

Mirelle Valentijn



ik
denk
me
sterk

WORKSHOP!!

voor beroepskrachten



stichting omgaan met pesten



Sewmie

sprekend spel

"Ik denk me sterk" DE WORKSHOPS 2014

Vergroot de gedachtekracht van kinderen en tieners!

JOEPIE het aanbod met nieuwe workshops voor 2014 is klaar. Dit jaar organiseren we de workshops op meerdere plaatsen in Nederland. In deze folder vind u informatie over de spelworkshop ik denk me sterk en de uitgebreide workshop gedachtekracht voor kinderen (blz. 8). Veel leesplezier en wie weet tot ziens!

Hartelijke groet, Mirelle Valentijn

Voor wie?

Deze bijscholing is bedoeld voor beroepskrachten die werken met kinderen van 6 tot en met 10 jaar en tieners van 10 tot en met 16 jaar. Dat zijn bijvoorbeeld beroepskrachten binnen het onderwijs; leerkrachten, docenten, intern begeleiders en remedial teachers. Ook beroepskrachten die werkzaam zijn binnen de begeleiding van kinderen en tieners; zoals trainers, kindercoaches, kindertherapeuten, en orthopedagogen kunnen zich aanmelden voor deze bijscholing.



Wat?

Als beroepskracht is het belangrijk een positieve invloed uit te oefenen op de gedachten vorming van kinderen en tieners. Er zijn verschillende manieren om kinderen en tieners in hun gedachten vorming te begeleiden. Na het volgen van deze workshop kun je een keuze maken uit de werkvormen van het spel 'Ik denk me sterk' om toe te passen in contact met je doelgroep.

Het spel 'ik denk me sterk'

Het spel 'Ik denk me sterk' richt zich op vier thema's:

- Weerbare lichaamstaal
- Opkomen voor jezelf en een ander
- Zelfvertrouwen
- Omgaan met eigen en andermans grenzen



Het spel bestaat uit 50 spelkaarten. Alle kaarten zijn voorzien van een afbeelding en een helpende gedachte. De helpende gedachten doen een beroep op het toepassen van gedrag, dat past bij de vier thema's. Tijdens het spel leren kinderen de eigen niet helpende gedachten herkennen en omzetten in helpende gedachten. Wanneer zij het spel vaker spelen zullen zij positiever gaan denken en gemakkelijker voor zichzelf en een ander opkomen. Hierdoor zullen zij als individu en als groep beter gaan functioneren. Het spel is gebaseerd op de werking van de vier g's. Deze 'vier G's' zijn een uitwerking van de rationeel emotieve therapie, waarvan in onderzoek is aangetoond dat deze werkt. Met deze 50 kaarten kunnen verschillende spelvormen worden gespeeld.

Mirelle Valentijn organiseerde in 2009/2010 het project 'door jongeren voor jongeren' in opdracht van Stichting omgaan met pesten. Binnen dit project kregen de jongeren de kans om hun maatschappelijke stage te voldoen. Zij volgden workshops en verdiepten zich in de aanpak van de stichting. Tot slot benutten zij hun creatieve talenten en illustreerden les- en spelmaterialen. De illustraties door jongeren voor jongeren liggen dicht bij de belevingswereld van de deelnemers. Een groot deel van deze illustraties heeft Mirelle Valentijn verwerkt in het spel ik denk me sterk. Het spel kwam op de markt in 2012.

Ik denk me sterk is al twee maal in de prijzen gevallen. Tijdens de NOT in januari 2013 eindigde het spel na nominatie voor de innovatie prijs op de 3^e plaats binnen de categorie basisonderwijs. In april 2013 kreeg het spel een kroonappel van oranje in de Gemeente Barendrecht in de categorie jeugd.



Programma

De workshop wordt verzorgd door Mirelle Valentijn, auteur van het spel 'ik denk me sterk'. Uitgever van het spel is Stichting omgaan met pesten. Het spel is tot stand gekomen in samenwerking met Semmie Sprekend Spel en training.

