**Quickscan SEL-competenties**

1 = Geen ontwikkelpunt

2 = Mogelijk een ontwikkelpunt

3 = Ontwikkelpunt

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Besef hebben van jezelf (*self-awareness*)** | **1** | **2** | **3** |
| * eigen gevoelens herkennen en benoemen |  |  |  |
| * eigen interesses, waarden en kracht kunnen benoemen |  |  |  |
| * zelfvertrouwen hebben |  |  |  |
| **Zelfmanagement (*self-management*)** | **1** | **2** | **3** |
| * emoties en gedrag controleren in stressvolle of bedreigende situaties |  |  |  |
| * doelgericht handelen |  |  |  |
| * op tijd hulp zoeken |  |  |  |
| **Besef hebben van de ander (*social awareness*)** | **1** | **2** | **3** |
| * begrijpen hoe een ander de wereld ziet en daarover denkt |  |  |  |
| * aanvoelen wat een ander voelt |  |  |  |
| * non-verbaal gedrag herkennen en het eigen gedrag daarop afstemmen |  |  |  |
| **Relaties kunnen hanteren (*relationship skills*)** | **1** | **2** | **3** |
| * vrienden kunnen maken |  |  |  |
| * samenwerken |  |  |  |
| * sociale druk weerstaan |  |  |  |
| **Keuzes kunnen maken (*responsible decision making*)** | **1** | **2** | **3** |
| * verantwoordelijkheid nemen voor het eigen gedrag |  |  |  |
| * bijdragen aan een positief klimaat in de klas |  |  |  |
| * reflecteren over het eigen gedrag |  |  |  |

**GEDRAGSBESCHRIJVINGEN**

|  |  |
| --- | --- |
| **Gedragsbeschrijvingen passend bij de SEL-competentie** | **Wat zie je wel / niet bij de leerling?** |
| **Zelfbesef**   * Vertelt dat hij zich lichamelijk (niet) prettig voelt. * Gebruikt een gevoelswoord om aan te duiden hoe hij zich voelt. * Kan binnen een basisemotie nuances aanbrengen door het gebruik van verschillende emotiewoorden. * Durft in het bijzijn van anderen te vertellen hoe hij zich voelt. * Kan vertellen waar hij al dan niet goed in is. * Kan succes en falen in schoolwerk verklaren. * Vertelt met trots en zelfvertrouwen over zijn successen. |  |
| **Zelfmanagement**   * Herkent en benoemt emoties. * Legt uit hoe emoties, gedachten en gedrag samenhangen. * Herkent gedragsketens (oorzaak-gevolg). * Gebruikt technieken om impulsief gedrag te voorkomen. * Gebruikt technieken om zichzelf te kalmeren als situaties escaleren. * Weet wat zijn gedrag bij de ander teweegbrengt. * Kan zijn aandeel in een uit de hand gelopen situatie benoemen. |  |
| **Besef van de ander**   * Kan verschillen en overeenkomsten met andere leerlingen noemen. * Vraagt aan de ander hoe deze zich voelt en wat deze denkt. * Is geïnteresseerd in wat een ander kind bezighoudt. * (H)erkent en benoemt de emotie van de ander. * Kiest ervoor zijn gedrag aan de ander aan te passen. * Snapt de non-verbale uitingen van de ander. * Kan redeneren vanuit het perspectief van een ander. * Staat op tegen pesten en sociale uitsluiting. |  |
| **Relaties hanteren**   * Laat een variëteit aan sociale vaardigheden zien. * Is vaardig in het leggen van contacten. * Heeft een of meerdere vrienden/vriendinnen. * Voegt zich naar de normen van de groep, maar kan voor zichzelf en anderen opkomen. * Kan problemen op een sociaal aanvaard manier oplossen. |  |
| **Keuzes maken**   * Weet welke normen en waarden er gelden in een specifieke schoolsituatie. * Handelt op een sociaal aanvaardbare wijze naar de geldende normen en waarden. * Gebruikt morele emoties op een juiste wijze. * Kan een kwestie vanuit een moreel standpunt bekijken. * Neemt moreel aanvaardbare beslissingen. * Lost op constructieve wijze problemen op. |  |

Conclusie na het invullen: