



PREVENTIE IN ANTWERPEN

HANDLEIDING

MATERIAALBOX 'GEESTJE GEZOND'

VOOR LAGER ONDERWIJS



## INHOUDSTAFEL

Inleiding.....	3
Werken aan geestelijk gezondheidsbeleid op school.....	5
Waarom?.....	5
Een geestelijk gezondheidsbeleid op school?.....	5
Evidentie.....	7
Materiaalkoffer 'Geestje Gezond' voor lager onderwijs.....	9
Babbelspel.....	9
Billetjes bloot spel.....	9
Bingo: het geluid van emoties.....	10
Door het zure heen.....	10
Eigenwijsjes.....	11
Ik en faalangst.....	11
Kinderkwaliteitenspel.....	12
Lekker in je vel spel.....	12
Powerverhalen voor kids.....	13
Vlieg erin!.....	13
Overzicht educatieve materialen rond mentaal welbevinden in het lager onderwijs.....	14
Overzicht educatieve materialen rond geestelijke gezondheidsproblemen in het lager onderwijs.....	17

## INLEIDING

'Geestje Gezond' heeft als doel kwalitatieve en educatieve materialen rond mentaal welbevinden op de lagere school bekend te maken via een handige materiaalkoffer. De organisatie wil hiermee leerkrachten en directies laten kennismaken met een greep uit dit aanbod. Dit door een aantal materialen te bundelen in de materiaalkoffer 'Geestje Gezond'. Het geselecteerde materiaal heeft als doel leerlingen zich goed in hun vel te doen voelen. Bij voorkeur worden deze materialen niet los gebruikt, maar binnen een gezondheidsbeleid op school waar geestelijke gezondheid en welbevinden een onderdeel van is.

De handleiding geeft informatie over hoe een geestelijk gezondheidsbeleid er kan uitzien binnen het lager onderwijs. Vervolgens worden de materialen van de materiaalkoffer 'Geestje Gezond' besproken. Tot slot geven we u een overzicht van alle materialen die op de markt zijn om een geestelijk gezondheidsbeleid in de lagere school vorm te geven. Via een hyperlink kunt u doorklikken voor meer informatie over de voorgestelde materialen.

### Initiatiefnemer

'Geestje gezond' is tot stand gekomen binnen PREVIA, preventie in Antwerpen – regio Kempen.

PREVIA is een samenwerkingsinitiatief van de Antwerpse Logo's (Lokaal gezondheidsoverleg), de drug- en suicidepreventiewerkers van de Centra voor Geestelijke Gezondheidszorg van de Provincie Antwerpen en de Dienst Welzijn en Gezondheid van de Provincie Antwerpen.



Voor meer informatie over het opstellen van een geestelijk gezondheidsbeleid op school en de toepassing van 'Geestje Gezond' kunt u terecht bij:

- ✓ [Logo Kempen](http://www.logokempen.be) – Lynn Weyns – E: [lynn@logokempen.be](mailto:lynn@logokempen.be) – T: 014/44 08 34



Voor meer informatie over geestelijke gezondheidszorg en suicide- en drugpreventie kunt u terecht bij de Centra voor Geestelijke Gezondheidszorg (CGG). Zij geven meerdaagse vormingen over suicide- en drugpreventie voor leerlingenbegeleiders, CLB-medewerkers en jeugdhulpverleners. Jaarlijks wordt er in de regio Kempen een vast vormingsaanbod gedaan waarop kan ingeschreven worden. Scholen en hulpverleners kunnen de CGG ook contacteren om een vorming op maat te organiseren. Scholen kunnen ook beroep doen op een projectmedewerker om hen te begeleiden in het opstellen van een suicide- en/of drugpreventiedraaiboek. Voor leerkrachten worden



lezingen en workshops gegeven rond een vroegtijdige signaalherkenning in het kader van het opstellen van een draaiboek suicide- en/of drugpreventie op school.

- ✓ Suicidepreventie provincie Antwerpen
  - Jasmijn Creten - [jasmijncreten@cggkempen.be](mailto:jasmijncreten@cggkempen.be) – T: 014/ 41 09 67
  - Stefanie Ghekiere – [stefanie.ghekiere@andante.be](mailto:stefanie.ghekiere@andante.be) – T: 03/620 10 20
- ✓ Drugpreventie regio Kempen
  - Inge Truyens – [IngeTruyens@cggkempen.be](mailto:IngeTruyens@cggkempen.be) – T: 014/57 91 00



### Bezin eer je begint!

De materialen bieden de mogelijkheid om met leerlingen te werken rond onder meer het herkennen en leren omgaan met emoties, sociale vaardigheden aanleren, conflicthantering, omgaan met verlieservaring en rouwverwerking. Moeilijke en pijnlijke zaken kunnen op de voorgrond treden zoals pestervaringen, verlieservaringen, misbruik of mishandeling. Het is goed dat je als leerkracht een aantal dingen in beschouwing neemt:

- ✓ Neem voldoende tijd als je met de materialen aan de slag gaat.
- ✓ Wees alert voor leerlingen die uitzonderlijk stil worden of gedrag vertonen dat je niet gewoon bent. Wanneer je je echt zorgen maakt, dan meld je dit best aan de CLB contactpersoon of neem je dit op met de ouders van de leerling.
- ✓ Indien nodig kan je contact opnemen met een hulpverleningsinstantie. Op [www.hulpkompas.be](http://www.hulpkompas.be) staan alle diensten die werken rond geestelijke gezondheid binnen het arrondissement Turnhout gebundeld.

