Activiteit 4.2

Aap is verdrietig

Doel Blok 4

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

Kern van de activiteit

Bespreken, uitbeelden en herkennen van het gevoel 'verdrietig'. Leerlingen verkennen situaties waarin je verdrietig kunt zijn en wat je dan kunt doen.

Woorden

verdrietig, troosten

Hulpzin

- Ik ben verdrietig

Materialen

- De illustratie Verdrietig, Niet leuk, Troosten
- Aap en Tijger en een auto waar een wiel (of iets anders) aan kapot is en een zakdoekje
- Rol behang of groot vel papier (de grootte van een kind) en dikke stiften
- Een koffer of een mand
- Eventueel lapjes stof van 40 x 40 centimeter (zacht badstof, of velours)

Voorbereiding

-

Aap is verdrietig

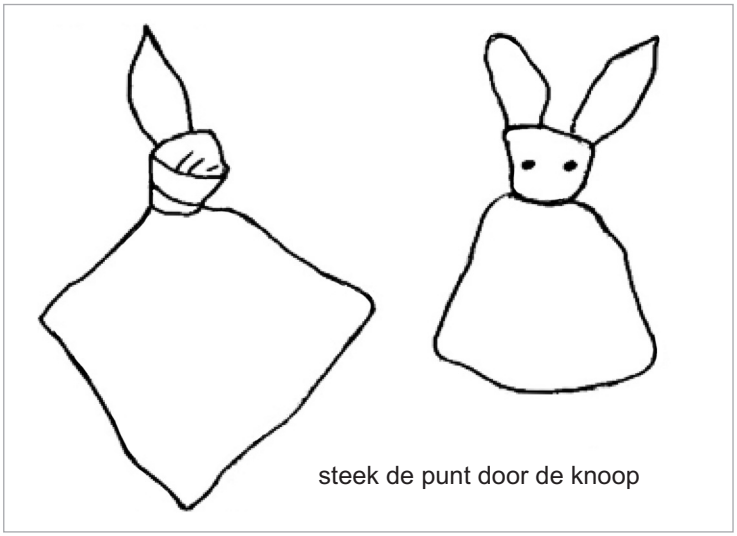
De leerlingen zitten in de kring.
Aap zit in elkaar gedoken op uw schoot. In zijn handen heeft hij een kapotte auto. Hij bekijkt de auto en snikt af en toe. Dan probeert hij met de auto over de grond te rijden. *Het lukt niet.* Hij legt de auto opzij, slaat zijn handen voor zijn ogen en begint zachtjes te huilen.
Dan komt Tijger: *Hé… Aap, wat is er, waarom huil je?!*
Aap: *Iets heel ergs, Tijger. Iets waar ik heel* **verdrietig** *van ben.* Aap begint harder te huilen.
Tijger: *Ben je gevallen? Heb je je pijn gedaan?*
Tijger geeft Aap een zakdoek: *Hier, een zakdoek, om je tranen af te vegen. Vertel dan, wat is er gebeurd?*
Aap wrijft met de zakdoek in zijn ogen en pakt daarna zijn auto: **Ik ben verdrietig!** *Kijk, zie je deze auto? Ik wilde er mee spelen. Toen viel de auto uit mijn handen en brak het wiel af.*
Aap begint weer te snikken.
Tijger gaat naast Aap zitten en slaat een arm om hem heen: *O ja…., ik snap wel dat je verdrietig bent, het is een mooie auto. Hé Aap, rustig maar, zo erg is het ook weer niet.*
Tijger springt op: Ik heb een idee!
Aap: *Wat dan?*
Tijger: *Ik heb thuis nog extra wielen. We gaan je auto weer maken. Laten we meteen gaan, dan mag jij op mijn rug. Dan spelen we dat ik een auto ben!*
Aap vindt het een goed idee en lacht zelfs weer een beetje. Samen gaan ze weg. Aap springt op de rug van Tijger en Tijger maakt motorgeluiden: *Broem, broemmmm, kom we rijden naar huis!*
Aap: *Dank je wel Tijger, je bent een echte vriend. Nou ben ik weer blij!* Breng Aap en Tijger weer naar hun plekje in de klas.