Programma van de workshop

10.00 Aanvang programma

- Welkom
- Opening met een spelvorm
- Stichting omgaan met pesten



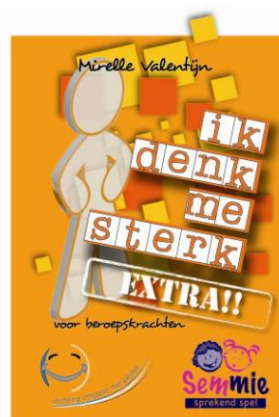
- De kracht van het project 'door jongeren voor jongeren'
- Werken met de thema's
 - Weerbare lichaamstaal
 - Opkomen voor jezelf en een ander
 - Zelfvertrouwen
 - Omgaan met eigen en andermans grenzen
- Ervaren van spelvormen en aandachtspunten voor de spelbegeleider d.m.v. gesprekinterventies en creatief werken met RET (rationeel emotieve therapie) m.b.v. verhaal, drama en toneel.
- Evaluatie

13.0 Afsluiting

De workshop is interactief en ervaringsgericht. Dit betekent dat er wordt gewerkt met korte momenten van theoretische overdracht en er veel aan onderlinge uitwisseling wordt gedaan. Het werken met het spel ik denk me sterk staat centraal. Een groot deel van de spelvormen mag u als beroepskracht ook zelf ervaren. Al spelende ontdekt u de aandachtspunten voor u als spelbegeleider.



Na afloop ontvangt u de ikdenkmesterk-EXTRA en ikdenkmesterk-DEWORKSHOP met daarin de beschrijving van de theorie, spelvormen en een verwijzing naar literatuur.



Reacties van deelnemers na “Ik denk me sterk” DE WORKSHOP:

Kim (kindercoach)

“Toen ik mij inschreef voor de workshop verwachtte ik met name info over het spel en hoe het te gebruiken en in te zetten, horen over ervaringen van anderen, stukje theorie over met de thema’s (Weerbare lichaamstaal, Opkomen voor jezelf en een ander, Zelfvertrouwen, Omgaan met eigen en andermans grenzen). De workshop was anders dan ik had verwacht, waardoor ik meer heb gekregen. Ik vond de opdrachten met het spel erg leuk en goed. Misschien had ik ietsie-pietsie meer theorie fijn gevonden. Dat past natuurlijk ook meer in een bijscholingsdag dan in een avond workshop. Ik ga het spel volgende week al inzetten tijdens een coach sessie met een jongen van 8 jr. Het spel is zeer bruikbaar als je met kinderen werkt. En juist de verschillende mogelijkheden erbij, maakt dat het niet eentonig wordt en dat je het spel dus vaker kan gebruiken op verschillende manieren. Mirelle, bedankt voor de leuke en inspirerende workshop. Soms (eigenlijk vaak 😊) weet je niet wat je van een workshop kan verwachten en of het je ‘tijd’ en ‘geld’ wel waard is. Dat je na 3 uur weg gaat en denkt: “Nou, wat heb ik eigenlijk geleerd, wat echt een toevoeging voor mij is. Dat wat ik nu mee neem, had ook in 1 uur verteld kunnen worden.” Dat geldt **niet** voor jouw workshop. Ik heb veel geleerd, elke minuut was goed besteed. Ik ben zeker geïnspireerd om met het spel te gaan werken.”

Colinda (kinder- en tiener yoga docente, dramadocente, durven&doen trainer)

“Mirelle Bedankt! Ik vond het een weer een heel fijne avond. Ondanks mijn eigen vermoeidheid ben ik heel blij dat ik ben gekomen en heb weer veel geleerd. Ik heb al eerder workshops bij jou gevolgd, ook over het spel IDMS voor beroepskrachten. Je had deze keer een andere opzet gekozen en dat beetje herhaling dat er ook was, was heel fijn. Ik heb vooral gezien dat je zo snel in je standaard werkvormen vervalt. Zonde je kunt zoveel meer doen met deze kaartjes!”

Anneke (kindercoach, oudercoach, coördinator brede school, peuterleidster voorschool)

“Ik had heel veel zin om mee te doen aan de workshop. Het spel Ik denk me sterk had ik al in mijn bezit en ik werk er graag mee. Inmiddels heb ik er in een groepje mee gewerkt en veel vaker individueel. Het spel combineer ik met mijn eigen werkwijze, dat helpt de kinderen om in hun kracht te komen.

Ik vond het leuk om voorafgaand aan de workshop andere beroepskrachten te eten. Het was erg gezellig en leuk om te netwerken.