## ✓ WERKEN AAN GEESTELIJK GEZONDHEIDSBELEID OP SCHOOL

### Waarom?

De meeste leerlingen brengen een vierde van hun tijd door op school. Alleen al daarom hoort de school een veilige plaats te zijn.

De school is bij uitstek de plaats waar leerlingen leeftijdsgenoten ontmoeten, beter leren kennen,... Het is een belangrijke plek om kennis te maken en te leren omgaan met sociale regels en afspraken. De school wordt dikwijls gezien als een omgeving waar leerlingen meer mens worden en waar levenslange vriendschappen vorm krijgen. De school is evengoed een omgeving waar tal van conflicten tot uiting kunnen komen.



Die conflicten en de manier waarop de school ermee omgaat, kunnen een grote impact hebben op de leerlingen.

Er wordt algemeen aangenomen dat leerlingen die zich goed voelen op school, optimaal gebruik maken van hun leer- en groeikansen. Dit draagt op zijn beurt bij tot de ontwikkeling van een positief evenwichtig zelfbeeld. Een goede schoolcarrière vormt de onderbouw van een volwassenheid met betere garanties op zelfontplooiing, zelfrealisatie en een goede levenskwaliteit.

Het is duidelijk dat de school een belangrijke impact heeft op de psychosociale ontwikkeling van de leerlingen, op het zelfbeeld en het vermogen om duurzame relaties aan te gaan met leeftijdsgenoten en volwassenen.

### Een geestelijk gezondheidsbeleid op school?

Het aanleren van sociale vaardigheden en het werken aan het algemeen welbevinden van leerlingen is niet eenvoudig. Effect ondervinden van je inspanningen en acties vergt doordacht en procesmatig werk. Hierbij kan de gezondheidsmatrix een hulpmiddel te zijn. De matrix stimuleert om acties op te zetten voor de individuele leerling, op klasniveau, schoolniveau en voor de omgeving (vb. ouders). De voorbeeldmatrix geeft u een idee hoe een matrix rond geestelijke gezondheid er kan uitzien.

Tabel: voorbeeldmatrix geestelijk gezondheidsbeleid op een lagere school

	INDIVIDUEEL NIVEAU	KLASNIVEAU	SCHOOLNIVEAU	OMGEVINGSNIVEAU
EDUCATIE (kennis, vaardigheden en attitudes aanleren)	Onthaaldag voor nieuwe leerlingen  Individuele opdrachten toewijzen	Werken met educatieve materialen	Werken met educatieve materialen  Themadagen  Bijscholing voor leerkrachten	Ouderenparticipatie: opendeurdag, informeren via brief, website of mail
STRUCTURELE MAATREGELEN (positief schoolklimaat)	(Elektronisch) leerlingvolgsysteem	Creëren van een aangenaam, warm klaslokaal	Een positief leefklimaat creëren: de school moedigt een gezonde levensstijl aan  Werkgroep gezondheid op school  Meter- en peterschap van oudere leerlingen over nieuwe leerlingen	Samenwerking met lokale partners vb. bezoek van hulpdiensten  Betrekken van ouders bij bepaalde schoolactiviteiten
AFSPRAKEN	Beloningsysteem	Duidelijke klasafspraken  Rekening houden met gezinsachtergrond van de leerling	Uitgewerkt school- en arbeidsreglement  Duidelijke communicatie over kostprijs en hou deze laag  Sport na schoolpas aanbieden	Afspraken met de ouders vb. rond het uitdelen van uitnodigingen voor feestjes  Leerkracht is aanspreekbaar voor ouders
ZORG EN BEGELEIDING	Vroegdetectie van leer- of ontwikkelingsmoeilijkheden  Zorgleerkracht  Leerlingen begeleiden in zoektocht naar juiste studiekeuze	Huiswerkbegeleiding	Samenwerking en afstemming met het CLB	Betrekken van ouders bij begeleiding van een kind vb. oudercontact

In een geestelijk gezondheidsbeleid is het belangrijk om te focussen op alle leerlingen en niet alleen op degenen met problemen. Zo werk je niet stigmatiserend en voorzie je voor alle leerlingen een basis van kennis, vaardigheden en attitudes die de leerlingen sterker maken voor de toekomst.

