



UITLEG PRIKKELMUNTJES

Hoe was je dag?

Een vraag die voor veel kinderen de letterlijke druppel kan zijn. Na een dag op school vol prikkels en aanpassingen in het gedrag, “ontploffen” veel kinderen als ze veilig thuis zijn. Vaak vinden ze dat zelf ook lastig en kunnen ze de oorzaak moeilijk aangeven. Met de prikkelmuntjes leren kinderen aan te geven wat er “teveel” is geweest.

Je staat (meestal) kalm op, ben je blij dat er een lekker ontbijt is? Of krijg je dan al spanning omdat je naar school moet?

In de loop van de dag “bouw” je steeds meer prikkels (spanning) op. Is jouw toren helemaal opgebouwd? Dan heb je een verschrikkelijk vol hoofd!

Verzin samen oplossingen hoe je de toren weer kan afbouwen. Zo zorg je er voor dat je de ochtend weer kan starten met “kalm”.

De prikkelmuntjes zijn geschikt voor kinderen vanaf 6 jaar

kalm



bang



houden van



trots



stoer



boos



verdrietig



blij



twijfel



teveel



spanning

