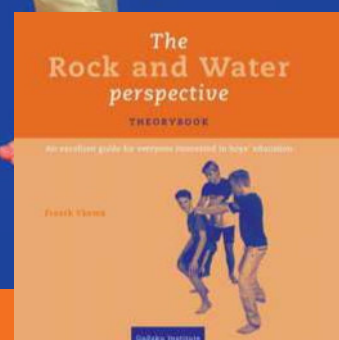
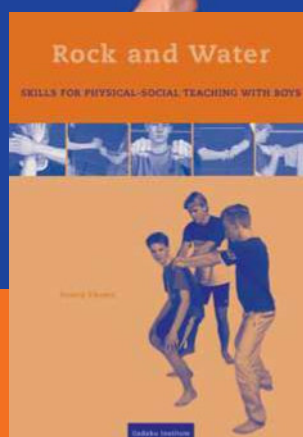
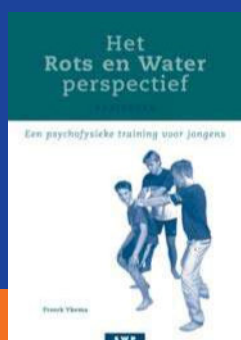
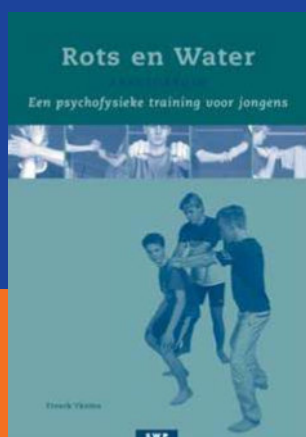


HET ROTS EN WATER-PROGRAMMA Sociale Competentie Training

Veiligheid
Integriteit
Verbondenheid

Zelf-beheersing
Zelf-vertrouwen
Zelf-reflectie



Een psychofysieke training
voor jongens én meisjes
Voor basisonderwijs en voortgezet onderwijs,
jeugdhulpverlening en jeugd detentie



Ontwikkeld door Freerk Ykema

Gadaku Institute/Rots en Water NL

Hoe leren wij jongens hun energie op een positieve manier in te zetten?

Hoe kunnen wij jongens zelf-respect en respect voor anderen bijbrengen?

Negatieve beeldvorming

In Nederland komen jongens en jonge mannen vaak negatief in beeld. Te vaak worden zij beschreven als lastposten en te weinig worden hun specifieke kwaliteiten, hun ontwikkelingsopgaven en hun problemen belicht. Van dit laatste blijkt weinig kennis aanwezig te zijn bij ouders, opvoeders en leraren. Jongens worden niet echt gekend, daarvoor niet begrepen en gerespecteerd en krijgen daarom niet altijd die begeleiding die zij nodig hebben. Veel ouders en scholen stellen aan jongens hoge eisen die niet stroken met hun ontwikkeling met als gevolg jongens die afhaken of de aandacht trekken met storend probleemgedrag.

Schoolprestaties

Binnen het onderwijs is over de gehele breedte bij jongens een teruggang in schoolprestaties te constateren. Het zijn vooral de jongens die op scholen opvallen door lastig gedrag, en daarmee samenhangend verlies van motivatie. Jongens worden vaker dan meisjes uitgesloten van lessen of op andere wijze bestraft. Tijdens leerling-besprekingen wordt in geval van een jongen vaker over zijn gedrag gesproken dan over zijn kwaliteiten. Jongens doen langer over hun opleiding en meer jongens dan meisjes haken voortijdig af. Bovendien blijken steeds minder jongens dan meisjes door te stromen naar het hoger en universitair onderwijs.

Jongens dader en slachtoffer van geweld

Een bekend feit is dat jongens veel vaker dan meisjes de daders van geweldsdelicten zijn. Minder bekend is dat het ook vooral jongens zijn die van datzelfde geweld slachtoffer zijn. Om deze redenen zijn er in Nederland verschillende weerbaarheidsprogramma's ontwikkeld die jongens leren beter om te gaan met geweld. Het accent bij deze cursussen ligt op zelfbeheersing en de ontwikkeling van empathische gevoelens. Maar gewelddadig gedrag is slechts uiting van een dieper gevoel ongenoegen, en zou daarom ook zo moeten worden begrepen.

Risicovol gedrag en zelfdoding

Slachtoffers van risicovol gedrag in bijvoorbeeld het verkeer zijn voornamelijk jongens. Stoerdoenerij, de macht van de kick, het zoeken naar grenzen, en verlies van zelfbeheersing heeft al aan vele jongens het leven gekost. Bovendien blijkt dat het aantal jongens en mannen dat zich in Nederland van het leven berooft veel hoger is (ruim 2x hoger) dan het aantal meisjes en vrouwen.

Jongens kwetsbare groep in moderne samenleving

Kortom: jongens en jonge mannen blijken in onze samenleving steeds meer een kwetsbare groep te worden. Deze tendens beperkt zich niet alleen tot Nederland.

Ook in landen als Australië, Nieuw Zeeland, Canada, Groot Brittannië, de Verenigde Staten en andere westerse landen kent men deze problemen en is men naarstig op zoek naar oplossingen in de vorm van programma's die recht doen aan jongens. De statistieken verschillen van land tot land maar het beeld is overal hetzelfde: jongens blijken steeds meer moeite te hebben aansluiting te vinden in het huidige onderwijs en daaropvolgend een plaats in de maatschappij te verwerven. Andersom geldt ook: onderwijs en maatschappij blijken steeds minder oog te hebben voor de specifieke kwaliteiten en ontwikkelingsopgaven van jongens.

