

BEZORGD



BEZORGD

Vandaag gaan we praten over het gevoel van bezorgd zijn. Kijk eens naar al deze emotie-monsters die allemaal Bezorgd zijn. Soms kunnen we ons allemaal een beetje bezorgd voelen, en dat is normaal. We gaan leren hoe we met dit gevoel kunnen omgaan. Laten we eens kijken naar onze bezorgde emotie-monsters en praten over wat ons bezorgd kan maken."

"Wanneer voel jij je bezorgd? Wil je daarover vertellen?"

"Hoe ziet het bezorgde monster eruit als het bezorgd is? Kun je laten zien hoe jij eruitziet als je bezorgd bent?"

"Wat doet het bezorgde monster met zijn handen als het bezorgd is? "

"Heb je een knuffelbeest of iets anders waarmee je je veilig voelt als je bezorgd bent?"

"Kun je een tekening maken van iets dat je bezorgd maakt?"

"Wat zeg je tegen jezelf om jezelf te kalmeren als je bezorgd bent?"

"Kun je een kort verhaaltje verzinnen over een keer dat een van de bezorgde emotie-monsters bezorgd was en hoe het zich geruststelde?"

"Wat vind je fijn om te doen als je je een beetje bezorgd voelt om je beter te voelen?"

"Met wie praat je graag als je je bezorgd voelt?"

"Kun je bedenken hoe je anderen kunt helpen als ze zich bezorgd voelen?"

BEZORGD

Emotie: Bezorgd zijn

"Wat is er in je hoofd als je je een beetje zorgen maakt?"

"Heb je een speciale plek waar je naartoe gaat om je beter te voelen als je bezorgd bent?"

"Welke knuffelvriend geeft je een knuffel als je je zorgen maakt?"

"Wat helpt je om 's nachts te slapen als je je zorgen maakt?"

"Wanneer voel je je het meest bezorgd? Is er iets wat je kunt doen om jezelf gerust te stellen?"

"Heb je een speciale manier om je zorgen weg te blazen, zoals een toverfee?"

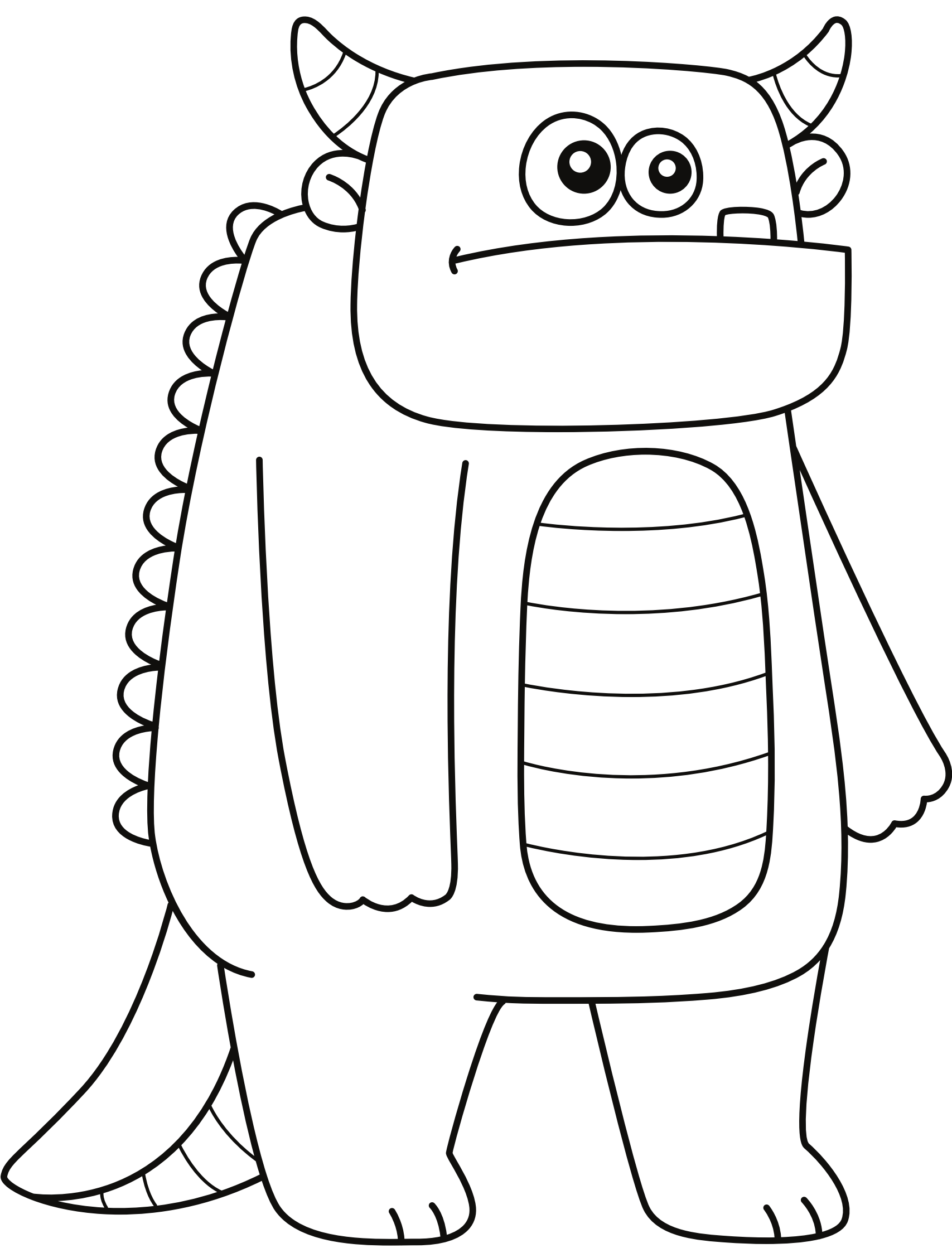
"Wat zou je tegen jezelf zeggen om jezelf rustig te krijgen als je je bezorgd voelt?"