In iedere school zijn er wel leerlingen met specifieke problemen (denk maar aan kinderen met ADHD, kinderen van ouders met een psychiatrische problematiek, kinderen met gedragsmoeilijkheden,...). In deze situaties is het belangrijk om een duidelijk zorgtraject uit te werken, in samenwerking met de zorgleerkracht en CLB.

## Evidentie

Binnen geestelijke gezondheidsbevordering op school is het gevoel van verbondenheid tussen de school en de ouders een beschermende factor voor mentale stoornissen. Onderzoek heeft uitgewezen dat geestelijke gezondheidsbevordering op school effectief is wanneer het:

1. Gericht is op geestelijke gezondheid, eerder dan geestelijke gezondheidsproblemen;
2. Continu en op lange termijn wordt aangeboden;
3. Voorbij de muren van het klaslokaal gaat en mogelijkheden biedt om de aangeleerde vaardigheden in te oefenen;
4. Een verandering van het schoolklimaat inhoudt;
5. Gericht is op hoogrisicogroepen voor het aanleren van copingvaardigheden en de ontwikkeling van sociale vaardigheden en goede relaties met leeftijdsgenoten;
6. Focust op de verbetering van zelfachting, zelfconcept en copingvaardigheden als een universele aanpak, alsook gericht op specifieke levensgebeurtenissen.<sup>1</sup>

Belangrijke beschermende factoren voor een goede geestelijke gezondheid bij kinderen van 6 tot 18 zijn<sup>2</sup>:

- ✓ Op individueel niveau: identiteitsgevoel, self-agency (gevoel van beheersing), optimisme, schoolsucces, vrouwelijk geslacht.
- ✓ Op niveau van familie: respect, goede interouderlijke relatie, verbondenheid met gezin, minstens 1 goede relatie met een volwassene binnen of buiten het gezin.
- ✓ Op omgevingsniveau: goede relatie met peers, sociale verbondenheid, identificatie met groep, hoge levensstandaard, vroege detectie en behandeling van leerproblemen,

<sup>1</sup> (Green, J.; Howes, F.; Waters, E. Maher, E.; & Oberklaid, F., 2005. Promoting the social and emotional health of primary school aged children: reviewing the evidence base for school-based interventions. *International Journal of Mental Health Promotion*, 7(3), 30-36.)

<sup>2</sup> De Roover, W. (2011). Effectiviteitsreview Geestelijke Gezondheidsbevordering. Samenvatting. VIGeZ

ondersteunde school ethos en –cultuur, scholen met sterke schoolse en niet-schoolse mogelijkheden, toegankelijke sport- en vrijetijds mogelijkheden.

Algemeen beschermende factoren voor alle leeftijdscategoriën zijn: een gezonde levensstijl, betekenisvol leven, positief zelfbeeld, veerkracht, coping-, probleemoplossende – en sociale vaardigheden.

Acties richten zich bij voorkeur op de beïnvloeding van bovenstaande beschermende factoren.

Op zoek naar meer informatie?

- ✓ [www.gezondeschool.be](http://www.gezondeschool.be): Hier vind je alle informatie over hoe je een gezond schoolbeleid kan uitbouwen.
- ✓ [www.gezondopvoeden.be](http://www.gezondopvoeden.be): Op deze website vinden ouders heel wat praktische tips rond de opvoeding van kinderen en jongeren.



## MATERIAALKOFFER 'GEESTJE GEZOND' VOOR LAGER ONDERWIJS

Het is niet altijd eenvoudig om aan de slag te gaan rond geestelijke gezondheid en welzijn in de klas. Zelf zwoegen en zweten op het voorbereiden van lessen is niet nodig. Er bestaan heel wat materialen waarmee je zelf aan de slag kan gaan of waar je inspiratie uit kan putten. Deze materialen zijn soms duur in aankoop. Daarom kan je bij Logo Kempen 9 materialen gratis ontlenen. De materiaalbox reserveren kan via [info@logokempen.be](mailto:info@logokempen.be) voor een periode van maximum 2 weken, mits betaling van een waarborg van 125 euro.

### BABBELSPEL

DOELGROEP

7 tot 14 jaar

THEMA

Sociale vaardigheden inoefenen

BESCHRIJVING

Het babbelspel geeft spelers de kans om op een speelse wijze sociale vaardigheden in te oefenen.

De vaardigheden zijn verdeeld in 6 rubrieken: het uiten van meningen, praten over een onderwerp, praten over de eigen persoon, rollenspel, inzicht krijgen in sociale vaardigheden en non-verbale communicatie.

