

Studiegids



Kinderyoga Academie

Disclaimer

© Helen Purperhart 2020

Deze studiegids geeft informatie over de opleidingen van de Kinderyoga Academie. Neem bij onduidelijkheden en vragen contact op met Helen Purperhart. Niets uit deze cursusmap mag worden verveelvoudigd en/of openbaar worden gemaakt door middel van druk, fotokopie, internet of op welke wijze dan ook, zonder uitdrukkelijke en voorafgaande schriftelijke toestemming van Helen Purperhart.

Contactinformatie

Helen Purperhart
info@kinderyoga.nl
036 5465522
www.kinderyoga.nl

De Kinderyoga Academie is aangesloten bij onderstaande yoga beroepsorganisaties:



INHOUD

DE KINERYOGA ACADEMIE	blz.4
Opleidingen	blz. 4
Studiebelasting	blz. 4
Studiemateriaal	blz. 4
Online oriëntatie	blz. 4
YOGA STUDIES	blz.5
Wat krijg je	blz. 5
Wat leer je	blz. 5
OPLEIDING	blz. 6
Kinderyoga	blz. 6
Therapeutische kinderyoga	blz. 6
Tieneryoga	blz. 7
Ouder- en kindyoga	blz. 7
Tieneryoga	blz. 7
Creatieve kindercoaching	blz. 7
Ouder en kindcoaching	blz. 7
Kindercoaching	blz. 8
MODULES	blz. 10
Kinderyoga	blz. 10
Therapeutische kinderyoga	blz. 14
Kindercoaching	blz. 15
Nascholing	blz. 18
Veelgestelde vragen	blz. 19

DE KINDERYOGA ACADEMIE

Welkom bij de Kinderyoga Academie van Helen Purperhart - de meest gespecialiseerde opleiding voor kinderyoga in Nederland en België. Onze missie is om professionals en ouders op te leiden tot authentieke yogadocenten die kinderen helpen (op)groeien tot ontspannen en zelfbewuste volwassenen. Onze opleidingen onderscheiden zich door het praktische, speelse en veelzijdige karakter. Bovendien word je ondersteund door een uitgebreid online pakket. Niet alleen is een studie aan de Kinderyoga Academie leerzaam en verdiepend voor je persoonlijke groei en ontwikkeling, het ook nog super leuk om te doen!

Studies

De Kinderyoga Academie biedt onderstaande opleidingen aan. Je kunt je in één keer inschrijven of per module. Het inschrijven per module geeft je de mogelijkheid om je opleidingstraject in je eigen volgorde en tempo uit te stippelen. Door je in één keer in te schrijven voor een studie kun je geld besparen op het cursusgeld.

1. Kinderyoga
2. Kindercoach
3. Ouder- en kindyoga
4. Therapeutische kinderyoga
5. Creatieve kindercoaching

Studiebelasting

Afhankelijk van de soort opleiding je eigen inzet en jouw leerstijl ben je gedurende de studie gemiddeld 6 contacturen per week + daarnaast ongeveer 2 uur kwijt aan zelfstudie, eigen yogabeoefening, huiswerk, groepsopdrachten en eindpresentaties.

Studiemateriaal

De opleiding is inclusief uitgebreide opleidingsmap en exclusief de aanbevolen literatuur. Voor de kinderyoga opleiding is het startpakket verplicht studiemateriaal. Deze is verkrijgbaar via www.kinderyogawinkel.nl

Online oriëntatie

Weet je nog niet zeker welke opleiding iets voor jou is? Wil je antwoorden op je vragen en kennis maken met de verschillende studierichtingen die wij aanbieden? Volg dan eerst de online oriëntatie cursus van de Kinderyoga Academie. In deze cursus ontdek je wat de opleiding jou te bieden heeft en wat de mogelijkheden zijn die je als coach of docent hebt. Je maakt kennis met de docenten die bij Kinderyoga les geven. Bovendien krijg je een voorproefje van oefeningen uit iedere module. Zo krijg je een goed beeld van iedere studie en kun je beter kiezen welke studie bij jou past. Deze online cursus is gratis en erop gericht om kennis te maken met ons en je alle informatie te geven die je nodig hebt om weloverwogen te kiezen. Je vindt de online cursus op www.onlinekinderyoga.nl.

STUDIES

Bij een studie bij de Kinderyoga Academie staat plezier voorop en niet de techniek en prestatie. De oefeningen laten je bewegen, fantaseren, ontspannen, ervaren en ontdekken. Yoga is een fijne manier om je coördinatie, concentratie, zelfbewustzijn en zelfvertrouwen te vergroten. Het helpt bij het vinden van rust en ontspanning en het ontwikkelen van een krachtig en flexibel lijf. Spelenderwijs leer je van je ervaring, word je je bewust van je lijf, gedachten en gevoelens. Door yoga leer je jezelf steeds beter kennen. De yogafilosofie die aan de basis ligt loopt als een rode draad door de studie. Belangrijke vragen die daarbij aan de orde komen zijn: wat kan ik, wat wil ik, wat voel ik, waar liggen mijn grenzen en hoe kan ik mijn grenzen verleggen? Je kunt yoga heel goed gebruiken in je dagelijks leven waarin stress, prestatiedrang en te veel prikkels in toenemende mate aanwezig zijn. Naast dat yoga goed voor je is, is het ook nog superleuk om te doen!

