



KINDIGO® ACADEMIE

# Prikkelstorm® Training

**De Prikkelstorm® Training** met de Prikkelstorm® coachingskaarten is gebaseerd op het boek Prikkelstorm. De Prikkelstorm Training is voor de ouder, leerkracht, coach, therapeut, intern begeleider, orthopedagoog, psycholoog, hulpverlener en eenieder die zichzelf beter wil leren begrijpen en/of die kinderen, pubers of volwassenen wil begeleiden om (nog) meer in hun kracht te komen.

**Doel** van het boek Prikkelstorm en de Prikkelstorm coachingskaarten: het kind (en ook de puber en volwassene) wordt gehoord en gezien in zijn behoeften en in wie hij/zij in essentie is. Het kind/de puber of volwassene krijgt bestaansrecht met als boodschap: alles mag er zijn, in je kracht staan, jezelf zijn, zelfliefde, laat je lichtje stralen.



## Werken met de Prikkelstorm® coachingskaarten

De coachingskaarten komen overeen met de kaartjes in het boek Prikkelstorm. De kaarten weerspiegelen onder meer alle soorten prikkels, de klachten bij overprikkeling en de hulpbronnen bij overprikkeling. Daarnaast zijn extra kaarten opgenomen die aansluiten op de onderwerpen in het boek Prikkelstorm en mijn andere boek 'Overprikkeling bij kinderen'.

## Als Prikkelstorm® coach krijg je in korte tijd inzicht in:

- De kern van het probleem of de klacht
- de belevingswereld
- de behoeften
- de prikkelverwerking
- hoe degene zich voelt in de klas, thuis of elders
- de problemen waar de persoon tegenaan loopt (zowel thuis, op school als met vrienden)
- van welke prikkels last wordt ondervonden (zowel thuis als op school)
- de mate van overprikkeling (in verschillende situaties)
- de klachten die ontstaan bij overprikkeling
- de hulpbronnen bij overprikkeling

