



Doel Blok 4: De leerlingen leren omgaan met gevoelens van zichzelf en van anderen, en leren zich in te leven in de gevoelens van anderen.

### Empathische grondhouding

- brengt zelf geregeld zijn of haar eigen gevoelens onder woorden
- toont empathie en compassie
- helpt leerlingen zich in te leven in situaties en personen (versterken empathie). Vraag naar wat leerlingen kunnen doen om te helpen

### Omgaan met gevoelens

- stimuleert leerlingen om hun gevoelens onder woorden te brengen
- geeft leerlingen gelegenheid te 'passen'
- vermijdt oordelen over gevoelens: ook negatieve gevoelens mogen er zijn
- stimuleert leerlingen elkaar te ondersteunen als iemand iets niet durft of bang is
- stimuleert empathie bij leerlingen: 'oog hebben voor elkaar', 'in elkaars schoenen gaan staan'
- leert kinderen te reflecteren over hun eigen gevoelens en hoe ze daar mee omgaan

### Boos zijn

- maakt een plek waar leerlingen kunnen afkoelen (time-out)
- helpt leerlingen af te koelen voor ze met elkaar conflicten gaan oplossen
- helpt kinderen reflecteren bij het omgaan met boosheid

### Impulscontrole

- leert kinderen dat ze niet direct moeten reageren, maar pas na een zekere reflectie (zelfcontrole)
- leert kinderen het verschil tussen gevoel en gedrag. Gevoel heb je en gedrag is een keuze
- helpt leerlingen meer inzicht te krijgen in hun gevoels- en denkwereld