

## Werken aan welbevinden en mentale veerkracht

**Praktische oefeningen en ondersteunend materiaal voor kinderen van 7 tot 11 jaar**  
**Gepland voor verschijnen: mei 2025**

**PROFITEER NU VAN DE INTEKENPRIJS. PRIJS NA VERSCHIJNEN: 59,90**

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 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.

**ISBN:**

9789085603665

**Auteurs:**

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

**Prijs:**

€ 49,90

**Meer info:**[swpbook.com/2684](https://swpbook.com/2684)