Wat krijg je?

- Uitgebreide cursusmap met alle lesstof
- Toegang online cursus en video instructie
- Ondersteuning via de besloten inspiratiegroep
- Persoonlijke feedback op alle opdrachten
- Een certificaat en vermelding in ons register.

Hoofd, hart en handen

Bij de Kinderyoga Academie gaan we ervan uit dat we leren met hoofd, hart en handen. Als je deze 3 weet te verbinden en combineren, bereik je een complete leerervaring. We geloven erin dat de beste manier om te coachen en les te geven ook is door hoofd, hart en handen te verbinden. Binnen de opleiding hebben we dit idee als volgt vormgegeven:

Gebied:	Actie:	Resultaat:	Middel:
Hoofd	Weten	Kennis vergaren	Readers/ boeken lezen, internet
Hart	Voelen	Ontwikkelen	Zelfontplooiing, zelfreflectie
Handen	Doen	Oefenen	Tijdens modules, proeftraject

Studiebelasting

Afhankelijk van de studie, je eigen inzet en jouw leerstijl ben je gedurende de opleiding gemiddeld 6 contacturen per week + daarnaast ongeveer 2 uur kwijt aan zelfstudie, eigen yogabeoefening, verslagen en eindopdrachten.

Certificering

Na het behalen van het certificaat word je vermeld in het register en mag je ons keurmerk voeren. Voor een 4 daagse specialisatie opleiding dien je een relevant certificaat te kunnen overleggen. Deelnemers die niet gecertificeerd zijn kunnen na afloop van de opleiding een bewijs van deelname aanvragen.

KINDERYOGA OPLEIDING

Allround kinderyoga – 28 dagen: € 2995

Dit traject is voor cursisten die yogadocent willen worden en zich een volledig pakket aan kinderyogatechnieken willen eigen maken voor kinderen en volwassenen (0-21 jaar). De opleiding is inclusief Online pluspakket + anatomie studie en omvat de modules:

1. Kinderyoga
2. Tieneryoga
3. Ouder en kindyoga
4. Kinderyoga therapie

Kinderyoga - 10 dagen: € 1295

In deze studie leer je hoe je yoga kunt geven aan kinderen (4-12 jaar). De opleiding is inclusief Online pluspakket + anatomie studie en omvat de modules:

- Basis kinderyoga
- Kinderyoga avonturen
- Chakra kinderyoga
- Chakra innerchildyoga
- Kundalini kinderyoga
- Intervisie kinderyoga

Wat leer je?

- De kennis van de yogafilosofie vertaald naar kinderen.
- De basis van verschillende yogastijlen: hatha, chakra en kundalini.
- Yogatechnieken die helpen bij het vinden van rust, ontspanning en het ontwikkelen van een krachtig en flexibel lijf.
- Inzicht in de kinderyoga anatomie, fysiologie van het (kinder)lichaam.
- Asana's pranayama, meditatie, mantra's, mudra's en het effect bij kinderen.
- Achtergrond informatie over de yogahoudingen en de Sanskriet namen.
- De do's and dont's van het lesgeven aan kinderen en didactische vaardigheden.
- Omgaan met groepsdynamiek en probleemgedrag in de les.
- Lesplannen en themalessen samenstellen voor kinderen.
- Contact maken met je innerlijk kind vanuit inzichten uit de chakrapsychologie.
- Informatie over ontwikkelingsgebieden van kinderen in alle leeftijdsfases.
- Hoe je een eigen praktijk opzet en wat daar allemaal bij komt kijken.
- Lesgeef ervaring opdoen d.m.v. stage en proeftraject.

Therapeutische kinderyoga – 10 dagen: € 1295

In deze studie leer je hoe je kinderen kunt begeleiden met therapeutische kinderyoga technieken. De opleiding is inclusief Online pluspakket en omvat de modules:

1. Basis kinderyogacoaching
2. Systemische ouderbegeleiding
3. Kinderyoga coaching
4. Energetische tekenspelletjes
5. Intervisie kinderyogacoaching

Wat leer je?

- De basisprincipes van kinderyogacoaching: houding, trajectopbouw en basis ontwikkelingspsychologie.
- Gesprekstechnieken om dieper in te gaan op de hulpvraag van je cliënten.
- Hoe je cliënten individueel kunt ondersteunen met behulp lichaamsgerichte oefeningen en emotiespelletjes.
- Fysieke oefeningen inzetten om functionele spannings- en (buik)pijnklachten te verminderen.
- Hoe je kunt werken met het krachtspel en inzichten uit de Yoga en Ayurveda.

