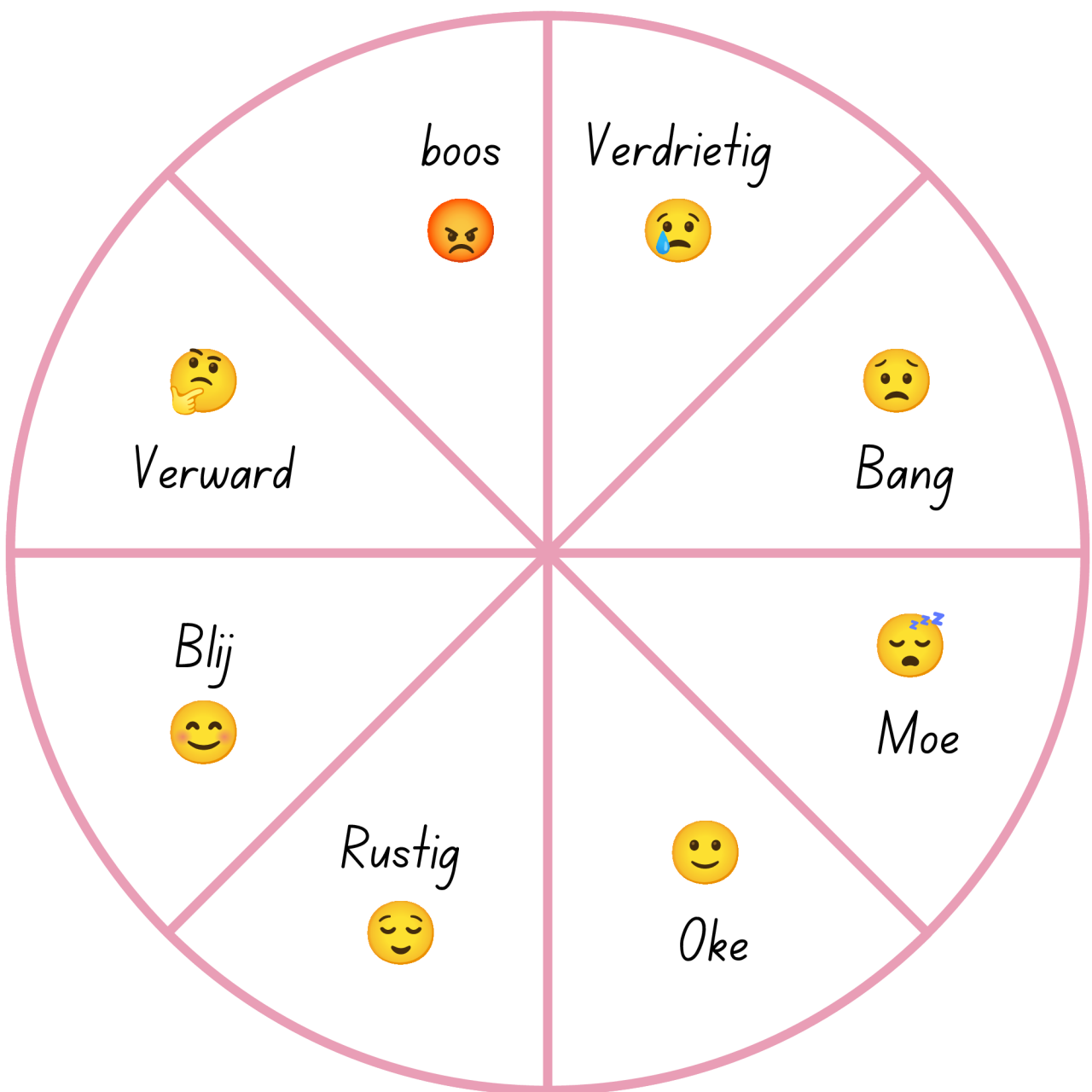
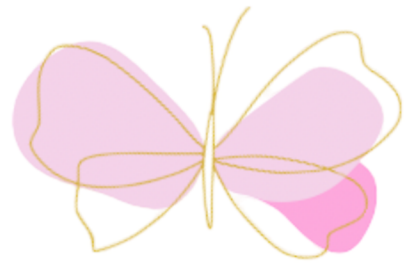
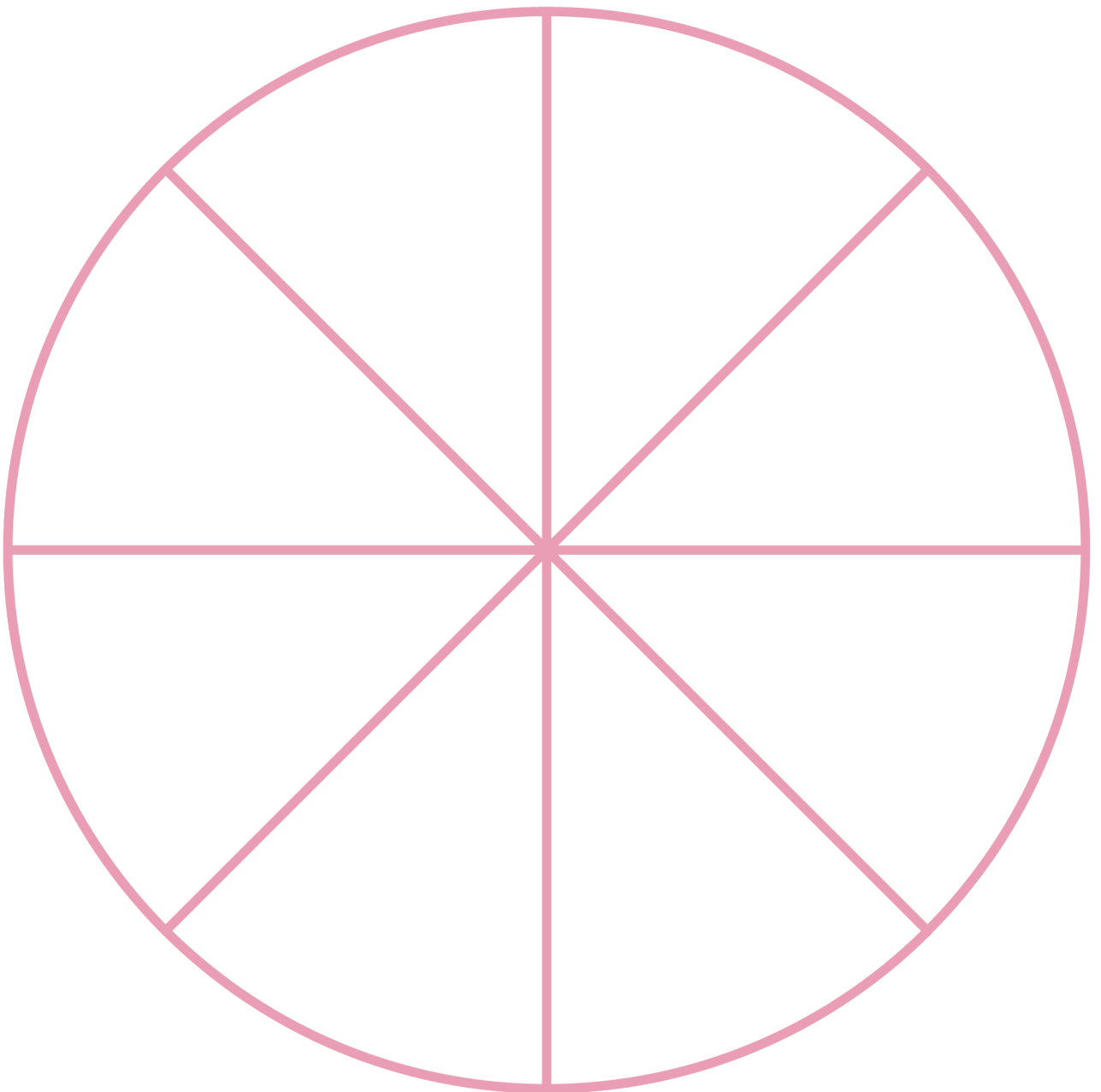
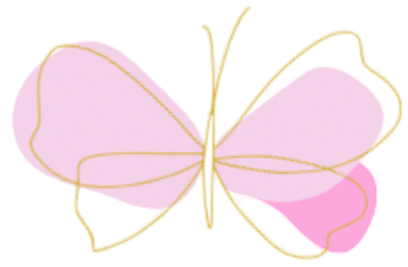
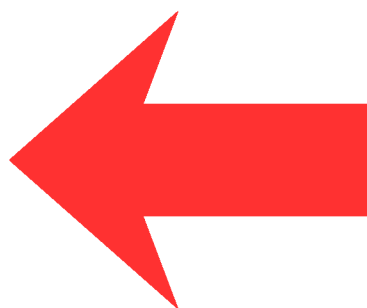
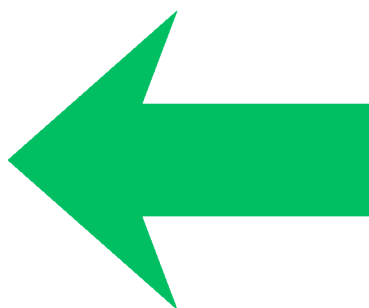
