



ik en de anderen

Versterk spelenderwijs je emo-zelfbeeld
en je omgang met anderen.

Het EQ-babbelspel



omgaan met emoties



communicatie



omgaan met stress

Een babbelspel voor kinderen vanaf 7 jaar waar
emotionele intelligentie centraal staat.

Ontwikkeld en uitgegeven door



Artikelcode: RY2376

Het EQ babbelspel is een uitgave van
Baert NV - Essenstraat 16 - 1740 Ternat
www.baert.com

Copyright© Baert NV

Alle rechten voorbehouden

Eerste uitgave maart 2012

Ontwerp: www.magelaan.be



Niet geschikt voor kinderen onder 3 jaar.



Inhoud van de doos

- Spelbord
- 1 dobbelsteen
- 8 pionnen
- 8 X 6 beloningsringen
- 6 X 20 opdrachtkaarten



Doel van het spel

EQ, Emotionele intelligentie: De vaardigheid in het omgaan met emoties.

“Je gevoelens kunnen herkennen en ze gebruiken om goede beslissingen te nemen. In staat zijn met je gevoelens om te gaan, ze een plaats te geven. Maar ook empathie tonen, gevoelens van anderen kunnen waarnemen en er rekening mee houden.”

Een zeer belangrijk thema in deze samenleving, dat naast kennis een steeds belangrijkere plaats inneemt. Maar waarom is EQ nu juist zo belangrijk? EQ-voorvechters beweren dat iemand met een hoog EQ empathischer en daarom succesvoller is. EQ -tests worden daarom vaak gebruikt als onderdeel van personeelsselectie. Daarbij staat voorop dat niet alleen kennis maar ook empathie belangrijk is voor het succesvol functioneren in een organisatie. Logische beslissingen botsen immers vaak met emoties, spanningen en gevoeligheden.

EQ omvat dus zowel persoonlijke al sociale vaardigheden, die alle uitgebreid aan bod komen in dit spel.

Met het EQ babbelspel worden kinderen vanaf 7 jaar spelenderwijs geconfronteerd met allerlei verschillende emoties en situaties. Gevoelens worden zo bespreekbaar, kinderen leren zichzelf en elkaar op een andere manier kennen.

6 rubrieken

De vaardigheden zijn opgesplitst in 6 rubrieken met elk hun eigen kleur. Per rubriek zijn er 20 opdrachtkaarten.

Het spel wordt best gespeeld onder begeleiding en is bedoeld voor 2 tot 8 spelers van 7 tot 12 jaar.



→ **EMPATHIE / MEEVOELEN:**

Bewust zijn van andermans gevoelens, behoeften en zorgen. Begrip tonen voor de anderen. Maar ook aanvoelen waarin anderen zich moeten ontwikkelen en hun mogelijkheden versterken.



→ **COMMUNICATIE:**

Het uitzenden van duidelijke en overtuigende boodschappen. Hanteren van effectieve bemiddelingsstrategieën. Het onderhandelen over en oplossen van geschillen.



→ **OMGAAN MET STRESS / ZELFBEHEERSING:**

Omgaan met je innerlijke toestand, impulsen en vindingrijkheid. Verantwoordelijkheid nemen voor persoonlijke prestaties. Flexibiliteit in het omgaan met verandering.



→ **ZELFBEELD:**

Je eigen innerlijke toestand, voorkeuren, vindingrijkheid en intuïties kennen. Het herkennen van je emoties en hun effecten. Ken je innerlijk bronnen, kwaliteiten en beperkingen. Ken je eigenwaarde en capaciteiten.



→ **OMGAAN MET EMOTIE:**

Je gevoelens herkennen en een plaats kunnen geven. Volharding in het nastreven van doelen ondanks hindernissen en tegenvallers. Omgaan met verstorende emoties en impulsen. Flexibiliteit in het omgaan met verandering. Emoties herkennen bij anderen.



→ **IK EN DE ANDEREN:**

In staat zijn de gewenste reacties bij anderen op te wekken. Je aanpassen aan de doelen van de groep of organisatie. Het inspireren en leiden van groepen en mensen. Het onderhandelen over en oplossen van geschillen. Hoe zien anderen jou? Het samenwerken met anderen om gezamenlijke doelen te bereiken.