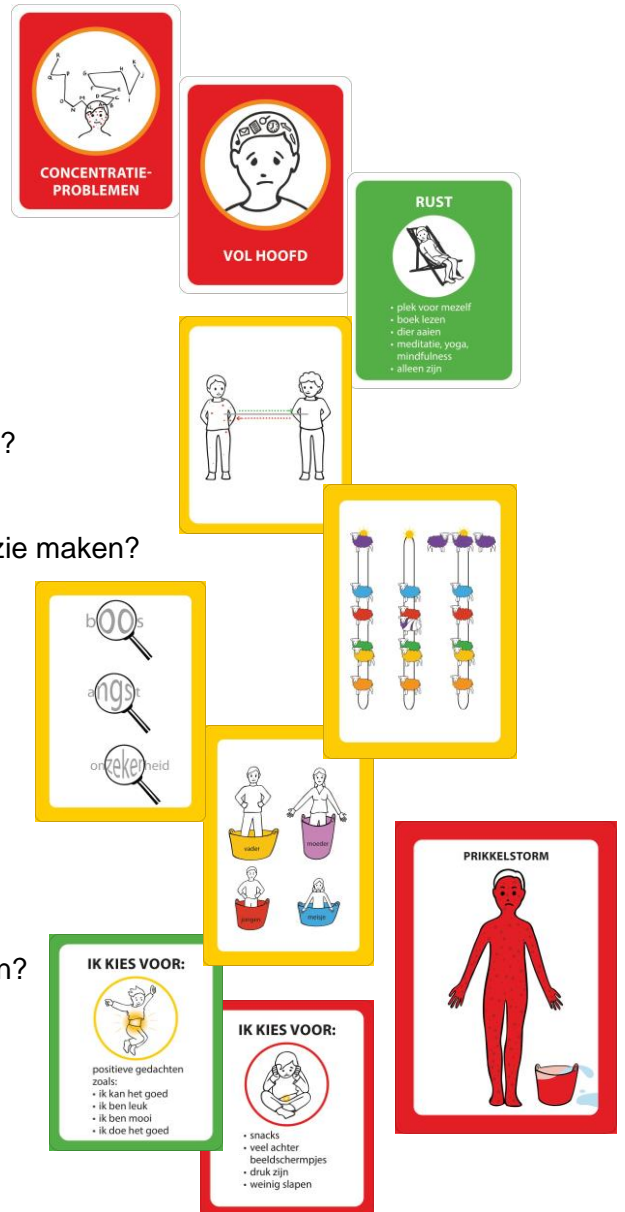




KINDIGO® ACADEMIE

### Inzichten voor het kind, de puber of volwassene:

- wat zijn prikkels
- welke soorten prikkels zijn er
- hoe zit ik (en de ander) in elkaar?
- wat betekent het om (hoog)gevoelig te zijn
- wat zijn 'voelsprietjes'/sensoren?
- van welke prikkels heb ik last?
- waarom raak ik overprikkeld?
- waarom voel ik me niet lekker bij overprikkeling?
- welke klachten krijg ik bij overprikkeling
- waarom word ik boos, verdrietig, stil of ga ik ruzie maken?
- waarom kan ik niet stil zitten?
- wat kan ik doen bij overprikkeling?
- hoe kan ik hulp vragen?
- hoe voel ik me?
- hoe uit ik emoties?
- hoe kan ik beter bij mezelf blijven?
- hoe kan ik positief denken?
- wat heb ik nodig om goed voor mezelf te zorgen?
- hoe kan ik mezelf liever vinden?
- ik mag mezelf zijn
- ik kan keuzes maken
- en nog veel meer ...



Tijdens de Prikkelstorm Training worden veel extra tools aangereikt. Deze vormen een krachtige aanvulling en verdieping op de Prikkelstorm coachingskaarten.

Het werken met de Prikkelstorm coachingskaarten biedt mogelijkheden tot het begeleiden van het kind, de puber of volwassene gedurende vele sessies vanwege de diversiteit aan onderwerpen. Uiteraard kan per sessie een specifiek onderwerp uitgekozen en besproken worden.

Na het volgen van de Prikkelstorm Training bestaat (vrijblijvend) de mogelijkheid om de boeken 'Kinderen bewust (op)voeden', 'Overprikkeling bij Kinderen' en 'Prikkelstorm' (bij afname van meerdere boeken tegelijk van 1 titel) met korting aan te schaffen.



KINDIGO® ACADEMIE

## Toegang tot de Prikkelstorm Masterclass (MC)

Als Prikkelstorm coach heb je de mogelijkheid om Prikkelstorm Mastercoach te worden na aanschaf van de Prikkelstorm Master licentie. Dit stelt je in de gelegenheid om de Prikkelstorm Masterclass als presentatie te gaan geven voor kleine en grote groepen, bedrijven, scholen, als intake om uit te leggen wat je gaat doen met de Prikkelstorm methodiek of 1 op 1.

Het is ook mogelijk om een interactieve workshop te geven voor ouders, leerkrachten, hulpverleners etc.

**Kortom:** de Prikkelstorm Masterclass biedt veel mogelijkheden om jezelf als Prikkelstorm coach op de kaart te zetten en jouw praktijk of bedrijf te laten groeien: je gaat uitleg geven over het belang van inzicht in je eigen prikkelprofiel, het verkrijgen van grip op prikkels, overprikkeling, prikkelregulatie, zelfzorg en het leven van je authenticiteit.

## Prikkelstorm Masterteam

Als Prikkelstorm Mastercoach kun je (vrijwillig) deelnemen aan bijeenkomsten waarbij Prikkelstorm Mastercoaches elkaar inspireren, met elkaar sparren en ideeën uitwerken.

## Onderwerpen Prikkelstorm MC

- speerpunten Prikkelstorm methodiek
- kernwaarden Prikkelstorm methodiek
- persoonlijk prikkelprofiel
- prikkels: externe en interne prikkels
- gevoeligheid voor prikkels
- hooggevoeligheid
- 3 typen hooggevoelige personen en hun prikkelverwerking
- enkele voorbeelden van Prikkelstorm coachingskaarten
- resultaten na een Prikkelstorm sessie
- voordelen werken met Prikkelstorm coachingskaarten
- het puntje van de Prikkelstorm-ijsberg
- wat kun jij als Prikkelstorm coach betekenen
- casussen



KINDIGO® ACADEMIE

Bij de Prikkelstorm Training is inbegrepen: een syllabus, werkmap met werkbladen, de Prikkelstorm coachingskaarten en een certificaat.