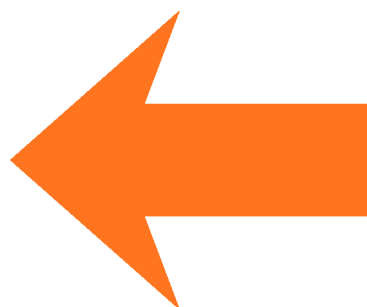
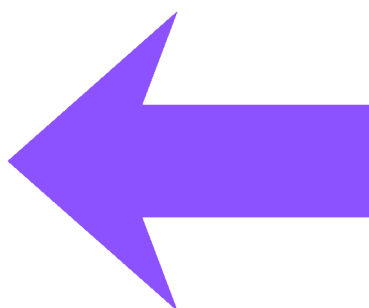
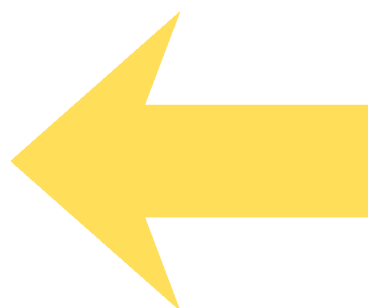
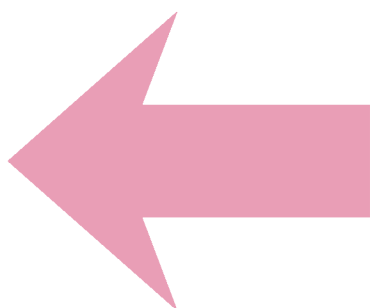
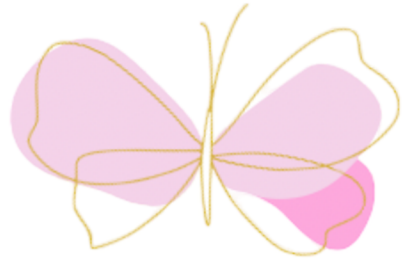