Mirelle ik vind dat je een hele goede workshop hebt gegeven. Aan het einde (om het rond te maken) heb ik het gezegd dat ik je een topvrouw vind. Ik heb in mijn leven al vaak workshops gevolgd, die van jou springt er met kop en schouders bovenuit. Je komt heel rustig en helder over, hebt een prettige stem en leuke uitstraling. Je bent heel opmerkzaam en kijkt goed naar de deelnemers. Je legt de stappen van iedere spelvorm goed uit en stelt steeds de gelegenheid om aan te vullen of om vragen te stellen.

Misschien zou je eens les kunnen geven op een opleiding voor kindercoaches en kindertherapeuten? Het spel en de spelvormen zijn een mooie interventie om zowel in groepen als individueel mee te werken.

Het is een avond geworden om met heel veel plezier op terug te kijken, na te genieten en waar ik leuke mensen heb ontmoet. Mag ik je een keer mondeling vertellen hoe ik het spel combineer met een eigen methodiek? Veel succes met het mooie werk dat je doet!”

Nathalie (advocaat, oriënterend op opleiding trainer omgaan met pesten)

Ik vond het een leuke bijeenkomst vorige week en ik ben blij dat ik ben gekomen. Je spreekt met zoveel liefde en enthousiasme. Knap hoor. Ik heb er ook al veel aan gehad. Ik heb weer nieuwe inzichten gekregen. Voor mij was het ook fijn om mij deze avond te oriënteren op de werkwijze van trainers omgaan met pesten, omdat ik de opleiding tot trainer overweeg. En verder was het goed om als advocaat, eens kennis te maken met totaal ander werkveld waar ik mij op oriënteer.”



Planning & Locaties:

- Dinsdag 18 maart 10.00 – 13.00
- Donderdag 15 mei 10.00 – 13.00

Scholingsruimte in 't Lokaal aan de Rondweg 1, 3641 SC in Mijdrecht. Mijdrecht ligt nabij Amsterdam en Utrecht en is goed bereikbaar vanaf de snelweg en redelijk met het openbaar vervoer. Er is voldoende gratis parkeergelegenheid.

Aansluitend aan de workshops kan gebruik gemaakt worden van de netwerklunch voor beroepskrachten. Er is gelegenheid om aanvullende vragen te stellen aan de auteur en ervaringen uit te wisselen.

- Donderdag 24 april 10.00 – 13.00

Scholingsruimte Praktijk Piiple Persoonlijke Ontwikkeling van collega trainer omgaan met pesten Lillian Smak Gregoorn. De ruimte ligt aan de Blijdorp-Oost 5, 2992 LA in Barendrecht.

Barendrecht ligt nabij Rotterdam en is goed bereikbaar vanaf de snelweg en met het openbaar vervoer. Er is voldoende gratis parkeergelegenheid.

Kosten “ik denk me sterk” DE WORKSHOP

€ 59,25 voor beroepskrachten inclusief een spel ik denk me sterk

€ 40,00 voor beroepskrachten die al in het bezit zijn van een spel ik denk me sterk

€ 35,00 voor beroepskrachten aangesloten bij de landelijke vereniging van trainers omgaan met pesten

(koffie, thee en water zijn inbegrepen bij de workshop)

na afloop ontvangt u de

- ikdenkmesterk-EXTRA
- ikdenkmesterk-DEWORKSHOP

Hierin kunt u de achtergrondinformatie over het spel en de uitgebreide beschrijving van de spelvormen nalezen.

Natuurlijk bieden wij u de kans een of meer exemplaren van het spel aan te schaffen na afloop van de avond. Fijn voor het werken in een grotere groep en leuk om cadeau te geven. U ontvangt deze informatie bij de bevestiging van uw aanmelding.

Aanmelden

U kunt zich aanmelden door het contact formulier in te vullen op de website www.praktijkvoorlevensgeluk.nl of www.ikdenkmesterk.nl. Geef aan dat u wilt deelnemen aan deze workshop. Een andere mogelijkheid is rechtstreeks aanmelden via de email.

Contactgegevens

Mirelle Valentijn

PURA VIDA Praktijk voor Levensgeluk
Pastoor Kannelaan 43
3648 XX Wilnis
0297 - 27 46 05
praktijkvoorlevensgeluk@kpnplanet.nl
www.praktijkvoorlevensgeluk.nl
www.ikdenkmesterk.nl
www.omgaanmetpesten.nl



Mirelle Valentijn is auteur van het spel 'ik denk me sterk' en medeoprichtster van Stichting omgaan met pesten. Mirelle is o.a. opgeleid tot omgangkundige en trainer. Zij heeft jarenlange ervaring in het lesgeven aan beroepskrachten die werkzaam zijn binnen het onderwijs en begeleiding van kinderen en tieners.

