uitgeverij SWP

Werken aan welbevinden en mentale veerkracht

Praktische oefeningen en ondersteunend materiaal voor kinderen van 7 tot 11 jaar [Boek op groot formaat - A4]

Scholen spelen een belangrijke rol in het ondersteunen van de mentale gezondheid en het welbevinden van kinderen en jongeren. De meeste oefeningen, activiteiten en richtlijnen in dit boek zijn dan ook bedoeld om kinderen te helpen ontdekken wat hun sterke kanten zijn, wat zij kunnen betekenen in de wereld om hen heen en hoe zij om kunnen gaan met de tegenslagen die op hun pad zullen komen.

Alle activiteiten en oefeningen komen voort uit het AWO-W-model (ook wel DNA-V-model) dat ontwikkeld is voor kinderen en jongeren. De grondslag voor dit model is ACT, Acceptatie en Commitment Therapie. AWO-W is er, net als ACT, op gericht om psychologische flexibiliteit te ontwikkelen, maar houdt rekening met de ontwikkelingsfasen van kinderen en jongeren.

De zes hoofdstukken bevatten richtlijnen en hulpmiddelen voor het uitvoeren van interventies die het welbevinden bevorderen. Ieder hoofdstuk gaat in op een van de zes aspecten: actief zijn, zelfzorg, verbinden met anderen, geven aan anderen, jezelf uitdagen en het moment omarmen. De 36 lessen zijn zodanig ingericht dat leerkrachten er zowel met grotere als kleine groepen mee kunnen werken. In alle lessen zijn korte mindfulness-oefeningen opgenomen die leerlingen kunnen helpen de aandacht vast te houden.

De inhoud van dit boek is een toegankelijke en praktische handleiding voor leerkrachten, IB, schoolpsychologen, ggz-professionals, mentoren en schoolmaatschappelijk werk voor het ondersteunen en verbeteren van de mentale veerkracht van kinderen in de basisschoolleeftijd.

De auteurs zijn trainer, onderzoeker en psycholoog met jarenlange ervaring in het werken met kinderen.

Extra materiaal
De toegang tot het uitgebreide extra materiaal bij dit boek vindt u op pagina 36.

1. Meer dan 40 werkbladen
2. Whitepaper met wetenschappelijke achtergronden over de methode Werken aan welbevinden en mentale veerkracht.
3. Ondersteunende videoboodschap van auteur en wetenschapper Duncan Gillard. In deze introductievideo geeft Duncan Gillard achtergrondinformatie bij de methodiek.

Vertaling Janine Langeveld; met tekstadviezen van Maaike Steeman, gezondheidszorg psycholoog en Hester van der Heiden-Jongma , trajectbegeleider bij SWV Unita.

ISBN:
9789085603665

Auteurs:
Duncan Gillard, Corinna Grindle, Nic Hooper, Freddy Jackson Brown, Russell Hancock

Prijs:
€ 59,90

Meer info:
swpbook.com/2684

uitgeverij SWP

Review

> "*Met de oefeningen in dit boek help je kinderen ontdekken wat hun sterke kanten zijn en hoe ze kunnen omgaan met tegenslagen. Je leest richtlijnen voor interventies die het mentale welbevinden bevorderen. Speciaal voor leerkrachten en kwaliteitscoördinators op de basisschool.*"
>
> - Uit vakblad JSW, juni 2026