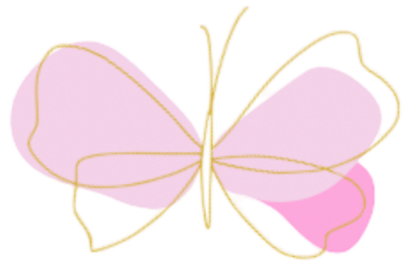






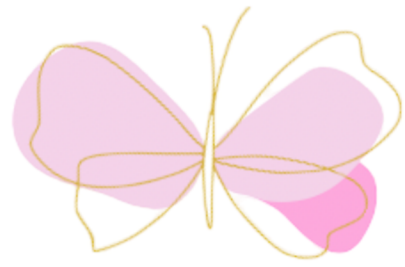
*Wat heb je nodig?*

- *de emotiewijzer (leeg of met tekeningen)*
- *een schaar*
- *een splitpen*
- *(of eventueel een paperclip)*
- *een wijzer (mee afgedrukt of zelf geknipt)*



Zo maak je de emotiewijzer

1. Druk de emotiewijzer af.
2. Knip de cirkel uit.
3. Maak een gaatje in het midden van de cirkel.
4. Knip de wijzer uit.
5. Leg de wijzer op de cirkel en bevestig alles met een splitpen, zodat de wijzer kan draaien.



*Zo gebruik je de emotiewijzer*

- 1. Kies een vast moment op de dag.*
- 2. Vraag: Hoe voel jij je nu?*
- 3. Duid samen de emotie aan.*
- 4. Dat is voldoende. Je hoeft niets op te lossen.*