"Wie in je familie maakt je het meest rustig als je bezorgd bent?"

"Wat is jouw geheime truc om jezelf beter te voelen als je je zorgen maakt?"

"Kun je een tekening maken van iets dat je blij maakt, zelfs als je een beetje bezorgd bent?"



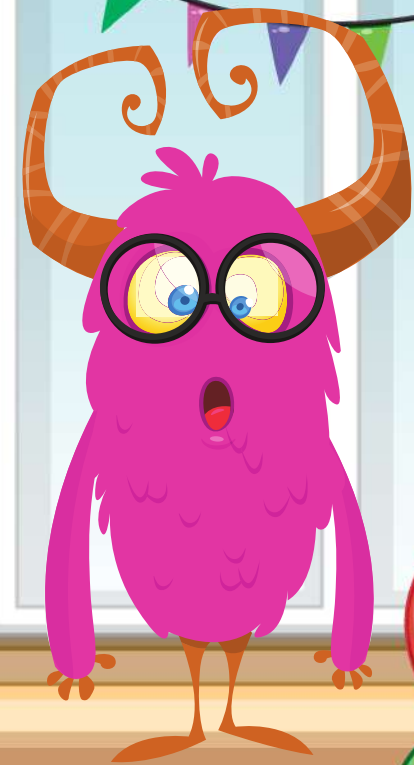


BEZORGD

BABY ERBIJ



BABY



BABY ERBIJ



"Vandaag gaan we praten over iets heel bijzonders, namelijk als er een nieuwe baby in het gezin komt. Kijk eens naar deze emotie-monsters, en laten we het hebben over hoe het voelt als er een kleine baby in huis komt. Dit is een grote verandering, en soms kunnen we ook allerlei verschillende emoties voelen. Boos, bang, blij, bezorgd of verdrietig. Laten we eens kijken naar deze emotie-monsters en praten over de gevoelens die we kunnen hebben als er een baby in het gezin is gekomen. Niet iedereen voelt hetzelfde, en dat is helemaal oké."

"Is er een nieuwe baby in jouw gezin? wat vind jij daarvan?"