Ze is eigenaar van Praktijk voor Levensgeluk in Wilnis.

Volg praktijk voor levensgeluk nu ook op twitter: @PuraVidaMirelle

Kijk ook eens op de facebook pagina <https://www.facebook.com/PraktijkVoorLevensgeluk>

Volg stichting omgaan met pesten nu ook op twitter: @omgaanmetpesten

Kijk ook eens op onze facebook pagina <http://www.facebook.com/omgaanmetpesten>

GEDACHTEKRACHT VOOR KINDEREN DE WORKSHOP



Regelmatig verzorgt stichting omgaan met pesten workshops in samenwerking met andere organisaties. Op de Jip & Jan Acedemie in Almere verzorgt docent Mirelle Valentijn van stichting omgaan met pesten, de workshop sociale weerbaarheid & Pesten. Voor meer informatie over deze workshop op vrijdag 27 juni verwijzen we naar de website www.kinderyoga.nl.

In deze folder staan de workshops vanuit het spel ik denk me sterk centraal. Op vrijdag 19 september verzorgt Mirelle Valentijn de workshop gedachtekracht voor kinderen.

In deze workshop leer je een positieve invloed uit te oefenen op de gedachten vorming van kinderen. Daardoor zullen zij hun gedachte kracht meer gaan inzetten. Er zijn verschillende manieren om kinderen in hun gedachten vorming te begeleiden. We gebruiken in deze workshop het spel ik denk me sterk ter inspiratie. Na het volgen van deze workshop kun je een keuze maken uit de vele gesprek-, werk-, spel-, teken-, toneel- en visualisatievormen van het spel 'Ik denk me sterk'. Je kunt de oefeningen los aanbieden, verwerken in een les en je laten inspireren tot het opzetten van een cursus over gedachten kracht voor kinderen.

De workshop is interactief en ervaringsgericht. Dit betekent dat er wordt gewerkt met momenten van theoretische overdracht en er veel aan onderlinge uitwisseling wordt gedaan. Doordat de bijscholing een dag omvat, is er ruimte om dieper in te gaan op de achterliggende theorie van het spel, de RET, de thema's in het spel.

Het werken met het spel ik denk me sterk staat centraal. Een groot deel van de spelvormen mag u als beroepskracht ook zelf ervaren. Al spelende ontdekt u de aandachtspunten voor u als spelbegeleider.

Na de workshop ben je in staat om samen met kinderen de geheimen van de kracht van gedachten te ontdekken en deze te vergroten. Daardoor denken deze kinderen positiever en beschikken zij over meer zelfvertrouwen. Dat komt hen van pas in lastige situaties op school en in het omgaan met leeftijdsgenoten en volwassenen.

Deze workshop kan gevolgd worden door beroepskrachten die werkzaam zijn binnen de begeleiding van kinderen en tieners; zoals trainers, Kindercoaches, Kinderyogadocenten, kindtherapeuten en orthopedagogen. Ook leerkrachten, docenten, intern begeleiders en remedial teachers kunnen deze workshop toepassen in hun werk met kinderen.

De workshop is inclusief lesreader en exclusief het ik denk me sterk spel. Deze en overige studiemateriaal is verkrijgbaar in de onlineshop van Jip & Jan Acedemie.

Locatie : Operetteweg 92, Hollandsekant, 1323 VC Almere, Nederland
Aanmelden : via www.kinderyoga.nl (klik onder kopje bijscholing, vervolgens in het aanbod op 19 sept, vervolgens kunt u zich via het paarse hartje inschrijven -> aanmelden)

Simone (kindercoach, speltherapeute, trainer omgaan met pesten)

