

# HET FOLLOW YOUR SUN KWALITEITENSPEL

## Suggesties voor werkvormen

De belangrijkste doelstelling van de Follow your Sun lesprogramma's, is het vergroten van het vertrouwen in jezelf en in elkaar. Het Follow your Sun kwaliteitspel is ontworpen om deze doelstelling spelenderwijs te bereiken door kinderen bewust te maken van de talenten die zij van nature hebben. Follow your Sun definieert talenten als persoonlijke eigenschappen en kwaliteiten die bij jou horen en die je kunt inzetten om jezelf en jouw omgeving nog meer te laten stralen.

### WERKVORM I. MIJN TALENTEN TOP 3

**Doel:** kinderen leren hun eigen talenten en die van elkaar beter kennen, ze leren hun waardering uitspreken naar elkaar en oefenen met het ontvangen van positieve feedback.

**Vorm:** Spel in groepjes van 4 - 6 kinderen

**Stap 1.** Iedereen krijgt willekeurig drie kwaliteitenkaartjes en legt die voor zich neer. Maak eerst een top drie: welk kaartje past het meest bij jou en welke het minst? De overgebleven kwaliteitenkaartjes leg je op een stapel in het midden.

**Stap 2.** Iedere speler leest allereerst één voor één hardop zijn of haar top drie voor aan de rest. We luisteren hierbij goed naar elkaar. Onthoud dat het nu zo kan zijn dat je drie kaartjes hebt die niet zo bij jou passen. Dat geeft niet. De kaartjes zullen gedurende het spel nog wisselen.

**Stap 3.** Om de beurt neemt iemand een kaartje van de stapel. Is dit één van jouw kwaliteiten? Dan mag je dit nieuwe kaartje ruilen voor één van de drie kaartjes die voor jou liggen. Dat betekent dat er altijd 3 kaartjes voor je liggen. Bij het kaartje wat jij weg wil doen (bijvoorbeeld 'nieuwsgierig zijn' bedenk je: dit past misschien niet heel goed bij mij, maar bij wie uit mijn groepje past dit kaartje wél? Je mag zelf degene kiezen aan wie je jouw kaartje geeft. Andere leerlingen hoeven dus niet hun vinger op te steken, maar ze mogen natuurlijk wel voor zichzelf bedenken dat dit bij hen past. Dat is alleen maar heel fijn om te weten.

**Stap 4.** Als je iemand hebt gekozen, geef je hem of haar het kaartje en leg je daarbij uit waarom je vindt dat dit kaartje bij hem of haar past. Als diegene het hiermee eens is, mag hij of zij jou bedanken voor het compliment en mag hij of zij een ander kaartje uit zijn of haar top drie aan iemand anders doorgeven.

**Stap 5.** Wanneer diegene een kaartje van iemand anders krijgt, maar hij/zij vindt dat dit kaartje toch niet echt bij hem/haar past, dan mag hij/zij degene die het kaartje gaf bedanken voor het compliment en daarna dit kaartje onderop de grote stapel leggen. Daarna pakt de volgende speler een nieuw kaartje.

**Stap 6.** Het spel is afgelopen wanneer iedere speler een keer een nieuw kaartje van de stapel heeft kunnen pakken of wanneer je zelf wilt stoppen. Wanneer je met elkaar besluit om te stoppen, worden alle kaartjes open op tafel gelegd. Van alle kaartjes die er zijn, kies je er drie uit die het allerbeste bij jou passen. Van deze drie talenten kan natuurlijk ook nog een tekening of een ander creatief eindresultaat gemaakt worden!

## WERKVORM 2. MIJN SUPERPOWERS EN/OF UITDAGINGEN

**Doel:** kinderen ontwikkelen een positiever zelfbeeld, doordat zij leren hun eigen talenten te benoemen en/of kinderen worden zich bewuster van de eigenschappen waarin zij nog willen werken.

**Vorm:** Individuele oefening

**Stap 1.** Leg de kaartjes neer met de talenten naar boven.

**Stap 2.** Laat het kind drie kaartjes kiezen die hij/zij heel erg bij zichzelf vindt passen en vraag hem/haar voorbeelden te geven van situaties waarin hij/zij deze talenten kan inzetten. Mocht hij of zij het lastig vinden, begin dan zelf met een voorbeeld: 'Ik vind het bijvoorbeeld fijn dat jij altijd zo rustig bent.'

**Stap 3.** Zorg dat je een kind altijd bevestigt in de kwaliteiten die hij of zij voor zichzelf kiest.

**Stap 4.** Laat het kind vervolgens 1-3 kaartjes kiezen van eigenschappen die hij/zij nog verder wil ontwikkelen. Complimenteer een kind over zijn of haar reflectie als het lukt om deze kaartjes zelf uit te kiezen. Mocht een kind het lastig vinden, dan kun je zelf altijd beginnen met een voorbeeld: 'Ik denk bijvoorbeeld dat het fijn kan zijn voor jou als het lukt om nog vaker voor jezelf op te komen. Wat denk jij daarvan?'

**Stap 5.** Bespreek samen hoe hij/zij aan deze leerdoelen kan werken en hoe jij hem of haar hier eventueel zal helpen.

**Stap 6.** Optie voor een extra zelfvertrouwen boost: laat het kind een poster maken met daarop zijn/haar talenten. Ze kunnen er ook bijpassende quotes of tekeningen bij maken, zodat het een positieve reminder wordt die hen herinnert aan hun unieke talenten.

## WERKVORM 3. DE KRACHTEN VAN DE KLAS

**Doel:** kinderen leren reflecteren op de positieve eigenschappen van de klas.

**Vorm:** Oefening met de hele klas

**Stap 1.** Verdeel de klas in groepjes en geef elk groepje een stapel kwaliteitenkaartjes.

**Stap 2.** Laat ieder groepje 3 kwaliteiten kiezen die zij vinden passen bij de klas. Wat gaat er al heel goed?

**Stap 3.** Bespreek klassikaal welke kwaliteiten iedereen gekozen heeft en waarom. Schrijf de kwaliteiten op het bord of maak er een grote poster van.

**Stap 4.** Optioneel: Laat ieder groepje nu één kaartje kiezen van een kwaliteit waar de klas nog in kan verbeteren. Schrijf deze leerdoelen op het bord of op een aparte poster.

**Stap 5.** Optioneel: Laat hen vervolgens 3 manieren bedenken waarop de klas hier nog meer in kan gaan stralen. Schrijf de tips groot op een poster, zodat de kinderen er makkelijk aan herinnerd kunnen worden.