






Gevoelsthermometer



Voorbeeld stappenplan

	Stemming	Wat moet ik nu doen?
	Ik voel me goed	Werken in de klas
	Ik voel me gewoon	Werken in de klas
	Ik ben een beetje boos	<ul style="list-style-type: none"> • Doe een stapje terug • Denk aan iets leuks • Haal rustig adem
	Ik ben boos	<ul style="list-style-type: none"> • Ga naar een time-out plek • Als je bent afgekoeld, vertel je aan de leerkracht waarom je boos bent
	Ik ben heel boos/verdrietig	<ul style="list-style-type: none"> • Ga direct naar een time-out plek • Als je bent afgekoeld, vertel je aan de leerkracht waarom je boos bent

Gevoelsthermometer

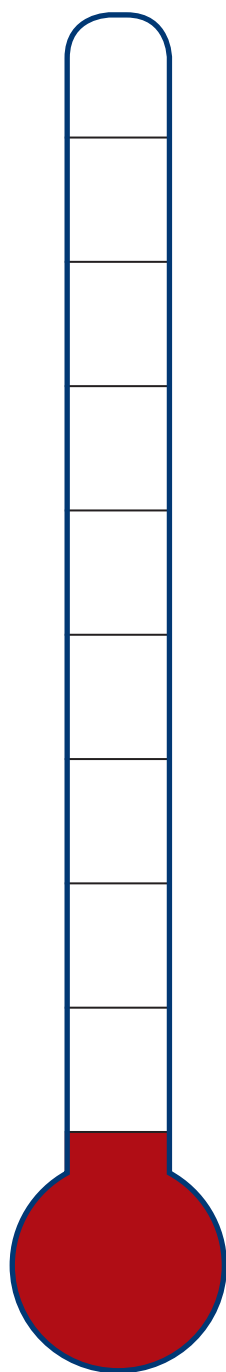
Voorbeeld leeg stappenplan

Stemming	Wat moet ik nu doen?
Green	
Light Green	
Orange	
Red	
Dark Red	

Gevoelsthermometer

Thermometer van _____

Groep _____



- 0-2 = ik voel me goed
- 3-4 = ik voel me gewoon
- 5-6 = ik ben een beetje boos
- 7-8 = ik ben boos
- 9-10 = ik ben heel boos/verdrietig