

# Mijn Trots, compliment voor mij

## Instructie 6

---



15 minuten



individueel



groep



### Doel

De cliënt is trots op wat hij heeft en kan, en op wie hij is.

### Benodigheden en voorbereiding



- Tijdschriften
- Spel: "Mijn Trots, applaus voor jezelf"

### Instructie

- Deze opdracht bestaat uit twee delen. Eerst kijk je samen terug naar de werkbladen die zijn gemaakt met betrekking tot het thema "Mijn Trots".
- Vertel dat je hebt gewerkt aan het bewust worden van de kwaliteiten van de cliënt. Dit alles helpt om vertrouwen te krijgen in jezelf.
- Speel samen het spel en ga daarna verder met dit werkblad.
- Vraag of de cliënt de woorden "prijzen" en "loven" kent? Vertel dat loven betekent dat je iets of iemand een compliment geeft. Als je iemand prijst zeg je hoe goed diegene is. Je kunt ook 'jezelf loven', dan zeg je niet iets positiefs over de ander, maar iets positiefs over jezelf. Je prijst jezelf.
- Op het werkblad staat een "lofster". Maak met woorden uit tijdschriften een collage over jezelf. Denk aan woorden als: mooi, blij, bijzonder, geweldig, vriendelijk, sportief, vrolijk, gezellig enzovoort. Jezelf prijzen is het mooiste cadeau dat je jezelf kunt geven. Je kan ook op de computer woorden in verschillende lettertypes en kleuren typen en uitprinten. Of schrijf de woorden rondom de lofster.
- Laat eventueel ook een lofster maken voor iemand die de cliënt een compliment wil geven.

### Variatie

#### Individueel

- Kies iedere dag een moment om stil te staan bij jezelf en elkaar prijzen. Zo maak je er een gewoonte van. De woorden van de dag knip je uit, en plak je bij de collage.
- Bij het thema "Mijn Beperking" vind je een variant op deze werkvorm. De cliënt gaat complimenten ophalen bij voor hem belangrijke anderen. Kijk of deze werkvorm ook aansluit bij jouw cliënt.

#### In groepsverband

- Maak in de groep collages van "lofsterren" voor elkaar. Laat cliënten woorden uitkiezen die hij bij de ander vindt passen. De ander plakt deze dan zelf op zijn lofster.

## Prijs jezelf

Zet je naam in de ster, en alle mooie woorden over jezelf erom heen.

