

Reflectiewerkblad voor Kinderen – Poort 40

Thema: Balans tussen samenwerken en rust nemen

Jouw Naam:

Datum:



Vraag 1: Wanneer voel jij dat je tijd voor jezelf nodig hebt?

Schrijf of teken hieronder een moment waarop je merkte dat je echt even rust nodig had.



Ik voel het als:

.....

.....

.....

.....

.....



Vraag 2: Hoe vind jij het om iets samen te doen of te delen met anderen?

Vertel of teken hoe jij je voelt als je samenwerkt, speelt of iets deelt met iemand anders.



Dan voel ik mij:

.....

.....

.....

.....

.....

 Vraag 3: Wie geeft jou het gevoel dat je erbij hoort en dat je welkom bent?

Denk aan een persoon die jou steun geeft en waarbij jij je veilig voelt.

 **Dat is:**

.....

.....

.....

.....

.....

Tot slot:

Soms vinden we het fijn om even helemaal alleen te zijn. Dan doen we om weer op te laden en tot rust te komen. Wat doe jij als je even alleen bent?

 **Vrije ruimte:**

.....

.....

.....

.....

.....

✨“ Het is belangrijk dat je goed luistert naar jezelf. Soms heb je energie om te geven en te delen en soms is het tijd om te rusten. Beide zijn waardevol” ✨