

## Spelend kinderen coachen



*Helen Purperhart & Marion van der Laarse*

# Spelend kinderen coachen

**Werkboek voor ouders en professionals**

Spelend kinderen coachen – Helen Purperhart & Marion van der Laarse

ISBN: 90.76771.51.0

NUR 180/190

Trefwoord: Kindercoaching, kinderyoga, emoties, lichaam, creativiteit, spel en zelfvertrouwen.

© 2017 Uitgeverij Panta Rhei, Katwijk

© Illustraties: Barbara van Amelsfort

Omslag: Barbara van Amelsfort

Grafische verzorging: Michel de Boer

De oefeningen zijn kindvriendelijk en veilig mits de instructies zorgvuldig worden opgevolgd. De auteurs van het boek en de uitgever stellen zich niet verantwoordelijk voor directe of indirecte schade als gevolg van het toepassen van de inhoud van het boek. Niets in deze uitgave mag worden veelevoudigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, internet of op welke wijze dan ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

# Inhoud

Jij bent jij .....7

**DEEL 1:**  
**Introductie .....8**

**Over het boek .....9**

**Over de schrijfsters ... 10**

Helen Purperhart..... 10

Marion van der Laarse ..... 10

Onze missie en visie ..... 11

Kindercoachopleiding ..... 11

**DEEL 2:**  
**Informatie over coachen 12**

**Spelend coachen ..... 13**

**Kijken achter gedrag... 14**

**Succesvol coachen..... 16**

Dont's..... 16

Do's ..... 17

Wat is het probleem? ..... 17

Afstand nemen..... 18

**Coacheigenschappen... 19**

**Wie ben ik als coach?. 22**

Kindertijd..... 22

Zelfkennis..... 23

Levensvisie..... 23

Bezieling ..... 23

Levenspad..... 24

**DEEL 3:**  
**Voordat je begint ..... 26**

**Afstemmen..... 27**

**Coachtechnieken ..... 28**

Nadenkertje..... 28

Creativiteit..... 29

Lichaamswerk..... 30

Emotiespel ..... 31

Verbeeldingskracht ..... 32

Toverspreuk..... 33

**DEEL 4:**  
**Kinderthema alfabet... 36**

**Van A tot Z..... 37**

Angstig..... 38

Bazig..... 41

Boos..... 42

Buitengesloten..... 47

Competitief..... 50

Dromerig ..... 53

Driftig..... 56

Druk..... 59

Eenzaam ..... 62

Faalangstig..... 65

Gesloten..... 68

Gevoelig..... 71

Grenzeloos..... 74

Hulpeloos ..... 78

Impulsief..... 82

Jaloers..... 86

Koppig..... 89

Kwetsbaar..... 92

Leugenachtig.....	95	Stress.....	143
Moe.....	98	Teleurgesteld .....	147
Negatief .....	101	Uitdagend .....	150
Ongeconcentreerd .....	105	Verdrietig.....	153
Ongehoorzaam .....	108	Verlegen.....	156
Ongelukkig.....	111	Verveeld.....	159
Onzeker.....	114	Warrig .....	162
Onzelfstandig .....	117	Willoos.....	165
Perfectionistisch .....	120	Zenuwachtig.....	168
Pesten .....	123	Zeuren .....	171
Piekeren .....	127	Ziek.....	174
Pleasen .....	131		
Pijn .....	134	<b>Inspiratie.....</b>	<b>179</b>
Rouw .....	137	<b>Informatie .....</b>	<b>181</b>
Ruzie.....	140		

# Jij bent jij

Jij bent anders dan een ander.

Ik ben ik en jij bent jij.  
Iedereen is apart gemaakt  
uit een ander stukje klei.

Kijk eens goed in de spiegel  
naar het kunstwerk dat je bent,  
naar jouw lichaam en gedachten,  
jouw karakter en talent.

Jij bent echt een prachtig wonder.  
Niets aan jou is saai of grijs.  
Doe gewoon en wees bijzonder.  
Zing altijd je eigen wijs.

