

1 Klaarleggen

Elke speler pakt een spelplankje, plaatst de rode plastic put op de linker cirkel en legt tien kaartjes in de **put** met de witte kant (met de bange gedachtes) naar boven. De rest van de kaartjes ligt met de witte kant naar boven op een stapel in het midden. Dit is de **pot**.



Dit spel is voor kinderen met faalangst. Zij leren hun bange gedachtes veranderen in realistische gedachtes, die hen zullen helpen in moeilijke situaties. Als ze het vaak spelen, bevordert het een reële en positieve inschatting van hun functioneren.

2 Proefrondje

Voordat er echt gespeeld gaat worden, leest elk kind hardop twee kaartjes voor. Lees eerst de bange gedachtes op de witte kant en lees daarna het opkikkertje. Dat staat op de gekleurde achterkant. Leg dan de kaartjes rechts op het vrolijke kikkertje dat uit de put is.

3 Daarna

begint degene die het hoogste gooit met de dobbelsteen.

Wie 1, 2 of 3 gooit... Pakt een kaartje uit de **put**.

Wie 4,5 of 6 gooit... pakt een kaartje uit de **pot**.

En dan:

Lees de bange gedachte op de witte kant en bedenk een helpende gedachte: een opkikkertje.

Lukt het een opkikkertje te bedenken?

Leg het kaartje dan rechts neer op de vrolijke kikker. Op de achterkant van het kaartje (de gekleurde kant) staat een voorbeeld van een opkikker.

Dat hoeft niet per se precies dezelfde te zijn, misschien heb je wel een veel betere opkikker bedacht!

Lukt het je niet een opkikkertje te bedenken?

Leg het kaartje terug in de put en probeer het een volgende keer opnieuw.

4 Einde

Je hebt gewonnen als je als eerste alle bange gedachtes uit je put hebt veranderd in opkikkertjes. Lees deze gedachtes en kies er twee uit. Vertel welk opkikkertje jij voortaan zult denken. Daarna kiest iedereen twee kaartjes met bange gedachtes waarvan hij of zij denkt dat een of twee medespelers ze wel eens heeft. Geef hen de kaartjes en vertel daarbij waarom je dat denkt.