Ik had verwacht dat ik meer handvatten zou krijgen om het spel in te zetten tijdens coaching momenten. Dit is ruimschoots aan bod gekomen. Ik vind het fijn dat ik dit spel nu één op één toe kan passen. Ik vond de opzet van het programma heel fijn. Ik vind het prettig om de theorie meteen om te zetten in oefeningen, zo beklijft het bij mij prima. De workshop had een prettig tempo. Er was voldoende tijd om aantekeningen te maken, om vragen te stellen en om te oefenen. Ik heb eigenlijk niets gemist. Het is fijn om een reader te hebben als naslagwerk. De reader is meteen in te zetten, leest makkelijk en duidelijk. Ik ga de spelvormen volgende week meteen inzetten tijdens mijn individuele coaching met een basisschool kind. Ik vind het spel een aanrader, omdat omdat het afbeeldingen bevat die heel goed voor allerlei leeftijden te gebruiken zijn. Soms zijn positieve kaartjes voor volwassenen en dan weer voor kleine kinderen. Deze set vind ik prima te gebruiken met kinderen vanaf 6 jaar tot volwassenen. Wat ik bijzonder vond aan deze workshop is dat je ook de kans krijgt om op een mooie, ongedwongen manier meteen contact te maken met de de ander. Je kan door de toepassingen van de kaartjes direct op een dieper level insteken.

Bonnie (actrice, faalangstreductie trainer, trainer omgaan met pesten)

Ik had het spel al in mijn bezit. Ik heb de workshop gevolgd om meer inspiratie op te doen. Ik wilde weten wat ik nog meer kon doen met het spel en hoe ik dit goed kon begeleiden. Ook n.a.v. mijn stage tijdens de opleiding tot trainer omgaan met pesten, bij Mirelle Valentijn. Tijdens mijn stage binnen de sta sterk training voor tieners van het voortgezet onderwijs en de cursus ik denk me sterk voor basisschool kinderen zette zij het spel ik en sterk regelmatig in. Ik was verrast door de vele mogelijkheden. Ik ben blij en met nieuwe inspiratie naar huis gegaan. Ik ga het spel en deze werkvormen zeker inzetten binnen mijn individuele trainingen en trainingen in groepsverband.

Suzanne (kinderfysiotherapeute)

Ik heb mij aangemeld voor deze workshop omdat ik graag tips en tools in handen te krijgen die ik in kan zetten in het werken met kinderen. Ik wilde met name de gedachtekracht vergroten van kinderen te maken hebben met pesten. Dat kom ik veel tegen in mijn praktijk. De workshop heeft meer dan ik verwachtte voldaan. De tips en tools die ik hoopte te krijgen heb ik gekregen. Daarnaast was er zoveel passie bij de workshopleidster, die op mij en de andere deelnemers in deze workshop aanstekelijk heeft gewerkt. Het heeft me ook als persoon meer gebracht.

Ik vond ook de opzet van het programma en de verhouding tussen theorie en praktijk heel goed. Er is wat over de onderbouwing verteld, maar ook heel veel actief gedaan. Dan ervaar je het echt en krijg je de beleving echt mee. Het tempo van de workshop ligt hoog vind ik. Ik vond dat prima, ik hou wel van een beetje tempo, anders wordt je zo snel suf.

Ik heb het spel en een aantal werkvormen uit de workshop al ingezet bij twee cliënten. Het werkte bij allebei geweldig! Vooral de NHG omzetten in HG en gevoelens onder woorden brengen.

Een van deze twee cliënten is een jongetje. Hij is veel gepest en heeft daar veel last van. Aan het begin van de behandeling pakte hij een kaart van de stapel met de tekst: Ik kan overnieuw beginnen. Hij zei: dat kan nooit, ik ben nou eenmaal gepest dus dat kan nooit! Aan het eind van de behandeling had hij de kaart, toch bij zijn stapeltje van kaarten die bij hem pasten gelegd ...Waarom ... ? Omdat hij geleerd had dat we het pesten niet meer terug konden draaien en dat hij wel op dit moment de keus had sterker te worden en uit te gaan van zijn eigen kracht en de pesters links te laten liggen! Prachtig...mooi vak heb ik toch denk ik dan!

Ik wist niet dat een spel met associatie kaarten en helpende gedachten zo veelzijdig kan zijn en snel te gebruiken. Je hoeft geen urenlange beschrijvingen te lezen, je kan gelijk starten. Doordat je het op zoveel manieren kunt gebruiken, is er altijd wel een van die manieren die past. Daarnaast kun je door de vele spelvormen ook gemakkelijk ter herhaling toepassen, zonder dat het saai word voor de cliënt. Ik vind het ook erg geschikt om sessies te openen of te sluiten. Kortom lekker praktisch en bruikbaar!