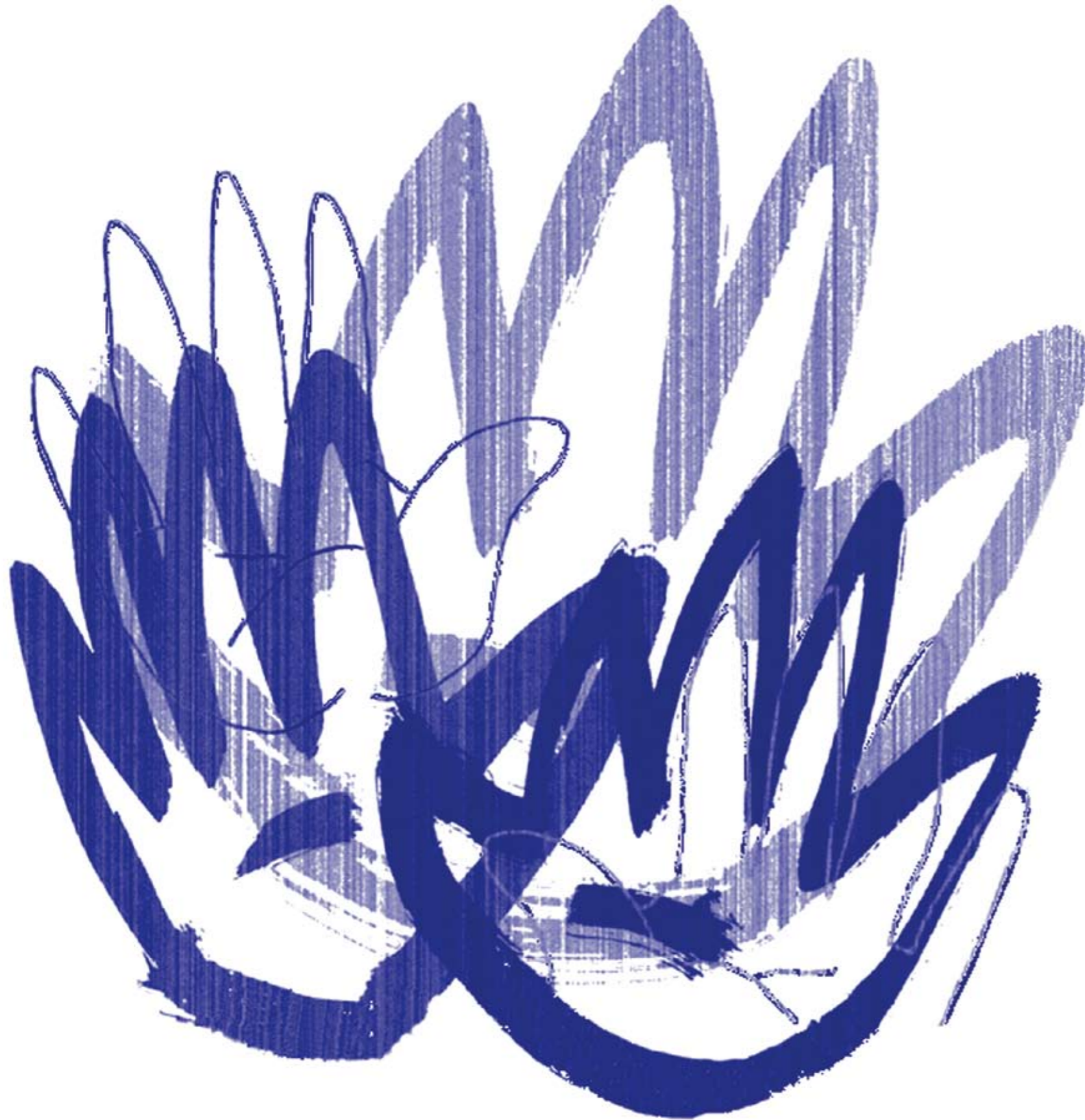


Ho, tot hier en niet verder...!

Vijf jaar
Stichting uit eigen beweging
2002 - 2007

Inhoud



Voorwoord	5
Methode "Ho, tot hier en niet verder...!"	7
Psychosociale ontwikkeling door bewegen en spelen	
Theoretische en praktische invalshoeken	
Bewegen, de primaire leerervaring	
Bewustzijn en denkvermogen	
Kindertraining en cursus voor ouders/opvoeders	
Schematische weergave	
Stichting Uit eigen beweging	11
Geschiedenis	
Zingeving	
Doel	
Bestuur en organisatie	13
Startfase	
Opleiding	
Verbreding en verspreiding	
Organisatie	
Wat is tot nu gerealiseerd?	15
Opleiding van gecertificeerde trainers	
Netwerk gecertificeerde trainers "Ho, tot hier en niet verder...!"	
Studiedagen	
Trainingen en cursussen "Ho, tot hier en niet verder...!"	
Doelgroepen	
Schoolprojecten	
Workshops "Ho, tot hier en niet verder...!"	
Training "Care for yourself" in Chennai, Zuid-India	
Televisieprogramma Villa Achterwerk	
Aktie Kinderen zonder Kopzorgen	
Kwaliteitsverbetering door intervisie, coaching en supervisie	
Op weg naar 'bewezen effectieve interventie'	
Publiciteit	23
Website en huisstijl	
Publicaties	
Lezingen en workshops	
Financiën	25
Beleid en uitdagingen voor 2008 - 2010	27
Ontwikkelingen en signalen uit de praktijk	29
Landelijk	
Directe leefomgeving kind/ouders	
Psychosociale problemen	
Prevalentie en spreiding	
Bijdrage van de methode "Ho, tot hier en niet verder...!"	
Bijlage 1	32
De bestuurssamenstelling bij de oprichting 2002	
Huidige bestuurssamenstelling	
Medewerkers	
Bijlage 2	33
Speciale workshops en bijscholing	
Bijlage 3	34
Publicaties in vakbladen en tijdschriften	
Bijlage 4	35
Overzicht aantallen deelnemers	

Voorwoord



Hoewel de lucht niet vrij is van wolken schijnt de zon volop. Vijf jaar geleden is besloten een stichting op te richten om de succesvolle methodiek "Ho, tot hier en niet verder...!" landelijk aan te bieden. Nu vijf jaar later zijn er inmiddels meer dan 40 gecertificeerde trainers en 12 trainers in opleiding, die verspreid over het land cursussen en trainingen aanbieden aan kinderen en hun ouders en op scholen, ook aan leerkrachten en teams.

Gezien de vragen die ons uit het land bereiken zijn er zeker nog niet voldoende trainers. In september 2008 startte dan ook opnieuw een opleiding. Er is veel vraag naar en ook op andere terreinen moet er nog veel gebeuren.

Toch constateren we dat er in een paar jaar tijd veel is gerealiseerd en wil ik namens het Bestuur iedereen danken die zich voor de stichting heeft ingezet. Er is door al deze mensen vrijwillig heel wat werk verzet, veel meer dan redelijkerwijs van hen verwacht mocht worden. Het resultaat van die arbeid treft u aan in dit document en al lezend zult u begrijpen dat deze stichting gedragen wordt door mensen, die zich er met heel hun hart voor inzetten.

Op 6 december 2007 bestond Stichting Uit eigen beweging 5 jaar en in september 2009 sluiten we de 5e opleiding af.

Het verheugt ons dat wij op deze wijze mogen bijdragen aan het welzijn van kinderen en ouders.

Wij danken de kinderen en ouders, en alle anderen met wie wij mochten werken voor het vertrouwen in ons!

