



GRIEFELLEN

van spanning- naar ontspanning

www.griefelen.nl



Inhoud **nieuwsbrief** april 2018

- Welkom
- De Griefelwebsite
- Ontwikkelingen Griefelen: *promotieonderzoek en de start van de ontwikkeling van een Griefel app*
- Griefel recepten: *sensorische kijkfles*
- Griefel materiaal: *Hobermann sphere*
- Workshop – cursussen: *nieuwe databasiscursus en mogelijkheden voor verdieping*
- Artikelen – boeken – collega's



Welkom

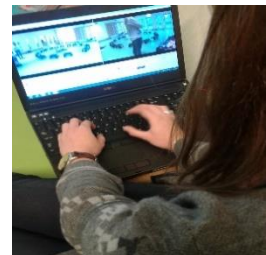
Nu het langer licht is in het Griefel-dierenbos, fluit Vogel weer volop. En wat horen we daar? Het knorren zou Vogel's zijn maagje kunnen zijn, maar net zo goed de sensaties van Krokodil. De modderdril vindt hij te koud en hij was te lang alleen. Kortom, tijd om te verzamelen op de open plek: 'er is veel te vertellen', aldus Giraf. Het Griefelteam was er bij.



Ontwikkelingen met betrekking tot het Griefelen

App

Kan een app positief bijdragen aan het proces van Griefelen voor kind en ouders? Op dit moment wordt onderzocht vanuit de Hogeschool Eindhoven, aan welke voorwaarden zo'n app dan zou moeten voldoen. Zou een app kunnen bijdragen, wat u betreft? En zo ja, aan welke voorwaarden zou zo'n app moeten voldoen? Reacties zijn welkom op: info@griefelen.nl



Onderzoek Universiteit van Amsterdam

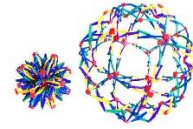
Vanuit het pilot- veranderingsonderzoek Universiteit van Amsterdam (scriptie februari 2018) naar de effecten van Griefelen binnen de Jeugdhulpverlening, laten de vragenlijsten **ZO!** (*zelfregulatie in het onderwijs*) + **TSCYC** (*Trauma Symptom Checklist for Young Children*) + **SDQ** (*strengths and difficulties Questionnaire*) een significante afname zien op de scores van traumasymptomen, gedragsproblematiek (N=33) en een significante verbetering van de (zelf)regulatie (N=36). Als vervolg hierop is aan de Universiteit van Amsterdam een promotieonderzoek gestart door Arna Robsdóttir van Beek van de faculteit Forensische Orthopedagogiek.



Griefelaars krijgen via info@griefelen.nl www.griefelen.nl een code, waardoor ze bij aanschaf van een Hoberman sphere bij Speelgoed 10 % korting krijgen. (http://hobermansphere.nl/Hoberman_Sphere/Hoberman_Sphere.html)



Griefel materiaal: Hobermann sphere



De Hobermann sphere is een uitvouwbare bal die er in een klein (14 cm) en groot formaat (24 cm) is. In het Griefelprogramma wordt het gebruikt als hulpmiddel bij het rustig leren ademen. Naast dat het visuele input geeft en verbeelding van longen, ondersteunt het het fysieke proces van ademen. Het open-(t)rekken van m.n. de grote Hobermann sphere, zorgt dat de beweging van ruimte wordt gemaakt.

Ruimte die voor het ademen in het lichaam nodig is. Het geeft de mogelijkheid om te spelen met wat er gebeurt als we snel ademen, wat er gebeurt als we in de Hobermann klimmen, verschil te ervaren in het gebruik van de kleine en grote Hobermann sphere, wat is fijn en wat is niet fijn? Het creëert kansen om met kinderen te genieten; met stokken de ballen overbrengen – overgooien...



Griefel Recept

De sensorische fles

Ingrediënten:

- Stevige waterfles
- Uitwasbare (school) lijm
- Glitters naar keus:
kleine zilverglitters met grotere
glitters
- Kralen
- Eventueel voedsel kleurstof
- Superlijm

Vul de fles 85 % met water, Voeg de materialen toe, inclusief de uitwasbare schoollijm. Plak de dop van de fles vast met de superlijm.

En nu: schudden en kijken!

<https://www.youtube.com/watch?v=QU1gXEKb9Oo>



Workshop - studiedag - congres

Via de site www.griefelen.nl worden aanvragen gedaan voor workshops, congressen en/of studiedagen. Op deze manier wordt kennis gemaakt en ervaren wat het Griefel-programma is/doet en een indruk verkregen of dit iets is voor u, uw kind – groep – klas - praktijk.

Voor professionals + opvoeders kunnen workshops worden verzorgd, die de koppeling tussen Griefelen en opvoeding maken. Het geven van recente informatie over de hersenontwikkeling bij kinderen, kan handvatten geven voor de opvoeding. De fundamenten van het Griefelen sluiten daar bij aan.

Peter Levine & Marianne Bentzen

werken vanuit Somatic Experiencing. Een fundament uit het Griefelprogramma heeft de basis daarin. Peter Levine & Marianne Bentzen komen voor een workshop van 27-29 Juni (via BodyMind opleidingen) naar Nederland. Interessant voor diegene die nieuwsgierig is naar de verschillende lagen in/binnen trauma.

