


[< vorige pagina](#)
[Home](#) > [jonger dan 6 jaar](#) > [Ik voel me... Een boek vol emoties](#)
 [zoek](#)

Ik voel me... Een boek vol emoties


 Auteur: [Pimm van Hest](#)

 Illustrator: [Iris Compiet](#)

Vertaler:

 Recensie thema's: [Anders zijn](#) [Gezin en familie](#) [Vriendschap](#)

 Leeftijd: [-6 jaar](#)

 Trefwoorden: [bang](#) [blij](#) [boos](#); [jaloers](#) [emoties](#) [emotionele intelligentie](#) [enthousiast](#) [gevoelens](#) [nieuwsgierig](#) [onzeker](#) [sombor](#) [teleurgesteld](#) [verdrietig](#)

 Aantal pagina's: [28](#)

 Uitgever: [Clavis](#)

 Jaar: [2015](#)

Recensie

Alle mensen hebben gevoelens maar ze praten er niet altijd over, want het is moeilijk om ze in woorden te vatten. Pimm van Hest steekt een handje toe. In *Ik voel me ...* worden twaalf gevoelens voorgesteld en uitgediept, telkens op een dubbele pagina gevuld met stukjes tekst en prenten. Elk gevoel wordt teruggekoppeld aan herkenbare situaties. Je wordt 'blij' van iets wat je goed gedaan hebt bijvoorbeeld je vlieger in de lucht houden, maar ook eenvoudige dingen zoals een ijsje, verse cake, of een plons in het zwembad kunnen iemand blij maken. Verdriet verbindt de auteur met tranen op je wang of prikkend achter je ogen. Er is klein en groot verdriet en verdriet kan soms lang kan duren. Verdrietig lijkt op droevig en treurig. Wie hard met de deur slaat of zijn broertje of zus knijpt is wellicht boos of jaloers. Dan zeg je soms dingen die je eigenlijk niet bedoeld. Bang zijn is voor iedereen anders. Sommige kinderen zijn bang om alleen te zijn, andere zijn bang van een spannende film of een eng verhaal. Je kan ook bang zijn van spinnen of honden.

Naast de basisemoties worden in het boek ook varianten aangebracht. Wie verdrietig is voelt zich misschien een beetje somber omdat hij of zij almaar moet denken aan dat wat verdrietig maakt. Verdriet kan je eenzaam maken als niemand nog echt luistert of omdat je niet kan vertellen wat er scheelt. En als je blij bent omdat iets goed gelukt is, dan ben je ook wel een beetje trots op jezelf. Natuurlijk kan je ook trots zijn op iemand anders. Op je papa, je mama of je oma omdat ze iets bijzonders doen. Op andere momenten ben je misschien teleurgesteld omdat (grote) mensen juist niet doen wat jij verwacht had. Jij moet bijvoorbeeld naar bed als er leuk bezoek komt of je krijgt geen uitnodiging voor een verjaardagsfeestje.

Elke onderdeelje eindigt met de vraag 'Wanneer voel jij je

Ik voel me... is geen verhalenboek, maar eerder een soort denk- en werkboek. Volwassenen en kinderen kunnen er samen in lezen en praten over de gevoelens die ze wel of niet herkennen. Ze kunnen ervaringen uitwisselen en elkaar troosten als het moeilijk of droevig wordt.

Het is vaak moeilijk om gevoelens precies te verwoorden. Dit boek kan daarbij helpen. Wie de gevoelens bij zichzelf herkent zal ook sneller de gevoelens van anderen begrijpen en zich kunnen inleven in situaties. Dat noemen we emotionele intelligentie.

Ik voel me... biedt een leuke opstap om over gevoelens te praten en de emotionele intelligentie bij te spijkeren.

Rita Ghesquiere

Leuke weetjes

Iris Compiet maakt speelse tekeningen die kriskras door elkaar de verschillende gevoelens verbinden met herkenbare situaties. Bij 'nieuwsgierig' zien we kinderen die de trap afhollen om bij de pakjes onder de kerstboom te komen. Het meisje boven op de springplank in het zwembad is bang net als de jongen die alleen moet leren fietsen. En de jongen die niet mee mag voetballen is zeker teleurgesteld. Ook de gelaatsuitdrukking van de kinderen verradt hun gevoelens.

Nieuwe reactie inzenden

Reactie: *

Adressen van webpagina's en e-mailadressen worden automatisch naar links omgezet.
Toegelaten HTML-tags: <a>
Regels en paragrafen worden automatisch gesplitst.

Voorbeeldweergave