Tieneryoga – 4 dagen: € 500

In deze studie leer je hoe je yoga kunt geven aan tieners (12-21 jaar). De inhoud van de opleiding bestaat uit de volgende onderwerpen:

1. Basis tieneryoga
2. Tieneryoga technieken
3. Tieneryoga themalessen
4. Flowyoga voor tieners

Wat leer je?

- Welke lesonderdelen tieneryoga tot een succes maken.
- Hoe je flowyoga kunt toepassen in je les.
- Hoe je de 5 elementen kunt verwerken in je les.
- De don't en do's voor het geven van tieneryoga.

Ouder en kindyoga– 4 dagen: € 500

In deze studie leer je yoga kunt geven aan ouder en kind (0-5 jaar). De inhoud van de opleiding bestaat uit de volgende onderwerpen:

1. Baby yoga en massage
2. Dreumes en peutoryoga

Wat leer je?

- Praktische en speelse themalessen voor ouders en jonge kinderen (0-3 jaar).
- Hoe je een groepsles maakt voor peuters.
- Hoe je ouder- en kindyogales opzet en promoot.

KINDERCOACH OPLEIDING

Soms hebben kinderen te maken met situaties of problemen waar zijzelf of hun ouders om uiteenlopende redenen geen grip op kunnen krijgen. Een kindercoach kan dan helpen om erachter te komen wat er speelt door samen te werken met het kind en zijn ouders. Een kindercoach reikt het kind en zijn ouder(s) nieuwe inzichten en vaardigheden aan en leert ouders hoe ze hun kind kunnen ondersteunen in zijn proces. Ouder(s) en kind worden aangesproken op hun fysieke, creatieve en emotionele vermogens, met als doel een evenwichtiger mens te worden met meer energie en meer in contact met zichzelf en anderen. Kindercoaching is de nieuwe en laagdrempelige manier van hulpverlening, waarbij kortdurend en oplossingsgericht gewerkt wordt. Een kindercoach is toegerust met kennis over de ontwikkeling van kinderen en kan van daaruit een gezonde ontwikkeling stimuleren. Hiervoor neemt de kindercoach het kind mee op avontuur in zichzelf door te werken met visualisaties, creatieve en lichaamsgerichte opdrachten. Het kind krijgt zo op een ontspannen en speelse manier beter zicht op zichzelf, zijn emoties en gedrag, waarbij veel aandacht is voor wat het kind al kan en wat er al wel goed gaat. Deze kwaliteiten worden door de coach bekrachtigd en uitgebreid, zodat het kind vanuit zelfvertrouwen met zijn hulpvraag aan de slag kan. Een kindercoach is er ook voor de ouders en biedt ondersteuning bij de opvoeding en helpt de ouders om het gedrag van hun kind te interpreteren en kritisch naar het eigen opvoedingsgedrag te kijken. Ook hier ligt de nadruk op de al aanwezige kwaliteiten en vaardigheden en stimuleert de coach de ouders om met zelfvertrouwen te werken aan verandering en het uitbreiden van de opvoedingsvaardigheden. De hulp aan kind en ouders gaat hand in hand en versterkt elkaar, zodat snel en krachtig nieuwe vaardigheden eigen worden en de hulpvraag kan worden opgelost.

Wat leer je?

- De basisprincipes van het coachen: basishouding, ethiek, ontwikkelingspsychologie, trajectopbouw, sessieopbouw.
- Ouders op positieve en constructieve wijze te betrekken bij je coaching.
- Speelse en creatieve kindercoach technieken, die direct toepasbaar zijn in je werk met ouders en kind.
- Creatieve technieken zoals tekenen, schilderen en boetseren in te zetten als coachtool.
- Gesprekstechniek om met ouder en kind dieper in te gaan op het werkstuk dat ze hebben gecreëerd.
- Oplossingsgericht na te denken en in te spelen op de hulpvraag van je cliënten.
- Je eigen kwaliteiten en valkuilen beter leren kennen.
- Jouw authentieke visie op kindercoaching ontwikkelen van waaruit jij straks aan de slag kunt gaan in de praktijk.
- Opzetten en uitvoeren van een oefentraject van 5 sessies.

Creative kindercoach opleiding (10 dagen) - € 1295

Deze opleiding is voor cursisten die kindercoach willen worden. De opleiding is inclusief Online Kinderpraktijk Business cursus en omvat de modules:

1. Basis kinder(yoga)coaching
2. Ouderbegeleiding
3. Creatief kindercoach
4. Intervisie kinder(yoga)coaching
5. Online business cursus

Creatieve kindercoach opleiding (4 dagen) - € 500

Deze 4-daagse bijscholing is voor is voor coaches die zich willen verdiepen in creatieve coachtechnieken. De inhoud van de opleiding bestaat uit de volgende onderwerpen:

- Creatieve kindercoaching
- Kunstzinnige kindercounseling

Wat leer je?

