

Zelfportretten voelen

Met dit project kunnen leerlingen emoties en gevoelswoorden toekennen aan kleuren op basis van kunst en wetenschap. Gebruik Plutchik's kleurenwiel van emotie en kleur in beweging door Claudia Cortez om deze associaties tussen kleur en emotie te helpen verklaren. Als er geen smartboard of computers beschikbaar zijn, nodig de leerlingen dan uit om deze websites zelf te verkennen en deel in plaats daarvan een kleurenwiel-werkblad uit (afbeelding hieronder). Studenten zullen deze kleuraanduidingen gebruiken om een zelfportret te maken dat gekleurd is om de verschillende emoties die de student ervaart weer te geven.

Respecteer subconcept(en)

Zelfzorg, vriendelijkheid

Project tijdsbestek

25-30 minuten

Benodigde materialen

- ☐ Kunst papier
- ☐ Diversen kunst levert

Leraren kunnen meer te weten komen over het kleurenwiel van emoties van Plutchik voordat ze aan dit project beginnen via de volgende bronnen:

- [Plutchik's wiel van emoties: wat is het en hoe gebruik je het in counseling?](#)
- [Plutchik's Wheel of Emotions – Update 2017](#)

Project details:

We hebben het gehad over verschillende emoties en hoe belangrijk ons eigen emotionele welzijn en zelfzorg is. We ervaren veel emoties en het is belangrijk om te erkennen dat al onze gevoelens geldig zijn en ons informatie over onszelf geven. Vandaag ga je een zelfportret maken waarin je een emotie laat zien en kleur gebruiken als een persoonlijke, symbolische uitdrukking van die emotie.

Laat leerlingen het kleuren- en emotiewiel zien op een documentcamera of smartboard, een gedrukte versie of van de hierboven genoemde website. Leg uit dat kunstenaars kleur gebruiken om emoties te tonen; de interactieve video- en kleuren oefening van Cortez is een geweldige manier om de kleuren en wat ze typisch vertegenwoordigen verder uit te leggen. Als je tijd en toegang hebt, geef leerlingen dan de tijd om die activiteit te verkennen (moet op een apparaat zijn dat Flash ondersteunt).

Uiteindelijk kunnen de leerlingen dit kleurenwiel en hun nieuwe kennis over kleurrepresentaties gebruiken om kleuren te kiezen voor hun zelfportret of ze kunnen creatief zijn en de kleuren gebruiken op elke manier die ze willen.

Voorbeelden van dit soort zelfportretten zijn hier te vinden: <https://www.deepspacesparkle.com/emotion-portraits/>

Deel papier, zwarte stiften en aquarellen uit. Geef de leerlingen de tijd om hun zelfportret te maken.

Als we naar de zelfportretten kijken, zijn ze allemaal verschillend en uniek. Sommigen van ons gebruikten geel, sommigen gebruikten oranje, sommigen gebruikten veel groen. Ik wil dat je je portret aan de klas laat zien en kijken of ze kunnen raden welke emotie je uitbeelde. Nadat we hebben geraden,

kunt u uw portret beschrijven. Zorg ervoor dat u respectvolle woorden gebruikt die laten zien dat u om uzelf geeft wanneer u spreekt. Laat de leerlingen vervolgens hun portret één voor één aan de rest van de klas presenteren.

Samenvatting

Vandaag heb je je gevoelens kunnen uiten door een zelfportret te maken. Door met anderen te communiceren en onze gevoelens te onderschatten, kunnen we beter met elkaar omgaan en elkaar respecteren. Vriendelijkheid wordt vaak uitgedrukt door onze erkenning van anderen of onze eigen emoties.

Voorgestelde lesresultaten:

Studenten zullen:

- Ontdek de verschillende betekenissen en emotionele associaties van elke primaire kleur.
- Pas de emotionele betekenis van kleur toe op een zelfportret.
- Toon zelfreflectie in de kunst en presentatie van het portret.

Optionele uitbreidingsdiscussieactiviteit

Om het begrip van het materiaal te peilen, kiest u uit de evaluatie- of reflectievragen als discussie-, schrijf- of dagboekaanwijzingen. Overweeg indien nodig extra tijd te voorzien voor diepere evaluatie en reflectie.

Evaluatie vragen

- Welke emoties of gevoelens zijn nuttig of vertellen ons iets over onszelf?
- Verbeeldde iedereen dezelfde emoties?
- Hoe verhouden respect en zelfzorg zich tot het beschrijven van je portret?

Reflectie vragen

- Waarom koos je voor de emotie die je deed? Is dat de emotie die jou het beste omschrijft?
- Heb jij kiezen om een sterke emotie of een meer subtiele emotie uit te beelden? Waarom?
- Kun je altijd aan de buitenkant zien hoe iemand zich voelt?