Marinus Jousma, voorzitter

*'Het wezenlijke is onzichtbaar voor het oog,
Alleen met het Hart kan men goed zien...'
(Antoine de Saint-Exuperie)*

Methodie “Ho, tot hier en niet verder...!”



Voor jezelf leren zorgen in relatie tot de ander en met respect voor jezelf en de ander, vanuit het idee: de enige die altijd bij je is om voor jezelf te zorgen, ben je zelf.

Psychosociale ontwikkeling door bewegen en spelen

Het begrip psychosociaal geeft de samenhang aan tussen het psychisch functioneren van een persoon en zijn functioneren in wisselwerking met de sociale omgeving. Als er in het persoonlijk functioneren een blokkade ontstaat, waardoor de samenhang verstoort raakt, blokkeert de ontwikkeling van het kind. Deze blokkade uit zich vaak in de vorm van gedragsproblemen, emotionele problemen en leer- en schoolproblemen (psychosociale problemen). Vaak treden deze problemen in combinatie met elkaar op. Een psychosociaal probleem kan zichtbaar worden in bijvoorbeeld: onzekerheid, leerproblemen, problemen in de omgang met anderen, depressie, angst, hyperactief gedrag, agressief gedrag, bedplassen, gokken, spijbelen, eetstoornissen, etc.

Theoretische en praktische invalshoeken

De methode richt zich op het bevorderen van de psychosociale ontwikkeling van kinderen, de ondersteunende functie van ouders/opvoeders. Zij draagt er toe bij om (dreigende) psychosociale problemen te verminderen.

“Ho, tot hier en niet verder...!” is gebaseerd op de bewegings(expressie) therapie (BET), psychomotorische therapie (PMT), elementen uit de cognitieve gedragstherapie (CGT) en de methode van Thomas Gordon. Ook elementen uit andere stromingen (Contextuele therapie, NLP, focussen, yoga) zijn geïntegreerd vanuit het gegeven: als het werkt is het goed.

Bewegen, de primaire leerervaring

De belangrijkste invalshoek is de meest primaire (leer)ervaring in het leven: het bewegen. Het non-verbale contact en de lijfelijke interactie nemen een belangrijke plaats in. Kinderen nemen in de regel grotendeels met het lichaam waar en reageren ook met behulp van het lijf. Het bewegen vormt het vroegste uitdrukkings- en beleevingsinstrument. Al bewegend maakt het kind zich kenbaar aan zichzelf en aan anderen. Bewegen en lichamelijke vormen een primair middel tot contact, communicatie en zelfrealisatie. Dit is fundamenteel om tot zelfvertrouwen te komen. Al bewegend en door te doen leren kinderen respectvol omgaan met zichzelf in relatie tot anderen, met hun eigen mogelijkheden en beperkingen.

Bewustzijn en denkvermogen

Het denkvermogen is behulpzaam om onder meer grip te krijgen op de emoties en een bewustzijn te ontwikkelen waarmee beter met emoties, mensen en situaties kan worden omgegaan. Dit is noodzakelijk om het eigen handelen af te stemmen op de omgeving. Met behulp van de integratie van voelen, denken en doen, leren kinderen respectvol omgaan met zichzelf in relatie tot anderen.

Kindertraining en cursus voor ouders/opvoeders

De cursus “Ho, tot hier en niet verder...!” bestaat uit een kindertraining en een cursus voor ouders en/of opvoeders (oudercursus). Zij wordt zowel preventief, pedagogisch, als curatief ingezet. Het is een intensieve doch laagdrempelige interventie. Getracht wordt om in een relatief korte tijd van vier tot vijf maanden een zo breed mogelijk spectrum van aspecten betreffende het sociale, emotionele, cognitieve en motorische welbevinden van kinderen en hun ouders/opvoeders positief te beïnvloeden.

In de kindertraining worden deze ervaringen aangeboden via bewegingsspel. De spelen en oefeningen doen een appèl op het voelen, denken en doen. Zo leren kinderen over zichzelf, over anderen, over lichaamssignalen, lichaamshouding en om te gaan met

gevoelens. Kinderen krijgen zicht op de gevolgen van hun eigen gedrag en de mogelijkheid om iets op een andere manier te doen. De groep vormt een veilig oefenpodium, waar kinderen de ruimte krijgen om met nieuw gedrag te experimenteren. Elk kind doet nieuwe positieve ervaringen op, waardoor het zelfbeeld, en daarmee het zelfvertrouwen, kan groeien en oude negatieve ervaringen gecorrigeerd worden.

Ook de ouders en opvoeders van het kind krijgen ondersteuning. In het aanbod aan ouders/opvoeders is er enerzijds aandacht voor de onzekerheid van ouders/opvoeders en de problemen die zij kunnen tegenkomen bij de opvoeding van hun kind, anderzijds worden zij aangesproken op hun eigen deskundigheid, creativiteit en kracht. De combinatie van het aanbod aan kinderen gebaseerd op het bewegen en ervaren, en het aanbod aan de ouders en opvoeders leidt tot opvallend positieve resultaten in beleving, gedrag en de relaties onderling.

Schematische weergave





Geschiedenis

In 1995 ontwikkelt Jooske Kool (1952) een laagdrempelige cursus voor kinderen met hun ouders, gebaseerd op de bewegingstherapie, cognitieve therapie en de methode van Thomas Gordon. Centraal staat: "Leren zorgen voor jezelf in relatie tot de ander, met respect voor jezelf en de ander".

De positieve effecten van de cursus bleken groot. Jooske Kool beschrijft de methode in de handleiding "Ho, tot hier en niet verder...!"; die in 2000 in boekvorm door Acco wordt uitgegeven.

Om de methode verder te ontwikkelen en de vraag naar workshops en opleidingen op verantwoorde wijze te beantwoorden is de stichting Uit eigen beweging opgericht met als doel het gedachtegoed van de methode "Ho, tot hier en niet verder...!" uit te dragen en te ontwikkelen.

Op 6 december 2002 passeert de stichtingsakte bij Notariskantoor Hoekstra-Geurten te Roermond, waarmee Stichting Uit eigen beweging een feit is. Het bestuur spant zich in om de door haar gestelde doelen zo goed mogelijk te realiseren.

Zingeving

Wat beoogt Stichting Uit eigen beweging?

De mens heeft een taak naar binnen – voor zijn eigen ontwikkeling, en een taak naar buiten – naar zijn sociale en maatschappelijke omgeving. Elk mens maakt deel uit van een groter geheel en beschikt over potentiële kwaliteiten, om zijn taak te vervullen. Stichting Uit eigen beweging wil een bijdrage leveren aan het zich bewust worden en ten volle inzetten van deze potentiële kwaliteiten. De stichting werkt praktisch en resultaatgericht.

Stichting Uit eigen beweging bevordert de psychosociale weerbaarheid van kinderen en jeugdigen, door het beïnvloeden van de persoonlijke, relationele en omgevingsfactoren. Zij draagt bij aan de preventieve, pedagogische en curatieve zorg binnen de jeugdzorg, de jeugdhulpverlening en de geestelijke gezondheidszorg.