- Een keur aan creatieve technieken en opdrachten, die je kunt inzetten bij het coachen van ouder en/of kind.
- Gesprekstechnieken om met ouder en/of kind dieper in te gaan op het werkstuk dat ze hebben gecreëerd.
- Creatief na te denken en in te spelen op de hulpvraag van je cliënten.

KINDERYOGA MODULES

Basis kinderyoga – 2 dagen

(door Helen Purperhart)

Wil je leren om les te geven aan groepen kinderen in de leeftijd 5-11 jaar. In deze 2 daagse training bieden we jou de basis van kinderyoga, plus een scala aan speelse yogatechnieken die direct toepasbaar zijn in de praktijk. Het achtvoudige pad van Patanjali dat aan de basis van yoga ligt wordt toegespitst op de belevingswereld van kinderen en loopt als een rode draad door de lessen. Er wordt geoefend met de verschillende lesonderdelen: gronden, opwarmen, houdingen, samenspel, ademspel, ontspanning en meditatie. Je leert hoe je een lesplan opbouwt en hoe je die afstemt op kinderen. We gaan ook aan de slag met de yogaspelkaarten van Helen Purperhart en krijgt inspiratie hoe je ze kunt inzetten in een themalessen en hoe je er op een eenvoudige manier yogafloerseries mee kunt samenstellen. Naast dat je een scala aan praktische en speelse yogatechnieken leert krijg je ook nog tips over het opstarten van je eigen kinderyogacursus en wat daar allemaal bij komt kijken.

Aanbevolen literatuur: Het kinderyoga boek van Helen Purperhart

Kinderyoga avonturen – 2 dagen

(door Helen Purperhart)

In deze module leer je hoe je Kinderyoga avonturen kunt samenstellen. Op de eerste lesdag ligt de nadruk op yoga avonturen. Je gaat bewegen, spelen, fantaseren, ervaren, ontdekken en ontspannen. Zo ga je in het zee-avontuur zwemmen als een dolfijn, stil liggen als een zeester en alle drukte weg laten stromen in het water, in het indianen-avontuur ga je op jacht als een krijger, leer je wijze lessen van je totemdier. In het maan-avontuur ervaar je hoe het is om gewichtloos te zijn en voel je de zwaartekracht van de aarde. Aan het eind van ieder avontuur maak je een tekening van alles wat je hebt beleefd. De tweede lesdag staat in het teken van deugdenyoga. Je gaat aan de slag met de deugden kracht, flexibiliteit, creativiteit, zelfvertrouwen, samenwerken en vreugde. Ieder thema is opgebouwd met lesonderdelen: opwarmen, houdingen, ademspel, meditatie en samenspel die aansluiten bij de deugde of avontuur. Daarnaast doe je ook het emotiespelletjes en creatieve tekenopdrachten en krijg je inspiratie over hoe je een prentenboek als basis van je kunt gebruiken in je yogales.

Aanbevolen literatuur/muziek: De yogagids voor kids, het yoga avontuur voor kinderen en het kinderyoga dierentuin avontuur en cd jungle and zoo yoga adventures.

Chakra kinderyoga – 2 dagen

(door Helen Purperhart)

Deze module leert je hoe je op een speelse manier chakrayoga kunt aanbieden aan kinderen. Chakra's zijn 7 energetische knooppunten waarlangs energie omhoog en omlaag stroomt. Chakra's zijn niet zichtbaar, maar je kunt er wel de energie van ervaren in je lijf. Ieder chakra heeft een eigen thema, kleur, element, emotie, kwaliteit, ontwikkelingsfase en plek in het lichaam. Wanneer de energie van de chakra's is geblokkeerd krijg je last van specifieke klachten. De ene keer krijg je een brok in je keel, de andere keer lijkt het alsof er een steen in je maag ligt of krijg je ergens een punthoofd van. Chakrayoga helpt je om op zoek te gaan naar het vinden van evenwicht in jezelf. Wanneer de energie goed door je chakra's stroomt komen je positieve kwaliteiten die bij je horen meer tevoorschijn. Je voelt je stevige geaard, je kunt flexibel meebewegen of je weet precies wat je wilt en zet door om datgene wat je wilt te bereiken. Inzicht in de chakra's geeft je meer zicht in wie je bent, wat je beweegt en waarnaar je verlangt. In deze module krijg je inspiratie voor 7 themalessen voor (innerlijke)kinderen. De lessen bevatten meditaties, houdingen, emotiespel, tekenopdrachten en reflectievragen. Na het volgen van deze dag weet je hoe je meer kleur aan je yogales kunt geven. Verplichte literatuur: Chakrayogakaarten van Helen Purperhart

Kundalini kinderyoga – 2 dagen

(door Helen Purperhart)

