Handreiking
Spelen met emoties - de taal van het hart

Deze handreiking is bedoeld ter inspiratie voor jonge kind professionals die aan de slag willen gaan met emoties.

💬 Maak praten over emoties leuk, laagdrempelig en veilig

Kinderen leren emoties herkennen, benoemen, begrijpen en ermee omgaan door hier dagelijks aandacht aan te besteden. Spel, beweging en alledaagse gesprekken bieden hiervoor waardevolle en natuurlijke momenten.

BELANGRIJK: Het plezier en de emotionele veiligheid van het kind staan hierbij altijd voorop. Een kind hoeft niet over een persoonlijke ervaring te vertellen en mag ook op een andere manier deelnemen.

💬 Praat regelmatig over emoties en erken ze

Normaliseer emoties.
Maak duidelijk dat alle emoties erbij horen: “Emoties horen bij ons allemaal.”

Benoem wat je ziet en verken wat het kind voelt.
Bijvoorbeeld: “Ik zie dat je huilt. Ben je verdrietig, of voel je iets anders?”

Vul een emotie niet te snel in.
Gedrag vertelt niet altijd precies wat een kind voelt. Een kind dat boos lijkt, kan bijvoorbeeld ook verdrietig, bang of teleurgesteld zijn.

Geef ruimte voor correctie.
Laat het kind jouw inschatting bevestigen of corrigeren.

Benoem verschillende soorten emoties.
Besteed aandacht aan zowel prettige als minder prettige emoties.

Sluit aan bij het kind

Sluit aan bij leeftijd, ontwikkeling, taalniveau en belevingswereld.

Verken wat kinderen al weten.
Welke emoties herkennen ze en welke woorden gebruiken ze al?

Respecteer het eigen leertempo.
Niet ieder kind heeft behoefte aan dezelfde hoeveelheid uitleg of oefening. Soms is het beter om kort één emotie te bespreken en er op een later moment op terug te komen.

Handreiking
Spelen met emoties - de taal van het hart

Gebruik spel & beweging

Werk bij voorkeur in kleine groepjes.
Zo krijgt ieder kind voldoende ruimte om mee te doen en kun je verbale en non-verbale signalen beter observeren. Een groepje van vier à vijf kinderen is geschikt.

Ideeën:

Dreumesen:
Speel een kiekeboe-emotiespel met een doek. Laat verschillende emoties als het ware tevoorschijn komen en geef kinderen de tijd om te reageren. Benoem de emotie. Geef kinderen vervolgens zelf een doek, zodat zij het spel kunnen nadoen. Een spiegel kan hierbij helpen. Gebruik hiervoor veilige, onbreekbare handspiegels.

Peuters en kleuters:
Maak zelf een emotiedobbelsteen. Een grote dobbelsteen kan hiervoor worden aangeschaft (of zelf worden gemaakt). Plak op elk vlak een gezicht waarop een emotie is te zien. Laat kinderen dobbelen en vertellen wat ze zien.

Peuters en kleuters met meer taalvaardigheid en fantasiespel:
Gebruik rollenspellen rond verschillende situaties en emoties. Gesprekskaarten met foto's van emoties of situaties die emoties kunnen oproepen, kunnen hierbij helpen. Gebruik geluid, mimiek en beweging om emoties uit te beelden en zet humor in. Bespreek dat hetzelfde gedrag verschillende emoties kan uitdrukken: huilen betekent bijvoorbeeld niet altijd dat iemand verdrietig is.

Emotiewoordenschat

Bij jonge kinderen kun je beginnen met basisemoties zoals blij, boos, bang en verdrietig. Naarmate kinderen ouder worden en hun taal- en sociaal-emotionele ontwikkeling toeneemt, kun je de emotiewoordenschat geleidelijk uitbreiden.

Basisemoties blij • boos • bang • verdrietig

Geleidelijk uitbreiden trots • teleurgesteld • jaloers • tevreden • onzeker • nieuwsgierig • bezorgd etc.

Verbind emoties ook aan andere thema's

Ideeën voor gesprekken:

"Hoe voel je je als je ziek bent en niet mee kunt met het groepsuitje?" — **thema ziek en gezond**

"Waar voel je het in je lijf als je boos, bang of verdrietig bent?" — **thema het lichaam**

"Wat zou dit dier voelen in deze situatie?" — **thema de boerderij**

"Hoe voelde het voor jou toen je een babybroertje of -zusje kreeg?" — **thema baby's**

Handreiking
Spelen met emoties - de taal van het hart

Geef ruimte aan meertaligheid

Geef kinderen ruimte om emoties ook in hun thuistaal op de groep uit te drukken.
Betrek bijvoorbeeld een groepspop of knuffel en vertel dat deze pop/knuffel alle talen verstaat.

Gebruik emotiekaarten.
Kinderen kunnen hun gevoel aanwijzen, ook wanneer zij het juiste woord nog niet kennen. Zo worden zij erkend in hun emotie.

Geef emotiekaarten mee naar huis.
Zo kunnen kinderen en ouders de vertrouwde kaarten van de groep ook thuis gebruiken.

Vraag ouders welke emotiewoorden zij thuis gebruiken.
Zo krijg je zicht op de taal en betekenis die binnen het gezin worden gebruikt.

Maak meertaligheid zichtbaar.
Voeg emotiewoorden uit verschillende talen toe aan een emotiewoordmuur. Gebruik bijvoorbeeld een interactief muurbord. Zie hiervoor ook de online Drongo-videoroute over technieken en materialen in de meertalige klas.