Doel

Het doel van de Stichting Uit eigen beweging is het realiseren van:

- De opleiding van gecertificeerde trainers in de methode "Ho, tot hier en niet verder...!"
- Het oprichten en instandhouden van het Netwerk van gecertificeerde trainers "Ho, tot hier en niet verder...!"
- Het ontwikkelen en verbreden van de methode, zoals de schoolprojecten "Samen op School" op basis van de methode "Ho, tot hier en niet verder...!" voor leerlingen, met ouders en leerkrachten.
- Het ontwikkelen van programma's voor specifieke leeftijd- of doelgroepen.
- De kwaliteitsverbetering van de methode, de trainers en instellingen die hiermee werken.
- Het verlenen van intervisie, coaching, supervisie voor trainers en therapeuten.
- De verwijzing van ouders naar trainers die de trainingen en cursussen "Ho, tot hier en niet verder...!" voor kinderen, jeugdigen en hun ouders of opvoeders aan bieden.
- Het geven van lezingen, workshops en publicaties over of op basis van de methode "Ho, tot hier en niet verder...!"



Startfase

Het bestuur komt jaarlijks vier tot vijf maal bijeen. De start van de *Stichting Uit eigen beweging* is mede mogelijk gemaakt door giften van de Stichting Tieluja à € 1.000,- en de Stichting Experimentele Leefgemeenschap à € 15.000,-. De Stichting is hen voor dit gebaar en het gestelde vertrouwen nog steeds zeer erkentelijk.

In de eerste fase ligt het accent vooral op het zorgvuldig invullen en uitbouwen van de organisatie. Het juridisch goed op orde brengen van de stichting heeft in de beginperiode veel tijd gevraagd.

Er zijn freelance contracten nodig met docenten en administratief medewerker (voorzien van een VAR-verklaring).

De waarde van het certificaat voor de trainers en de daaruit voortvloeiende rechten zijn gedefinieerd.

Ook het definiëren van een zuivere koppeling tussen stichting en het Netwerk van trainers heeft de nodige discussie opgeleverd. Uiteindelijk functioneert het Netwerk nu, los van de stichting, als plaats voor inhoudelijke verdieping en informatie uitwisseling.

'Hoe om te gaan met de auteursrechten' vraagt regelmatig aandacht, er zijn nog al wat personen en organisaties die gebruik maken van de methode of delen van het boek kopiëren voor eigen doeleinden zonder bronvermelding of vergoeding.

Opleiding

De aandacht gaat uit naar de kwaliteit van de opleiding en de begeleiding van docenten. In 2007 zijn de docenten gecoached in het werken met het portfoliomodel, waarmee de verantwoordelijkheid voor het eigen leerproces van de cursisten explicieter wordt.

Het ontwikkelen van een consistente beleidslijn naar de toekomst vraagt voortdurende aandacht.

Het bestuur koos er voor om het accent te leggen op de opleiding van trainers en het zoeken naar wegen om de effectiviteit van de methode wetenschappelijk te laten toetsen. Dit laatste is ook van belang voor de opname in de landelijke Database Effectieve Jeugdinterventies.

Verbreding en verspreiding

In de jaren 2003/2005 heeft de stichting een belangrijke rol vervuld in een project voor preventie van Huiselijk geweld. Zij verzorgde een schoolbreed project voor de proefregio Raak Westelijke Mijnstreek en zij heeft hiermee haar toepassingsgebied vergroot. De vraag naar schoolprojecten neemt toe. Verder wordt gehoor gegeven aan de vraag naar workshops, (ook vanuit Gent – België en in Zuid-India). Vanuit de workshops melden zich regelmatig deelnemers aan voor de opleiding.

Organisatie

Sinds de start van de stichting vervult de directeur van de stichting, Joeske Kool, tevens ontwikkelaar van de methode "*Ho, tot hier en niet verder...!*", de rol van secretaris van het bestuur en verricht alle voorkomende administratieve taken en inhoudelijke werkzaamheden. In 2005 is de taak enigszins verlicht door een secretariële ondersteuning van 8 uur per week. Dit ontlast Joeske Kool, waarmee enige ruimte ontstaat voor het verdiepen en ontwikkelen van de methode.

In 2007 is er op projectbasis extra capaciteit ingezet om subsidie-mogelijkheden te onderzoeken voor wetenschappelijk onderzoek en het verder ontwikkelen van de methode.

Op 6 december 2007 bestond *Stichting Uit eigen beweging* 5 jaar. De Stichting benut deze gelegenheid om de methode en de effecten ervan voor het voetlicht te brengen.

Wat is er tot nu toe gerealiseerd?



Opleiding van gecertificeerde trainers

In 2003 start de eerste opleiding tot trainer in de methode "Ho, tot hier en niet verder...!"

Een opleiding voor therapeuten, begeleiders, leerkrachten met een relevante HBO-opleiding en drie jaar werkervaring met kinderen. In de opleiding komen alle aspecten van het trainerschap en de methode aan bod. Na afronding van de opleiding ontvangen de trainers een certificaat. Zij worden als trainer op de website vermeld en kunnen de kind/oudertrainingen geven onder de naam "Ho, tot hier en niet verder...!", met gebruikmaking van de huisstijl en de vermelding gecertificeerd trainer in de methode "Ho, tot hier en niet verder...!"

De opleiding omvat 8 opleidingsblokken van twee dagen en wordt gegeven in het centrum van het land. Vakinhoudelijk bestaat zij uit een aanbod van methodiek Kind- en Oudertraining, Contextuele benadering, NLP, Speaking Circles®, Kinderpsychiatrische stoornissen, Sensomotorische ontwikkeling en – stoornissen, Persoonlijke- en Professionele ontwikkeling. Supervisie, intervisie en stagebegeleiding maken deel uit van de opleiding. Totaal aantal studie-uren bedraagt ruim 500 uur.

Jaarlijks start er een opleiding, waar vier docenten deel van uitmaken, elk met een eigen deskundigheid en jarenlange praktijkervaring.

In 2007 zijn er na vier opleidingen 43 gecertificeerde trainers. In september 2008 start de vijfde opleiding met 12 cursisten. De gecertificeerde trainers werken binnen de jeugdhulpverlening, het onderwijs, fysiotherapie en de jeugdgezondheidszorg.

Veel aandacht wordt besteed aan de ontwikkeling van de lesstof en de kwaliteit van de opleiding. Uit evaluatie blijkt dat de opleiding voldoet aan de vraag en hoog scoort bij de trainers en hun werkveld. De methode kan voor een brede doelgroep worden ingezet. Zo wordt de methode succesvol toegepast voor kinderen, jongeren en hun ouders/opvoeders en volwassenen, ook voor hen met een verstandelijke, psychische of lichamelijke beperking.

De Stichting wil graag het aantal docenten dat de methode beheerst uitbreiden, ter vergroting van het draagvlak.

Netwerk gecertificeerde trainers "Ho, tot hier en niet verder..!"

Na het afronden van de eerste opleiding ontstaat behoefte aan uitwisseling en deskundigheidsverdieping. De trainers werken verspreid in het land bij instellingen als MEE, Xonar, Stichting Balon, op scholen voor speciaal onderwijs en/of in de eigen praktijk. De trainers vinden elkaar in een netwerk, dat voorziet in de behoefte aan contact, uitwisseling van ervaringen en verdieping van de methodiek. Ook voor het op peil houden van de kwaliteit is het netwerk belangrijk.

Het netwerk is steeds in beweging en heeft gezocht naar een passende vorm. In september 2005 is gekozen voor een vorm waarbij het Netwerk "Ho, tot hier en niet verder...!" als zelfstandig 'orgaan' functioneert en studie- en methodiekdagen houdt. Netwerkstudiedagen staan ook open voor andere trainers die met de methode werken op basis van de handleiding.