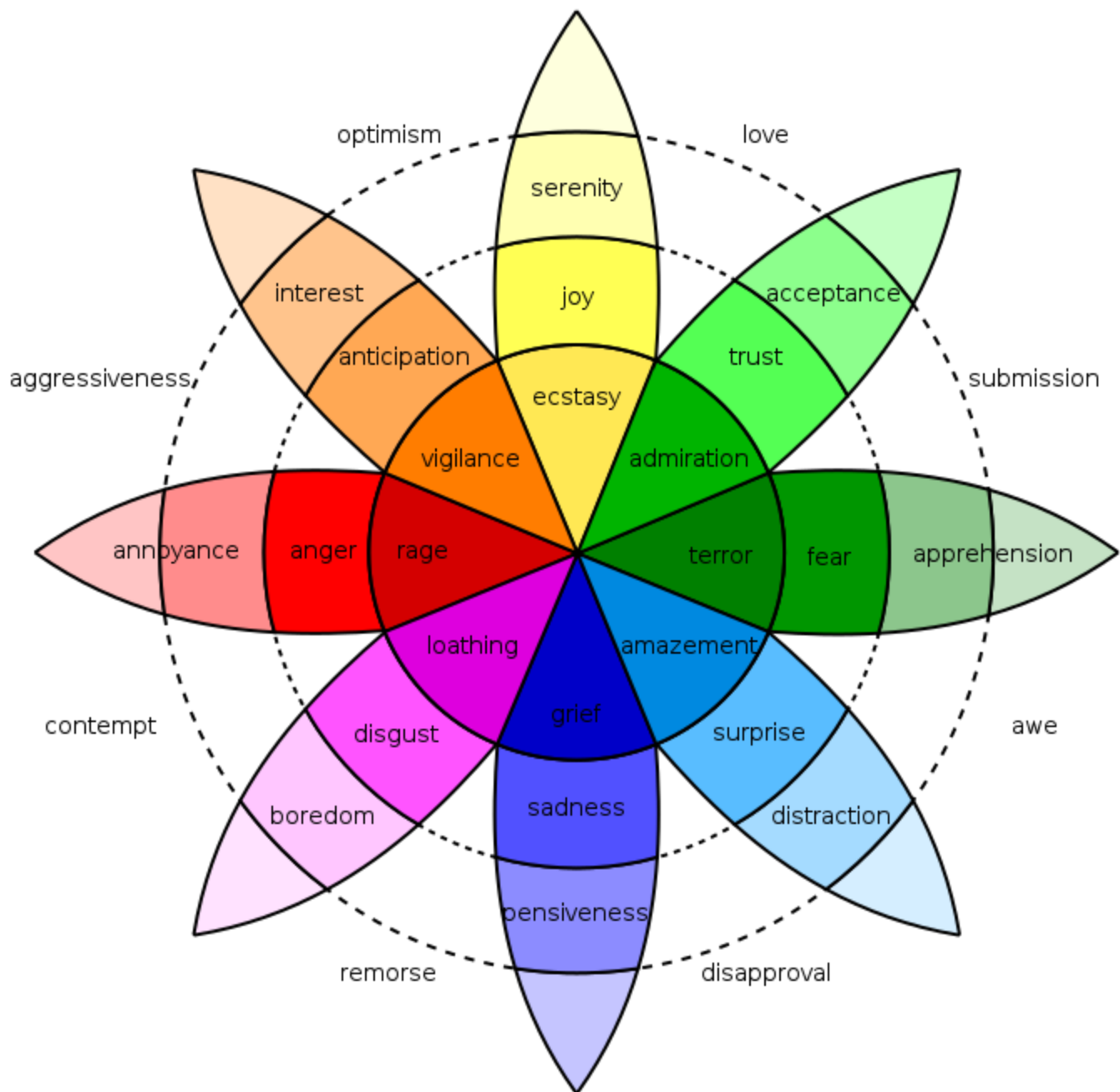
AANGeweZEN DOOR
CASSEL
ALS EEN AANBEVOLEN
PROGRAMMA VOOR
SOCIAAL EN EMOTIEEL
LEREN.

De Collaborative voor academisch, sociaal en emotioneel leren (KASEL) beoordeelt sinds 2003 evidence-based SEL-programma's. Vriendelijkheid in de klas[®] voldoet aan CASEL's SELECT-programma en is opgenomen in de CASEL Gids voor effectieve sociale en emotionele leerprogramma's.

Vriendelijkheid in de klas[®] voldeed of overtrof alle criteria van CASEL voor hoogwaardige SEL-programmering. Kindness in the Classroom[®] ontving CASEL's hoogste onderscheiding voor hoogwaardige SEL-programmering.

<https://casel.org/guide/kindness-in-the-classroom/>

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION[®]





RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

© Stichting Random Acts of Kindness. Alle rechten voorbehouden. www.randomactsofkindness.org | Bladzijde 5