SPELDOUR

50 tot 100 minuten

AANTAL SPELERS

2 tot 6 spelers of met de volledige klas



### BILLETJES BLOOT SPEL

DOELGROEP

(Kritische) kinderen vanaf 7 jaar

THEMA

Kritisch denken, van gedachten wisselen

BESCHRIJVING

Kinderen worden uitgedaagd om met elkaar van gedachten



te wisselen, kritisch te denken en een vlot gesprek aan te gaan aan de hand van 80 vragenkaarten. De vragen zijn spannend, sloom en filosofisch.

Er zijn verschillende spelmogelijkheden. Je kunt alleen de vragenkaarten gebruiken of raden welk antwoord een ander gaat geven. Er zijn geen goede of foute antwoorden, het gaat om het bedenken wat jij zelf vindt en wat je vindt van de antwoorden die anderen geven.

SPELDOUR

30 tot 60 minuten

AANTAL SPELERS

6 tot 24 spelers

## BINGO: HET GELUID VAN EMOTIES

DOELGROEP

Lagere school

THEMA

Basisemoties leren differentiëren

BESCHRIJVING

Het spel volgt het traditionele bingosysteem: het bestaat erin het beeld van elke emotie te associëren met het overeenkomstige geluid. De CD bevat een educatieve leidraad met activiteiten om te werken op het herkennen van emoties in de klas: begrijpen hoe we ons voelen en inzien hoe andere mensen zich voelen is een fundamenteel onderdeel van de ontwikkeling van het kind en bevordert ook het zelfbewustzijn.



## DOOR HET ZURE HEEN

DOELGROEP

Lagere school

THEMA

Verlies en rouw

BESCHRIJVING



Deze werkmap reikt inzichten en praktische informatie aan over hoe kinderen en jongeren - in jeugdbewegingen, maar ook in andere organisaties waar met en voor jongeren gewerkt wordt- kunnen omgaan met verlies, afscheid en rouw. Het boek is ingedeeld per leeftijdscategorie en bevat ook heel wat werkmateriaal.

## EIGENWIJSJES

### DOELGROEP

Lagere school

### THEMA

Zelfbeeld, zelfbewustzijn en zelfvertrouwen

### BESCHRIJVING

EigenWijsje is een leuk en verrassend kaartenspel. Trek jouw persoonlijk EigenWijsje, jouw focus voor dat speciale moment, die dag, die week. De korte krachtige zin zet je aan het denken en geeft je een steuntje in de rug!

Er zitten 48 EigenWijsjes in de doos.



## IK EN FAALANGST

### DOELGROEP

Lagere school

### THEMA

Faalangst

### BESCHRIJVING

Iedereen heeft sterke en minder sterke kanten. Het is belangrijk dat je van jezelf weet wat je goed kan en wat je leuk vindt om te doen. Als je weet wat je sterke kanten zijn, voel je meer zelfvertrouwen. Je denkt sneller dat je het kan en voelt je rustiger. Hierdoor ben je eerder ontspannen en lukt alles ook beter.

De meeste kinderen op school voelen zich een beetje gespannen als ze een toets krijgen of een spreekbeurt moeten houden. Vaak zijn ze hierdoor goed geconcentreerd en kunnen ze beter presteren. Bij kinderen met faalangst is de spanning te groot. Zij kunnen bijvoorbeeld alleen maar denken dat het waarschijnlijk toch niet lukt. Zij blokkeren en kunnen niet meer laten zien wat ze kunnen.



In dit boek leren Nathalie van Kordelaar en Mirjam Zwaan, beiden orthopedagoog, kinderen omgaan met faalangst. De oefeningen en tips die opgenomen zijn maken faalangstige kinderen rustiger en dat stelt hen in staat te laten zien wat ze wel kunnen.

## KINDERKWALITEITENSPEL

### DOELGROEP

Lagere school

### THEMA

Kwaliteiten

### BESCHRIJVING

Ieder kind heeft kwaliteiten en talenten. Vaak weten kinderen niet welke waarde deze hebben voor hun omgeving, ouders en andere kinderen. Het kinderkwaliteitspel helpt kinderen zich hiervan bewust te worden. Met behulp van de kaartjes in dit spel maken ze op een leuke manier kennis met hun kwaliteiten.

### SPELDOUR

30 tot 60 minuten

### AANTAL SPELERS

1 tot 8 spelers



## LEKKER IN JE VEL SPEL

### DOELGROEP

Lagere school

### THEMA

Emoties, vertrouwen

### BESCHRIJVING

Aan de hand van 55 kaartjes met tekst, beelden en prikkelende vragen kunnen emoties en gevoelens bespreekbaar gemaakt worden. Het doel van dit spel is vertrouwen en omgang met anderen opbouwen.