"Kun je mij vertellen welk gevoel jij het meest hebt als je aan de nieuwe baby denkt? Ben je blij, verdrietig, boos, bezorgd, of voel je je nog anders?"

"Wat zijn dingen die je leuk vindt aan de nieuwe baby?"

"Zijn er ook dingen die je moeilijk vindt of waar je je zorgen over maakt sinds de baby er is? Kun je dat uitleggen?"

"Kun je laten zien hoe je de baby vasthoudt of knuffelt als je blij bent?"

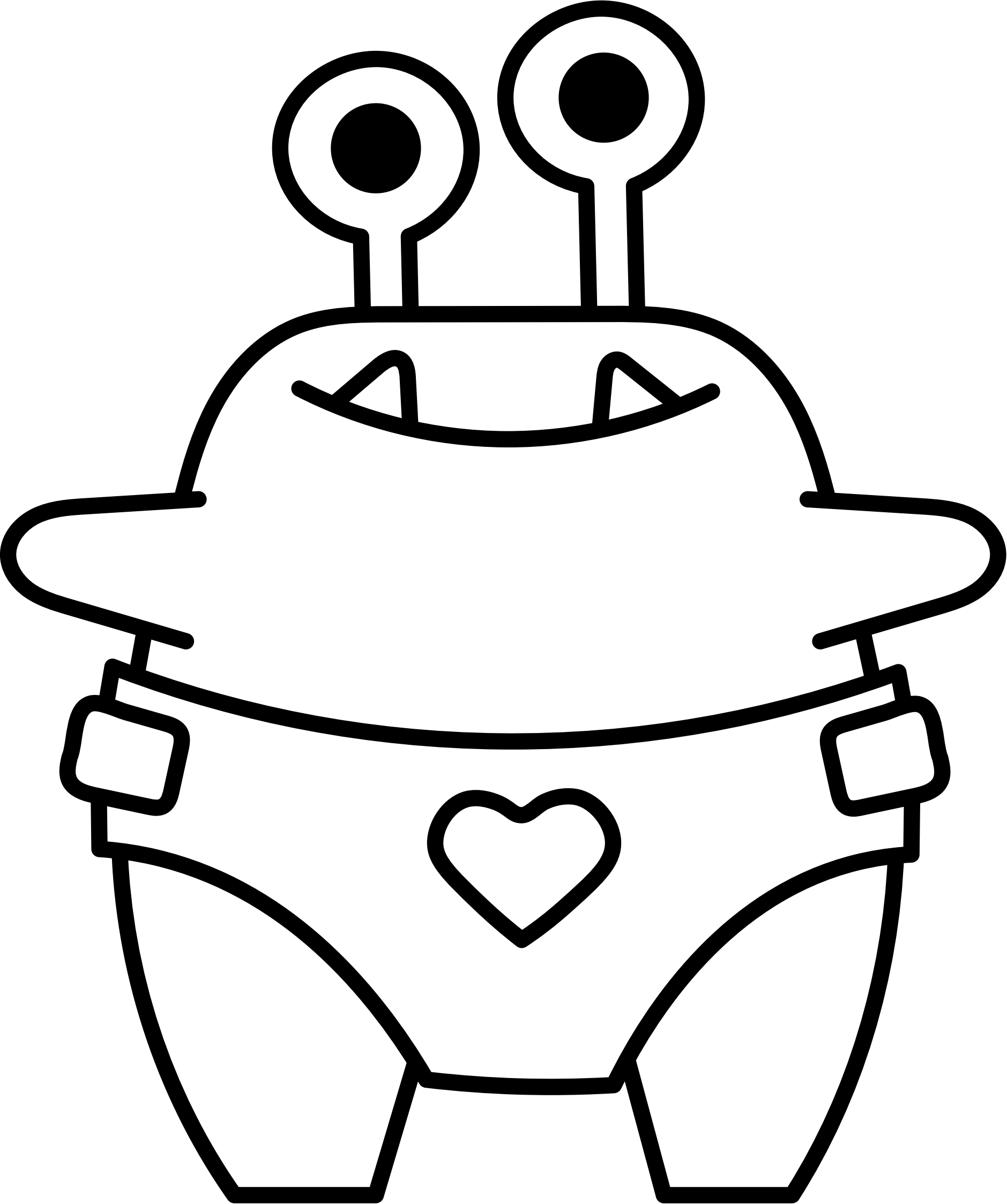
"Kun je beschrijven wat je doet als je een beetje verdrietig voelt over de nieuwe baby?"