Studiedagen

De inhoudelijke verdieping en bijscholing is voor het Netwerk belangrijk. In de periode 2004-2006 vindt er naast kleinschalige onderlinge contacten, jaarlijks twee tot drie maal een inhoudelijke studiedag plaats. De gekozen thema's zijn: 'Jezelf profileren', 'Focussen', 'Helende Verhalen' en de belangrijkste basisbehoefte 'De eigen plek'.

In november 2006 vindt de eerste 2-daagse methodiekworkshop plaats, waarbij lichaam staal, bewegingsanalyse en bewegingsobservatie centraal staan. Aan deze workshop nemen ook enkele niet-gecertificeerde trainers deel, die op basis van het boek werken. Een inspirerende samen-'scholing' die een vervolg krijgt in de toekomst. In 2007 vindt bijscholing plaats op het inzetten van de methode binnen scholen.

Trainingen en cursussen "Ho, tot hier en niet verder...!"

Sinds 1995 geeft Joeske Kool kind-oudertrainingen vanuit haar praktijk *Bewegingsruimte*. Na het afronden van de opleiding geven de gecertificeerde trainers verspreid over Nederland, ofwel vanuit de instelling waar zij werken, ofwel vanuit hun eigen praktijk de trainingen. De *Stichting Uit eigen beweging* functioneert daarbij als schakel en bemiddelt tussen de vraag van de ouders, opvoeders en het aanbod van de trainers.

Kindertraining

De kindertraining bevat twaalf bijeenkomsten van anderhalf uur. Elke groep bestaat uit maximaal acht kinderen. In de kindertraining leren kinderen grondregels en vaardigheden, waardoor ze op zichzelf kunnen vertrouwen en zich sterker en veiliger voelen. Met spel, beweging, tekenen, verbeelding, verwoorden van eigen ervaringen en het werkboek leren de kinderen (weer) trots te zijn op zichzelf en beter met zichzelf en anderen om te gaan. De kinderen krijgen meer grip op het verloop van hun eigen bestaan door het lichamelijk ervaren van eigen (keuze)gedrag.

Oudercursus

De oudercursus bestaat uit minimaal vier bijeenkomsten. Het is essentieel dat (zo mogelijk beide) ouder(s) of opvoeders deelnemen aan de cursus. In de oudercursus is er enerzijds aandacht voor de onzekerheid van ouders en de problemen die zij kunnen tegenkomen bij de opvoeding van hun kind, anderzijds worden zij aangesproken op hun eigen deskundigheid, creativiteit en kracht.

Er zijn inmiddels meer dan tweehonderd trainingen in het hele land gegeven, waarbij zo'n 1500 kinderen met hun ouders deelnamen.

Doelgroepen

Het oorspronkelijke programma voor de doelgroep 7 tot 12 jarigen uit het reguliere basisonderwijs vindt ook succesvol zijn toepassingen binnen het speciaal onderwijs en voor zowel kleuters (4 – 6 jaar) als jongeren (12 – 18 jaar) en adolescenten.

Ook volwassenen nemen enthousiast deel aan trainingen op basis van de methode en het programma "Ho, tot hier en niet verder...!". Naast het bestaande materiaal is er behoefte aan een speciale handleiding en toegespitste werkboeken voor de kleuters, jongeren en voor kinderen en jeugdigen met een verstandelijke beperking.

Follow-up voor kind en ouders: Dol-Fijn!

De follow-ups op de kind-oudercursus zijn zinvol en voldoen aan de behoefte van kind en ouders om ook na iets langere tijd nog een steunpunt te ervaren. Trainers vullen dit op eigen wijze in. Er heeft een succesvolle pilot 'Dol-fijn!' plaats gevonden waarin kinderen met de ouders op basis van de methode samen spelen en zo de psychosociale weerbaarheid vergroten.

Pilot voor jonge kinderen en ouders "Samen-Spel!"

De cursus 'Samen-Spel!' is als pilot uitgevoerd. Een cursus voor kinderen van 4 tot 7 jaar met hun ouders. Een heel praktische cursus waarin kind en ouders direct handvatten krijgen om op een plezierige wijze te werken aan de relatie met zichzelf en elkaar.

Zowel de follow-up 'Dol-Fijn!' als 'Samen-Spel!' zijn thema's voor komende methodiekworkshops.



Schoolprojecten

In 2003 is vanuit het Project RAAK gevraagd om een grootschalig schoolproject uit te voeren in het kader van de preventie van Huiselijk Geweld. Het betrof een 2-jarig schoolproject dat bestond uit lessen in alle klassen, coaching van de leerkrachten, teamworkshops, bijeenkomsten met ouders en specifieke trainingen voor kinderen die op- of uitvielen. Het schoolproject vindt plaats in de achterstandswijk Sanderbout te Sittard en is gefinancierd door de Gemeente Sittard.

Op grond van de positieve resultaten ontstaat vraag naar ondersteuning op andere scholen. Dit leidt tot de ontwikkeling van het kleinschaliger schoolproject 'Samen Op School!' waarbij zowel de leerlingen, de leerkrachten als de ouders betrokken zijn. Het schoolproject "Samen Op School!" heeft tot doel de basisveiligheid van kinderen in de klas en de psychosociale weerbaarheid van de kinderen te vergroten. Ook om de sfeer op school en de omgang van de kinderen met elkaar, de ouders en de leerkrachten te verbeteren.

De projecten variëren in looptijd van 3 maanden tot 2 jaar. De school krijgt een afgestemd aanbod dat kan bestaan uit een kind-ouder cursus, coaching van de leerkrachten, (voorbeeld)-lessen in de klas, ouderavonden en teambegeleiding.

De werkboeken vormen voor de leerkrachten en kinderen een basis voor gesprek met elkaar en tevens dienen ze als schakel naar de thuissituatie en gesprek met de ouders.

Vanuit de *Stichting Uit eigen beweging* zijn er met medewerking van enkele trainers tien schoolprojecten uitgevoerd. Hierbij waren meer dan 300 leerlingen met hun leerkrachten en ouders betrokken.

Ook werken trainers vanuit hun eigen organisatie (Stichting Traject, bureaus MEE, Stichting Balon) op scholen, zowel op de reguliere basisscholen als op de scholen voor het (voortgezet) speciaal onderwijs. Inmiddels hebben zeker 1500 leerlingen en hun leerkrachten hiervan geprofiteerd.

In oktober 2007 vindt een 2-daagse methodiekworkshop 'Samen Op School!' plaats voor gecertificeerde trainers.

De vraag naar deskundigheidsbevordering voor leerkrachten door methodiekworkshops en teambegeleiding groeit.

Workshops "Ho, tot hier en niet verder...!"

Workshops worden gegeven in meerdere vormen:

- De eendaagse introductie-workshop "Ho, tot hier en niet verder...!" voor aspirant-trainers of hulpverleners/begeleiders die met kinderen werken. Jaarlijks biedt de Stichting 2 tot 3 workshops aan. Meer dan 200 deelnemers namen hier aan deel.
- De tweedaagse workshops ter verdieping van de methodiek en de bijscholing van de trainers die met de methode werken. Tot nu hebben 35 deelnemers deze workshops gevolgd.
- Workshops en bijscholing op vraag van diverse instellingen als de Vrije Universiteit Amsterdam, Hogeschool Fontys in Sittard, Hogeschool Fontys in Tilburg, Hogeschool Arnhem-Nijmegen, Nederlandse Vereniging voor Psycho-Motorische Therapie (NVPMT), Nederlandse Vereniging voor Speltherapie (NVS), het SIG te België en anderen. Rond 850 deelnemers namen hieraan deel.