### AANTAL SPELERS

1 tot 6 spelers



## POWERVERHALEN VOOR KIDS

### DOELGROEP

Lagere school

### THEMA

Verschillende problemen waar kinderen mee geconfronteerd worden zoals faalangst, depressie, stress en scheiding

### BESCHRIJVING

Ieder kind loopt in zijn leven tegen meerdere problemen aan. Deze problemen kan je voorstellen als bergen. Sommige bergen zijn voor kinderen moeilijk te beklimmen. Ze vallen steeds weer over dezelfde boomstronk of ze glijden uit, waardoor er geen vooruitgang in zit. Maar elke berg kan je overwinnen!

In dit boek staan vijfentwintig 'helende' verhalen om kinderen over deze bergen te helpen. Ouders, leerkrachten, therapeuten... krijgen door deze verhalen inzicht in verschillende soorten problemen: faalangst, depressie, stress, scheiding ...

De verhalen schetsen op een leuke manier de probleemsituatie en geeft aan waar en hoe er oplossingen kunnen worden gezocht. Daarnaast worden er suggesties gegeven voor activiteiten om in de thuis- of schoolsituatie met het probleem aan de slag te gaan.



## Vlieg erin!

### DOELGROEP

Lagere school, derde graad

### THEMA

Welbevinden en talenten van leerlingen versterken.

### BESCHRIJVING

De leraar volgt een parcours door een pretpark. Langs vier roetsbanen krijgen leerlingen bouwstenen voor meer zelfinzicht, veerkracht en welbevinden.

- Roetsjbaan 1: Wie ben ik? Mijn sterktes en talenten.
- Roetsjbaan 2: Wanneer ben ik gelukkig? De vier lagen van welbevinden.
- Roetsjbaan 3: Wat als het moeilijk gaat? Positief denken en weerbaarheid.
- Roetsjbaan 4: Hoe ondersteunen anderen mij? Verbondenheid en relaties met anderen.

Het pakket bestaat uit een handboek voor de leraar en ondersteunend materiaal.



## OVERZICHT EDUCATIEVE MATERIELEN ROND MENTAAL WELBEVINDEN IN HET LAGER ONDERWIJS

Tabel: Overzicht educatieve materialen rond mentaal welbevinden in het lager onderwijs

Naam spel	Lager onderwijs (jaar)	Soort materiaal	Thema	Koffer / Lijst	Prijs
<u>50 levenslessen in spelvorm voor kinderen van 6-12 jaar</u>	X	Boek met oefeningen, spelletjes en verhalen	Sociale en emotionele vaardigheden	L	€ 14.5
<u>Als de dood voor dood op school?</u>	3-12	Themadossier	Rouwverwerking	L	€ 9.95
<u>Antipestkoffer</u>	X	Koffer met diverse materialen	Pesten, conflicthantering	L	Gratis met €50 waarborg
<u>Babbelspel</u>	7-14	Educatief spel	Sociale vaardigheden	K	€ 65
<u>Balthazar, de eenzaamste ezel ooit</u>	6-9	Prentenboek	Doodgaan en steun van vrienden	L	€ 14.50
<u>Beresterke gedachten</u>	4-10	Kwartetspel	Positieve gedachten	L	€ 7.5
<u>Billetjes bloot spel</u>	X	Educatief spel	Kritisch denken, leren van gedachten wisselen	K	€ 9
<u>Bingo: het geluid van emoties</u>	X	Educatief spel	Cd: beelden associëren met geluiden van emoties	K	€ 38.15
<u>Boeken 'hé, doe je mee?'</u>	X	Spelboekjes (8)	Sociale vaardigheden	L	€ 9.95
<u>De axenpoppenkast</u>	X	Pop-up theater met 10 handpoppen	Poppenkast rond de axenroos	L	€ 95
<u>De Coole Kikker boek</u>	8+	Leesboek	Tips en adviezen over goede aanpak in sociale situaties	L	€ 28.95
<u>De Coole Kikker Kwartetspel</u>	X	Kwartet	Sociaal gedrag	L	€ 16.5
<u>De emoscoop</u>	X	Handleiding met CD en verschillende kaarten	Gevoelens erkennen en benoemen, positief groepsklimaat en positieve relaties	K	€ 159
<u>De grote groene victormap</u>	6-8	Lespakket	Pesten	L	€ 35
<u>De kracht van 8 kaartspel</u>	X	Kaartspel	Positieve eigenschappen	L	€ 21

