

## KINDERCOACHING

Zit uw kind niet lekker in zijn / haar vel?

Ervaart u dat uw kind en probleem heeft waar het zelf en / of met uw ondersteuning niet uitkomt?

Zijn er thuis regelmatig conflicten?

Is uw kind vaak ziek?

Ieder kind is Uniek. Of je nu klein of groot bent. Iedereen heeft zijn / haar kwaliteiten.

In mijn leven loopt een rode draad [Ik heb een lijntje] met kinderen en grote mensen.

Zelf was ik een zeer gevoelig kind, waardoor mijn invoelend vermogen en empathie groot zijn.

Vanuit die kwaliteit wil ik kinderen en hun ouders handvaten bieden om hun - op dat moment - "moeilijkheden" te overwinnen.

Anders gezegd: De puzzelstukjes zoeken en op de juiste plaats leggen, samen met u en uw kind.

Ik werk graag met kinderen die:

- Verlegen, onzeker zijn
- Gepest worden
- Last hebben van verdriet
- Angstig of faalangstig zijn
- Gevoelige kinderen – hoogsensitief zijn
- Weinig vertrouwen – zelfvertrouwen hebben
- Sociaal emotionele problemen hebben
- Slaap problemen hebben

### **Van wens naar doel.**

Bij kindercoaching staat het kind centraal. Wat zijn de kwaliteiten van uw kind?

Een kindercoach kijkt vanuit verschillende kanten naar het kind en biedt inzicht wat er speelt en wijst door naar collega's op een ander werkgebied, waar nodig.

Wat is het beste voor het kind, welk doel moet bereikt worden?

De weg waarlangs we dit bereiken staat nooit vast.

We gaan op zoek naar wat het kind wél goed kan.

Gewerkt wordt op een speelse manier richting het gewenste resultaat, dat past bij de behoefte van het kind op dat moment.

Ik bied het kind de mogelijkheid zijn eigen kwaliteiten te ontdekken en deze bewust in te zetten.

Een ontdekkingsreis waardoor het kind bij zijn / haar innerlijke rijkdom komt.

Hoe word zijn / haar wereld beleefd door: te luisteren, vragen te stellen en observeren, spel, tekenen, verhalen vertellen, visualiseren/ imagineren en rollenspel eventueel met knuffeldieren in verschillende rollen.

Hierdoor is er inzicht in welke mate het kind alle aspecten van het probleem overziet.

Uw kind wordt uitgenodigd naar eigen mogelijkheden te zoeken en deze wederom in te zetten.

Zo gaan we samen op reis om het doel te bereiken.

Met behulp van bovenstaande technieken leert het kind zijn / haar obstakels te overwinnen om de juiste keuze te maken. Het kind wéét wat het moet doen en waar niet, geef ik het weer vertrouwen. Eventuele angst, woede en of verdriet mag er helemaal zijn.

Hoe zal het zijn als het doel daadwerkelijk bereikt is?

Hij / zij heeft weer grip op de zaak. We gaan uit van de realiteit.

Als het kind erg gespannen is, kan ook massage of Healing Breath [samen ademen] ingezet worden.

Hoe wordt het doel bereikt?

Er wordt met kinderen vanaf 4 jaar gewerkt. Met jongere kinderen kan ik op de Healing Breath methode ademen.

Voordat we aan dit traject beginnen krijgt u een intake formulier toe gestuurd met daarin vragen die u kunt beantwoorden. Ik krijg meer overzicht en inzicht in angsten, beeld over zichzelf, moeite met presteren, emoties, obstakels, omgevingsfactoren en wat het kind onderneemt.

Hierna volgt een intake gesprek , hier kunt u uw verhaal kwijt en vragen stellen. We stellen we de hulpvraag vast en maken een plan op: wat zijn de stappen in de volgende sessies?

Het is een kort traject, meestal zijn 3 tot 5 sessies voldoende. In dit traject werken we aan oplossingen van emotionele blokkades, versterken eigenwaarde, zelfvertrouwen en versterken sociale vaardigheden.

Vanaf september werk ik ook met De reis naar binnen. Een prettige effectieve manier om emotionele blokkades op te ruimen, de innerlijke wijsheid van het lichaam staat centraal.

## DIT IS SPECIAAL VOOR KINDEREN GESCHREVEN OVER KINDERCOACHING.

Ben jij verlegen, heb je verdriet, word je gepest?  
Zit je niet zo lekker in je vel en weet je niet hoe dat komt?  
Voel jij veel van andere mensen en weet je soms niet zo goed hoe je dat aan moet pakken?

Ik kan jou daar wel mee helpen, Jij weet de weg en kan die ook vertellen, want ieder kind is Uniek. Misschien kun je het niet altijd met woorden zeggen, er zijn veel andere manieren om dat te doen.

Als je vragen hebt zoals :Wat wil ik nu? Wat past bij mij?  
Wij kunnen samen die puzzelstukjes weer op de juiste plaats leggen.  
Jij bént niet het probleem, je hebt het (nu) wat moeilijk.

En hoe kom je daar dan achter? Ik stel vragen, en dat zet jou aan het denken.  
Bijvoorbeeld:

- Waar ben je goed in?
- Wat wil je sterker maken?
- Hoe ga je pesters te lijf?
- Hoe zie jij jezelf?
- Hoe beleef jij je wereld?
- 

We gebruiken verschillende dingen die je kunnen helpen om antwoord op je vragen te krijgen.  
Bijvoorbeeld:

- door te luisteren
- verhaaltjes te vertellen
- rollenspellen
- met knuffeldieren of met elkaar
- kaartjes
- spelletjes
- tekenen
- muziek maken
- enzovoort.



Ik krijg inzicht in wat je heel goed kan - dat zijn jouw kwaliteiten – en waar je een beetje hulp nodig hebt.

Waar sta jij nu, wat wil je bereiken.

Wat is het beste voor jou? Hoe krijg je dat dan?

Daar help ik jou mee want binnen in jou ligt de oplossing te wachten. Die oplossing gaan we samen zoeken en zorgen dat je die kwaliteit weer kan gaan gebruiken.

Je leert:

- hoe jij van een verlegen kind naar een zeker – van – zichzelf - kind kunt groeien.
- hoe je met boosheid om kunt gaan.
- omgaan met nieuwe situaties.
- hoe je verdriet een plekje kunnen geven.
- een juiste keuze te maken.

Jouw angst, je woede en verdriet mag er helemaal zijn. Ik vind niks gek.

We gaan kijken wat je vroeger koos en wat je nu kan kiezen.

Wil je dit echt en hoe voelt dat dan als je droom waar is geworden?

We gaan in kleine en soms grote stappen vooruit.

Elke stap zorgt voor meer zelfvertrouwen.

Kleine stappen hebben soms grote effecten.

Je hoeft maar 3 of 5 keer bij mij te komen en meestal wordt een kind weer erg blij.

Ik heb er vertrouwen in dat jij alles in huis hebt om je doel te bereiken, dat je krijgt wat je werkelijk wilt, zodat je problemen opgelost zijn.

Als je het prettig vind kun je gemasseerd worden, ook kunnen we samen de Healing Breath ademhaling doen.

[ die leg ik je dan uit, het staat ook op de website.]

O ja, mijn naam is Margreet en ik werk heel graag met kinderen en volwassenen.

Ik heb zelf 3 grote kinderen.