Zie bijlage 2

Training "Care for yourself" in Chennai, Zuid-India

In mei 2007 geeft Jooske Kool op uitnodiging van ICWO (Indian Community Welfare Organisation), trainingen en workshops in Chennai in het zuiden van India. De ICWO is een organisatie die zich richt op de medische en psychosociale ondersteuning voor prostituees en hun kinderen. Het hoofddoel is de preventie van HIV/AIDS, de verbetering van de leefomstandigheden, de preventie van kinderhandel en het verminderen van stigmatisering en discriminatie.

De drie trainingen voor kinderen van 7 tot 12 jaar, jongeren van 12 tot 20 jaar en een groep moeders met hun kinderen van 3 tot 7 jaar, vinden plaats op de Maruthi Matriculation School in de MMDA Colony van de wijk Arumbakkum van Chennai. Elke groep bestaat uit 10 kinderen en hun moeders. Daarnaast zijn tien mentoren en clustermoeders, die de kinderen en ouders na school begeleiden, getraind in het werken met de methode "Ho, tot hier en niet verder...!" om de kinderen en hun ouders beter te ondersteunen. Deelnemers en organisatie waren uitgesproken enthousiast over de werkwijze en effecten.

Een medewerkster van de ICWO fungeert als tolk tijdens de trainingen. Zij vertaalt het Engels naar de plaatselijke taal, het Tamil. Ook de werkboeken zijn vertaald naar Engels en het Tamil. De trainingen zijn kosteloos door Jooske Kool gegeven, terwijl ook de reiskosten voor eigen rekening zijn. Het Apostolisch Genootschap in Doetinchem heeft de reiskosten en maaltijden van de deelnemers gesponsord.



Televisieprogramma Villa Achterwerk

In 2003 nodigt de VPRO Jooske Kool uit om mee te werken aan de serie 'Mijn Gebrek' in het TV-programma Villa Achterwerk. De serie omvat 8 afleveringen van 9 minuten, waarin een kind vertelt over zijn of haar bijzonderheid: 'Hoe is het ontstaan? Wat zijn de voor- en nadelen?'

De training "Ho, tot hier en niet verder...!" is ingezet voor de vierde aflevering: "Bianca's verlegenheid". Bianca is verlegen. Ze wordt snel rood en als ze een spreekbeurt moet houden moet ze bijna overgeven. Ze wil er graag vanaf. Zou er een cursus voor zijn? Er zijn veel positieve reacties! De uitzending tijdens prime-time is door veel kinderen en ouders bekeken.



Aktie Kinderen zonder Kopzorgen

Het project "Kinderen Zonder Kopzorgen" is een initiatief van HealthNet -TPO en is in 2004 opgezet voor de psychosociale begeleiding van kinderen in Sri Lanka, Sudan, Uganda en Indonesië, die zijn getraumatiseerd door oorlog en rampen, zoals de Tsunami. Met intensieve psychosociale hulp en begeleiding leren zij beter om te gaan met de problemen, waardoor zij weer vertrouwen in de toekomst kunnen krijgen.

In het kader van de actie Jeugd voor Jeugd van de Wilde Ganzen en de Interkerkelijke Organisatie voor Ontwikkelingssamenwerking (ICCO) /ICCO heeft de Stichting Uit eigen beweging voor dit project contact gezocht met scholen, clubs en verenigingen om geld in te zamelen. Gezien het belang en de doelstelling van dit project verveelvoudigen de Wilde Ganzen en ICCO dit bedrag in dit geval wel liefst vijf keer!

Er zijn in totaal 9 acties gevoerd: een sponsorloop, kersenverkoop, markt/kunstveiling, Kerstdienstgiften, Moeders Mooiste- schilderijenverkoop, paasactie, circus-voorstelling en actie kindsoldaten. Dit leverde een totaal bedrag op van € 4.480,72 dat door de Wilde Ganzen /ICCO verviervoudigd is tot een bedrag van € 22.403,60.



Kwaliteitsverbetering door intervisie, coaching en supervisie.

Kwaliteitsverbetering is een continu proces waar zowel de stichting als de docenten van de opleiding zich verantwoordelijk voor weten. Trainers doen indien nodig een beroep op coaching en supervisie. De kwaliteitsverbetering van de trainers vindt plaats door studiedagen en workshops.

In 2007 startte, onder begeleiding van Mea Coppens, docent Persoonlijke en Professionele Ontwikkeling (PPO) een intervisiegroep van gecertificeerde trainers.

Op weg naar 'bewezen effectieve interventie'

Wij achten het van groot belang om te onderzoeken of hetgeen wij verwezenlijken ook het gewenste effect heeft. De evaluaties van kinderen, ouders en leerkrachten zijn om die reden zeer waardevol.

Het zoeken naar mogelijkheden voor wetenschappelijk onderzoek heeft onze speciale aandacht. Tot nu toe zijn zowel directe als indirecte aanwijzingen dat de methode "Ho, tot hier en niet verder...!" positieve effecten genereert.

Effectiviteitsonderzoek in het kader van een afstudeer-scriptie

Mevr. K. Boersma-den Doop deed voor haar studie Hogere Kaderopleiding Pedagogiek een onderzoek naar de effectiviteit van de cursus "Ho, tot hier en niet verder...!"

De onderzoeker voert een (quasi) experimenteel onderzoek uit op basis van de verwachting dat – conform het doel van de interventie – de psychosociale weerbaarheid en de psychosociale competentie van de kinderen door deelname aan de training toeneemt. 'Er zijn directe aanwijzingen voor de werkzaamheid van de cursus "Ho, tot hier en niet verder...!" op basis van onderzoek en follow-up.

De studie laat positieve effecten zien direct na afloop van de interventie op afname van probleemgedrag in de categorieën angstig/depressief gedrag, sociale problemen en delinquent gedrag en op langere termijn (6 maanden) een significante afname van pro)bleemgedrag in de categorieën angstig/depressief gedrag, teruggetrokken gedrag, lichamelijke klachten, denkproblemen, aandachtsproblemen en agressief gedrag.¹

Veranderingsonderzoek kinderen en ouders

Evaluaties van kinderen en ouders direct na de cursussen en follow-up onderzoek laten zowel op korte en lange termijn (2 jaar) positieve effecten zien voor zowel de kinderen als voor de ouders.²

Ouders geven aan dat zij op de volgende gebieden na langere tijd nog veranderingen zien en/of ervaren bij hun kinderen: positievere houding en opstelling / meer zelfvertrouwen / verbeterd sociaal inzicht / komt beter voor zichzelf op / zelfbewuster / 'beweegt' zich gemakkelijker in sociaal contact / zelfkennis / incasseren van kritiek / uit zich beter / gebruik van handvatten / gelukkiger geworden / positief zelfbeeld / minder explosief / minder angstig / minder of verdwenen lichamelijke klachten

Pilotstudie – angstpreventieprogramma Universiteit Maastricht

Aan de Universiteit Maastricht is een pilotstudie uitgevoerd naar de effectiviteit van een angstpreventieprogramma voor kinderen met een verhoogd risico op het ontwikkelen van een angststoornis. Het angstpreventieprogramma 'Ik durf!!' ontwikkeld door drs. P.F. Termond, dr. S.M. Bögels en J.M. Kool (in press Universiteit Maastricht) bevatten componenten uit de cognitieve gedragstherapie, de bewegingstherapie en de cursus "Ho, tot hier en niet verder...!" van J.M. Kool.