<a href="#">De sokken van de olifant</a>	X	Vorming	Rouwverwerking		Gratis in Huis van de mens
<a href="#">De toverdoos</a>	X	Voorleesboek	Sprookjesmeditatie met 52 korte verhalen	L	€ 16.99
<a href="#">De vraag van eend</a>	8-10	Prentenboek	Doodgaan	L	€ 13.95
<a href="#">Différent</a>	3-10	Prentenboek	Anders zijn	L	€ 16.9
<a href="#">Dood</a>	9+	Werkboek	Dood	L	€ 13.5
<a href="#">Dood is niet gewoon</a>	4-9	Boek	Dood van een ouder	L	€ 12.5
<a href="#">Door het zure heen</a>	X	Werkmap	Omgaan met verlies, afscheid en rouw	L	Gratis aan te vragen via website
<a href="#">Een huis vol gevoelens en axen</a>	X	Educatief spel	Gevoelens, sociaal gedrag	L	€ 170
<a href="#">Een wereld vol troost</a>	X	Educatief spel	Leren omgaan met 15 verschillende verliessituaties	L	€ 139
<a href="#">Eigenwijsjes</a>	X	Kaartenset	Beter zelfbeeld, zelfbewustzijn en zelfvertrouwen	K	€ 13.10
<a href="#">Emoscoop</a>	X	Educatief spel	Gevoelens, emoties	L	€ 157
<a href="#">E-motion 2</a>	4-9	Handleiding met beeldkaarten	De oorzaak van gevoelens begrijpen	K	€ 27.9
<a href="#">EQ-babbelspel</a>	X	Educatief spel	Emotioneel zelfbeeld versterken	L	€ 65
<a href="#">Gedragsklapper</a>	X	Boek met tips en doe-opdrachten	Leren omgaan met het moeilijke gedrag van kinderen	L	€ 15.95
<a href="#">Haal de GRR uit agressie</a>	X	Werkboek	Agressie	L	€ 9.95
<a href="#">Hadden dino's ook al stress!?!?</a>	X	Zelfhulpboek	Zelfhulpboek over stress	L	€ 10 /Boek
<a href="#">Help... ik voel zo veel!</a>	X	Boek met oefeningen	Hooggevoeligheid	L	€ 14.9
<a href="#">Helpende gedachten</a>	X	Hulpkaarten	Positieve, prettige, gewenste gedachten	L	€ 12.5
<a href="#">Helpende gedachten</a>	X	55 positieve hulpkaarten	Steun door positieve gedachten	K	€12.5
<a href="#">Het ik-ben-lekker-boos-boekje: anders omgaan met boze buien</a>	9+	Boek met oefeningen	Boosheid begrijpen en er leren mee omgaan	L	€ 26
<a href="#">Het nieuwe leefboek voor kinderen</a>	X	Leer- en doeboek	Zelfvertrouwen en positief zelfbeeld	L	€ 14.5

<u>Ik ben een topper</u>	9-12	Boek	Positief zelfbeeld	L	€ 19.95
<u>Ik ben een topper: kaartspel</u>	9-12	Kaartspel	Positief zelfbeeld, omgaan met emoties	L	€ 9.95
<u>Ik ben nummer 13</u>	10-12	Leesboek	Echtscheiding	L	€ 14.95
<u>Ik ben steengoed</u>	X	Bordspel	Zelfvertrouwen vergroten	L	€ 39
<u>Ik en faalangst</u>	X	Boek met oefeningen	Faalangst	K	€ 12.5
<u>Ik wil gewoon mezelf zijn! Meer zelfvertrouwen met ACT!</u>	9+	Boek met oefeningen	Leren omgaan met negatieve gedachten en zo meer zelfvertrouwen krijgen	L	€ 26.90
<u>In de put - uit de put</u>	X	Educatief spel	Faalangst	L	€ 68
<u>Junior coachkaarten</u>	X	Gesprekskaarten	Bewustwording van eigen gevoelens en gedachten	L	€ 14.95
<u>Kikkerbecoolspel</u>	X	Educatief spel	Sociale vaardigheden, goede manieren, opkomen voor jezelf, omgaan met pesten en plagen	L	€ 99
<u>Kinderen leren omgaan met boosheid: door middel van spel</u>	X	Boek met spelen	Omgaan met boosheid	L	€ 21.5
<u>Kinderkwaliteitenspel</u>	X	Educatief spel	Kwaliteiten, positief zelfbeeld	K	€ 26.9
<u>Lach en Leer: GAST, dat is niet gepast!</u>	X	Boek	Manieren leren	L	€ 9.95
<u>Leefboek voor kinderen</u>	X	Leer- en doeboek	Zelfvertrouwen en positief zelfbeeld	L	€ 14.5
<u>Leer kinderen omgaan met verandering, stress en angst</u>	X	Boek met activiteiten	Verandering, stress en angst	L	€ 15
<u>Lekker in je vel spel</u>	7+	Educatief spel	Emoties	K	€ 12.05
<u>Leven-de verhalen!</u>	X	Boek + CD	10 verhalen die helpen om sociale situaties te begrijpen en gevoelens te verwoorden	L	€ 49.9
<u>Lopke: een didactisch pakket om te werken rond kansarmoede in de basisschool</u>	X	Lespakket	Kansarmoede	L	Gratis downloaden
<u>METHODIEKENMAP JONGERENGIDS – 8-11j</u>	8-11	Lespakket	Aan de slag met de jongerengids	L	Gratis downloaden
<u>Pesten stoppen stap voor stap</u>	X	Lespakket	Pesten, No-blame aanpak	L	€ 9.95
<u>Pesten. Mijn boek over durf en zelfvertrouwen</u>	9+	Werkboek	Pesten	L	€ 15.5