<http://www.bodymindopleidingen.nl/trauma-spirituality>

Lilian Troost heeft een programma ontwikkeld voor baby's, kinderen en hun ouders mede vanuit de Somatic Experiencing. Ze geeft op 19 + 20 mei een workshop hierover in Hilversum. <https://www.lilian-spira.at/seminarangebote-und-termine/>

Griefelaars

Op dit moment zijn er 74 opgeleide Griefelaars. Werkzaam in verschillende functies (Gz psychologen, pedagogische medewerkers, kinderpsychiaters, vaktherapeuten, fysiotherapeuten, leerkrachten binnen het reguliere, speciale, hogere en wetenschappelijk onderwijs, onderwijsassistenten, yogadocenten) naast (pleeg-)ouders. Werkzaam binnen verschillende organisaties in Nederland, België en Frankrijk.

Basiscursus en mogelijkheden voor vervolg

De eerst volgende **Basiscursus** is op **8 + 9 Juni*** te Bilthoven.

In de 2 daagse cursus leert u:

- o Ervaren wat het betekent om het Griefelprogramma te 'volgen' + aan te bieden
- o Maakt u kennis met de theorie achter het Griefelprogramma

Na een afgeronde basiscursus kunnen hulpverleners en leerkrachten **verdiepingsdagen HBO** volgen. Bedoeld om concreet de verschillende onderdelen en fundamenteën van het programma uit te diepen, gekoppeld aan de eigen praktijk en het eigen beeldmateriaal.



Voor WO geschoolde hulpverleners is het mogelijk een **2-daagse verdiepingscursus WO** te volgen. Hierin komen indicatiestelling, rapportage, therapeutische- en behandellementen van het Griefelprogramma aan de orde. Daarnaast de vraag hoe het Griefelprogramma een onderdeel kan worden binnen een breder behandel aanbod vorm gegeven vanuit meerdere disciplines.

Aanmelden voor alle cursussen kan via www.griefelen.nl

***kijk hier ook voor andere data !**

Artikelen - boeken - collega's

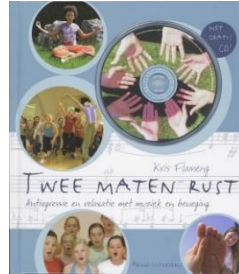
'...Het boek biedt diepgaande kennis over de gevolgen van trauma op de hersenen, de invloed op de ontwikkeling en op het gedrag in de klas. Vanuit deze kennis leer je als leraar het kind met trauma en zijn of haar gedrag te zien en te begrijpen. De vele voorbeelden, handelingsadviezen en tips maken het een buitengewoon praktisch boek dat leraren en leidinggevenden kunnen gebruiken om de school traumasensitief te maken.....' (einde citaat).



Het Griefel programma probeert het Ventrale gedeelte van het parasympathische zenuwstelsel aan te spreken en te 'versterken'. Het gedeelte dat essentieel is voor de relationele verbindingen en mede daardoor ook voor het rustig tot rust kunnen komen. Dit boek 'De polyvagale theorie' van Stephen Porges geeft uitleg over de werking hiervan (uitgave in het Nederlands in juli 2018).



Ritme en beweging zijn essentieel binnen het Griefelprogramma. Het boek 'Twee maten rust' sluit hier naadloos bij aan in de vorm van spelletjes met muziek en beweging, die de mogelijkheid tot expressie in zich dragen.



Films - Artikelen

- Een indrukwekkend filmpje waarin een dier een groepsgeenoot uit de freeze respons halt.
<https://www.facebook.com/ster.esterhuizen.1/videos/652001934973884/UzpfSTE2NjI1ODEOODM5NjE5NDU6MjAyMDIOMDk0ODE5NTk5NQ/>
- De beweging die in gang gezet wordt met behulp van het Griefel programma is ontroerend, zeer hoopgevend, krachtig en bewegend richting een gezonde ontwikkeling. Je zou het ieder kind gunnen ! Nog sterker gezegd: de fundamenten van het Griefelprogramma zijn noodzakelijk voor een gezonde (relationele) ontwikkeling van een kind. Lees in dit verband eens :
<https://www.trouw.nl/samenleving/kinderpsychiater-iedereen-heeft-er-baat-bij-als-problemen-op-tijd-worden-gesignaleerd~a31b1092/>

- Om te voorkomen dat we gaan lijden aan 'huidhonger' (Bruce Perry) is het belangrijk om aangeraakt te worden. Een pijler binnen de ontwikkelingsgerichte aanpak van het Griefel programma.
<https://www.theguardian.com/society/2018/mar/07/crisis-touch-hugging-mental-health-strokes-cuddles>

Griefelwijzer

!!! Belangrijke mededeling !!!

Spel is een belangrijk onderdeel binnen het Griefelen. Binnen het contact met de Griefelaar en/of opvoeders en/of kinderen, wordt er geoefend met energie-opwekking, energie-afvoeren en ervaren/oefenen wat er gedaan kan worden bij stress. Naast dat een spel moet passen bij de thema's van de bijeenkomsten, moeten ze aansluiten bij de kinderen. Wij zijn bezig met het ontwikkelen van een spelwijzer, die gebaseerd is op de kennis uit de hersenwetenschap die Griefelaars kan helpen een spel te kiezen voor een kind/groep. Zodra de Griefelwijzer klaar is, krijgt deze aandacht in de verdiepingscursussen.



!!! Houdt de informatie op de website in de gaten !!!

U bent weer bijgepraat !

Mocht u nog vragen hebben, aarzel niet om contact met ons op te nemen.

Met hartelijke groet,

Het Griefelteam
www.griefelen.nl