

Rood (gezin/ familie)

1. Stel, je bent thuis en je wilt graag op de computer en je mag niet van je moeder. Hoe los jij dat op?
2. Teken jezelf en je familie.
3. Toneelstukje: Speel dat jullie met elkaar aan het eten zijn. Jij speelt iemand anders uit jouw gezin.
4. Maak een stamboom van jou en je familie. **Werkblad.**
5. Hoeveel slaap heb jij per nacht nodig om de volgende dag fit te zijn? Vertel eens iets over bedtijd, slapen en ontwaken?
6. Een kind heeft iets gedaan en durft dit niet aan haar vader of moeder te vertellen. Wat is jouw advies?
7. Maak complimentenkaartjes voor jezelf en iedereen bij jou thuis. **Werkblad.**
8. Dagschema. Hoe ziet jouw doordeweekse dag eruit? En hoe gaat het in het weekend?
9. Je mag een kaart sturen naar iemand van jouw familie. Naar wie stuur je de kaart en wat schrijf je erop?
10. Welke herinneringen heb jij nog van toen je heel klein was?
11. Teken je levenslijn van je geboorte tot nu en vul op de lijn verschillende gebeurtenissen in.
12. Wie in jouw familie begrijpt je het beste en waarom?
13. Welk eten vind je lekker en welk eten echt niet? En wat doe je als je iets niet lust, maar het wel moet eten?
14. Kun je verschillen opnoemen tussen jouw familie en de familie van een vriend of vriendin?
15. Vertel eens een paar dingen die je hebt meegemaakt met je familie.
16. Wat zou je aan iemand vertellen die vraagt waarom het zo leuk is bij jullie thuis?

Oranje (kwaliteiten en talenten)

1. Wat zou je allemaal kunnen doen als je een dag onzichtbaar was?
2. Als jij een uitvinder zou zijn....wat zou je dan willen uitvinden?
3. En als jij een tovenaar zou zijn...wat zou je dan toveren?
4. Hoe doe jij als er een nieuw kind bij jou in de klas zou komen?
5. Maak een stripverhaaltje over iets wat je hebt gedaan of gemaakt en waar je echt heel tevreden over bent.
6. Zoek 6 kwaliteiten die echt bij je horen.
7. Maak een tekening. Je mag zelf weten wat.
8. Waar ben jij heel erg goed in? En waar zou je beter in willen zijn?
9. Vertel een sprookje of verhaaltje met jou in de hoofdrol. Er was eens....
10. Maak van klei iets nieuws, iets wat nog niet bestaat en geef het een naam.
11. Op welke twee dieren zou jij wel willen lijken? Maak van beide dieren één dier in een tekening.
12. Gedicht: maak een gedicht over jezelf
13. Puzzel: maak een tekening van jezelf en schrijf daaromheen allemaal positieve dingen over jezelf. Plak het op dikker papier en knip het daarna in puzzelstukjes.
14. Welke kwaliteiten van jezelf zou je graag nog willen ontwikkelen?
15. Gedachtewolkjes: benoem 2 kwaliteiten van jezelf. Welke gedachten heb je hierover? Schrijf ze in de gedachtewolkjes. **Werkblad.**
16. Raadspeel: Heb jij al een idee over wat jij later wilt worden? Beeld dit uit zonder woorden.

Geel (hulpvraagonderzoek)

1. Wat is het belangrijkste voor jou op dit moment wat je graag anders wilt? En wat er allemaal nodig om dit te veranderen?
2. Maak een mindmap over jouw probleem.
3. Teken de ontwikkeling van jouw probleem op je levenslijn. Waar en wanneer is het begonnen en wat is er daarna allemaal gebeurd?
4. Hoe gaan jij en je ouders met jouw probleem om en wat heeft tot nu toe geholpen (wat gaat dus al goed)?
5. Wat heb je zelf al voor oplossingen bedacht voor jouw probleem? Schrijf ze op en zet ze in de beste volgorde.
6. Stel dat je beste vriend(in) hetzelfde zou meemaken als jij, wat zou jij dan voor advies geven. Speel dit in een toneelstukje. Jij bent de regisseur.
7. Wat zou je willen veranderen aan jezelf en waarom?
8. Wie helpt jou al? Welke hulp krijg jij van anderen? Schrijf dit op.
9. Teken jezelf in het midden van een papier en teken jouw probleem erbij. Waar staat je probleem ten opzichten van jezelf en hoe groot of hoe klein is het?
10. Verzin een verhaaltje over iemand die jouw probleem ook heeft. Hoe loopt het af?
11. Je mag drie dingen veranderen aan jezelf waardoor je probleem minder wordt. Wat wil je veranderen en waarom?
12. Welk weertype past bij jouw probleem? Leg eens uit waarom.
13. Wat is jouw gedrag als je last hebt van jouw probleem? Hoe reageren anderen dan op jou? En hoe zou je je willen gedragen?
14. Heb je jouw probleem al eerder in je leven meegemaakt? Vertel er eens iets over?
15. Hoe reageer jij als je het probleem hebt? Waar in je lichaam? En wat denk je en voel je allemaal? Kun je dit ook tekenen?
16. Gedachtewolkjes: welke gedachten heb je over je probleem. Schrijf ze in de wolkjes. **Werkblad.**

Groen (zelfbeeld en oplossend vermogen)

