



Elk kind mag stralen! \* \* \*

©2013 Wonderspel / [www.wonderspel.nl](http://www.wonderspel.nl)

# Dol Fijnkaart

## Wat?

Bij deze hulpkaart gaat het er om dat de speler zijn zelfwaardering vergroot, waardoor hij positiviteit kan ontvangen.

## Wanneer?

Je kunt de hulpkaart inzetten als je merkt dat de speler meer zelfvertrouwen nodig heeft en zich zelf meer mag gunnen. De speler mag genieten van kleine en grote geschenken zoals een glimlach, complimenten en andere leuke dingen in en om hem heen.

## Hoe?

De *Dol fijn kaart* helpt de speler zich vrolijk te voelen en de eigenwaarde te vergroten. Na een positieve gedachte te hebben uitgesproken of opgeschreven, mag de speler verwachten dat hij positieve reacties krijgt. Wat durft hij te geven en te krijgen? De speler mag dank je wel zeggen, want dat geeft een fijn gevoel.

## De opdracht

Leg een van de volgende opdrachten aan de speler(s) voor.

### 1. Dolfijn

Maak een schilderij of tekening van een dier wat jouw kracht geeft. Bijvoorbeeld een dolfijn. Jouw schilderij of tekening kan je helpen om complimenten of andere geschenken te ontvangen. Maak van je schilderij een foto en plak de foto op een flesje water. Elke keer als je van het water een slokje neemt, voel jij je *dol fijn*. Je bent het waard.

### 2. Dieren van de zee

Stel je voor dat je een duik neemt onder water en je laat meenemen door de dieren van de zee. Onder water ontdek je een schatkist. De dieren van de zee helpen jou de schatkist te openen. Wat zie je in de schatkist?

Maak een schilderij of tekening van de dieren van de zee en de schat die je hebt gevonden.

Bedenk voor elk compliment (en andere leuke dingen) die jij in ontvangst neemt een speciaal teken of symbool. Steeds wanneer jij een compliment ontvang mag je dat symbool in je tekening zetten. Je kunt bijvoorbeeld van ecoline de zee maken en met wasco de dieren en de symbolen tekenen.

### 3. De regenboog

Stel je voor dat je een stralende regenboog ziet. Bij iedere kleur van de regenboog mag je een wens doen. Bedenk voor jezelf welke wensen dat mogen zijn.

Maak een tekening van de regenboog. De regenboog geeft je kracht, zodat jij het gevoel hebt dat jij het waard bent om iets te krijgen of te ontvangen. Geef de tekening een speciaal plekje in je kamer.

Tip: Heeft de speler moeite met het omgaan met complimenten? Laat hem een tekening of compliment geven. Als de speler iets geeft, is het makkelijker te ontvangen. Geef de speler daarna een compliment en laat hem deze opschrijven.

Auteur: Fijke Willemse

Fijke Willemse coacht kinderen, ouders en scholen middels tekenen en schilderen. Ze is verkozen tot winnaar counsellor 2012 van Nederland en België.

[www.kinderpraktijkdolfijn.nl](http://www.kinderpraktijkdolfijn.nl)

