



# Handleiding emotiekaarten en kijkwijzerkaarten

Onderdeel van de training Sociaal Vaardig Communiceren

**In het doosje zitten twee verschillende soorten kaarten, emotiekaarten en kijkwijzerkaarten. Je kunt deze los van elkaar gebruiken. De kaarten zijn oorspronkelijk ontwikkeld als onderdeel van de training Sociaal Vaardig Communiceren, maar kunnen ook los gebruikt worden. De kaarten zijn bedoeld voor professionals die werken met kinderen en jongeren.**

## **Emotiekaarten**

Het doel van de emotiekaarten is inzicht krijgen in emoties en de (lichaams)taal die daarbij hoort. Je leert emoties in taal uitdrukken. Emotiekaarten herken je aan de blauwe of groene achtergrond.

Op de kaarten staat iemand die zich bijvoorbeeld boos/blij/verdrietig voelt. Ook emoties die lastiger zijn, zoals *ongeduldig* of *opgelucht*, komen aan bod.

## **Kijkwijzerkaarten**

Kijkwijzerkaarten hebben als doel stap voor stap te werken aan een vaardigheid. De kaarten herken je aan de zwarte achtergrond met een kleurencombinatie.

## **Meer informatie?**

Auris Dienstverlening Rotterdam  
Kraaijeveldstraat 2  
3078 PE Rotterdam  
W [www.auris.nl/cursuscentrum](http://www.auris.nl/cursuscentrum)  
E [cursusrotterdam@auris.nl](mailto:cursusrotterdam@auris.nl)

‘Stap voor stap  
een vaardigheid  
opbouwen of  
emoties leren  
herkennen’

## Kijkwijzerkaarten

Kijkwijzerkaarten zijn verdeeld in series. Ze zijn herkenbaar aan een zwarte achtergrond met een kleurencombinatie, bijvoorbeeld groen-blauw. Elke serie brengt de stappen tot een vaardigheid in beeld. Op iedere kaart staat een picto en een opdracht. Houd series zoveel mogelijk bij elkaar.

Een serie wordt ook wel een vaardigheid genoemd. De korte opdracht wordt ook wel de deelvaardigheid genoemd. De deelvaardigheden samen vormen de vaardigheid, oftewel de sociaal communicatieve vaardigheid.

Pak als voorbeeld de kaarten met een groene bovenkant en een lichtblauwe onderkant. Dit zijn vier kijkwijzerkaarten. Leg ze voor je op tafel. De vaardigheid die bij deze serie hoort is *Luisteren*. De deelvaardigheden die bij deze serie horen zijn bijvoorbeeld *Kijk de ander aan* of *Knik met je hoofd*. Oefen per vaardigheid maximaal vier deelvaardigheden per keer.

## Geef een voorbeeld

Je kunt de kinderen aan de hand van een voorbeeld zelf de stappen van een vaardigheid laten ontdekken. Bijvoorbeeld door een rollenspel te spelen of een verhaal te vertellen. Wat kinderen moeten leren, laat je juist ontbreken in je rollenspel. Zo krijgen kinderen zelf door wat ze moeten leren. In je rollenspel is bijvoorbeeld de vaardigheid *Luisteren* verwerkt. Je bespreekt met de kinderen wat er nodig is om goed te kunnen luisteren. Ook laat je de kinderen zelf benoemen wat je beter niet kunt doen. Deze tips zijn de deelvaardigheden op de kijkwijzerkaarten.

## Hoe werkt het?

Voor het oefenen van de vaardigheid *Luisteren* bedenk je zelf een rollenspel. Het gaat erom dat het een rollenspel is waarbij communicatie centraal staat. Vaak kies je als eerste het naspelen van het voorbeeld dat je net hebt laten zien, zoals *Kijk de ander aan*. Het rollenspel moet zo kort mogelijk zijn.