Tijdens deze module leer je hoe je elementen uit de kundaliniyoga kunt toepassen in een yogales voor kinderen (en ook tieners). Kundaliniyoga is een methode om levensenergie in jezelf wakker te maken. In de Kundalini kinderyoga werk je aan fysieke, mentale, emotionele en spirituele groei door middel van speelse pranayama's (ademtechniek), vrolijke mantra's (helende klanken), unieke mudra's (handposities) en uitdagende meditaties (verbeeldingskracht) die worden uitgevoerd op muziek. Kundalini kidsyoga heeft veel voordelen kinderen. Het reguleert emoties en helpt om jezelf beter te leren kennen. Daarnaast ontwikkelen kinderen hun intuïtie en wordt de weerstand en uithoudingsvermogen vergroot. Bovendien maken de oefeningen je krachtig, flexibeler en meer alert. Een kundaliniyoga voor kinderen heeft een vaste opbouw: een thema (kriya), opening, introductie, houdingen, ademtechniek, ontspanning en meditatie. Je krijgt inspiratie hoe je zelf een kundalini yogales kunt maken. Naast dat kundaliniyoga goed is voor je klieren mag er ook lekker geklierd worden. In deze module krijg je namelijk alle ruimte om in contact te komen met je eigen innerlijk kind.

Aanbevolen literatuur: kundaliniyoga werkboek

Kinderyoga intervisie – 2 dagen

(door Helen Purperhart)

De kinderyoga intervisie is de laatste fase van je opleiding. Je hebt na het volgen van de modules voldoende tools in handen om zelfstandig een yogales te geven aan een groep cursisten. Tijdens het volgen van de opleiding, ben je waarschijnlijk enthousiast aan de slag gegaan met je praktijkstage. In de praktijk loop je tegen allerlei praktische vragen aan en wil je graag je ervaring delen. Op de eerste lesdag gaan we met elkaar in gesprek over datgene waar je tegenaan bent gelopen tijdens het opstarten van je praktijk en het geven van je lessen. Wellicht heb je gemerkt dat het lesgeven aan kinderen anders verloopt dan je in gedachte had. Je leert simpele technieken om de groep hechter te maken, waarbij je positief en wederzijds contact maakt met de kinderen. Je krijgt tips hoe je grenzen kunt stellen door het aanbrengen van orde en rust in je les zodat het lesgeven makkelijker en plezierig gaat. We gaan dieper in op voorbeelden uit de praktijk en jouw persoonlijke vraagstukken. Op de tweede lesdag presenteert je een gedeelte van je eindopdracht die je de afgelopen periode hebt uitgewerkt. Het uitgangspunt daarbij is om elkaar te inspireren met nieuwe ideeën en opbouwende feedback. Aan het eind van deze dag vindt de uitreiking van de certificaten plaats.

Tieneryoga – 4 dagen

(door Helen Purperhart)

De tieneryoga opleiding is voor cursisten die yogales willen geven aan jongeren in de leeftijd van 11-21 jaar. Je krijg inspiratie voor het samenstellen themalessen die zijn gebaseerd op de 5 elementen (aarde, water, vuur, lucht en ruimte). Je leert hoe je een tieneryogales kunt opbouwen met verschillende lesonderdelen zoals: gronden, opwarmen, houdingen, samenspel, (zelf)massage, meditatie en ontspanning en wat het yin en yang effect is van de oefeningen. Bovendien leer je hoe je stokken en de muur kunt gebruiken als waardevolle tool om je les leuker en uitdagender te maken. De nadruk bij tieneryoga ligt op het vergroten van rust, concentratie, kracht, flexibiliteit en balans. Als tieners zich evenwichtig voelen kunnen ze beter omgaan met stressvolle situaties, krijgen ze meer zelfvertrouwen en hebben ze meer plezier om dingen te ondernemen. Je neemt ook je eigen puberteit onder de loep en krijgt tips hoe je het beste kunt met tieners kunt communiceren wat je beter wel en niet kunt doen in je les.

Aanbevolen literatuur: Yoga voor jongeren van Helen Purperhart en de jongerenkaarten van Louise Hay

Ouder en kindyoga - 4 dagen

(door Cerise van Zanten-Ernste)

De ouder en kindyoga opleiding is voor cursisten die yoga willen geven aan ouders met jonge kinderen in de leeftijd 0-4 jaar. Er is aandacht voor het werken met groepjes kinderen met hun ouder erbij. Ouder en kindyoga betekent samen bewegen, spelen, rekken en ontspannen, waarbij ouder en kind zich op elkaar concentreren. Ouder en kindyoga versterkt de onderlinge band. Tijdens de opleiding krijg je ook informatie over de ontwikkeling van het jonge kind en leer je oefeningen die passen bij deze leeftijdsfase. Aan bod komen yoga-, massage-, schommel-, klim- en klauterspelletjes. Door de combinatie van de verschillende onderdelen worden de zintuigen van de het kind gestimuleerd en het lichaamsbesef vergroot. Bovenal genieten jonge kinderen en hun ouders van de positieve effecten van aanraking, beweging, ritme en ontspanning.

