

Spelregels

Gronkels

Doel van het spel

Het spel is simpel. Je hebt snelle handen en een portie concentratie nodig. **Zorg ervoor dat je je Gronkels zo snel mogelijk kwijt bent en je hebt gewonnen!** Als je al je kaarten kwijt bent, roep je 'Gronkels'. Krijg jij ze kwijt?

De meeste mensen hebben negatieve en positieve gedachte-kronkels. In dit spel noemen we deze Gronkels. Dit spel helpt je om op te sporen welke Gronkels jou in de weg kunnen zitten, en ook welke jou kunnen helpen.

Vorbereiding

Schud de kaarten en deel uit.

Met 2 of 3 spelers krijgt iedereen 7 kaarten. Ben je met meer? Dan krijgt iedereen 5 kaarten per persoon.

Iedereen bekijkt zijn of haar eigen kaarten en sorteert ze.

De overige kaarten leg je omgekeerd in het midden van de tafel.

Inhoud spel

60 speelkaarten

Spelverloop

Bij dit spel zijn er geen beurten, iedereen speelt tegelijk. Je speelt met één speelveld en je moet ervoor zorgen dat je jouw Gronkels zo snel mogelijk kwijt bent.

Als iedereen klaar is met het sorteren van de kaarten, kan het spel beginnen! Je hebt tijdens het spel 3 opties.

Het spel is losjes gebaseerd op de theorie van Aaron T. Beck over denkfouten en de inzichten van de 'growth mindset' van Carol S. Dweck.

3 opties

1. Alle kaarten waarvan je er **minstens 2** in je hand hebt mag je **op tafel leggen** met de afbeelding naar boven. Zo ontstaat van elk karakter een aparte stapel

2. Heeft een karakter al een stapel op tafel? Dan mag je dezelfde kaart(en) **erbij leggen**.

3. Kan je niks op tafel leggen? Dan mag je een **kaart** van de stapel **pakken**.

Einde van het spel

Het spel is afgelopen als de eerste speler **al zijn kaarten kwijt is** en **'Gronkels'** roept. Dan is deze speler de winnaar én Gronkel-expert! Het kan voor komen dat niemand al zijn kaarten kwijt kan, dan is het gelijkspel.

Dit spel is met plezier ontwikkeld door Saskia Kenselaar en Dorien Hulsebosch. De vormgeving is gedaan door Fabian van Hoffen.

Nieuwsgierig: kijk op
www.gronkels.nl