Het gaat erom dat de sociaal communicatieve vaardigheid één keer duidelijk gespeeld wordt, in drie zinnen is vaak al genoeg. Vermijd hele toneelstukjes. Anders wordt het gedrag teveel versluierd door andere dingen. Zodra je een aantal deelvaardigheden (kijkwijzerkaarten) hebt gezien bij de leerling, stop je het gesprek, bijvoorbeeld: “Stop maar, dit ging al heel goed.” Daarna bevestig je wat er goed ging. Hiervoor benoem je concreet welke vaardigheid je zag. Tegelijkertijd wijs je naar de kijkwijzerkaart dat erbij hoort. Je kunt ook andere kinderen een kaart in handen geven waarmee ze kunnen observeren bij een gesprek.

## Gedrag

Als je slechts één (of niet alle) deelvaardigheden terug ziet bij het kind, kun je het gedrag gaan vormen. Dat wil zeggen dat je benoemt wat goed ging en vraagt of het kind het nóg een keer net zo goed wil doen, maar dan met een andere deelvaardigheid er nog bij. Je blijft dit zo herhalen totdat je alle gewenste deelvaardigheden in één keer ziet.

## Lichaamstaal

Als de deelvaardigheden goed zijn aangeleerd en ook kunnen worden toegepast, kun je je daarna verder richten op de inzet van lichaamstaal (houding, mimiek, stem). Er zijn aparte kijkwijzerkaarten die lichaamstaal uitbeelden. Het gebruiken van verschillende aspecten van lichaamstaal oefen je eerst apart met de kinderen. Ook laat je de kinderen ervaren wat lichaamstaal inhoudt. Kinderen kunnen ervaren dat hun intenties nog beter afleesbaar worden voor de ander. Dit doordat zij de sociaal communicatieve vaardigheid toepassen en lichaamstaal laten zien. Het is goed om de kinderen elkaar te laten observeren en elkaar feedback te laten geven. Focus op wat je wél ziet en wat goed gaat.

\* De kaarten mogen op geen enkele wijze worden gekopieerd, gereproduceerd, openbaar gemaakt of verspreid worden zonder voorafgaande schriftelijke toestemming. De emotiekaarten zijn te koop, de kijkwijzerkaarten worden gratis bijgeleverd.

## Emotiekaarten

De emotiekaarten worden ingezet voor het herkennen en benoemen van gevoelens. Je geeft hiervan steeds eerst zelf een voorbeeld. Je vertelt hoe je je op dat moment voelt en zoekt daarbij de bijbehorende kaart, bijvoorbeeld: *bezorgd*. Deze leg je op tafel. Je licht je gevoel toe met de dingen die er gebeurd zijn, waardoor je je zo voelt. Je laat ook merken welke gedachten je hebt over de gebeurtenis. Zo toon je meteen de samenhang tussen gedachten en gevoelens.

Vervolgens mogen ook de kinderen vertellen hoe zij zich op dat moment voelen. Het aantal verschillende emotiekaarten op tafel kan variëren, afhankelijk van de leeftijd, het ontwikkelingsniveau van de kinderen en van het aantal lessen dat ze er al mee hebben gewerkt.

Om de zoektocht naar de juiste emotie gemakkelijker te maken, zijn er van de emotiekaarten groene en blauwe exemplaren. De groene emotiekaarten geven de prettige gevoelens weer, zoals trots. De blauwe emotiekaarten geven de minder prettige weer, zoals schuldig.

Naarmate de kinderen meer vertrouwd raken met het herkennen en benoemen van emoties kun je variëren in moeilijkheidsgraad en gebruik. Je kunt emoties gaan schalen door bijvoorbeeld het volgende te zeggen: “Geef eens aan hoe erg blij of teleurgesteld je was op een schaal van één tot vijf.” Soms helpt het als kinderen ergens een cijfer aan mogen geven. Bovendien kun je zo gevoelens met elkaar vergelijken, bijvoorbeeld wat betreft intensiteit (geprikkeld – boos – woedend). Ook kunnen kinderen leren om een bepaalde emotie om te zetten van blauw naar groen: “Je voelt je nu zenuwachtig. Vertel eens hoe je je graag wilt voelen.” Bijvoorbeeld: zenuwachtig – kalm, gespannen – opgelucht, en zo meer.