Het onderzoek naar de effectiviteit van deze interventie is een (quasi) experimenteel onderzoek in de praktijk uitgevoerd³. De onderzoeker formuleert vooraf de verwachting dat - conform het doel van de interventie – de angstsymptomen van de kinderen door de interventie afneemt en de competentiebeleving toeneemt. Het onderzoek laat positieve effecten zien op de afname van angstsymptomen, angstcriteria en angstdiagnoses en een toename van de competentiebeleving bij kinderen.

¹ Boersma-den Doop, K.P.H. (2005). Effectstudie naar de training "Ho, tot hier en niet verder...!". Afstudeerscriptie Hogere Kaderopleiding Pedagogiek, Fontys Hogescholen Sittard.

² Kool, J.M. (2000, 2006). Ho, tot hier en niet verder...! Training in psychosociale weerbaarheid voor kinderen van 7 tot 12 jaar en hun ouders. Leuven/Leusden: Acco.

³ Van Son, I.A.M. (2005). Evaluatie van een angstpreventieprogramma voor kinderen: Een pilotstudie. Scriptie Faculteit der Gezondheidswetenschappen, Universiteit Maastricht.



Op zoek naar subsidie voor onderzoek naar effectiviteit

Het ministerie voor Jeugd en Gezin stelt gelden beschikbaar voor het onderzoek naar de effectiviteit van onderzoeksinstrumenten, diagnostiek en behandelinterventies binnen de jeugdzorg en jeugdhulpverlening. In samenwerking met de Vrije Universiteit Amsterdam (Dr. R.J. Bosscher en professor F. Lamers-Winkelmann) is in 2007 een subsidieaanvraag ingediend in het kader van de 1e ronde Jeugd van ZonMw: 'Vroegtijdige signalering en Interventies'. De aanvraag behoorde tot de eerste selectie van 35 van de meer dan 100 ingediende aanvragen waaruit de 16 eindkandidaten zijn gekozen.

Het blijkt niet eenvoudig om vanuit de praktijk een vertaalslag te maken naar de wetenschappelijke taal en zinswijze. Dat maakt de toegang tot en honorering vanuit wetenschappelijke kant, bijzonder lastig. De Stichting blijft zoeken naar subsidies of fondsen om een volledige effectstudie te kunnen uitvoeren.

Streven naar opname in de Databank Effectieve Jeugdinterventies

In Nederland is nog weinig onderzoek gedaan naar de kwaliteit van het aanbod in jeugdzorg en jeugdhulpverlening. Het ligt in de bedoeling dat er in de toekomst alleen interventies waarvan de effectiviteit wetenschappelijk is aangetoond gebruikt gaan worden. Om deze in beeld te brengen heeft het Nederlands Jeugdinstituut (Nji) een Database Effectieve Jeugdinterventies (DEI) ingesteld.

In februari 2007 is door de Stichting Uit eigen beweging voor de methode "Ho, tot hier en niet verder...!" een erkenning aangevraagd. Het Nji gaf een positief advies mee voor de beoordeling van de Erkenningscommissie. De nieuw samengestelde erkenningscommissie formuleerde op basis van aangescherpte eisen een aantal verbeterpunten. Dit betreft met name de formuleringen, theoretische onderbouwing, en het toespitsen van de doelgroep.

Er bestaat een kloof tussen praktijk(ervaringen) en wetenschappelijke benadering. Om de kans te vergroten op erkenning en subsidies voor wetenschappelijk onderzoek, hebben wij voor de beschrijving de ondersteuning van het Nederlands Jeugdinstituut gevraagd. Dit brengt kosten met zich mee, die de Stichting niet kan dragen. Gezien het belang van een goede wetenschappelijke en theoretische onderbouwing, benaderen wij fondsen voor een financiële bijdrage in deze kosten.



Website en huisstijl

De Stichting heeft een eigen website met de naam www.uiteigenbeweging.nl.

In combinatie met het boek speelt de website een grote rol bij het bekendmaken van de methode *"Ho, tot hier en niet verder...!"*. Theo Termond verzorgt de website, het foldermateriaal, de huisstijl en alle voorkomende P.R. werkzaamheden.

Sleutelwoorden zijn 'laagdrempelig en eenvoudig toegankelijk' en 'kwaliteit spreekt voor zichzelf'.

De Stichting heeft een low-budget policy (eigenlijk een no-budget policy) met betrekking tot de publiciteit, geen glossy publiciteitsmateriaal of dure advertenties. De mond-op-mond reclame op basis van de ervaringen van de deelnemers zijn de beste boodschappers. Daarnaast wordt veelal gebruik gemaakt van vermelding in agenda's van vakbladen.

Publicaties

De volgende boeken zijn inmiddels verschenen als 2e en herziene druk:

De handleiding *"Ho, tot hier en niet verder...!"*

Training in psychosociale weerbaarheid voor kinderen en hun ouders en opvoeders.
Kool, J.M. (2000 / herschreven versie 2006), Leuven/Leusden: ACCO ISBN: 90-334-5993-0

Het werkboek voor de kinderen

Kool, J.M. (2000 / herschreven versie 2006). Leuven/Leusden: ACCO. ISBN: 90-334-5994-9

Werkboek voor de ouders en opvoeders

Kool, J.M. (2000 / herschreven versie/ 2006). Leuven/Leusden: ACCO ISBN: 90-334-5995-7

Er zijn meerdere artikelen gepubliceerd over de methode *"Ho, tot hier en niet verder...!"* in verschillende tijdschriften voor vaktherapie.

Zie bijlage 3.

Lezingen en workshops

De stichting verzorgt voor professionele beroepskrachten workshops en studiedagen.

Op uitnodiging geeft zij ook lezingen en verzorgt zij ouderavonden op scholen, kinderdagverblijven en buitenschoolse opvang. De inhoud wordt afgestemd op de doelgroep. Zij bestaat uit een combinatie van theoretische toelichting en videobeelden, met daarnaast een ervaringsgerichte kennismaking.

Zie bijlage 2.

*Als ik hoor dan vergeet ik.
Als ik zie dan onthoud ik.
Als ik doe dan begrijp ik.*



In de afgelopen vijf jaar heeft de Stichting Uit eigen beweging zich financieel ontwikkeld tot een stabiele organisatie met een sluitende begroting waarin opleiding, scholenprojecten en workshops kostendekkend worden gerealiseerd en er ook nog een minimale reserve is voor onvoorziene uitgaven.

In 2007 is besloten een deel van de reserve te besteden om te zoeken naar de mogelijkheden extra subsidies voor wetenschappelijk onderzoek te verkrijgen, het aanbod uit te breiden en de organisatie en coördinatie te versterken.

Het reguliere aanbod van opleiding, scholenprojecten en workshops blijft ook in 2008 haar normale doorgang vinden en zal daarbij kostendekkend moeten zijn. Een verdere uitbreiding van activiteiten of initiatieven zonder verdere externe ondersteuning is niet mogelijk.

In een tijd waarin kostenbesparing en efficiëntie de aandacht hebben, is het belangrijk om de effectiviteit van de training aan te tonen door middel van wetenschappelijk onderzoek. Het bestuur zoekt samen met de Vrije Universiteit Amsterdam naar middelen om dit onderzoek te laten uitvoeren.

Het Bestuur geeft alleen goedkeuring aan nieuwe projecten, wanneer voldoende zekerheid bestaat over de financiële dekking. Voor het realiseren van het beleid 2008 – 2010 zijn donaties uit fondsen noodzakelijk om de doelen te realiseren.

