

# DE GELUKS VOGELS

## GELUK.

*voor kinderen*

HET SPEL

Een spel met opdrachten  
waarmee kinderen en volwassenen  
samen bouwen aan geluk

**De Geluksvogels is een spel voor kleine en grote gelukzoekers. Kinderen en volwassenen spelen het samen. Het is een opdrachtenspel waarvan iedereen gelukkiger kan worden, zowel de spelers als mensen in hun omgeving. Het doel: samen een zo groot mogelijk warm nest bouwen. Je speelt het spel zo lang en zo vaak je wilt.**

Geef *De Geluksvogels* een plaats in je huis. Het is geen gewoon gezelschapsspel dat je af en toe uit de kast haalt en in één keer uitspeelt. Het is een 'ervaringsspel'. Het gaat dus niet om winnen of verliezen, maar om samen bouwen aan geluk. Kinderen spelen het samen met minstens één volwassene (liefst in gezinsverband). De opdrachten goed uitvoeren en samen over deze ervaring praten vormen de basis van het spel. Het hele spel neemt enkele weken (tot enkele maanden) in beslag. Je kiest zelf wanneer je er even tijd voor maakt. Sommige spelopdrachten duren maar enkele minuten, andere een dag of langer.

### DE TIEN PIJLERS VAN GELUK

*De Geluksvogels* is gebaseerd op de tien pijlers van geluk, zoals ze ook voorkomen in het voorleesboek *Geluk voor kinderen* (Leo Bormans, Lannoo). Samen vormen die pijlers de woorden 'droom geluk'. Je kunt het spel onafhankelijk van het boek spelen, maar het boek biedt wel een meerwaarde. Je kunt dan het verhaal van de geluksvogels (voor)lezen en er dankzij de vragen en opdrachten in het boek nog meer plezier aan beleven. Elke vogel in het verhaal en in het spel staat voor één pijler:

**DOELEN** (doelen stellen en die stap voor stap realiseren) → *Sporo*

**RELATIES** (jezelf verbinden met andere mensen) → *Kaketoe*

**OPENHEID EN ZINGEVING** (nieuwsgierig zoeken naar het grotere geheel) → *Alba*

**OPMERKEN EN WAARDEREN** (de wereld om ons heen zien en appreciëren) → *Kagoe*

**MEZELF ZIJN** (jezelf aanvaarden en je goed in je vel voelen) → *Dipper*

**GEVEN** (delen en iets doen voor andere mensen) → *Hokko*

**EMOTIES** (je gevoelens uiten en een positieve houding aannemen) → *Mingo*

**LICHAAM GEZOND** (goed voor je lichaam zorgen en gezond eten) → *Nandoe*

**UITPROBEREN** (leergierig blijven, groeien en bijleren) → *Kea*

**KRACHT** (moedig zijn en veerkracht ontwikkelen) → *Branta*

## 1. DOEL VAN HET SPEL

---

Samen praten over geluk en stappen zetten om gelukkiger te worden. Daarvoor bouwen we **een zo groot mogelijk warm nest** door de geluksopdrachten uit te voeren. Bij elke goed uitgevoerde opdracht mag je een stukje van het nest kleuren. **Inkleuren doe je op een kopie van het spelbord**. Zo kun je het spel meerdere keren (ook jaren later) of in andere groepen spelen. Je vindt in deze doos twee kopieën. Je kunt er zelf meer maken of je kunt ze downloaden via [www.degeluksvogels.com](http://www.degeluksvogels.com). Je begint in het midden te kleuren.

## 2. VERLOOP VAN HET SPEL

---

Bepaal met hoeveel mensen je dit spel speelt. **Er moet minstens één volwassene bij zijn**. Alle medespelers zijn ‘geluksvogels’.

Hang of leg het spelbord ergens op **een vaste plaats**. Laat iedere speler een eigen pion, prikker of magneet maken of kiezen die aangeeft waar hij op dat moment op het spelbord mee bezig is.

Er zijn **honderd kaartjes met een opdracht**, voor elke vogel tien. Maak per vogel een stapeltje en leg telkens **de kaart met een ei** bovenaan. Dat is je startkaart. De volgorde van de andere kaarten is willekeurig.

Kies aan welk deel van het nest je wilt bouwen. Welke **gelukspijler** wil je versterken? Je beslist telkens zelf van welk stapeltje je een kaartje neemt. Kies één vogel uit en voer opeenvolgend de opdrachten bij deze pijler uit, of kies een of twee opdrachten binnen één pijler en daarna enkele van een andere pijler. Er is geen vaste volgorde. Je kiest zelf waarin je het meeste zin hebt en wat op dat moment het meest aansluit bij de leefwereld en de bezigheden van de spelers.

Er zijn drie mogelijkheden om de opdrachten uit te voeren:

1. Een speler neemt één kaartje en deze opdracht wordt door **alle geluksvogels** uitgevoerd. Als iedereen de opdracht heeft volbracht, kleur je het vakje in.
2. Iedere speler neemt een kaartje, deelt de inhoud met de groep en voert de opdracht dan zelf uit. Ook dan blijft het belangrijk dat de hele groep meepraat en meedenkt met elke opdracht. Je kleurt een vakje in als **één speler** zijn opdracht helemaal heeft uitgevoerd en er verslag over heeft uitgebracht.
3. Je werkt in **duo's** (bijvoorbeeld telkens een volwassene en een kind). Het duo neemt een kaartje, praat er met de andere duo's over en voert daarna de opdracht uit. Als de opdracht van één duo is uitgevoerd, mag een vakje worden ingekleurd.

