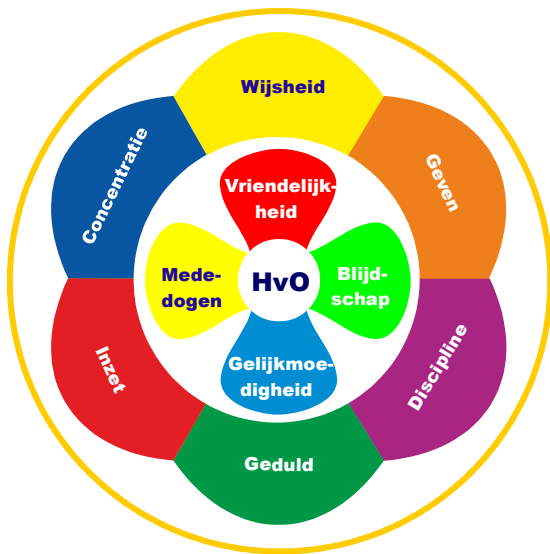


## **Cursusdag: "Ontdek de innerlijke leraar in jezelf en in onze kinderen"**

Wij hebben allemaal de wijsheid in onszelf om compassievol, succesvol en gelukkig te zijn. Deze innerlijke wijsheid is vaak door onze eigen onwetendheid, emoties en opvoeding verduisterd. Door de juiste vragen te stellen en een aantal eenvoudige oefeningen kunnen zowel volwassenen als kinderen weer contact maken met hun eigen innerlijke leraar. Deze innerlijke leraar/wijsheid geeft de antwoorden ofwel de les om bijvoorbeeld in sociaal-emotionele zin te groeien. De ervaring leert ook dat deze lessen de werkhouding, welbevinden en leerprestaties bevorderen. De leerkrachten krijgen op die manier een krachtig middel in handen om kinderen te begeleiden.



Deze unieke werkwijze is afkomstig uit het onderwijsprogramma "Het Hart van Onderwijs" (HvO). HvO is op het boeddhisme geïnspireerd. Het programma omvat 10 elementen, te weten de vier Hartkwaliteiten en de zes Vaardige Middelen. De innerlijke leraar wordt ontdekt door deze 10 elementen. HvO richt zich op de sociale- en persoonsvorming van kinderen en ook leerkrachten. Het wordt op twee basisscholen, de Jozefschool Muiden en Weesp beoefend.

HvO is door de Inspectie van Onderwijs als 'goed' beoordeeld. Hieronder staan de 10 elementen genoemd.

### **De vier Hartkwaliteiten zijn:**

1. Vriendelijkheid
2. Mededogen
3. Blijdschap
4. Gelijkmoedigheid/verbondenheid

### **De zes Vaardige Middelen zijn:**

1. Vrijgevigheid
2. Discipline
3. Geduld
4. Inspanning
5. Concentratie
6. Wijsheid

De 10 elementen zijn in twee prentenboeken uitgewerkt; de vier Hartkwaliteiten in "Vier Hartsvrienden" en de zes Vaardige Middelen in "Zes Waardevolle Vrienden".

Het **doel** van de cursusdag is het leren toepassen van de werkwijze in de begeleiding van kinderen. Hiervoor is nodig:

- theorie over de 10 elementen
- beoefening voor het ontdekken van de innerlijke leraar/wijsheid
- toepassing op individueel en/of klassenniveau

### **Cursusleider**

Mijn naam is Douwe-Arjen Hoitsma. Ik ben leerkracht, meditatieleraar, tennistrainer en (sport)psycholoog. Vanaf 1993 ben ik geïnteresseerd in het boeddhisme en heb veel cursussen en retraites genoten en gegeven. Zowel in het onderwijs als in de sport pas ik veel technieken vanuit het boeddhisme toe. Ik heb een sterke motivatie om HvO in het onderwijs te ontwikkelen en te integreren omdat het veel goeds voor zowel leerlingen, leerkrachten als teams brengt.

## Praktische informatie

**Data:** Kies één van de cursusdagen 3 of 24 november

**Plaats:** Jozefschool Weesp, Blomstraat 22, 1382 AJ Weesp

**Tijden:** 10.00 tot 13.00 uur

**Kosten:** € 75, inclusief materialen (handleiding, 10 kaartjes)

"Vier Hartsvrienden" en "Zes Waardevolle Vrienden" zijn voor € 15,= per stuk te koop.

**Doelgroep:** de cursus is geschikt voor iedereen die met kinderen werkt. De cursusdag gaat door bij minimaal 5 deelnemers. Geef je minimaal een week voor aanvang op.

### Opgave:

1. Je kunt je opgeven door onderstaande inschrijfformuliertje in te vullen:

Naam: .....

Email: .....

Telefoon: .....

Cursusdag: .....

Wil je de prentenboeken kopen, kruis dan aan welke?

- Vier Hartsvrienden
- Zes Waardevolle Vrienden

2. Stuur een mail naar: [info@hethartvanonderwijs.nl](mailto:info@hethartvanonderwijs.nl) met naam, e-mail, telefoon, datum (zie inschrijfformulier). Na opgave en betaling kun je meedoen.

De kosten van de cursus en eventuele boeken kun je overmaken op gironummer:

**NL72INGB0650018907**

t.n.v. D.A. Hoitsma

o.v.v. "Ontdek de innerlijke leraar" en de cursusdag

Na ontvangst van het inschrijfformuliertje en de betaling, kun je meedoen.

Voor meer informatie, zie ook [www.hethartvanonderwijs.nl](http://www.hethartvanonderwijs.nl)

Ik zie je graag op één van de cursusdagen. Met vriendelijke groet, Douwe

