

Reflectiewerkblad voor Kinderen – Poort 27

Thema: Zorgen, helpen en goed voor jezelf en anderen zijn

Jouw Naam:

Datum:

Vraag 1: Wat betekent het voor jou om voor jezelf en anderen te zorgen?

Denk aan wat jij belangrijk vindt in goed voor jezelf zijn (rust, eten, grenzen) én voor een ander zorgen. Wat betekent dat voor jou?

Wat zorgen voor mij betekent:

.....

.....

.....

.....

.....

Vraag 2: Hoe voel jij je als je anderen helpt of voor ze zorgt? Vind je dat fijn of moeilijk?

Soms voelt helpen goed, soms is het lastig. Wat voel jij als je iemand helpt, of als je voor iemand zorgt?

Mijn gevoel bij helpen:

.....

.....

.....

.....

.....

 Vraag 3: Kun je een moment herinneren waarop je hebt geholpen of voor iemand hebt gezorgd? Vertel daar eens over!

Misschien hielp je iemand die verdrietig was, of zorgde je voor een dier of vriend. Wat gebeurde er, en hoe was dat voor jou?

 Mijn verhaal over zorgen:

.....

.....

.....

.....

.....

Tot slot:

Zorgzaam zijn is een kracht. Voor een ander zorgen mag — maar jij mag ook voor jezelf zorgen. Schrijf of teken hieronder iets dat jij wil onthouden over zorg en aandacht:

 Vrije ruimte:

.....

.....

.....

.....

.....

✨ Als jij goed zorgt — voor jezelf én anderen — maak je de wereld zachter. ✨

www.humandesigninhetonderwijs.nl