Aanbevolen literatuur: Baby, dreumes, peutoryoga boek en kaarten van Helen Purperhart en Cerise van Zanten.

THERAPEUTISCHE KINDERYOGA MODULES

Kinderyoga coaching – 2 dagen

(door Helen Purperhart)

In deze module leer je hoe je emotie- en lichaamsgerichte yogacoachtechnieken kunt inzetten in je werk met kinderen. Kinderen zijn vaak nog puur in hun uitingen en bewegingen, wat het lichaamsgericht werken heel eenvoudig maakt. Een kind ontdekt via zijn lijf hoe het beter kan omgaan met zijn emoties en met fysieke klachten zoals bewegingsonrust of buikpijn. De wijsheid van yoga en Ayurveda worden in deze module op een speelse manier met elkaar verbonden tot een unieke combinatie. Kinderen worden uitgedaagd om hun lijf, handen en hoofd samen te laten werken als een goed team. Met behulp van het krachtspel kun je samen met kinderen hun emoties in kaart brengen. Je leert hoe je lichaamstaal van kinderen kunt observeren om te ontdekken welke kracht zichtbaar wordt wanneer een kind uit balans is en hoe je hieraan op maat houdingen, meditatie, ademspel en emotiespel kunt koppelen. Alle oefeningen en technieken die je in deze module leert, zijn direct toepasbaar in je werk met kinderen en ouders.

Aanbevolen literatuur: krachtspel, kindercoachkaarten en spelend kinderen coachen.

Energetische tekenspelletjes – 2 dagen

(door Marion van der Laarse)

In deze module van 2 dagen leer je om kortdurende tekenspelletjes te gebruiken in je coaching of (yoga-)lessen, in tweetallen of in groepjes. De tekenspelletjes zijn energetisch en dynamisch, waardoor ze mooi aansluiten bij yogalessen of lichaamsgerichte coaching. De spelletjes vergroten het lichaamsbewustzijn en het zelfbewustzijn van het kind en het leert spelenderwijs om zowel stevig te staan als flexibel te zijn. Omdat het groepsspelletjes zijn, oefent het kind ook volop met sociale vaardigheden. Je leert werken met golven, spiralen en lemniscaten en je leert verschillende vormen en bewegingen te koppelen aan de chakra's. Een fijne ervaringsgerichte module, waarin je zelf alle spelletjes gaat doen zodat je precies weet hoe je ze in je eigen les- of coachingspraktijk kunt gaan inzetten.

KINDERCOACH MODULES

Basis kinder(yoga)coaching – 2 dagen

(door Marion van der Laarse)

Deze module leert je de basisbeginselen van het coachen van kinderen en hun ouders. Vanuit een stevige basis kun je straks intuïtief werken en flexibel inspelen op wat zich tijdens een coachingssessie of groepsles aandient, zoals je dat leert in de andere modules van je opleiding. Je leert hoe je een traject met kind, tiener en ouders opbouwt: welke vragen stel je tijdens een intake, hoe krijg je de hulpvraag helder, hoe bouw je de sessies of lessen op, wanneer stop je met je coaching en hoe sluit je af? We gaan samen oefenen met basale gesprekstechnieken en je basishouding als coach. We besteden aandacht aan verslaglegging en dossieropbouw want door je traject helder op te zetten en te registreren, kun je doelgericht en oplossingsgericht werken, zoals men van een professionele coach mag verwachten. Onderdeel van deze module is ook een inleiding in de ontwikkelingspsychologie. Zo kun je je wegwijs maken in de verschillende ontwikkelingsgebieden en -fases van de mens, zodat je gerichter kunt kijken naar en denken over de problematiek die je als kinder(yoga)coach in je praktijk tegenkomt. De meest voorkomende klachten en problemen worden ook in deze module behandeld.

Aanbevolen literatuur: Spelend kinderen coachen, Handboek Kindercounseling, Marieke Nijmanning en Coachee, Jeanette Bakker-Stam.

Energetische oudercoaching – 2 dagen

(door Wouthiera Crommelin)

Ouders begeleiden is een belangrijke schakel in het werken met kinderen. Of je nu als kindercoach, als kinderyogatherapeut of peuterspeelzaalleidster werkt, kinderen hebben ouders en die brengen de meeste tijd met hun kind door. Daarnaast zijn ze genetisch en energetisch sterk met elkaar verbonden. In deze module leer je naast systemisch kijken een aantal hele praktische tools die je direct kunt toepassen. Je leert hoe je in het eerste gesprek al duidelijk kunt krijgen wie de eigenlijke hulpvraag heeft; het kind en/of de ouder. Daarnaast leer je praktische handvatten om de opvoeding en de dagelijkse omgang met het kind positief te beïnvloeden. Je krijgt simpele oefeningen aangereikt om de ouder anders naar zijn kind te laten kijken en oefeningen om als de relatie met het kind verstoord is deze in zijn hart te herstellen. Je leert hoe je ouders weer kunt verbinden met hun eigen kracht en innerlijk weten. Alle oefeningen hebben hun kracht bewezen omdat ze steeds weer met succes worden toegepast door deelnemers die deze module hebben gevolgd.