1. Hoe en waar in je lijf onthoud jij nieuwe dingen? Kun je dit tekenen of vertellen?
2. Stel, jij bent met iemand aan de telefoon die jou niet kent. Hoe vertel je dan aan diegene wie jij bent, hoe je eruit ziet en wat je doet?
3. Kijk eens in de spiegel en teken jezelf.
4. Als ik aan je klasgenoten zou vragen waar jij goed in bent, wat zouden ze dan zeggen? En je vriend of vriendin?
5. Waar ben je trots op? En wie is er trots op jou?
6. Van wie hou jij heel veel? Wie houdt er heel veel van jou? Hoe kun je zien dat iemand van jou houdt? En hoe laat jij dat aan iemand zien?
7. Waar wordt je vrolijk van? En wat doe je het liefst als je vrolijk bent?
8. Heb je ook hobby's? Wat doe je heel graag? En waar heb je een hekel aan?
9. Stel, je mag een rol in een televisieprogramma spelen. Wie zou jij willen zijn?
10. Ken je een leuke mop? Vertel.
11. Je vindt een briefje van € 50,00 op straat. Wat ga je ermee doen?
12. Zoek woorden, teksten en afbeeldingen die iets over jou vertellen en plak ze in een collage.
13. Maak een beeld van jezelf van klei.
14. Noem drie kwaliteiten van jezelf die je wel hebt, maar niet zo vaak gebruikt. En schrijf ze op de stenen.
15. Welke gedachten heb je over jezelf? Schrijf ze in de wolkjes. **Werkblad.**
16. Je hebt een belangrijke toets op school en je hebt hiervoor thuis moeten leren. Je bent alleen het huiswerk vergeten mee te nemen. Hoe los je dit op?

Blauw (school)

1. Stel, je snapt een rekensom niet. Wat doe jij dan?
2. Stel, je zit in de klas en je moet goed nadenken. Een klasgenootje achter je zit steeds te schuiven met de stoel. Zou je dat storen? En zo ja, wat zou je doen?
3. Als je een schaal neemt van 0 tot 10, waarbij 0 staat voor 'ik ga met tegenzin naar school' en 10 staat voor 'ik ga elke dag met plezier naar school', wat voor cijfer geef je jezelf nu?
4. Maak een plattegrond van je klas. Geef met groen aan waar je vrienden zitten. Met geel geef je kinderen aan met wie je goed kunt samenwerken.
5. Doe de 'hoe ben ik slim' test. **Werkbladen.**
6. Wie op school kan jouw het beste iets uitleggen en waarom?
7. Wat is je lievelingsvak op school?
8. Als je zelf een gymles mocht verzinnen wat zou je dan gaan doen?
9. Stel, je mag jouw juf of meester advies geven over jou. Wat zou je dan zeggen?
10. Spelletje mikado! **Observatieblad.**
11. Puzzelen. **Werkblad.**
12. Gedachtewolkjes: welke gedachten heb je over jezelf op school? Schrijf ze in de wolkjes.
Werkblad.
13. Zoek zowel horizontaal als verticaal, van links naar rechts en omgekeerd naar 7 namen van groenten en fruit. Met de letters die overblijven kun je nog een woordje maken.

A	L	S	B	T
L	U	S	E	A
E	N	R	S	A
P	E	E	R	M
P	T	K	I	O
A	E	R	W	T

14. Hoe zou jij deze som oplossen? $3 \times 2 \times 10 + 7 - 9 =$
15. Hoe nu verder? Kijk naar de rijtjes en ontdek de regelmaat. Welk getal volgt?
 $1 - 2 - 4 - 8 - 16 - \dots$ $1 - 2 - 4 - 7 - 11 - \dots$
16. Je mag een ochtend ruilen met een meester of juf. Met welke juf of meester wil jij ruilen en wat ga jij die ochtend met de klas doen?

Paars (Emoties/ emotieregulatie)

1. Wat doe je als je boos bent? Kun je dat eens voor doen?
2. Muziek: luister naar een muziekfragment. Daarna kun je erover praten of tekenen.
3. Als je verdrietig bent en iemand is bij je, wat moet die persoon dan doen?
4. Wat zijn fijne gevoelens? Heb je die wel eens? En wanneer heb je die?
5. Je moeder of vader zegt iets onaardigs over jouw vriend(in). Hoe voel jij je dan? En wat doe je dan?
6. Wat zou je graag willen winnen? Heb je wel eens iets gewonnen? Doe eens alsof je iets hebt gewonnen.
7. Stel: Je bent alleen thuis. Hoe vind je dat?
8. Iemand uit jouw klas begint te lachen en kijkt je aan. Wat denk je dan? En waarom? Ben je wel eens uitgelachen?
9. Iemand van ongeveer jouw leeftijd gaat een week logeren bij een oom en tante ver van huis. Na een paar dagen wil dit kind terug naar huis. Hoe voelt hij of zij zich?
10. Teken jezelf als je blij bent en schrijf er dingen bij die jou blij maken.
11. Teken jezelf als je verdrietig bent en schrijf er dingen bij die jou verdrietig maken.
12. Schrijf of teken dingen die jou boos maken.
13. Waar ben jij wel eens bang voor? Ben je wel eens bang geweest in je leven?
14. Gedachtewolkjes: ben je wel eens onzeker? Welke gedachten heb je dan? Schrijf ze in de gedachtewolkjes. **Werkblad.**
15. Droom je wel eens? Kun je je nog een droom herinneren? Praat of teken hier over.
16. Als twee kinderen ruzie maken waar jij bij bent. Wat doe jij dan?