

# Sterk naar School

Voor veerkrachtige en weerbare meiden



## Wat vind jij eigenlijk van...?

Een spel voor ouders en jongeren om eens over wat anders te praten dan *Ruim je kamer op!!!* of *Boeien...*

Wat: 36 kaartjes met vragen en 36 kaartjes met stellingen, speciaal gericht op ouders met puberdochters.

### Speeltips:

- Doe niet teveel kaartjes achter elkaar, want dan wordt het saai en luister je niet meer.
- Gebruik de lege kaartjes om jullie eigen vragen op te schrijven.
- Het is okee als je maar aan één kaartje toekomt omdat het gesprek een heel andere richting opgaat.
- Laat af en toe gewoon eens ergens een paar kaartjes slingeren en kijk wat er ontstaat (op tafel, in de auto, ...)
- Wie denkt dat hij/zij 'GELIJK' heeft is af (het gaat om meningen, niet om feiten)

**'Ik ben nieuwsgierig naar de gedachtewereld van de ander'**

LET OP: Dit spel is gemaakt door Femke Wester van Sterk naar School. Het is geheel gratis, voor iedereen. Wil je dit spel delen met anderen, dan mag dat via mijn website

<https://sterknaarschool.nl/meidenkaartjes> THANX!!

# Sterk naar School

Voor veerkrachtige en weerbare meiden



## Meer?

Als dit spel je bevalt,  
als het inderdaad leuke gesprekken oplevert,  
dan heb ik nog een heel gaaf **cadeau** voor je in de aanbieding!

Mijn gratis eDOEbook voor ouders van pittige pubermeiden met drie uitgebreide oefeningen weer meer samen te lachen en vaker echt in contact te zijn.



Hebben?

Je kunt het gratis downloaden op

<https://www.sterznaarschool.nl/rollende-ogen-edoebook>

Waar ben jij trots op?

© Sterk naar School 2020

Wat zou jij anders doen dan je ouders?

© Sterk naar School 2020

Wat vind je leuk aan jezelf?

© Sterk naar School 2020

Waar ben je bang voor?

© Sterk naar School 2020

Waar schaam je je stiekem voor?

© Sterk naar School 2020

Waar zou je meer invloed op willen hebben?

© Sterk naar School 2020

Wat vind je leuk aan je ouders?

© Sterk naar School 2020

Zou je liever willen kunnen vliegen of wereldberoemd zijn?

© Sterk naar School 2020

Wil je liever een olifant of een draak als huisdier?

© Sterk naar School 2020

Kies: Voor altijd lelijke nagels of gebarsten lippen.

© Sterk naar School 2020

Als je een uur lang mocht doen wat je wilde, wat zou dat zijn?

© Sterk naar School 2020

Ben je wel eens totaal verliefd geweest op een compleet 'fout' iemand?

© Sterk naar School 2020

Als je tachtig bent, welke vijf lievelingsherinneringen zou je dan willen hebben?

© Sterk naar School 2020

Als je naar één Groot Gala / rode loper event mocht, welke dan?

© Sterk naar School 2020

Wat voor kleur ogen heb je?

© Sterk naar School 2020

Wat heb je geërfd van je ouders waar je blij mee bent?

© Sterk naar School 2020

Welke eigenschap van je moeder moe(s)t je af en toe om grinniken?

© Sterk naar School 2020

Geloof je in God, of in 'meer'?

© Sterk naar School 2020

Wat zou voor jou de meest mislukte date ooit zijn?

© Sterk naar School 2020

Met welke beroemdheid zou je NOOIT in het openbaar willen verschijnen?

© Sterk naar School 2020

Welk lied mogen ze draaien op je begrafenis?

© Sterk naar School 2020

Kies: Een schoonmoeder from hell of een man met konijntanden.

© Sterk naar School 2020

Welke auto zou je willen als alles kon?

© Sterk naar School 2020

Wie zou jij blindelings gehoorzamen?

© Sterk naar School 2020

Wat is de mooiste kleur  
voor een trouwjurk?

© Sterk naar School 2020

Waar heb je spijt van?

© Sterk naar School 2020

Heb je wel eens iemand  
gepest?

© Sterk naar School 2020

Wat voor advies zou je je  
jongere zelf willen geven?

© Sterk naar School 2020

Mag je ooit het recht in  
eigen hand nemen?

© Sterk naar School 2020

Liever Wonder Woman of  
liever Michelle Obama?

© Sterk naar School 2020

Wat is het smerigste dat je  
ooit gegeten hebt?

© Sterk naar School 2020

Heb je goeie seksuele  
voorlichting gehad?

© Sterk naar School 2020

Wat dacht je vroeger dat je  
nooit zou doen maar deed  
je toch?

© Sterk naar School 2020

Wie is jouw slechtste  
rolmodel ooit? Hoe wil je  
NOOIT worden?

© Sterk naar School 2020

Is er iemand in je leven die  
je HAAT en van wie je  
houdt tegelijk?

© Sterk naar School 2020

Welk liedje heb je nu in je  
hoofd?

© Sterk naar School 2020

Ik doe het wel alleen.

© Sterk naar School 2020

De grens tussen 'jezelf zijn'  
en 'er bij horen' is een  
kwestie van kiezen

© Sterk naar School 2020

'Rationeel' is beter dan  
'emotioneel'

© Sterk naar School 2020

Als je niet kwetsbaar bent,  
heb je ook geen pijn.