Spelregels

Leg eerst de 6 X 20 kaarten met de tekstzijde naar beneden op of naast het spelbord.

Voor aanvang van het spel gooit iedere speler met de dobbelsteen. De speler die de meeste ogen gooit mag het spel beginnen. De spelers plaatsen hun pion in het groene startvak.

Net als bij een ganzenbordspel gooien de spelers om de beurt met de dobbelsteen en doen het aantal stappen vooruit dat de dobbelsteen aangeeft.

Wanneer een speler op een vakje staat neemt hij een opdracht van die kleur, leest de opdracht hardop voor en antwoordt op de vraag.

Na afloop wordt de kaart onderaan het overeenkomende stapeltje terug gelegd.

De rol van de begeleider bestaat erin bijkomende vragen te stellen, de andere spelers bij de vraag te betrekken zodat er een conversatie ontstaat over een bepaald onderwerp.

Indien de speler de vraag goed heeft beantwoord krijgt hij een beloningsring van die kleur. Hij plaatst die op zijn pion en de beurt gaat naar de volgende speler. Indien de speler de vraag niet voldoende heeft beantwoord ontvangt hij geen beloningsring en gaat de beurt naar de volgende speler.

Indien de speler op gekleurd vakje komt waarvan hij de beloningsring al heeft gaat de beurt naar de volgende speler zonder dat er een opdracht moet genomen worden.

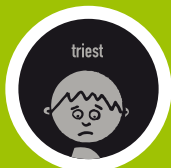
De spelers blijven de kring volgen in klokwijzerzin tot één van de spelers zes verschillende gekleurde ringen heeft verzameld. Pas dan mag hij naar "einde" gaan. Opgepast, indien die speler net de "einde" voorbij is moet hij het hele parcours afleggen tot hij aan de ingang van "einde" komt. De speler moet niet het exact aantal ogen gooien om "einde" te bereiken.

Er zijn geen winnaars of verliezers in dit spel. Iedereen wint!



Er zijn twee vakjes “buiten categorie”.

- Indien een speler op een grijs vakje komt moet hij een beloningsring teruggeven. wanneer een speler op een grijs vakje komt als hij nog geen ringen heeft gaat de beurt naar de volgende speler.



- Indien een speler op een zwart vakje komt moet hij een bepaalde zin zeggen met lichaamshouding en gelaatsuitdrukking horend bij de emotie op het zwarte vakje.

Als extra moeilijkheidsgraad kan een zin verzonnen worden die tegengesteld is aan de opgegeven emotie, bijvoorbeeld: “Ik voel me vandaag zo vreselijk verdrietig” bij de emotie BLIJ, of “Ik voel me zóóó gelukkig vandaag” bij de emotie TRIEST.

Bij deze opdracht is er geen ring te verdienen.



Moeilijkheidsgraad.

- Eén tekstballon is makkelijk
- Twee tekstballonnen is moeilijker



empathie



zelfbeeld

Snelgids



- **Empathie / meevoelen:** Kan jij je inleven in de gevoelens van een ander?



- **Communicatie:** Verbale en non-verbale communicatie, spontaan praten over een emo-onderwerp.



- **Omgaan met stress / zelfbeheersing:** Wat is stress en hoe ga je ermee om? Hoe kan je woede controleren of omgaan met iemand die zijn zelfbeheersing verliest?



- **Zelfbeeld:** Hoe zie jij jezelf? Heb jij een juist zelfbeeld?



- **Omgaan met emotie:** Hoe ga je best om met moeilijke situaties of andere (ook positieve) emoties?



- **Ik en de anderen:** Hoe ga jij om met de anderen? Hoe denken de anderen over jou?



- **Complimentenhoekje:** Geef één van de spelers een complimentje.



- **Pas op!:** Kom je op dit vakje dan heb je pech gehad, want dan moet je één beloningsring teruggeven. Heb je nog geen beloningsring dan gaat de beurt naar de volgende speler.



- **Emotievakje:** Zeg een bepaalde zin met de afgebeelde emotie. Je kan vooraf een bepaalde zin afspreken (bv.: "De kat krabt de krollen van de trap") OF als extra moeilijkheidsgraad kan je een zin verzinnen die tegengesteld is aan de opgegeven emotie (bv.: "Ik voel me vandaag zo vreselijk verdrietig" bij de emotie BLIJ).