9b-7529-47a6-9816-860e9f46a4a6/Platform_Mindsetkaartjes.pdf)

### Filosoferen met kinderen

<https://www.leraar24.nl/50283/filosoferen-met-kinderen-een-open-en-veilig-gesprek/>

### Waarheid en Wijsheid

<https://www.filosoofje.nl/>

<https://www.filosoofje.nl/podcasts>

### Veerkracht ontwikkelen

<https://downloads.platformmindset.nl/wp-content/uploads/2020/07/Een-week-vol-veerkracht-Platform-Mindset.pdf>