<u>Powerverhalen voor kids</u>	X	Leesboeken	25 helpende verhalen over probleem waarmee kids geconfronteerd worden	K	€ 29.5
<u>RET kwartet</u>	X	Spel	Gedachten tijdens spanningssituaties leren kennen	L	€ 14.95
<u>Sociaal gedrag, elke dag!</u>	X	Lespakket	Sociaal-emotioneel leren	L	€ 67.5
<u>SOS Conflict!</u>	X	Lespakket	Praktische oefeningen, lesmateriaal en spelvormen rond agressiebegeleiding en spelbeheersing	L	€ 29.5
<u>Spiegel jezelf spel</u>	7+	Educatief spel	Je sterke eigenschappen leren kennen	L	€ 12.05
<u>Stil zitten</u>	X	Boek met cd	Boek met cd en mindfulness-oefeningen rond stil zitten	L	€ 18.65
<u>Stresskip</u>	X	Lespakket	Omgaan met stress	L	€ 5
<u>Tijger-Tijger is het waar?</u>	5-8	Boek	Negatieve gedachten omkeren	L	€ 14.95
<u>Time2stop - Zingen tegen pesten en cyberstalken</u>	9-14	CD-liedboek	Pesten	L	€ 34.95
<u>Topspel</u>	X	Methodiek (die training vereist)	Beginnend grensoverschrijdend gedrag, teamwork, afspraken maken, positieve bekrachtiging, belonen	L	€ 50
<u>Verpest het maar!</u>	5-8	Boek met CD	Pesten	L	€ 14.95
<u>Vlieg erin!</u>	10-12j	Lespakket	Sociaal-emotionele ontwikkeling versterken, positief klasklimaat	K	€ 35
<u>Vlinderslag</u>	9-15j	Educatief spel	Praten en gevoelens uiten over geweld	L	€ 36.79
<u>Wat kun je doen als je te snel boos bent</u>	X	Help- oefenboek	Boos worden	L	€ 17.5
<u>Wat kun je doen als je te veel piekert</u>	X	Help- oefenboek	Piekeren	L	€ 17.5
<u>Wat kun je doen als je vaak moppert</u>	X	Help- oefenboek	Mopperen	L	€ 17.5
<u>Welbevinden op school koffer</u>	5-12	Koffer met diverse materialen	Pesten, Sociale vaardigheden	K	Gratis met €50 waarborg
<u>Werkboek ontspanning voor kinderen</u>	X	Werkboek met 55 activiteiten	Leren ontspannen	L	€ 19.95

## OVERZICHT    EDUCatieve    MATERIALEN    ROND    GEESTELIJKE GEZONDHEIDSPROBLEMEN IN HET LAGER ONDERWIJS

Tabel: Educatieve materialen over geestelijke gezondheidsproblemen in het lager onderwijs

Naam spel	Lager onder-wijs (jaar)	Soort materiaal	Thema	Prijs
<u>ADDaisy en ADDavid</u>	X	Werkboek en CD	ADD	€ 16.5
<u>Alle dagen hartstikke druk</u>	9-12	Leesboek	ADHD	€ 12.99
<u>Als alles op zijn kop staat</u>	X	Voorleesboek	Kinderen waarvan de ouder een verslaving heeft	€ 12.95
<u>Als je nergens meer zin in hebt</u>	X	Voorleesboek	Depressie	€ 22.9
<u>Altijd weer wat!</u>	10+	Leesboek	Boek over autisme ervaren door broer en zus	€ 4.5
<u>Applaus voor mijn broertje</u>	10+	Leesboek	Broer met ADHD	€ 10.99
<u>Bijzonder druk</u>	X	Boek	ADHD	€ 14.5
<u>De wereld van Luuk</u>	6-10	Boek	Autisme	€ 12.5
<u>Een boef bij de buur</u>	X	Leesboek	Druk gedrag	€ 13.59
<u>Gefeliciteerd, je hebt ADHD!</u>	10-12	Leesboek	ADHD	€ 16.95
<u>Gestoord</u>	11-12	Leesboek	Psychische stoornissen	€ 7.5
<u>Gevoelens en behoeften</u>	X	Spel	Gevoelens en behoeften verwoorden	€ 20
<u>Gewoon buitengewoon</u>	X	Boek met pedagogische leidraad	Autisme	€ 15.75
<u>Heb ik dat?</u>	8-12	Boek met tips	ADHD, PDD-nos, Tourette	€ 14.9
<u>Help...ik voel zo veel!</u>	7-10	Lees-leer-denkschrijf-doe-boek	Hooggevoeligheid	€ 16.5
<u>Het grote sociale verhalenboek</u>	X, met autisme	Leesboek	Sociale vaardigheden aanleren aan kinderen met autisme	€ 24.95
<u>Hoera! Ik heb ADHD. Van patiënt tot temperament.</u>	X	Boek met oefeningen	ADHD	€ 24.9
<u>Hoofd in de wolken</u>	4-9	Boek	Een ouder met psychische problemen	€ 15
<u>Ik en ADHD</u>	X	Boek met oefeningen	ADHD	€ 17.5
<u>Ik en autisme</u>	X	Boek	Autisme	€ 16.5
<u>Jikke Pikke komt er wel</u>	10-12	Boek	Autisme	€ 15
<u>Kleuren voor papa</u>	X	Boek	Kinderen waarvan de ouder aan depressie lijdt	€ 14.90
<u>Mama is anders</u>	7-10	Prentenboek	Ouder met dissociatieve identiteitsstoornis	€ 14.95