Gezien de reacties van kinderen en ouders uit het hele land en de effecten van de trainingen, willen wij er alles aan doen om deze te realiseren.

We hopen dat ook in de toekomst (steeds meer) kinderen en ouders/opvoeders in staat zijn om met deze laagdrempelige, speelse en effectieve methode een negatieve spiraal in de ontwikkeling om te buigen naar een positieve ontwikkeling en een respectvolle relatie met elkaar.

*Er zijn verschillende wegen die naar het zelfde leiden,
Belangrijk zijn de keuzes die we onderweg maken...*



De Stichting zoekt naar mogelijkheden om:

- De methode en het programma *"Ho, tot hier en niet verder...!"* verder te ontwikkelen voor speciale doelgroepen (kinderen met een handicap, vroegtijdige schoolverlaters, kinderen en jongeren met overgewicht etc.)
- De opleiding tot trainers uit te breiden door het aantal docenten uit te breiden, en gecertificeerde trainers in te zetten als docent.
- Een erkenning te verkrijgen als effectieve jeugdinterventie en als zodanig opgenomen te worden in de Database van het Nederlands Jeugdinstituut.
- Subsidie te verkrijgen voor wetenschappelijk onderzoek naar de effecten van de methode *"Ho, tot hier en niet verder...!"*.
- De methode toegankelijk te maken voor het buitenland en met name ook bij projecten in ontwikkelingslanden door haar te laten vertalen in het Engels.
- Een kwalificatie als opleiding te verkrijgen waarmee gecertificeerde trainers in aanmerking komen voor lidmaatschap van een vereniging voor beroepsbeoefenaars.
- De kosten van de training/cursus voor kinderen/ouders vergoed te krijgen vanuit de zorgverzekeringen via persoonsgebonden budget (PGB).

De Stichting is bezig om :

- Gecertificeerde trainers te werven voor het geven van workshop en/of opleiding.
- In samenwerking met het Nederlands Jeugdinstituut (NJI) een theoretische beschrijving op wetenschappelijke basis op te stellen van de methode en het programma *"Ho, tot hier en niet verder...!"*
- Een hernieuwde aanvraag tot erkenning bij de Databank Effectieve Jeugdinterventies in te dienen.
- In samenwerking met de Vrije Universiteit te Amsterdam een hernieuwde subsidieaanvraag voor wetenschappelijk onderzoek in te dienen bij ZonMw.
- De registratie aan te vragen bij Stichting Keurmerk Beroepsopleidingen (SKB) voor de Psychosociale en Geestelijke Gezondheidszorg.
- Fondsen te werven voor de ontwikkeling van het programma voor jeugdigen.
- Fondsen te werven ter bekostiging van de ondersteuning door het Nederlands Jeugdinstituut (NJI).
- Fondsen te werven voor de vertaling van het boek *"Ho, tot hier en niet verder...!"* in het engels.

*Als ik beweeg, dan leef ik,
en breng de wereld in beweging.
In de beweging ervaar ik mijzelf...*



Landelijk

De landelijke ontwikkelingen laten een toenemende problematiek in het gedrag en de ontwikkeling van kinderen en jeugdigen zien.

Instellingen kampen met begrotingstekorten en bezuinigingen. De bureaus Jeugdzorg, Centra voor Kind en Gezin en anderen leveren tot nu toe onvoldoende resultaat voor de ondersteuning aan kinderen en ouders. Vanuit privé-praktijken komt er steeds meer aanbod van trainingen in sociale vaardigheden en psychosociale weerbaarheid.

Er is veel onduidelijkheid over de kwaliteit.

Gesubsidieerde instellingen hebben een beperkt aanbod. Ouders zijn om die reden vaak aangewezen op trainers met een eigen praktijk. Vanuit financieel oogpunt ontstaat daar een probleem omdat de bronnen voor financiering beperkt zijn. De zorgverzekeraars hebben de psychosociale weerbaarheidstrainingen zelden in hun pakket.

Ouders van kinderen met een diagnose kunnen over een PGB beschikken. Zij die bijstand ontvangen kunnen een beroep doen op bijzondere bijstand. Alle andere ouders, ook degene met een beperkt inkomen, moeten de cursus bekostigen uit eigen middelen.

Hoewel de prijs laag wordt gehouden, neemt slechts een betrekkelijk kleine groep ouders en kinderen deel aan de cursussen.

De behoefte aan vroegtijdige hulp is er, echter voor kind en ouders is er onvoldoende financiële ondersteuning voor deze hulp. Het is belangrijk om de kosten van de training uit een aanvullende ziektekostenverzekering vergoed te krijgen.

Directe leefomgeving kind/ouders

De signalen die in 1994 leiden tot de ontwikkeling van de training op basis van de methode *"Ho, tot hier en niet verder...!"* zijn nog altijd en in toenemende mate actueel.

De oude benadering van leren op basis van instructie, opdrachten, uniformiteit en competitie voldoet niet meer. Een andere vorm van leren is in ontwikkeling: het dynamisch leren. Dynamisch leren vindt plaats op basis van samenhang, wederzijds gecreëerde betekenis en de aard van de eigen ervaringen en deskundigheid.

De methode *"Ho, tot hier en niet verder...!"* biedt inzicht en vaardigheden voor het ontwikkelen van een nieuwe manier van leren en omgaan met elkaar.

Ouders en kinderen staan toenemend onder druk. Ondermeer door het werken van beide ouders, de individualisering van behoeften en opvoeding, de toenemende informatiestroom en de eisen van de maatschappij.

Op scholen ervaart men een spanningsveld tussen lesgeven en aandacht voor gedragsproblemen. De opleiding voor leerkrachten voorziet nog onvoldoende in het leren omgaan met het gedrag en de 'vragen' van kinderen. Steeds meer scholen/ leerkrachten zoeken naar een vorm van deskundigheidsbevordering die hen hierin kan ondersteunen.

Psychosociale problemen

Psychosociale problemen, zoals gedragsmatige, emotionele en schoolproblemen komen veel voor onder kinderen. Zij worden zichtbaar als onzekerheid, teruggetrokken en/of angstig gedrag, leerproblemen, spijbelen, problemen in de omgang met anderen, depressiviteit, hyperactiviteit, agressiviteit, psychosomatische klachten, eetstoornissen, enzovoort. Deze problemen belemmeren het dagelijks functioneren en kunnen de ontwikkeling van kinderen en jeugdigen negatief beïnvloeden. Psychosociale problemen

gedurende de kindertijd dragen bij aan afwijzing door leeftijdgenoten, een gebrekkige motivatie, slechte schoolresultaten en schoolverlating.

Psychosociale problemen blijken stabiel binnen gezinnen. Ook bij de ouders van kinderen met psychosociale problemen is vaak sprake van psychosociale problemen.

Kinderen met psychosociale problemen vertonen in vergelijking met leeftijdgenoten meer negatieve denkpatronen en overtuigingen. Zij beschikken over minder probleem oplossende en sociale vaardigheden.

Prevalentie en spreiding

Gemiddeld 21 procent van de Nederlandse kinderen in de leeftijd van zeven tot twaalf jaar heeft psychosociale problemen. Jongens relatief vaker dan meisjes : 25% t.o.v. 17%. Slechts een kwart van deze kinderen heeft contact met de geestelijke gezondheidszorg. Bij 5% van de kinderen tot twaalf jaar signaleert de jeugdgezondheidszorg ernstige problemen. Probleemgedrag blijkt in de tijd vaak stabiel. Vroegtijdige preventie lijkt daarom een meer effectieve weg, dan het achteraf oplossen van problemen.

