**Welkom op de workshop Sherborne,**

**Pleegzorgdag 23-09-2023 😊**

Je wordt uitgenodigd om mee te doen. Wil je dat liever niet? Prima. Tijdens deze workshop geldt: hou zelf je grenzen in acht! Doe dat ook bij de kinderen waarmee je werkt.

**Sherborne:** lichaamsgericht en speels werken aan vertrouwen, zelfvertrouwen, geborgenheid, kortom: hechting. ([www.Hechter.nl](http://www.Hechter.nl))

**Hechting:**

Duurzame emotionele band tussen een kind en één of meer volwassenen.

1. Hersenen ontwikkelen zich op basis van **ervaringen** die kinderen opdoen
2. Interactie tussen kinderen en hun primaire opvoeder heeft grote invloed op de hersenontwikkeling van kinderen
3. Toxische stress verstoort de gezonde hersenontwikkeling. Gezond menselijk contact is nodig om te leren hoe je rustig kunt worden bij stress en om een relatie met de ander aan te gaan.

**Essentieel bij spelen en contact**: sensitief-responsief

Sensopathische materialen (klei,

scheerschuim, deeg, modder)

Ontwikkeling van zintuigen

Speel op de vloer en met het lichaam

Niet wat maar hoe (resultaat is ondergeschikt aan bezigheid).

**Sherborne SamenSpel:**

Met elkaar (zorgen voor)

Tegen elkaar

Samenrelatie

**Oefeningen van vandaag:**

Kadootje (geborgenheid)

Slepen (geborgenheid, vertrouwen)

Rollen (afstemmen, lichaamsbesef)

Weerbericht (lichaamsbesef, aanraking)

Stip en streep, watjes (lichaamsbesef, aanraking)

Rots (zelfvertrouwen, lichaamsbesef)

Krantenmep (beheersing, zelfvertrouwen)

Bellenblazen (focus, ontspanning)

Zeg van tevoren wat je gaat doen, zo ben je voorspelbaar voor het kind

Reguleren komt voor corrigeren

Leuke boeken:

Spelenderwijs verbinden en hechten – Marceline Metz

Nelsons acrobaten boek

Leuke spelen:

Mimiq: kwartetspel, verkrijgbaar bij Blokker, speelgoedwinkels

Twister: bewegingsspel

Allerlei kringspelletjes, zoals ‘ik stond laatst voor een poppenkraam, er zat een klein zigeunermeisje, papegaaitje leef je nog’

Leuke websites:

Pinterest, zoek op sensomotorische aktiviteiten, creatieve aktiviteiten, buiten aktiviteiten

**Recept voor brooddeeg**: (om te spelen, niet om te eten)

3 delen bloem

2 delen zout

1 deel water (in scheutjes toevoegen)

Klein scheutje olijfolie

Begin met de 3 delen bloem, voeg de andere ingrediënten stap voor stap toe, en kneden tot een soepel deeg ontstaat. Heerlijke bezigheid voor kinderen ( en grote mensen 😉). Het deeg kan enkele dagen in een zakje of trommeltje in de koelkast bewaard worden. Ook kan het in de oven worden gebakken.

**Praatpapier gastles HZ, 2022-01-14**