<a href="#">Mijn autisme doe-gids</a>	X	Gids met doe-opdrachten en ik ken het-kaartjes	Autisme	€ 4.95
<a href="#">Mijn broer heeft autisme, autisme, autisme</a>	8+	Leesboek	Autisme	€ 13.5
<a href="#">Mijn dyslexie doe-gids</a>	X	Gids met doe-opdrachten en ik ken het-kaartjes	Dyslexie	€ 4.95
<a href="#">Mijn hoogsensitiviteit doe-gids</a>	X	Gids met doe-opdrachten en ik ken het-kaartjes	Hoogsensitiviteit	€ 4.95
<a href="#">Mijn moeder is zo anders</a>	11-12	Leesboek	Kinderen waarvan de ouder aan stemmingsstoornissen lijdt	€ 11.5
<a href="#">Mijn papa is een bipolairbeer</a>	X	Boek	Kinderen waarvan de ouder een bipolaire stoornis heeft	€ 12.5
<a href="#">Mijn plakboek</a>	X, met autisme (tot 16j)	Plakboek	Via visualisatie kan het kind anderen en zichzelf inzicht geven in zijn/haar unieke situatie	€ 47.95
<a href="#">Mijn speciale broertje</a>	X	Boek	Problemen met sensorische informatieverwerking	€ 14.99
<a href="#">Oline het olifantje</a>	X	Voorleesboek	Kinderen waarvan de ouder een verslaving heeft	€ 12.50
<a href="#">Planeet Asperger</a>	8+	Stripboek	Asperger	€ 18.95
<a href="#">Poster ad(h)d pluspunten</a>	X	Poster	Pluspunten van ADHD in de verf zetten (meer dan alleen maar druk)	€ 3
<a href="#">Poster sterke kanten autisme</a>	X	Poster	Over sterke kanten van autisme	€ 3
<a href="#">Soms is mijn vader er niet</a>	11-12	Leesboek	Kinderen waarvan de ouder schizofrenie heeft	€ 11.95
<a href="#">Sportposter autisme</a>	X	Poster	Doel van poster is om kinderen en jongeren met autisme zoveel mogelijk laten meedraaien in reguliere teams	€ 3
<a href="#">Survivalgidsen over jongeren leren omgaan met ontwikkelingsproblemen</a>	X	Leesboeken	Over depressie, A(D)HD, hoogbegaafdheid, autisme, dyscalculie, dyslexie, dcd	€ 11.95
<a href="#">The transporters</a>	4-8	DVD, CD, handleiding	Kinderen met autisme emoties leren herkennen en begrijpen	€ 75
<a href="#">Vlinder</a>	7+	Leesboek	ADHD	€ 14.95
<a href="#">Weet jij wat ADHD is?</a>	8-12	Doe-boekje	Doe-boekje voor kinderen die iemand met ADHD in hun omgeving kennen	€ 10 / boek € 22.5/ werkboek

<u>Weet jij wat autisme is?</u>	8-12	Doe-boekje	Doe-boekje voor kinderen om te leren over autisme	€ 15
<u>Weet jij wat het is om anders te zijn?</u>	X	Doe-boekje	Leren omgaan met kinderen die anders zijn. O.a. over ADHD, downsyndroom, autisme, astma en dyslexie.	€ 15
<u>Werkboek ADHD</u>	8-12	Werkboek met oefeningen	Sociale vaardigheden en zelfvertrouwen aanleren aan kinderen met ADHD	€ 19.95
<u>Werkboek ADHD-groep</u>	X	Werkboek	ADHD	€ 9.9
<u>Wij zijn niet gek</u>	9+	Boek	Ouders met psychische problemen	€ 15.99
<u>Ze vinden me druk</u>	X	Boek	ADHD	€ 12.5
<u>Zo snel als een...</u>	X	Boek	ADHD	€ 17.5