Er zijn **korte** en **langere** opdrachten. De opdrachten die langer duren worden aangeduid met een klokje: ⌚

Voor een korte opdracht mag je één vakje inkleuren, als je een lange opdracht hebt uitgevoerd, mag je twee vakjes inkleuren. Om tien vakjes per vogel te kunnen inkleuren kun je dus vijf opdrachten met een klokje uitvoeren of bijvoorbeeld vier zonder klokje en drie mét klokje. Kom je uit op elf, dan mag je alvast een vakje bij een andere vogel inkleuren.

Lees de kaartjes niet van tevoren. Laat je telkens **verrassen**. Lukt het je echt niet of heb je geen zin om een bepaalde opdracht te vervullen, dan kun je vragen of een andere speler het kaartje wil. Of je kunt na overleg een ander kaartje nemen.

Nadat je een opdracht hebt volbracht, leg je het kaartje onder de stapel. Als alle honderd vakjes zijn ingekleurd, is het nest klaar.

De **begeleiding door een volwassene** is essentieel. De begeleider kan de taal aanpassen aan de leeftijd en voert de opdrachten mee uit. Het is belangrijk en fijn dat de volwassen spelers ook echt de opdrachten mee uitvoeren. Soms betekent dat dat ze ook hun kwetsbare kant mogen tonen.

**Het startpunt is een open houding.** We maken onze zoektocht naar oprecht geluk verrassend en leuk. Het kiezen van een kaartje kan bijvoorbeeld ook een klein belonings- of motivatiemoment zijn ('het was een fijne dag vandaag, we kunnen weer even samen werken aan ons nest'). De tien speelvogels zijn onze gids.

### 3. DEEL JE REACTIES

---

We nodigen je uit om je reacties op het spel te delen met andere spelers. Hoe verloopt het? Wat is er allemaal gebeurd? Hoe reageren de spelers? Iedereen is benieuwd. Geef je reacties en lees mee op [www.degeluksvogels.com](http://www.degeluksvogels.com). Daar vind je ook meer achtergrondinformatie en kun je terecht met eventuele vragen en suggesties. Deel je ervaringen en foto's via sociale media (#geluksvogels).

### 4. EXTRA SPEL

---

Je kunt de kaartjes ook gebruiken om een ander spel te spelen. Daarvoor gebruik je alleen de kant van de kaartjes waarop de vogels staan afgebeeld. We voeren gewoon samen **een leuk gesprek over geluk**. Dat kan bijvoorbeeld op een vast moment aan het einde van de week:

Iedere speler neemt willekeurig tien kaartjes (of vijf als er jonge spelers bij zijn). Ieder legt om de beurt een kaartje in het midden van de tafel. Bij een kaartje zonder klokje deel je met de anderen een gelukkig moment van **de afgelopen week**. Bij een kaartje mét een klokje deel je met de anderen iets wat je voor **de volgende dagen** plant of je overweegt wat kan bijdragen aan jouw geluk en dat van anderen.

Afhankelijk van de leeftijd van de kinderen kun je de voorbeelden ook koppelen aan het thema van **de vogel op de kaart**. Een kaartje met Sporo moet dan bijvoorbeeld iets te maken hebben met doelen stellen en realiseren, bij Kaketoe gaat het over relaties met andere mensen enzovoort.

Je kunt met de kaartjes ook een memoryspel spelen.

## VERTELVORSTELLING

Kijk op de website [www.deverhalenkat.be](http://www.deverhalenkat.be) of er een vertelvoorstelling van *Geluk voor kinderen* in je buurt komt of hoe je deze zelf kunt boeken.

## MEER WETEN?

Van auteur Leo Bormans verschenen bij Uitgeverij Lannoo nog andere boeken die je geluk kunnen versterken:

In *Geluk voor kinderen* vind je tien spannende voorleesverhalen over de tien vogels van dit spel. Elk verhaal is – net als de opdrachten in dit spel – gebouwd op een van de tien pijlers van geluk. Bij elk verhaal krijg je ook stimulerende vragen en opdrachten om het thema voor iedereen bespreekbaar te maken.

De internationale bestseller *Geluk. The World Book of Happiness* (en in dezelfde reeks *The World Book of Love* en *The World Book of Hope*), aangevuld met creatieve opdrachten voor alle leeftijden in *De Schatkist vol geluk* en *De Schatkist vol liefde*.

Elk jaar verschijnt de nieuwe kalender *Een jaar vol geluk*. Die geeft je elke dag een citaat over geluk en een kleine doe-opdracht die je geluk kan versterken.

Een *dagboek vol geluk* is een handig boekje met veel ruimte voor je eigen ervaringen, opgehangen aan de twaalf beste beslissingen in je leven en 250 concrete tips om ze te realiseren. Ook mooi om de leukste ervaringen met dit spel in te noteren.

*Word optimist* is een praktijkboek met veel inspirerende verhalen en voorbeelden.

In *Veel geluk* lees je alles over het grote geluksonderzoek aan de Universiteit van Leuven en vind je honderden adviezen om jouw geluk en dat van anderen te versterken.

[www.leobormans.be](http://www.leobormans.be)

[www.lannoo.com](http://www.lannoo.com)

Registreer u op onze website en we sturen u regelmatig een nieuwsbrief met informatie over nieuwe boeken en met interessante, exclusieve aanbiedingen.

© Uitgeverij Lannoo nv, Tielt, 2015

Vormgeving: Kris Demey

Illustraties: Sebastiaan Van Doninck

D/2015/45/393

NUR 200 / 854 / 218

978 94 014 2952 8

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand en/of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch of op enige andere manier zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.