

100 JAAR  SUPERKRACHT  100 JAAR  SUPERKRACHT  100

KINDERPOSTZEGELS BREINSPPEL



KINDERPOSTZEGELS
voor kinderen door kinderen

KINDERPOSTZEGELS BREINSPSEL

Samen geven we kinderen superkracht!

Honderdduizenden kinderen worstelen elke dag met problemen. Zij hebben geen veilige plek, krijgen geen steun in hun omgeving of missen de sociaal-emotionele vaardigheden om met hun situatie om te gaan. In hun leven ontbreekt een goede basis om veerkrachtig te zijn. Terwijl geen kind zonder kan – op school, thuis, overall! Want veerkracht is als een superkracht in je hoofd en je hart die je helpt in moeilijke situaties. Veerkracht bestaat uit verschillende elementen, zoals 'jezelf kennen' en 'vertrouwen in relaties hebben'. Dit kun je op een laagdrempelige manier thuis samen oefenen met het Kinderpostzegels Breinspel!

**Samen versterken we de
veerkracht van kinderen.**

Hoe werkt het Breinspel?

Dit spel speel je samen. Het enige wat je nodig hebt is de kaarten in dit spel op een tablet of telefoon. Ga gezellig met je kind(eren) aan de keukentafel zitten of kies voor een fijne plek op de bank. Leg de tablet of telefoon op tafel en ga naar de volgende pagina om de eerste vraag te openen. Iedereen gaat om de beurt naar een nieuwe kaart. Je leest de vraag hardop voor en beantwoordt deze. Daarna stel je de vraag ook aan iemand anders. Hij of zij beantwoordt de vraag ook. Er zijn in totaal 35 kaartjes om te spelen.

Door met elkaar te praten en leuke dingen te doen versterken we de veerkracht van kinderen. Liefdevolle aandacht geeft een kind superkracht.

Tot slot nog even dit: samen delen is belangrijk, maar soms zijn dingen te privé. Iedereen mag kiezen om te antwoorden met: dit houd ik liever voor mezelf. Dan ga je verder met de volgende vraag.

Veel plezier!

KINDERPOSTZEGELS BREINSPEL

Op welke plek
voel jij je fijn?



KINDERPOSTZEGELS
voor kinderen door kinderen

KINDERPOSTZEGELS BREINSPEL

Van welke activiteit word
je rustig in je brein?



KINDERPOSTZEGELS
voor kinderen door kinderen

KINDERPOSTZEGELS BREINSPEL

Met wie zou jij een
geheim bespreken?
Vertel waarom je die
persoon kiest.



KINDERPOSTZEGELS
voor kinderen door kinderen

KINDERPOSTZEGELS BREINSPEL

In ieder hoofd zitten weleens niet-helpende gedachten. Welke zitten er in jouw hoofd?



KINDERPOSTZEGELS
voor kinderen door kinderen

KINDERPOSTZEGELS BREINSPSEL

Ben jij weleens
verdrietig? Waar voel je
dat in je lijf?



KINDERPOSTZEGELS
voor kinderen door kinderen

KINDERPOSTZEGELS BREINSPEL

Ben jij weleens boos?
Waar voel je dat in je
lijf?



KINDERPOSTZEGELS
voor kinderen door kinderen

KINDERPOSTZEGELS BREINSPEL

Welk lied is zo krachtig
dat het jou anders kan
laten voelen?



KINDERPOSTZEGELS
voor kinderen door kinderen

KINDERPOSTZEGELS BREINSPEL

Met wie knuffel jij?



KINDERPOSTZEGELS
voor kinderen door kinderen

KINDERPOSTZEGELS BREINSPEL

Help jij weleens iemand?
Hoe voelt het om te
helpen?



KINDERPOSTZEGELS
voor kinderen door kinderen

KINDERPOSTZEGELS BREINSPEL

Hoe gaat het met jou
vandaag?



KINDERPOSTZEGELS
voor kinderen door kinderen

KINDERPOSTZEGELS BREINSPEL

Met welke gedachte
stond jij deze ochtend
op?



KINDERPOSTZEGELS
voor kinderen door kinderen

KINDERPOSTZEGELS BREINSPEL

Heb jij een tip voor
iemand die weleens iets
naars meemaakt?



KINDERPOSTZEGELS
voor kinderen door kinderen

KINDERPOSTZEGELS BREINSPEL

Wie zie jij als voorbeeld
voor jouw leven? Waar is
die persoon goed in?



