

## Toverkaartjes

### *voor het slapen gaan*

Voor het slapen gaan kan je samen met jouw kind een kaartje trekken. Op deze kaartjes staan fantasievragen die positieve gedachten versterken. Door de nadruk te leggen op de positieve gedachten kan het kind zich beter ontspannen. Dit kan er voor zorgen dat het kind rustiger in slaap valt.

Als jullie deze oefening vaker samen doen, is de kans groter dat het kind steeds makkelijker aan iets positiefs gaat denken.

#### **Tip!**

Naast deze kaartjes is ook het bijbehorende boek 'Merlin en het Toverzand' te bestellen via:

[www.wilwonder.nl](http://www.wilwonder.nl)

## Werkwijze Toverkaartjes

Trek een \*kaartje en lees samen de vraag;

Geef het kind tijd en ruimte zodat hij zijn/haar gedachten vrij kan laten gaan;

Stel open vragen zodat het kind zelf aan iets positiefs gaat denken en hierover kan vertellen;

Het kind kiest één positieve gedachte uit;

Met deze positieve gedachte sluit je af.

Vervolgens kan het toverzand worden gebruikt.

*\* Er zitten enkele blanco kaartjes bij waar je zelf verzonnen vragen op kunt schrijven.*

## Werkwijze Toverzand

Laat het kind zijn ogen sluiten.

Schud het toverzand flesje op en neer.

Door het geluid lijkt het alsof je echt toverzand strooit. Hoewel het flesje dicht blijft, speel je alsof je toverzand in de ogen van het kind strooit.

Je kan het kind laten fantaseren over de toverkracht van het toverzand.

Terwijl je dit doet denkt het kind aan de positieve gedachte die eerder is benoemd.

© 2017 - WH/MHDJ