

DOCENTHANDLEIDING VOOR HET SPEL 'HOE DEEL IK?'

Doel van het spel

Onderzoek laat zien dat steeds meer jongeren last hebben van mentale klachten. Dit komt onder andere door een te hoge werkdruk en het gevoel altijd op topniveau te moeten presteren. Erover praten helpt, maar dat is niet altijd even makkelijk. Daarom is er een laagdrempelig kaartspel ontwikkeld om mbo-studenten hierbij op weg te helpen. Het spel is samen met jongeren ontwikkeld om mentale gezondheid bespreekbaar te maken tijdens een stage of – na de opleiding – op de werkvloer. Door het kaartspel op school te spelen, leren jongeren in een veilige omgeving op een open manier te praten over mentale gezondheid. Ze ontdekken hoe ze het beste mentale problemen kunnen delen, naar elkaar kunnen luisteren en goed kunnen reageren. Door erover te praten, ontstaat er ruimte om samen tot een oplossing te komen.

Voorwaarden

Om het spel goed te kunnen spelen, is het belangrijk dat de jongeren zich in een veilige omgeving bevinden waarin ze open, onderling met elkaar kunnen praten. Het is daarom niet de bedoeling dat de docent zelf meedoet met het spel of meeluistert naar wat de jongeren elkaar vertellen. De docent geeft een inleiding over het doel van het spel. Dit kan op basis van bovenstaande tekst (doel van het spel). Het spel wordt in groepjes van vier personen gespeeld. De spelregels staan beschreven in het spel en hoeft de docent niet uit te leggen. Geef jongeren de mogelijkheid om het spel in een aparte of andere ruimte te spelen als hier behoefte aan is. Bespreek na afloop van het spel wat de ervaringen waren. Let hierbij op dat jongeren niet zonder toestemming het verhaal van een ander delen in de klas. Wijs de jongeren op de mogelijkheden voor extra informatie of ondersteuning die ook in de spelregels worden benoemd. En vul dit aan met specifieke ondersteuning die op of via de school wordt geboden.

Veel plezier met het spelen van 'Hoe deel ik?!'

Contactpersonen

Communicatie: [NJR](#), **Maud ter Wielen**, maudterwielen@njr.nl

Distributie en Great Minds Programma: [NJR](#), **Mounir Chadli**, mounirchadli@njr.nl

Ontwikkeling en MAPA MBO programma: [INO](#), **Jenny Huijs**, jenny.huijs@tno.nl

Ontwikkeling en productie: [Snijboon](#), **Frouke Richter**, frouke@snijboon.nl