**Noodzakelijke voorkennis:** het boek 'Prikkelstorm' en bij voorkeur ook de boeken 'Overprikkeling bij Kinderen' en 'Kinderen bewust (op)voeden'.

Na het volgen van de Prikkelstorm Training mag het logo zoals hiernaast afgebeeld staat, gebruikt worden op je website en krijg je desgewenst een vermelding op de website van Prikkelstorm als Prikkelstorm coach.



**De Prikkelstorm Training is online of live te volgen.**

## Prikkelstorm Training Online

Aanmelden voor de online Prikkelstorm Training kan via [www.kindigo-academie.nl](http://www.kindigo-academie.nl)

## Prikkelstorm Training Live

Kijk voor actuele data op de website van Prikkelstormcoach: [www.prikkelstormcoach.nl](http://www.prikkelstormcoach.nl) .

De live Prikkelstorm Training vindt plaats op onderstaand adres en wordt gegeven door:

**Drs. K.M.W. (Karin) Janssen**

Brederodestraat 3

5691XN SON



KINDIGO® ACADEMIE

### Enkele reacties van Prikkelstorm coaches:

- 'ik had geen idee wat hier allemaal achter zat, wat een mooie methodiek'
- 'ik wil je even laten weten hoe dankbaar ik ben met je Prikkelstorm coachingskaarten! Ik neem ze overal mee naartoe om kinderen, ouders en leerkrachten inzichten te geven hoe belangrijk het is om bij je eigen lichtje/kracht te blijven en hierna te luisteren. Ik merk echt dat jouw kaarten veel mensen "raken" en dat vind ik super gaaf 😊. Dus heel veel dank dat je ze ontworpen hebt en met ons deelt!"
- 'ik heb nu zoveel extra tools om mee aan de slag te gaan'
- 'ongelooflijk hoe ik in korte tijd tot de kern weet te komen tijdens een coachingssessie'
- 'het kind snapte meteen wat er aan de hand was'
- 'de puber zei tegen mij: "nu pas snap ik hoe het werkt bij mij en ik had geen idee wat prikkels zijn, dat ik overprikkeld ben als ik down ben. Ik weet wat ik nu moet doen om weer bij mezelf te komen"
- 'wat een verrijking'
- 'het is een stuk rustiger in de klas nu ik Prikkelstorm heb ingezet tijdens de les: de kinderen snappen zichzelf beter en kunnen meer geduld en respect voor de andere kinderen opbrengen'

### Enkele reacties van kinderen, pubers en volwassenen:

- 'Ik snap mezelf nu beter.' Boris, 11 jaar
- 'Ik wist niet dat ik hieperdepiep kon worden van prikkels. En o ja, soms krijg ik er dus buikpijn van. Dat heb ik nu geleerd. En ook wat ik kan doen om het op te lossen.'  
Bo, 7 jaar
- 'Oeps, ik herken (te) veel van mezelf bij het voorlezen van Prikkelstorm.' moeder (37 jaar) van Bram, 5 jaar
- 'Ik kan al heel goed in mijn eigen mandje blijven. Dat heb ik van uil Poehoe geleerd.'  
Bart, 6 jaar
- 'Van prikkels krijg ik een vol hoofd. Dat wist ik niet. En ik wist ook niet dat ik dat ook kon krijgen van 'er-niet-bijhoren-prikkels. Dankjewel Prikkelstorm mevrouw.' Anneloes, 8 jaar
- 'mijn kind geeft nu aan wanneer en van welke prikkels hij last heeft'. Ik begrijp hem nu beter en ook fijn: hij heeft geen driftbuien meer.' Moeder (38 jaar) van Ivo (8 jaar)
- 'jeetje, het wordt tijd dat ik eerst aan mezelf ga werken om mijn eigen kind nog beter te kunnen snappen en begeleiden. Fijn dat ik zoveel inzicht in mezelf heb gekregen!' Anne (34 jaar)



KINDIGO® ACADEMIE

## Investering in jezelf

€ 185,--\* voor de Prikkelstorm Training

€ 75,--\* voor de Prikkelstorm coachingskaarten

€ 35,--\* voor de werkmap met werkbladen

\* Bedragen zijn exclusief 21% BTW

[www.prikkelstormcoach.nl](http://www.prikkelstormcoach.nl)

[www.kindigo-academie.nl](http://www.kindigo-academie.nl) (online trainingen)