"Heb je gemerkt dat je soms boos bent geweest sinds de baby er is? Kun je vertellen waarom?"

"Hoe kun je helpen voor de nieuwe baby te zorgen? Wat doe je graag om te helpen?"

"Als je je zorgen maakt over iets met de nieuwe baby, met wie kun je dan praten? Wat wil je weten?"

"Wat zijn enkele manieren waarop je de nieuwe baby kunt laten zien dat je hem of haar lief vindt?"



BABY

EXTRA VRAGEN

"Welk van alle monsters lijkt het meest op jou vandaag?"

"Kun je mij vertellen wat alle monsters voelen?"

"Wat denk je dat het blauwe verdriet monster voelt?"

"Hoe denk je dat het rode boze monster zich voelt?"

"Welk monster zou je willen knuffelen als je je verdrietig voelt?"

"Kun je een grappige stem bedenken voor het groene monster?"

"Wat zou je tegen het roze bange monster zeggen om het blij te maken?"

"Welk monster van allemaal lijkt het dapperst? Waarom denk je dat?"

"Kun je een verhaaltje verzinnen over wat deze monsters aan het doen zijn en hoe het komt dat ze zich boos, blij, bang, verdrietig of bezorgd voelen?"

"Als al deze monsters vrienden zouden worden, wat zouden ze samen doen?"



EXTRA VRAGEN

"Wat zou jij doen als je het paarse monster met brilletje zou tegenkomen?"

"Hoe denk je dat het groene 'baby-erbij'- monster met de vele ogen eruitziet als het heel bezorgd is?"

"Welk monster zou je kiezen om samen mee te spelen in de speeltuin?"

"Kun je ons laten zien hoe het groende bezorgde monster op het hekje zou dansen?"

"Wat zou het zwarte boze monster doen als het een geheim had?"

"Wat zou het blij groende monster op de wip zeggen als het iets grappigs heeft meegemaakt?"

"Als deze monsters naar de dierentuin zouden gaan, welk dier zouden ze het leukst vinden?"

"Wat zou het blauwe baby monster doen als het een grote knuffel van jou zou krijgen?"

"Kun je bedenken welk monster het beste kan zingen? Wat zou het zingen?"



BIJT-MONSTER



BIJT-MONSTER

Hoi! Ik ben Blub. Ik ben een beetje wild. Soms bijt ik als ik héél boos ben... of als ik niet weet wat ik moet doen. Maar weet je wat? Bijten doet 'AU' bij andere kinderen. En dat wil ik niet! Ik leer nu hoe ik mijn bijt-tanden kan laten rusten.

Misschien kun jij mij helpen?

Vragen voor jou

- Weet jij nog een moment dat jij een ander kind ging bijten?
- Wat gebeurde er toen?
- Wat voelde je in je buik of in je handen?
- Wat denk je dat het andere kindje voelde toen jij beet?
- Wat zou je kunnen doen als je per ongeluk weer gaat bijten?
- Zullen we samen een trucje oefenen om te stoppen voordat je bijt?



BIJT-MONSTER

Blub's slimme trucjes als je wilt bijten:

- Stamp met je voeten
- Blaas lucht als een draak
- Knuffel een kussen
- Bijt in je bijtring

Weet je nog?

Gevoelens zijn oké. Maar mensen bijten? Dat doen we liever niet. Samen kunnen we oefenen hoe we zonder tanden boos of verdrietig mogen zijn.

Jij bent dapper als je dat probeert!





MET JE VOETEN
STAMPEN

BLAZEN ALS EEN DRAAK



KNUFFEL EEN KUSSEN





BIJT IN JE
BIJTRING