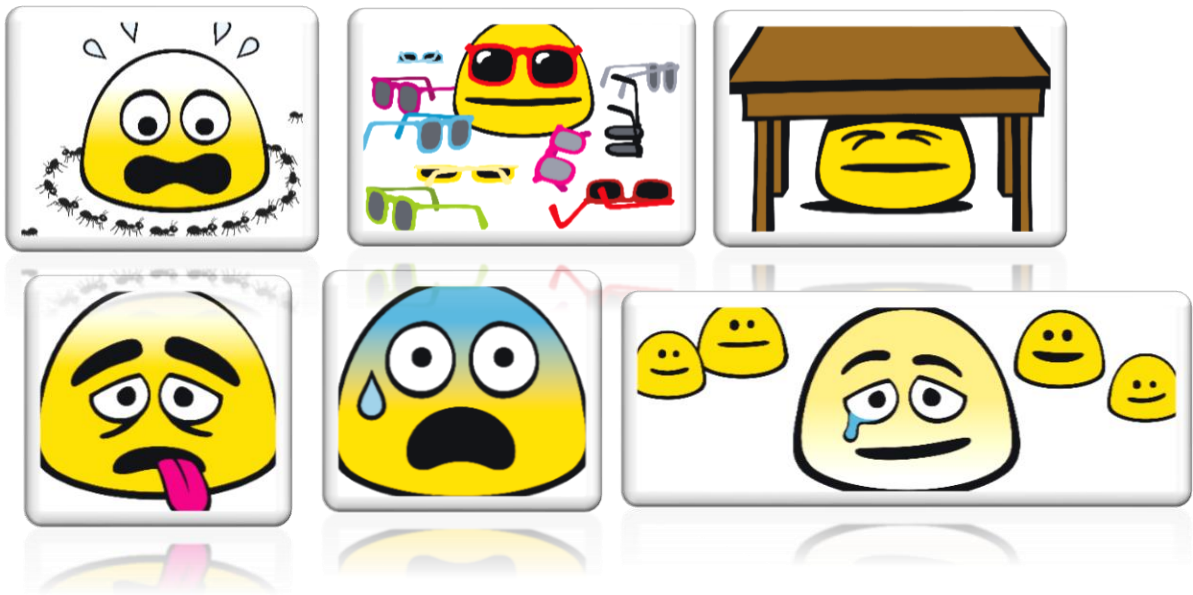


Hoe voel jij je vandaag?*



* aankruisen wat van toepassing is

Hoe noem jij dit gevoel?

(je mag zelf een naam verzinnen of een bestaande emotie kiezen)

Bovenstaande emoji's zijn ontworpen bij de voorstelling **WAT DE F*CK IS GELUK.**

Nu is de beurt aan jou:

Ontwerp je eigen emoji voor de volgende gevoelens:

Somber:

Hyper:

Na de tekenopdracht kunt u kiezen uit twee vormen voor een nagesprek:

1)

* Laat ze één emoticon uitkiezen (hoe ze zich nu voelen óf waar ze het meest tevreden over zijn)

* Plak op het bord/de muur en bekijk de resultaten

* Start een gesprek vanuit de volgende vragen:

- **Waardoor voelde jij de laatste 24 uur hyper of somber?**
 - **Is verdrietig en somber hetzelfde?**

Tips voor een klassikaal gesprek:

- Zorg dat iedereen elkaar ziet (liefst kringopstelling)
- Niet iedereen denkt even snel, houd daar rekening mee
- Behandel elke bijdrage liefdevol, maar....:
- Je mag een opmerking diskwalificeren (als het gaat over iemand anders of niet relevant is)
- Deelnemers mogen zwijgen
- Sluit af met samenvatten wat er besproken is/wat je hebt gehoord (zonder oordeel).

2)

* Laat ze in groepjes (3/4) bespreken wat ze hebben gemaakt en hoe ze de emoji noemen

* Enkele groepjes aanwijzen en vragen of ze willen vertellen wat zij hadden bedacht.

* Vervolg gesprek kan gaan over of ze altijd uitten/zeggen hoe ze zich voelen.

* Sluit af met samenvatten wat er besproken is/wat je hebt gehoord (zonder oordeel).