KINDERPOSTZEGELS
voor kinderen door kinderen

KINDERPOSTZEGELS BREINSPEL

Wat geeft jou stress?
Hoe voelt gestrest zijn
voor jou?



KINDERPOSTZEGELS
voor kinderen door kinderen

KINDERPOSTZEGELS BREINSPEL

Is in een dagboek
schrijven iets voor jou?
Leg uit waarom wel of
niet.



KINDERPOSTZEGELS
voor kinderen door kinderen

KINDERPOSTZEGELS BREINSPPEL

Wat zou jij het liefst
doen met een goede
vriend of vriendin?



KINDERPOSTZEGELS
voor kinderen door kinderen

KINDERPOSTZEGELS BREINSPEL

Stel je bent een grote
broer of zus. Hoe zou
jij een jonger broertje
of zusje helpen als
je samen iets naars
meemaakt?



KINDERPOSTZEGELS
voor kinderen door kinderen

KINDERPOSTZEGELS BREINSPPEL

Wanneer voelde jij je
zo blij dat je hart een
sprongetje maakte?



KINDERPOSTZEGELS
voor kinderen door kinderen

KINDERPOSTZEGELS BREINSPEL

Welke gedachte zou
iemand kunnen helpen
die zich gepest voelt.



KINDERPOSTZEGELS
voor kinderen door kinderen

KINDERPOSTZEGELS BREINSPSEL

Hoe kom jij 's avonds
fijn in slaap?



KINDERPOSTZEGELS
voor kinderen door kinderen

KINDERPOSTZEGELS BREINSPPEL

Stel: je maakt iets
naars mee. Met welke
leerkracht van deze
school zou je dit delen?



KINDERPOSTZEGELS
voor kinderen door kinderen

KINDERPOSTZEGELS BREINSPPEL

Als je morgen de hele
dag zelf zou mogen
kiezen wat je gaat doen,
wat zou jij dan kiezen?



KINDERPOSTZEGELS
voor kinderen door kinderen

KINDERPOSTZEGELS BREINSPEL

Ook grote mensen
maken nare dingen
mee. Zou jij hierover
iets willen vragen aan je
ouders?



KINDERPOSTZEGELS
voor kinderen door kinderen

KINDERPOSTZEGELS BREINSPEL

Wanneer iemand jou iets
naars vertelt over zijn of
haar leven, wat zou je
dan als eerste doen?



KINDERPOSTZEGELS
voor kinderen door kinderen

KINDERPOSTZEGELS BREINSPEL

Waar verheug jij je op
als je naar school gaat?



KINDERPOSTZEGELS
voor kinderen door kinderen

KINDERPOSTZEGELS BREINSPEL

Waar verheug jij je op
als je naar huis gaat?



KINDERPOSTZEGELS
voor kinderen door kinderen

KINDERPOSTZEGELS BREINSPEL

Van wie krijg jij weleens
een compliment? Welk
compliment herinner jij
je nog te goed?



KINDERPOSTZEGELS
voor kinderen door kinderen

KINDERPOSTZEGELS BREINSPEL

Geef jij weleens een
compliment? Hoe voelt
dat?



KINDERPOSTZEGELS
voor kinderen door kinderen

KINDERPOSTZEGELS BREINSPEL

Heb je een huisdier?
Welk gevoel krijg je van
jouw huisdier?



KINDERPOSTZEGELS
voor kinderen door kinderen

KINDERPOSTZEGELS BREINSPEL

Stress kan je helpen.
Het maakt je alert en
helpt je om te focussen.
Wanneer heb jij dit
meegemaakt?



KINDERPOSTZEGELS
voor kinderen door kinderen

KINDERPOSTZEGELS BREINSPEL

Wat was een heel fijn
moment in jouw leven?



KINDERPOSTZEGELS
voor kinderen door kinderen

KINDERPOSTZEGELS BREINSPEL

Welke activiteit vind
je zo leuk om te doen,
dat je de tijd helemaal
vergeet?



KINDERPOSTZEGELS
voor kinderen door kinderen

KINDERPOSTZEGELS BREINSPPEL

Waar ben jij
dankbaar voor?



KINDERPOSTZEGELS
voor kinderen door kinderen

KINDERPOSTZEGELS BREINSPEL

Welk gezond eten
vind jij lekker?



KINDERPOSTZEGELS
voor kinderen door kinderen