Kijk met de leerlingen kort terug naar het verdriet van Aap, maak hierbij gebruik van de illustraties Verdrietig en Niet leuk.
Het is niet fijn om verdrietig te zijn. Vraag de leerlingen of ze pas nog verdrietig waren over iets. Vraag twee leerlingen naar momenten waarop ze zelf verdrietig waren. Of benoem zelf een situatie waarin een leerling in de groep verdrietig was. Houd dit kort om te voorkomen, dat leerlingen het gevoel te veel opnieuw gaan ervaren.
Vraag aan de leerlingen wat Tijger deed toen Aap verdrietig was: vragen stellen en troosten. *Tijger ging Aap* **troosten**. Laat de illustratie Troosten zien. Bespreek met de leerlingen hoe Tijger Aap ging troosten: arm om hem heen slaan, zakdoek geven, op de rug nemen, het kapotte wiel maken.
Wijs naar de illustratie Troosten. *Zullen we proberen elkaar te troosten als iemand verdrietig is?* Oefen met de leerlingen hoe ze elkaar op school kunnen troosten: arm om de schouder, zakdoek geven, een knuffel geven en vragen wat er is.



Troostkoffer

Maak een 'troostkoffer' met attributen die leerlingen kunnen gebruiken om een ander te troosten. Bedenk met de leerlingen wat er in de koffer komt (zakdoek, pleisters, knuffel). Wat helpt jou als je verdrietig bent?
Maak bijvoorbeeld een knuffelkonijntje. Verzamel een aantal zachte lapjes stof van 40 bij 40 centimeter, bijvoorbeeld badstof of velours. Als een leerling iemand wil troosten, kiest hij een lapje uit de mand. U vouwt het lapje tot een knuffelkonijntje, door van een hoek van het lapje een knoop te maken en de andere punt door de knoop heen te trekken, waardoor er twee oren ontstaan (zie tekening). Het maken kost u een paar tellen en leerlingen kunnen het, na een paar keer gezien te hebben, zelf. De leerling die het doekje gebruikt mag het hebben tot het verdriet voorbij is. Vervolgens halen ze de knoop er weer uit en kan het gewassen worden en opnieuw worden gebruikt.



Waar voel je verdriet?

De leerlingen zitten in de kring. Leg het grote vel papier midden in de kring.
Vraag een leerling op de grond te komen liggen en trek zijn omtrek met een dikke stift om. De leerling kan weer op zijn stoel gaan zitten.
Laat de leerlingen nadenken over iets waar ze pas nog verdrietig over waren. Of haal een situatie op die zich voor heeft gedaan in de klas waar iemand verdrietig over was.

Hoe zie je het als iemand verdrietig is? Of: *Waaraan zag je dat Aap verdrietig was toen zijn auto kapot was? Of de leerling uit de groep?* Laat de illustratie Verdrietig zien.
Teken in de tekening wat de leerlingen noemen: mond omlaag, tranen, verdrietige ogen.

Waar voel je het als je verdrietig bent? Geef de plekken die leerlingen aanwijzen in de tekening een kleur. Benoem het als leerlingen verschillende plekken noemen. *Je kunt het gevoel dus op verschillende plekken voelen. Dit kan bij iedereen anders zijn.*
Er zullen ook leerlingen zijn die zich niet bewust zijn van de plek waar ze in hun lijf verdriet voelen. Vraag ze er de komende tijd eens op te letten als ze verdrietig zijn. Hang de tekening op in het lokaal of bewaar hem voor de volgende weken om ook andere gevoelens te bespreken.



Je even terug kunnen trekken

Zorg dat er een plek in de klas is waar leerlingen zich even kunnen afzonderen van de rest. U kunt dit met de leerlingen samen bespreken. *Wat heb je nodig op dat plekje?* Bijvoorbeeld een knuffel, een boekje, een grote dikke jas waar je je even in kunt terugtrekken, een tipi tent?



Leerkrachtgedrag

- Sta zelf model in het omgaan met gevoelens en laat zien hoe u omgaat met verdriet.
- Geef leerlingen de ruimte om hun verdriet te uiten en ondersteun waar nodig.
- Nodig de leerling na een tijdje weer uit om weer te gaan spelen. Zo laat u merken dat u het verdriet serieus neemt en dat er daarna weer verder gespeeld kan worden.
- Stimuleer de leerlingen om elkaar te troosten.
- Informeer indien mogelijk bij ouders hoe hun kind omgaat met verdriet. Laat leerlingen hun ouders/ verzorgers vertellen over de troostkoffer.