

extra manieren om met het

Gedachte-Kracht gevoelensspel

te spelen en te werken



Dit digitale boekje bevat extra speelsuggesties voor het Gedachte-Kracht gevoelensspel (ISBN 9789081892322)

samenstelling door Nicole Hage

laatste wijziging 28 augustus 2014

www.gedachte-kracht.nl

©2014 Bewustzijn in Bedrijf, Huizen

inhoudsopgave

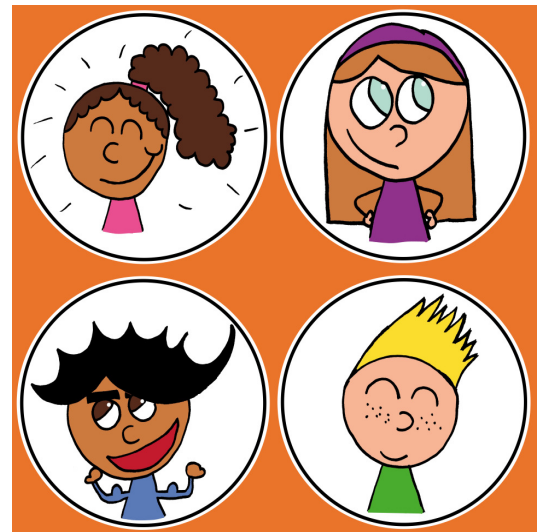
Eenvoudig kwartetten	3
Memoryspel	4
Natekenspel	5
Boze tovenaar	6
Praatplaatjes	7
Gevoelsthermometer	8
Plaatjes bij je verhaal	9
Verzin een avontuur	10
Uitbeeldspel	11
Welk idee heb jij?	12

Eenvoudig kwartetten

door: Nicole Hage

Je kunt het gevoelenskwartetspel ook spelen, zonder de teksten te gebruiken. Dit is vooral handig als je met jonge kinderen speelt.

Je vraagt dan aan elkaar of je een bepaalde kleur kaart hebt en een bepaald kindergezicht.



Er zijn vier verschillende kindergezichten, die in elk kwartet terugkomen.

Je kunt dan op deze manier kaarten aan elkaar vragen:

"Heb jij voor mij van het oranje kwartet...

... de jongen met het gele haar / de groene trui

... het meisje met krullen / de roze trui

... de jongen met zwart haar / de blauwe trui

... het meisje met de haarband / de paarse trui?"

Variatie: Je kunt ook een selectie maken en met bijvoorbeeld 6 of 8 kwartetten spelen, in plaats van met alle tien.

Memoryspel

door: Nicole Hage

Memory speel je met twee of meer personen.

Speel met ongeveer 20 kaarten, bijvoorbeeld alleen de meisjeskaarten.

Leg ze in rijtjes gesloten op tafel neer.

Bekijk om de beurt twee kaarten.

Als de twee kaarten dezelfde kleur hebben (hetzelfde gevoel hebben), dan mag je dat setje eruit halen en voor je neerleggen.

Wie de meeste setjes heeft, wint.

hatekenspel

door: Nicole Hage

Dit spel kun je met twee of meer personen doen.

Ieder krijgt of kiest een kinderkaart en tekent het gevoel na.

De rest van de groep / de ander raadt welk gevoel dit is.

Je kunt deze vragen gebruiken om het gesprek op gang te brengen:

Waaraan kun je zien welke gevoel het is?

Hoe herken je een gevoel?

Welk gevoel zou het ook kunnen zijn?

Boze tovenaar

door: Nicole Hage

Dit spel kun je met twee of meer personen doen.

Het doel van het spel is om de boze tovenaar kwijt te raken.

Speel met 21 kaarten, bijvoorbeeld 20 jongenskaarten, plus de boze tovenaar kaart.

Deel de kaarten tot ze op zijn. Iedereen houdt de kaarten in zijn hand, zodat de anderen spelers ze niet zien.

Kijk of je setjes van 2 dezelfde kleuren / gevoelens hebt en leg deze open op tafel. Deze kaarten doen niet (meer) mee, het maakt niet uit hoeveel setjes je hebt.

Trek om de beurt een kaart bij elkaar. Iedereen trekt één voor één een kaart bij zijn linkerbuurman. Hopelijk trek je de boze tovenaar niet! Als je een setje hebt, leg dit dan ook open op tafel.

Er zijn steeds minder kaarten.

Degene die op het laatst de boze tovenaar heeft, heeft dit potje pech...

Praatplaatjes

door: Nicole Hage

Pak de kinderkaarten erbij als je samen praat over gevoelens.

Welke gevoelens ken je?

Welke gevoelens heb je weleens?

Welke gevoelens zouden anderen kunnen hebben?

Kies een situatie (echt of verzonnen) en bespreek welke gevoelens de mensen zouden kunnen hebben.

Welke gevoelens lijken op elkaar?

Hoe voelt het in je lijf, als je een bepaald gevoel hebt?

Gevoelsthermometer

door: Nicole Hage

Je hebt (per kind) 5 tot 8 kinderkaarten nodig, van verschillende kleuren.

Maak een gevoelsthermometer met de kaarten:

De kaart die het fijnst voelt, komt bovenaan.

De kaart die het minst fijn voelt, komt onderaan.

En de andere kaarten er tussenin, op volgorde, zodat de kaarten van minst fijn naar meest fijn liggen.

Er is geen 'goed' of 'fout' bij het maken van de gevoelsthermometer. Het is net hoe je het zelf ervaart.

In het hoofdstuk 'Verander bewust je gedachten' op blz 15 van het boek Gedachte-Kracht wordt de gevoelsthermometer uitgelegd.

Plaatjes bij je verhaal

door: Nicole Hage

Lees een verhaal voor. Stop elke keer als één van de karakters uit het boek een gevoel heeft. Bedenk samen welke kaart daar bijpast.

Om het wat makkelijker te maken, kun je alvast een aantal kaarten klaarleggen om uit te kiezen.

Verzin een avontuur

door: Nicole Hage

Voor 2 tot 10 personen.

Kies één van de vier kinderen uit en pak alle tien de kaarten waar dat kind op staat.

Verzin samen een avontuur dat dit kind meemaakt en waarbij het allerlei gevoelens voelt. Pak om de beurt steeds een nieuwe kaart erbij om in het verhaal te gebruiken.

Uitbeeldspel

door: Anja van der Hoek

Dit spel speel je in een groep.

Leg de 40 kinderkaarten open op tafel.

Één van de spelers neemt een kaart in gedachten en beeldt het gevoel uit, zonder erbij te praten.

De anderen raden het gevoel.

Als het gevoel geraden is, is een ander aan de beurt om uit te beelden.

Variaties

- 1) Zoek het gevoel uit, uit een stapeltje kaarten.
- 2) Trek dicht een kaart.

Welk idee heb jij?

Ik hoop deze PDF in de loop van de tijd uit te breiden met meer ideeën en tips van... jou bijvoorbeeld!

Ik zou het erg leuk vinden om van je te horen wat je van het spel vindt, hoe je het gebruikt en wat je bevindingen zijn. Je kunt me bereiken via www.gedachte-kracht.nl en via onderstaand mailadres.

Als je een spelidee hebt voor in dit boekje, of misschien wel meerdere ideeën, wil je die dan zo kort en duidelijk mogelijk opschrijven? En naar mij mailen? Als ik je idee toevoeg aan dit boekje, dan laat ik dat even weten.

Vriendelijke groeten,

Nicole Hage

nicole@bewustzijninbedrijf.nl