Bijdrage van de methode "Ho, tot hier en niet verder...!"

Uit onderzoek blijkt dat een succesvolle behandeling bestaat uit een aanbod voor kinderen en ouders/opvoeders/leerkrachten waarbij rekening gehouden wordt met meerdere problemen tegelijkertijd. De methode "Ho, tot hier en niet verder...!" draagt alle elementen in zich om op effectieve wijze een bijdrage aan te leveren aan het voorkomen van en/of verminderen van psychosociale problemen.



*In je hart is alles mogelijk.
Luister naar je hart.
In je hart weet je wat goed is
en wat niet...*

Bijlage 1

Bestuursamenstelling bij de oprichting in 2002

Voorzitter	Dhr. M. Jousma bestuurder Thuiszorg Beheer, Den Helder
Secretaris	Mevr. J.M. Kool, Bewegingsruimte, Ulestraten, Praktijk voor bewegings-expressie en therapie Ontwikkelaar methode "Ho, tot hier en niet verder...!" Directeur Stichting Uit eigen beweging.
Penningmeester	Dhr. A. Pelzer eigen buro management/fondsenwerving, Landgraaf
Bestuurslid	Mevr. Mr. A. Weeda-Rijke bestuurder Facilitair Bedrijf AKN, Hilversum
Inhoudelijk deskundige	Mevr. P. Tarenskeen, Coördinator Reïntegratie en Mobiliteit, Hogeschool Arnhem Nijmegen

Huidige bestuursamenstelling

Voorzitter	Dhr. M. Jousma
Secretaris	Mevr. J.M. Kool
Bestuurslid	Mevr. Mr. A. Weeda-Rijke
Inhoudelijk deskundige	Mevr. P. Tarenskeen

Medewerkers

2002 – heden	Mevr. J.M. Kool, coördinator/opleider/trainer (deels onbetaald)
2002 – heden	Dhr. Th. Termond, PR/webmaster (onbetaald)
2003 – heden	Mevr. M. Coppens, opleider Persoonlijke Professionele Ontwikkeling
2003 – heden	Mevr. H. Sijen, opleider Sensomotoriek
2003 – heden	Dhr. H. Krot, opleider Kinder- en jeugdpsychiatrie
2006 – 2007	Mevr. Drs. P. Termond, wetenschappelijke ondersteuning (deels onbetaald)
2003 – 2006	Dhr. J. Urlings, financiële administratie (onbetaald)
2004	Mevr. J. Hilkens, secretariaat (vrijwilliger)
2005 – 2006	Mevr. E. Adriaens, secretariaat (vrijwilliger)
2006 – heden	Mevr. A. Bloem, secretariaat

Bijlage 2

Speciale workshops en bijscholing

2002	Hogeschool Fontys, Tilburg - 2-daagse workshop Voortgezette Opleiding Bewegingsexpressie Therapie (BET)
2003/2004	Vrije Universiteit, Amsterdam - Gastlessen faculteit Bewegingswetenschappen
2003	Seminarium Orthopedagogiek, Roermond - studiedag
2004	NVPMT Nederlandse Vereniging voor Psychomotorische Therapie, Zwolle - Studiedag
2003 – 2007	Diverse scholen op diverse locaties - Ouderavonden
2004	Netwerk vertrouwenspersonen basisscholen Westelijke Mijnstreek - Workshop
2002-2006	Hogeschool Fontys Sociaal Pedagogische Hulpverlening te Sittard - Gastlessen
2004/2007	Hogeschool Fontys FSH-speciaal bewegingsonderwijs te Sittard - Gastlessen
2005/2006	Buitenschoolse Opvang Landgraaf en Kerkrade - 3 Workshops voor ouders en groepsleiders
2005	MosaLira Maastricht (Directeuren en IB-ers basisscholen) - Studiedag
2005	Stichting Balon, Herpen - bijscholing Oudercursus
2006	Basisschool de Burcht te Maastricht - Teambegeleiding: 'De grens is bereikt.... en dan?'
2006	SIG, Destelbergen - België - Twee-daagse bijscholing voor professionele hulpverleners.
2007	Hogeschool Arnhem Nijmegen - Gastlessen Differentiatie Psychomotorische Therapie
2007	NVS Nederlandse Vereniging Speltherapie, Driebergen - Workshop
2007	ICWO, Chennai India - Workshop en trainingen voor prostituees en hun kinderen
2007	ICWO, Chennai India - Methodiekworkshops voor mentoren, clustermoeders

Bijlage 3

Publicaties in vakbladen en tijdschriften

April 2001	Tijdschrift voor Psychomotorische Therapie – Recensie door Monique Hammink en Jacqueline Heezen
Maart 2001	Tijdschrift voor Psychomotorische Kindertherapie en Educatie, – “Ho, tot hier en niet verder...!” door Joeske Kool
Maart 2001	Nieuwsbrief Dans- en Bewegingsexpressietherapie, – “Ho, tot hier en nie tverder...!” door Joeske Kool
Juli 2003	Tijdschrift voor Psychomotorische Therapie – “Ho, tot hier en niet verder...!” door Joeske Kool
2006	Interview Tijdschrift voor Psychomotorische Therapie
December 2006	Tijdschrift 0/25 – Offensief tegen kindermishandeling, Beter samenwerken aan preventie – proefregio’s RAAK door Jolanda Keesom.
December 2007	Vakblad voor Speltherapie-Spelenderwijs – thema pesten en ego-versterking, “Ho, tot hier en niet verder...!” door Joeske Kool
Juli 2008	Vakblad voor Speltherapie-Spelenderwijs – thema Preventie van Kindermishandeling Schoolproject “Samen Op School - Ho, tot hier en niet verder...!” door Joeske Kool
2009	Tijdschrift SIGnaal – België
2009	Tijdschrift Educare Een fotoreportage over de Kinder-oudercursus.

Bijlage 4

Overzicht aantallen deelnemers

Opleidingen	45	opgeleid tot Gecertificeerde trainers, 15 in opleiding 2008
Workshops	190	introductie aan trainers/therapeuten
Methodiekworkshops	35	verdieping methode voor trainers/therapeuten
Speciale workshops en bijscholing	850	begeleiders/trainers v kinderen
Kind/Oudertrainingen	1500	kinderen - en hun ouders
Care for Your Self! - India	30	kinderen- en hun moeders
Care for Your Self! - India	10	mentoren/clustermoeders
Schoolprojecten Stichting	300	leerlingen – en hun leerkrachten / ouders
Schoolprojecten anderen	1500	leerlingen – en hun leerkrachten / ouders
VPRO Villa Achterwerk	8	deelnemers en duizende kijkers



*“Ho, tot hier
en niet verder...!”*

Opleiding trainers
Kind-Oudercursussen
Schoolprojecten

Teambegeleiding
Individuele begeleiding
Ouderavonden
Workshops

Supervisie
Coaching
Studiedagen

Stichting
Uit eigen beweging

Vliek 10
6235 NR Ulestraten
043 - 326 18 47
www.uiteigenbeweging.nl
uiteigenbeweging@hetnet.nl
K.v.K. Zuid-Limburg 4075274
92.84.97.801 SNS-bank

uitgave ter gelegenheid van
5 jaar
Stichting Uit eigen beweging

oktober 2008

colofon

tekst: Joeske Kool
lay-out: Theo Termond

foto's:
Theo Termond (1, 4, 6, 9, 10, 12,
14, 22, 24, 26, 28, 30, 31, 32)
Johannes Timmermans (19)