

🌙 Werkblad voor Kinderen – Zeg wat je voelt, helder en zacht



Thema: Duidelijk praten, lief zijn voor jezelf en de ander

🦋 Ga eerst even rustig zitten. Sluit je ogen als je dat fijn vindt. Adem diep in... en uit...
Dan begin je aan je opdrachten.

✏️ **Opdracht 1 – Wat helpt mij om duidelijk te zijn?**

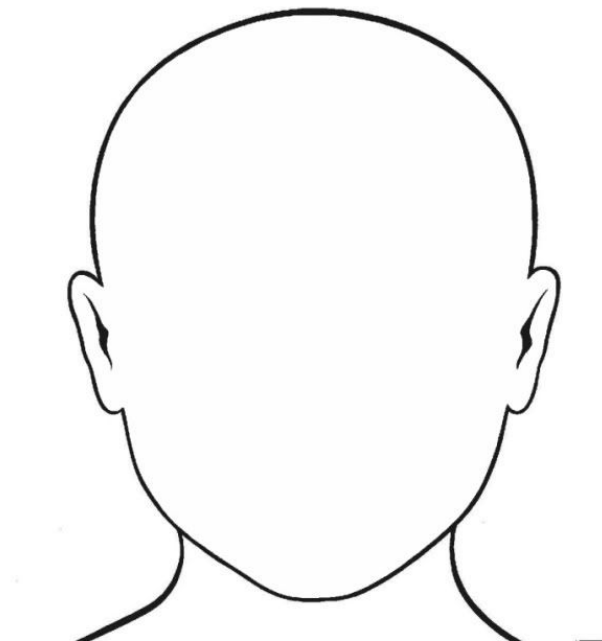
Teken of schrijf drie dingen die jou helpen om goed te zeggen wat je voelt.

Bijvoorbeeld: eerst rustig worden, je lievelingsknuffel vasthouden, even denken voor je iets zegt.

👤 Opdracht 2 – Maskers van verwarring

Teken een gezicht met een masker dat dingen verstoort. Wat voel je echt achter dat masker?

Wat wil je wél zeggen als je eerlijk bent?



💬 Opdracht 3 – Magische woorden

Bedenk een korte zin die voor jou voelt als helder én lief.

Bijvoorbeeld: "Ik wil graag even alleen zijn."

Schrijf hem op of versier hem als een spreuk!



💛 **Extra tip voor ouders of begeleiders:** Bespreek samen de antwoorden in een open sfeer. De maan helpt ons om zachtheid en helderheid te combineren.