






# 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"> <li>• Doe een stapje terug</li> <li>• Denk aan iets leuks</li> <li>• Haal rustig adem</li> </ul>
	Ik ben boos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ga naar een time-out plek</li> <li>• Als je bent afgekoeld, vertel je aan de leerkracht waarom je boos bent</li> </ul>
	Ik ben heel boos/verdrietig	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ga direct naar een time-out plek</li> <li>• Als je bent afgekoeld, vertel je aan de leerkracht waarom je boos bent</li> </ul>

# Gevoelsthermometer

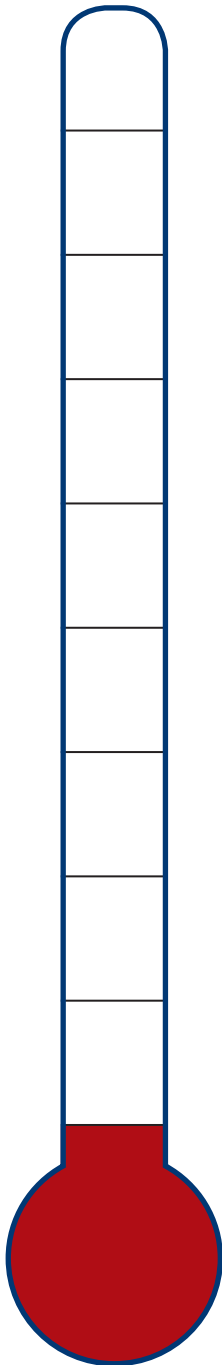
Voorbeeld leeg stappenplan

Stemming	Wat moet ik nu doen?
	
	
	
	
	

# 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