Aanbevolen literatuur: How 2 Talk 2 kids, Elaine Mazlish

Creatieve kindercoaching – 4 dagen

(door Marion van der Laarse)

In deze module van 4 dagen gaan we volop aan de slag met tekenen, schilderen en boetseren. Door eerst zelf te ervaren, leer je beeldende creativiteit in te zetten in jouw kindercoachpraktijk of begeleiding van kinderen in je (yoga-)klas. Creativiteit helpt kinderen (en volwassenen) voorbij het denken en praten te komen want dat doen we al genoeg en vaak in dezelfde cirkeltjes. Door eens te tekenen, schilderen of boetseren over wat je bezighoudt, verkrijgt je heel gemakkelijk toegang tot de onbewuste lagen die ten grondslag liggen aan je vraag. Beeldend werken helpt stilstaan bij jezelf en verbinden met jezelf op een diepere laag. Tekenen ondersteunt het denken, schilderen het voelen en boetseren het willen. Zo kun je een kind precies datgene bieden wat het nodig heeft. Creativiteit helpt kinderen over zichzelf na te denken (wat vertelt dit werkstuk over mij?), nodigt uit tot zelfexpressie (dit ben ik, met al mijn emoties en wensen), zet processen in beweging en kalmeert tegelijkertijd. Leer in deze module hoe je al deze aspecten doelgericht en coachend kunt gaan inzetten.

Intervisie kinder(yoga)coaching – 2 dagen

(door Marion van der Laarse)

Volg je het complete 10-daagse opleidingstraject tot creatieve kindercoach of kinderyoga coach? Dan is de intervisiemodule de afsluiting van jouw opleiding. Je hebt na het volgen van de verschillende modules voldoende tools in handen om zelfstandig aan de slag te gaan met een proefcoachee. Je gaat een oefentraject uitvoeren bestaande uit 5 sessies individuele kinder(yoga) coaching of 5 groepslessen kinder(yoga)coaching en hierover een verslag schrijven. Daarnaast schrijf je een reflectieverslag over je eigen ontwikkeling. Deze verslagen en jouw ervaringen vormen het uitgangspunt voor de twee intervisiedagen. Je gaat aan de gang met je eigen leerdoelen en zet puntjes op de i als het gaat om je vaardigheden. Je krijgt een beproefde intervisiemethode aangereikt die je helpt te reflecteren op je professioneel handelen, zodat je zelfstandig met collega's kunt gaan werken aan je deskundigheid als coach of docent. We gaan dieper in op weerstand bij cliënten en hoe je daarmee om kunt gaan en je wordt gestimuleerd om je eigen visie op het coachen van kinderen en tieners te ontwikkelen. Na het volgen van de intervisie heb je de opleiding met de door jouw gekozen specialisatie afgerond.

Nascholing

Er worden verschillende modules aangeboden die je kunt volgen na het afronden van je opleiding tot kindercoach. Deze modules zijn bedoeld om je kennis en tools te verbreden en verdiepen. Ze zijn los te volgen en worden afgesloten met een bewijs van deelname.

Veel gestelde vragen

Hieronder vind je de veelgestelde vragen over studeren aan de Kinderyoga Academie. Heb je een vraag die hier niet bij staat, neem dan contact met ons op. Bel 036 546 5522 of stel je vraag per [e-mail](#).

Waarom studeren aan de Kinderyoga Academie?

Onze missie is om ouders en professionals te inspireren om zichzelf en de kinderen om zich heen te helpen (op)groeien tot zelfbewuste volwassenen die keuzes maken voor een betere wereld. We doen dat door opleidingen en workshops te ontwikkelen die onze cursisten verrijken en enthousiasmeren en die hen leren om hun eigen kracht te kennen en in te zetten. Bij ons leren cursisten hoe zij zichzelf kunnen ontwikkelen om van daaruit anderen te kunnen helpen.

Wat maakt ons bijzonder?

Net als ieder opleidingsinstituut voor yoga en coaching leer je bij De Kinderyoga Academie de basis van yoga en/of coaching en werk je aan je persoonlijke ontwikkeling en groei. Wat ons bijzonder maakt, is dat je leert om jouw lessen of coaching op jouw authentieke wijze vorm te geven. Je leert geen vaststaande methodieken van a tot z, maar krijgt een stevige basis en daarnaast heel veel inspiratie voor de verdere invulling van jouw praktijk. Zo is er alle ruimte om te ontdekken wat bij jou past en wat jouw manier van werken is. Alle docenten die verbonden zijn aan Kinderyoga hebben veel kennis en ervaring binnen hun vakgebied.