© Sterk naar School 2020

Vertrouwen is het mooiste  
dat je de ander kunt  
schenken.

© Sterk naar School 2020

Wat je zaait zul je oogsten.  
Altijd.

© Sterk naar School 2020

Je moet **ALTIJD** je ruzies  
uitpraten.

© Sterk naar School 2020

Woorden zeggen niets,  
acties zeggen alles.

© Sterk naar School 2020

Weten wie je werkelijk  
bent is de enige belangrijke  
zoektocht in het leven.

© Sterk naar School 2020

Je moet altijd jezelf zijn.

© Sterk naar School 2020

Soms is een leugentje om  
bestwil een prima plan.

© Sterk naar School 2020

De toekomst is leeg, dus  
kies niet voor de lange  
termijn.

© Sterk naar School 2020

Rekenen en taal en topografie zouden we niet meer hoeven leren.

© Sterk naar School 2020

'Status' is belangrijker voor mannen dan voor vrouwen.

© Sterk naar School 2020

Men zou nooit hoeven koken wat men zelf niet lust.

© Sterk naar School 2020

Stripboeken zijn soms ook literatuur.

© Sterk naar School 2020

De online wereld is niet minder echt dan de offline wereld.

© Sterk naar School 2020

Alle leraren zouden één keer per jaar bij elkaar in de klas moeten zitten.

© Sterk naar School 2020

Vriendinnen zijn uiteindelijk belangrijker dan je partner.

© Sterk naar School 2020

Make-up is voor vrouwen wat oorlogskleuren zijn voor indianen.

© Sterk naar School 2020

Een volledig platonische vriendschap tussen mannen en vrouwen bestaat niet.

© Sterk naar School 2020

Geen enkel (school)vak zou verplicht moeten zijn.

© Sterk naar School 2020

Niks wat niemand ooit doet is zonder eigenbelang.

© Sterk naar School 2020

Wie dit leest is gek.

© Sterk naar School 2020

Bloemen plukken is dom.  
Laat ze toch staan

© Sterk naar School 2020

De wereld zou er een stuk  
mooier uitzien zonder  
mensen.

© Sterk naar School 2020

Wetenschappelijk bewijs is  
het enige echte bewijs.

© Sterk naar School 2020

Zonder muziek was de  
menschheid al lang  
uitgestorven.

© Sterk naar School 2020

Als de bedoeling goed is  
moet je een verkeerde  
actie altijd vergeven.

© Sterk naar School 2020

Wraakgedachtes zijn  
milieuvervuiling van je  
hoofd.

© Sterk naar School 2020

Wat je denkt is niet waar.  
Alleen feiten zijn waar.

© Sterk naar School 2020

De doodstraf zou overal  
verboden moeten zijn.

© Sterk naar School 2020

Wetten zijn er om  
overtreden te worden.

© Sterk naar School 2020

Iedereen zou elke dag twee  
minuten stil moeten zijn.  
En zitten.

© Sterk naar School 2020

Mannen en vrouwen zijn  
niet gelijk, wel  
gelijkwaardig.

© Sterk naar School 2020

Spruitjes eten is voor je  
eigen bestwil.

© Sterk naar School 2020





© Sterk naar School 2020



© Sterk naar School 2020



© Sterk naar School 2020



© Sterk naar School 2020



© Sterk naar School 2020



© Sterk naar School 2020



© Sterk naar School 2020



© Sterk naar School 2020



© Sterk naar School 2020



© Sterk naar School 2020



© Sterk naar School 2020



© Sterk naar School 2020

# Sterk naar School

Voor veerkrachtige en weerbare meiden



## Vonden jullie het leuk?

Sterk naar School



### Drie POWER-tips

#### 1. Rolmodel

Wie vind jij echt stoer, fantastisch, geweldig? Zo kun jij ook zijn! Doe gewoon alvast alsof en voel de kracht door je lijf stromen.

#### 2. Trots

Wanneer klapt men voor je? Wanneer glom je van trots? Goed gedaan! Denk hier aan terug voor je iets engs moet gaan doen.

#### 3. Adem

Train jezelf in rustig, ritmisch ademen, terwijl je ondertussen een kracht-motto herhaalt. 'Alles gaat voorbij' bijvoorbeeld, of 'Ik GA ervoor!'

Veerkracht en weerbaarheid

Dit spel werd jullie aangeboden door mij, Femke, van Sterk naar School.

Ik werk met pittige pubermeiden; samen ontdekken we waar ze hun kracht vandaan halen, hun motivatie en hoe ze zich goed staande houden in de maatschappij zonder hun prachtige eigenwijze zelf te moeten veranderen of verloochenen.

Ik hoor graag van jullie!

Sterk naar School



Individuele training  
Groepstrainingen  
Privé coaching

Sterk naar School

Femke Wester  
06-43714150  
Kerkpad 7  
9951 EP Winsum  
femke@sterknaarschool.nl  
<https://sterknaarschool.nl>

*"Femke, soms kom je in je leven mensen tegen die iets goeds voor je betekenen wat je de rest van je leven onthoud. Zo iemand ben jij voor xxx, vandaar mijn opmerking dat je een lot uit de loterij bent voor haar (ons)."*



Veerkracht en weerbaarheid