

## Be moved!

### Workshop bewegingspedagogie van Veronica Sherborne

De **bewegingspedagogie van Veronica Sherborne** heeft als doel om via beweging de persoonlijkheidsontwikkeling te bevorderen. Het wil vanuit de basisveiligheid die men in het eigen lichaam ervaart, de groei naar vrijheid en zelfstandigheid verder ondersteunen.

Typerend voor deze bewegingspedagogiek is dat men werkt vanuit een pedagogische relatie waarbij begeleiders en cliënten met elkaar in **evenwaardige dialoog** treden, d.w.z. een relatie waarin men niet probeert om greep te krijgen op de ander, maar waarin de ander binnen de grenzen van zijn persoonlijke mogelijkheden wordt gestimuleerd. Hierbij nemen begeleider en cliënt om beurten de rol van leidende en volgende persoon zodat **beide partijen elkaar stimuleren** in hun persoonlijke groei! Men werkt tesamen aan (basis)vertrouwen en verbondenheid, hetgeen leidt tot meer waardering voor zichzelf en de anderen.

Deze benadering kan zowel individueel als in groep gebruikt worden, afzonderlijk of geïntegreerd in de dagelijkse omgang met cliënten. De benadering is o.a. aangewezen in de begeleiding van personen met moeilijkheden naar lichaamsbesef en relationele problemen.

Net zoals in de bewegingspedagogiek van Veronica Sherborne zelf, staat ook tijdens deze **ervaringsgerichte workshop** het **'samen bewegen'** centraal. We starten met een beknopte theoretische voorstelling, geïllustreerd aan de hand van beeldmateriaal. Vervolgens gaan we zelf aan de slag en ontdekken we de methode zelfbewegend. Samen met een oefenpartner ervaren we het effect van de bewegingsoefeningen, de ene keer als volgende en de andere keer als leidende partij. Doorheen de oefeningen komen 3 verschillende doelstellingen van de bewegingspedagogie aan bod:

- Bewust worden van het lichaam: je beter voelen in je eigen lichaam.
- Bewust worden van de ruimte, zowel de persoonlijke als de algemene ruimte.
- Bewust worden van de anderen: ontwikkelen en groeien in het aangaan van relaties (met elkaar relaties – tegen elkaar relaties – samen relaties).

Via de eigen ervaringen tijdens deze workshop ontdek je de kracht van de bewegingspedagogie van Veronica Sherborne en doe je **inspiratie** op voor je eigen (bewegings)praktijk!

#### WERKWIJZE

Dit is een ervaringsgerichte workshop. We verwachten dan ook actieve participatie tijdens de bewegingsoefeningen. Voorzie dus gemakkelijk zittende kledij.

#### DOCENT

De workshop wordt gegeven door

- Monique Melotte, licentiate L.O. en kinesitherapie. Zij is tevens International Sherborne Course Leader en heeft 30 jaar werkervaring opgebouwd in het hoger onderwijs, zowel in de opleidingen Lichamelijke Opvoeding als in orthopedagogie. Daarnaast werkt ze als freelance bij vzw Tiralala voor allerlei vormen m.b.t. expressie en dans.

#### DOELGROEP

Deze initiatie richt zich tot begeleiders binnen de zorg voor personen met een handicap die

- willen kennismaken met de bewegingspedagogie van Veronica Sherborne.
- de theoretische achtergrond van de bewegingspedagogie willen leren kennen of opfrissen.
- eigen praktijkervaringen willen delen met anderen.
- onder leiding van een deskundige nieuwe inspiratie willen opdoen.
- ervaringsgericht aan de slag willen gaan.

#### DATUM EN LOCATIE

- Woensdag 28 september 2011

**VIBEG!**

*Geef je leven meer pit*

- 10u15 - 17u00 (onthaal vanaf 10u)
- Cultuurcentrum Berchem, Driekoningenstraat 126, 2600 Berchem (Antwerpen)
- Het gebruik van openbaar vervoer wordt aangeraden. De locatie bevindt zich op ca. 10 min. stappen vanaf het station van Antwerpen-Berchem.

#### **PRIJS**

85 euro (inbegrepen: documentatiemap, drank tijdens de pauzes en broodjesmaaltijd)

#### **INSCHRIJVEN**

- Inschrijven voor deze cursus kan via [vorming@vibeg.be](mailto:vorming@vibeg.be) of via de website [www.vibeg.be](http://www.vibeg.be)

#### **MEER INFORMATIE?**

Surf naar [www.vibeg.be](http://www.vibeg.be), mail naar [vorming@vibeg.be](mailto:vorming@vibeg.be) of tel naar 016/23.51.21

**VIBEG !**

*Geef je leven meer pit*