Wat maakt een opleiding bij ons flexibel?

Bij de Kinderyoga Academie kun je een studie kiezen die het beste past bij jouw huidige situatie, behoefte en bestedingsbudget. Daarnaast bieden wij onze studies ook [modulair](#) aan. Op die manier kun je je opleidingsroute uitstippelen over een langere tijd of later besluiten om je kennis uit te breiden en je te verdiepen in een andere studierichting.

Heb je wat aan de opleiding als je geen docent of coach wilt worden?

Bij ons kun je een studie volgen om er zelf van te leren. Of je uiteindelijk lessen gaat geven, anderen coachen of niet, de opleiding geeft je een stevige basis om je te verdiepen en ontwikkelen en om je ervaring en inspiratie door te geven aan anderen.

Mag ik de modules ook los van een opleiding volgen?

Ja dat mag. Bovendien telt de module mee als je later besluit om alsnog een studie af te ronden. Uitgezonderd de intervisie module. Deze is alleen te volgen als afsluitende module van een volledige opleiding.

Moet ik eerst een volwassenyoga opleiding volgen om kinderyoga te geven?

Nee, je hebt geen volwassenyoga certificaat nodig. Er zijn heel veel mensen in de wereld die fantastische kinderyoga docenten zijn die deze certificering niet hebben. Om professioneel les te geven aan kinderen is het wel verstandig om een goede kinderyoga opleiding te volgen. Een vooropleiding is dus niet nodig om deel te nemen

aan een kinderyoga opleiding. Wel wordt aanbevolen om volwassen yogalessen te volgen in je woonplaats om je yogaproces te ondersteunen.

Wat is de studiebelasting en prijs van een opleiding?

Afhankelijk van de [studie](#), je eigen inzet en jouw leerstijl ben je gedurende de opleiding gemiddeld 6 contacturen per week + daarnaast ongeveer 2 uur kwijt aan zelfstudie, eigen yogabeoefening, huiswerk, groepsopdrachten en eindpresentaties.

Ben ik verplicht om alle lessen aanwezig te zijn?

Ja, er is een 90 % aanwezigheidsplicht. Wanneer je een gemiste lesdag wenst in te halen, kun je [mailen](#) en informeren naar de mogelijkheden. Hieraan kunnen extra kosten verbonden zijn.

Is er een verplichte literatuurlijst?

Je ontvangt tijdens de eerste lesdag een reader. Je bent vrij om andere bronnen te raadplegen en aanbevolen literatuur en/of het [startpakket](#) aan te schaffen. Dit kan tijdens de opleidingsdagen in de [kinderyogawinkel](#). Deze zijn voor eigen rekening. De [studiegids](#) bevat een literatuurlijst met bronnen die worden aanbevolen door de docent die de module geeft. Tijdens de opleiding wordt dit ook vermeld.

Zijn er ook examens?

Nee, er zijn geen examens bij onze [studies](#). Wel sluit je af met een praktische eindopdracht. Het gaat daarbij om jouw eigen proces. Tijdens een opleiding krijg je de mogelijkheid om de docent of coach in jezelf te laten groeien en bloeien op jouw eigen wijze. Het gaat over uniek zijn en het ontdekken van je eigen kracht en talenten. Volgens ons past hier geen examen bij. Wel dienen deelnemers gemotiveerd te zijn om aan zelfonderzoek en zelfstudie te doen en actief deel te nemen aan de studie en opdrachten.

Ontvang ik een certificaat na het volgen van een studie?

Na het voltooien van een studie ontvang je een certificaat. Gecertificeerde docenten en coaches die elders hun opleiding hebben gevolgd, ontvangen na het volgen van een bijscholing of online cursus ook een certificaat na het toesturen van een kopie van een relevant certificaat en het maken van de opdrachten. Het pdf-document met opdrachten kun je per mail aanvragen. Deelnemers die niet gecertificeerd zijn, kunnen na afloop van de bijscholing een bewijs van deelname aanvragen. Een bewijs van deelname geeft geen recht op een vermelding in ons register

Kan ik direct na afronding van een opleiding starten met een eigen praktijk?

Ja. Je zult alle kennis en vaardigheden eigen gemaakt hebben die nodig zijn om zelfstandig aan de slag te gaan. Je zult het nieuwe avontuur vol zelfvertrouwen kunnen aangaan. Echter vraagt het starten van een eigen praktijk doorzettingsvermogen, moed en ondernemerschap. Er zijn mogelijkheden volop, maar je moet wel zelf de stappen zetten. Wist je dat wij ook een online kinderpraktijk business cursus aanbieden. Kijk op www.onlinekinderyoga.nl.