Gebruik indien nodig een vertaalapp als hulpmiddel.
Controleer de betekenis vervolgens bij ouders of bij iemand die de betreffende taal goed beheerst.

Werk samen met ouders

Stimuleer ouders om ook tijdens dagelijkse activiteiten over emoties te praten. Denk bijvoorbeeld aan momenten tijdens het tandenpoetsen, wandelen, spelen of voorlezen.

Bespreek ervaringen met ouders vanuit een **open en niet-oordelende houding**.

Verschillen tussen de thuissituatie en de groep zijn niet per definitie problematisch. Kinderen kunnen zich, afhankelijk van de situatie, de omgeving en de mensen om hen heen, op verschillende manieren uiten.

Door beide contexten – thuis en in de groep – samen te voegen, ontstaat een completer beeld van een kind en meer begrip voor gedrag van een kind. Ouders kennen hun kind vaak het best. Samen met de ouders kan vervolgens worden afgestemd hoe het kind het beste in de groep kan worden ondersteund.

Vragen voor een open gesprek met ouders

- Welke emoties zien jullie thuis en welke zien wij in de groep?
- Hoe uit het kind emoties thuis en hoe uit het kind emoties in de groep?
- Hoe reageren ouders en professionals daarop?
- Wat heeft het kind nodig? Wat werkt al goed, thuis en in de groep?
- Hoe kunnen we het kind samen zo goed mogelijk ondersteunen?

Wees voorbereid op extra ondersteuningsvragen

Soms roept het gedrag of de ontwikkeling van een kind vragen op die verder gaan dan wat binnen de dagelijkse begeleiding kan worden geboden. Zorg daarom dat je de ondersteuningsmogelijkheden binnen de eigen organisatie kent en weet bij wie je terechtkunt, bijvoorbeeld een pedagogisch coach of intern begeleider.

Werk waar passend samen met professionals uit externe organisaties zoals De Schoor, Sterke Start, Passend Onderwijs, Bijzonder JIJ of Taalexpertise centrum.

Bespreek eventuele zorgen en vervolgstappen samen met de ouders en sluit aan bij de geldende afspraken en werkwijze binnen de organisatie.

Reacties van ouders op de activiteit

Ouderreactie

> “De uitleg was duidelijk en het hielp Milan om op een speelse manier over emoties te praten. Hij vond het ook leuk om de verschillende gevoelens te herkennen en te benoemen. Mooi dat het spelenderwijs gaat, dat maakt het voor kinderen laagdrempelig en leuk om mee te doen.”

Parent feedback

> “The activity was very interactive and helpful in teaching children about emotions in a fun and simple way. I found it practical, engaging, and beneficial for my child’s development”.

Filmpjes uit de praktijk







Handreiking
Spelen met emoties - de taal van het hart

Spelen met Doe-Taal nr. 2



Hallo lieve kinderen!

Ik ben Sam. Wie ben jij?
We gaan weer iets leuks doen!
Doe je mee?



Ik vertel hoe ik mij voel.

Hoe voel jij je?
Praat met je kind over wat emoties zijn. Vertel dat je naast blij ook boos, verdrietig of bang mag zijn. Emotiekaarten kunnen je kind ondersteunen bij het praten over gevoelens. Vraag in de groep om de kaarten of teken de emoties samen. Hang ze op een plek waar je kind ze kan aanwijzen.

Verder spelen met Doe-Taal

- **Kun jij doen alsof je boos, blij, verdrietig of bang bent? Gebruik je gezicht én je lichaam. Wie mag raden welke emotie je laat zien?**
- **Doe een emotie-grabbelspel.** Bedenk met je kind zoveel mogelijk situaties die emoties oproepen. Schrijf (of teken) ze op papiertjes, vouw ze dicht en stop ze in een grote pot. Laat je kind een papiertje grabbelen en vertellen welke emotie erbij past. Praat samen over de situatie. Voorbeelden: iemand anders pakt jouw speelgoed af. Het gaat ineens hard onweren. Oma viert haar verjaardag. Je stoot hard je teen.

Tot de volgende keer!

Wist je dat een emotionele uitbarsting bij de normale ontwikkeling van je kind hoort? Blijf rustig en stel je kind gerust. Blijf in de buurt tot je kind weer rustig is. Kies een geschikt moment om de uitbarsting samen te bespreken.
Zou je graag ondersteuning bij de opvoeding willen krijgen? Vraag naar (gratis) mogelijkheden in de groep van je kind.

Need extra help to understand this text? Use Google Translate. Translate to the language you prefer to use.

Spreek je een andere taal dan Nederlands? Voer de activiteit dan uit in de taal die je zelf het best spreekt. Je kind hoort dezelfde woorden in twee talen: thuis in de thuistaal en in de groep in het Nederlands. Door eerst de thuistaal goed te ontwikkelen, leert je kind makkelijker Nederlands!

Door het spel van de groep thuis te herhalen, stimuleer je het zelfvertrouwen en de ontwikkeling van je kind. Hierbij kun je de volgende **woorden** gebruiken:
blij - boos - verdrietig - bang - verbaasd

Door een gesprek te voeren met je kind, stimuleer je de denkontwikkeling van je kind. Hierbij kun je de volgende **gespreksvragen** gebruiken:
Wanneer kun je je boos, verdrietig of blij voelen? Als een kind verdrietig is, hoe kun je dat kind dan helpen? Kun je iemand blij maken? Kun je ook jezelf blij maken?

Deel een foto met de groep. Wij kijken met de kinderen terug op de activiteit. De woorden van de activiteit komen opnieuw aan bod.