Bron: onbekend

**DEEL 1:**

**INTRODUCTIE**



# Over het boek

Ieder kind heeft weleens te maken met grote of kleine probleempjes waardoor het niet lekker in zijn vel zit. Vaak is het lastig om als volwassene te achterhalen wat er precies bij een kind speelt, laat staan dat een kind dat zelf weet. Dit boek geeft je handvatten om een kind hierbij spelend te coachen. Je krijgt een scala aan kindercoaching tools aangereikt om samen met het kind te bewegen, tekenen, boetseren, schilderen, schrijven, knutselen en visualiseren. Het kind leert zich op een creatieve manier te uiten en leert zichzelf via zijn lichaam beter kennen. Daarnaast helpen de oefeningen het kind om te onderzoeken en begrijpen wat er aan de hand is en wat er nodig is. Het kind wordt gestimuleerd om op een positieve manier naar het leven te kijken, evenwichtiger te worden en meer in contact te komen met zichzelf en anderen. Er is veel aandacht voor wat het kind al kan en wat er al goed gaat. Zo kan het kind zijn eigen kwaliteiten (her-)ontdekken waardoor het met meer zelfvertrouwen in het leven kan gaan staan. Door niet alleen te praten maar samen te spelen en creëren, wordt het coachen van een kind een ontspannen en plezierige aangelegenheid, voor zowel het kind als voor jou!

**Deel 1** van het boek is de introductie. Je maakt kennis met de auteurs, hun missie en visie. Daarnaast krijg je uitleg over de opzet van het boek en hoe je je nog meer kunt verdiepen in het vak kindercoaching.

**Deel 2** van het boek begint met informatie over het succesvol coachen van kinderen. Je krijgt uitleg over hoe je een kind spelenderwijs kunt begeleiden: de *do's* en *don'ts*. Tenslotte word je uitgenodigd om aan zelfonderzoek te doen en te ontdekken wie jij bent als coach.

**Deel 3** is praktisch van opzet. De verschillende soorten creatieve, emotie- en lichaamsgerichte oefeningen worden besproken en er wordt uitgelegd op wat voor manier je ze kunt inzetten om het beste resultaat te boeken.

**Deel 4** van het boek bevat alle uitwerkingen van de oefeningen waarmee je aan de slag kunt gaan. De oefeningen zijn per thema en op alfabetische volgorde gezet met bijbehorende reflectievragen, toverspreuk en tips voor de coach.

\*In het boek spreken we over coaches. Daarmee worden zowel ouders, opvoeders, begeleiders als professionals bedoeld. En daar waar we over hij spreken wordt natuurlijk ook zij bedoeld.

# Over de schrijfsters

## Helen Purperhart

Ik ben opgeleid tot docent maatschappijleer en jeugdhulpverleenster. Na jarenlang te hebben gewerkt op een school voor moeilijk opvoedbare kinderen wilde ik op een andere manier met kinderen werken. Ik ben mij gaan specialiseren in kinderyoga. Ik startte mijn eigen bedrijf 'Jip & Jan Academie' en laat mij sindsdien bij alles wat ik doe leiden door spelen, ontdekken en ervaren. Vanuit mijn eigen kijk op het leven en de ervaringen die ik heb opgedaan, heb ik mijn eigen kinderyoga methode ontwikkeld die ik graag uitdraag in de wereld. Ik schrijf er boeken en kaarten over die zowel thuis, op school als in de praktijk gebruikt kunnen worden. Ik stimuleer graag grote en kleine mensen om hun kracht meer de ruimte te geven, zodat ze zichzelf durven te zijn en weer gaan geloven in hun eigen wensen.

Het woord dat bij mij past is: UBUNTU (Afrikaans woord voor eenheid). Als je Ubuntu voelt, dan sta je open voor anderen, je wijdt je aan anderen, vanuit de verbinding met jezelf en je weet dat je verbonden bent met alles en iedereen. Mijn grote inspiratiebron vanaf mijn kindertijd is Pippi Langkous. In haar zie ik alle (on)deugden. In mijn gratis e-book op [www.ontdekjesuperkracht.nl](http://www.ontdekjesuperkracht.nl) kun je hier alles over lezen.

