

FLIPKAARTJES VOOR PIEKERAARS



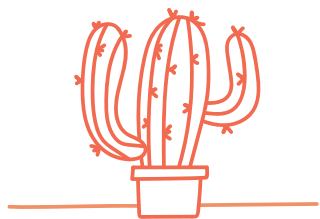
IK KAN NIKS,
IK BEN DE

DOMSTE

VAN DE KLAS



ZE DOEN DIT
OM MIJ TE



PESTEN



IK WIL GEEN

fouten

MAKEN



IK WIL NIET

afgaan

HET IS EEN

RAMP



ALS DIE TOETS

slecht

IS



DAT LUKT ME
TOCH

nooit



IEDEREEN
IS

TEGEN

MIJ



(OOK DE LERAAR)

‘Iedereen is tegen mij’, ‘Ik ben de domste’, ‘Niemand vindt mij leuk’ ... Een leerling in je klas piekert? Met deze kaartjes help je hem zijn blokkerende gedachte(n) om te denken.

Hoe gebruik je deze flipkaartjes?

- 1 Print de kaartjes recto verso, knip ze uit en lamineer ze eventueel. Bij elke blokkerende gedachte (in het rood) past op de achterkant een helpende/uitdagende gedachte (in het groen).
- 2 Ga eerst in gesprek. Wees oprecht geïnteresseerd, ga op zoek naar wat de leerling voelt. ‘Vertel eens’ ‘Wat voel je?’, ‘Is dat moeilijk voor je?’
- 3 Stimuleer de leerling om na te denken: breng hem aan het twijfelen over hoe hij over de dingen nadenkt. Klopt het wel wat je zegt? Wat maakt dat je zo denkt?
- 4 Vraag of de piekergedachte hem vooruit helpt.
- 5 Gebruik het flipkaartje dat bij zijn uitspraak past. Bekijk samen de bijbehorende helpende gedachte. Vind je er samen nog andere?
- 6 Geef het kaartje mee als steuntje voor als de piekergedachte opspeelt.
- 7 Vermoed je dat er meer aan de hand is? Praat met de ouders/het CLB.

Tip: je kan met de kaartjes ook klassikaal aan de slag tijdens een kringgesprek.



IS HET STOM
ALS JE IETS

*niet
meteen*

KAN?



KAN ER
OOK EEN

ANDERE
REDEN

ZIJN?



EEN FOUT
MAKEN

MAG

DAAROM
ZIT IK IN DE

KLAS



KAN IK

WETEN

WAT ALLE
ANDEREN

DENKEN



NIEMAND
WEET OOIT

zeker

OF HIJ
HET KAN



ik probeer

GEWOON



WAT IS HET

ERGste

DAT KAN
GEBEUREN?

