

# LEKKER-IN-JE-VEL-SPEL



EQ-COACHING-KAARTJES *emotiekaarten*

**Blij, bang, boos, verdrietig of trots?**

Ontdek spelenderwijs de taal van emoties. Tekst, beeld én prikkelende vragen helpen gevoelens en emoties bespreekbaar te maken, ze te (h)erkennen en er beter mee om te gaan. Verrassend, hoe je jezelf en elkaar nog beter leert kennen. Je voelt je daardoor zekerder én het helpt je in je relaties met anderen.

**Kijk, speel, luister en vertel!**

Het Lekker-in-je-vel-spel helpt:

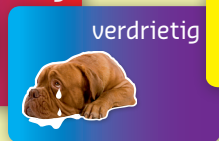
- je emotionele intelligentie (EQ) te vergroten
- inzicht te krijgen in gevoelens en emoties
- je emotionele woordenschat uit te breiden
- positief te leren denken

*Gouden doosjes*

IK ZEG  
WAT IK  
VOEL...



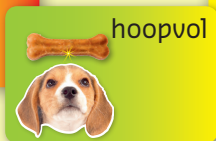
bang



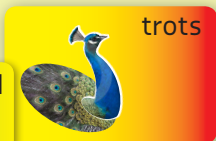
verdrietig



vrolijk



hoopvol



trots



veilig



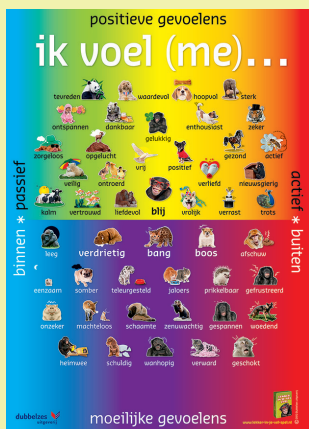
48 emoties en gevoelens zijn met deze coaching-kaartjes overzichtelijk in kaart gebracht. Aan de kleuren kun je direct zien of het om een positieve of een moeilijke emotie gaat.

De afbeelding op de voorkant van de kaart weerspiegelt het gevoel. Op de achterkant staat een korte uitleg van de emotie. Ook staan er op ieder kaartje twee vragen waarmee je inzicht krijgt in de manier waarop je positief en oplossingsgericht om kunt gaan met het betreffende gevoel.

- Zes spelvormen in één doosje!



A2 POSTER ik voel (me)...



Ontdek de taal van emoties en vergroot je emotionele intelligentie (EQ)

gratis downloads en tips op de website!