## Marion van der Laarse

Ik ben opgeleid tot orthopedagoog en kunstzinnig counselor. Na jarenlang te hebben gewerkt binnen de reguliere jeugdzorg, ben ik sinds 2010 werkzaam als creatief kindercoach vanuit mijn eigen praktijk voor Kunstzinnige Counseling in Almere. Daarnaast ben ik hoofddocent in de kindercoach opleiding van Jip & Jan.

Mijn praktijk is een atelier met een heerlijke overvloed aan creatieve materialen. Er kan tijdens een sessie bij mij volop en vrij gecreëerd en geëxperimenteerd worden om nieuwe ontdekkingen te doen, over jezelf of het leven. Creativiteit is een heel krachtig middel dat heling, verbinding en inzicht brengt, maar ook ontspanning, flow en plezier. Ik help kinderen en volwassenen verder in hun ontwikkeling door ze (weer) in beweging te brengen met behulp van creativiteit en kunstzinnige projecten.

Voor de toekomst wens ik dat er binnen de reguliere (jeugd)zorg ook steeds meer ruimte zal komen om te gaan helpen vanuit plezier, liefde, verbinding, ontspanning en creativiteit. Dit boek zal daar zeker een bijdrage aan leveren.

## Onze missie en visie

Wij gaan ervan uit dat we leren met ons hoofd (denken), hart (voelen) en handen (doen). Door deze drie te verbinden en te combineren, bereiken we een complete leerervaring. Voor ons is het maken van deze verbinding de beste manier om kinderen te coachen. Binnen deze holistische visie horen lichaam, geest, emoties, gedachten, verlangens en gedrag bij elkaar en is elk kind uniek met zijn eigen gevoelens, kwaliteiten, gedragingen, valkuilen en uitdagingen. De nadruk in dit boek ligt vooral op de erkenning van dit unieke karakter en het zien van groeimogelijkheden bij het kind. Binnen deze visie is de kernopdracht van iedere ouder en professional dan ook om het kind aan te moedigen, te bekrachtigen en te activeren in zijn unieke groeimogelijkheden. Dit is wat coachen inhoudt en in dit boek vind je een overzicht van oefeningen en spelletjes die precies dat stimuleren. Onze missie is om ouders en professionals te inspireren om kinderen liefdevol en spelenderwijs op weg te helpen, zodat ze kunnen opgroeien tot zelfbewuste volwassenen die positieve keuzes maken voor een betere wereld.

## Kindercoachopleiding

Wil je ook leren om kinderen spelend te coachen? Wellicht is het vak kindercoaching iets voor jou? Marion en Helen verzorgen al jaren met veel plezier een professionele kindercoach opleiding aan de Jip & Jan Academie in Almere. Omdat we veel vraag kregen vanuit onze Zuiderburen zijn we in 2016 ook in België met een opleiding gestart.

In onze unieke kindercoach opleiding leer je vanuit een holistische visie kinderen te coachen op een speelse en creatieve manier. Tijdens de opleiding leer je alle basisvaardigheden die een coach nodig heeft om een doelgericht coachtraject op te bouwen. Je leert hoe je samen met het kind en zijn ouders kunt werken aan hun hulpvraag. Je gaat tijdens de opleidingsdagen lekker praktisch aan de slag met alle verschillende coachtechnieken. We stimuleren creativiteit en authenticiteit zodat iedere cursist op zijn eigen persoonlijke manier vorm kan gaan geven aan een kindercoachpraktijk waar met plezier en vanuit ontspanning gewerkt kan worden.

Kijk voor meer informatie op [www.jipenjanacademie.nl](http://www.jipenjanacademie.nl).

*Helen & Marion  
Juli 2017*