

# Wat kun je doen als je vaak moppert

## Een help-oefenboek voor kinderen

Wist je dat het leven net een hindernisbaan is? Het is opwindend en leuk, maar zit vol lastige obstakels waar je langs moet. Als jij iemand bent die zich zo gefrustreerd voelt door die lastige obstakels dat je nauwelijks van de goede dingen in het leven kunt genieten, dan is dit een boek voor jou.

*Wat kun je doen als je vaak moppert* leidt kinderen en hun ouders door de cognitieve gedragstechnieken die gebruikt worden om negatief denken te behandelen. Door levendige beelden en illustraties gaat een kind de hordes in zijn leven op een nieuwe manier zien. Schrijf- en tekenopdrachten leren hem nieuwe vaardigheden die hem over die hordes heen kunnen helpen. En duidelijke stap-voor-stap instructies wijzen de weg om een gelukkiger, positiever kind te worden. Dit interactieve zelfhulpboek is hét hulpmiddel om kinderen te leren aan verandering te werken.

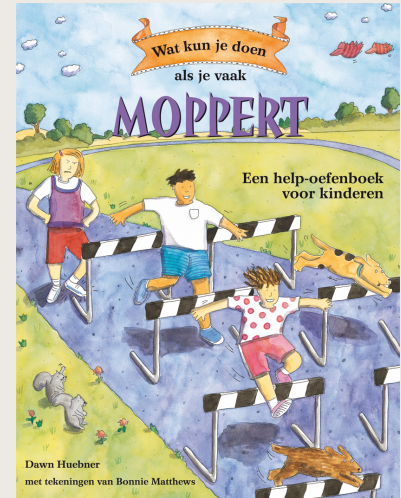
*Wat kun je doen als je vaak moppert* verschijnt in een serie help-oefenboeken voor kinderen in de basisschoolleeftijd.

### In dezelfde serie zijn de volgende help-oefenboeken verschenen:

- Wat kun je doen als je te snel boos bent
- Wat kun je doen als je gewoontes wilt afleren
- Wat kun je doen als je niet durft te gaan slapen
- Wat kun je doen als je gedachten vastlopen
- Wat kun je doen als je te veel piekert

### In de media

- Recensie Tijdschrift voor welzijnswerk
- Recensie NBD Biblion

**ISBN:**

9789085605720

**Auteur:**

Dawn Huebner

**Prijs:**

€ 21,90

**Meer info:**[swpbook.com/1281](https://swpbook.com/1281)