Waarden, normen en omgangsvormen

Als antwoord op de geschetste problematiek is in Nederland op een brede scholengemeenschap in Schagen (N-Holland) het Rots&Water-programma ontwikkeld. Het programma blijkt zowel de leerlingen als de docenten enorm aan te spreken vanwege de psychofysieke benadering, het praktische en plezierige karakter van de cursus en de nadruk op de verschillende vormen van communicatie die hierin centraal staan. Het thema solidariteit vervult een belangrijke functie en heeft een direct verband met een zich dan sterker ontwikkelend besef van waarden, normen en omgangsvormen. Juist in een multiculturele samenleving is het essentieel om te komen tot een waarden-



en normenstelsel dat door iedereen wordt ervaren, begrepen en gerespecteerd.

Sociale competentie training

Het Rots&Water-programma kan worden beschouwd als een weerbaarheidsprogramma, maar dan één dat zich onderscheidt van andere programma's door zijn meervoudige doelstelling en het bredere pedagogisch perspectief waarbinnen de training van weerbaarheid een wezenlijke, natuurlijke functie vervult. Een eenzijdige nadruk op de weerbaarheids-gedachte creëert namelijk eerder een 'vijanddenken' dan gevoelens van veiligheid en verbondenheid. Sociale competentie training betekent dat jonge mensen leren samenwerken, samen spelen, samen leven. Mensen moeten leren zich onafhankelijk op te stellen (Rots) en eigen keuzes te maken, maar ook leren hoe met anderen samen te werken, spelen en leven (Water). Afhankelijk van de situatie zal voor een Rots- of Waterhouding moeten worden gekozen. Deze keuze is niet altijd makkelijk maar wordt eenvoudiger als je gecentreerd bent en gegrond.

Psychofysische didactiek

Het programma bedient zich van een psychofysische didactiek hetgeen wil zeggen dat, startend vanuit een fysieke invalshoek met veel fysieke oefening, mentale en sociale vaardigheden worden aangereikt en verworven.

Het programma is derhalve zeer fysiek, biedt voor ieder veel plezier, en wordt ondersteund d.m.v. korte groepsgesprekken waarin ruimte is voor zelfreflectie en het maken van korte opdrachten. Voor deze invalshoek is gekozen omdat jongens in de eerste plaats vooral fysiek in de wereld zijn. Zij beschikken over een enorme dosis energie, die uitnodigt en soms dwingt tot bewegen. Daarnaast is het ook zo dat de jongens, vaker dan meisjes, moeite hebben met het verwoorden van gedachten, gevoelens en emoties. Een psychofysische didactiek vangt twee vliegen in één klap. Jongens wordt geleerd hun energie te beheersen en te richten en tegelijkertijd wordt via fysieke vormen van communicatie andere, meer verbaal gerichte, communicatievaardigheden aangeleerd.

Rots&Water ook voor meisjes

Rots&Water is ontwikkeld als een sekse-specifiek programma bedoeld voor jongens. De ervaring heeft echter geleerd dat meisjes minstens zo veel profijt en plezier beleven aan het programma als jongens. Jongens en meisjes ondergaan echter een verschillende socialisatie. Ze zijn op een aantal punten duidelijk verschillend van elkaar, hebben daarom een verschillende ontwikkelingsweg te gaan en worden daarom met verschillende ontwikkelingsopgaven geconfronteerd. Om tot zelfkennis en begrip en respect voor anderen te komen volgen jongens meer een fysiek-

emotionele ontwikkelingsweg: actie, uitdaging, spel, beweging en doen staan centraal. Meisjes neigen meer naar een verbaal-emotionele ontwikkelingsweg: gevoelens en emoties worden vooral verbaal met elkaar uitgewisseld. Trefwoorden hier zijn het vermogen tot reflectie, analyseren en verbaliseren van gevoelens. Beide ontwikkelingswegen zijn echter voor zowel jongens als meisjes noodzakelijk om Mens te worden. Soms hebben zowel jongens als meisjes behoefte aan en recht op onderwijs en begeleiding die aanwezige verschillen respecteert. Veel meisjes vinden het bijvoorbeeld moeilijk zich actief te verweren als zij worden bedreigd. Dat maakte het noodzakelijk voor de meisjes (en ook voor sommige jongens) een extra bouwsteen aan het programma toe te voegen: leren in actie te komen in een bedreigende of stressvolle situatie. Het spreekt voor zich dat om bovengenoemde redenen het Rots&Water-programma het best tot zijn recht komt als, in ieder geval in een deel van het programma, met afzonderlijke jongens- en meisjesgroepen wordt gewerkt.

Bouwstenen en doelstellingen

De bouwstenen van het Rots&Water-programma zijn zelfbeheersing, zelfreflectie en zelfvertrouwen. Voortbouwend op dit fundament is het mogelijk aandacht te hebben voor de thema's veiligheid, assertiviteit, com-

Hoe ondersteunen wij jongens en meisjes in het ontwikkelen van zelfvertrouwen?

municatie, en het vinden van een eigen weg (innerlijk kompas) dat met anderen verbindt en richting geeft (solidariteit en spiritualiteit). Het innerlijk kompas betekent dat ieder mens verschillende kwaliteiten heeft en dat deze kwaliteiten zich in de psyche manifesteren als krachten die streven naar het verwezenlijken van deze kwaliteiten. Deze zelfverwezenlijking geeft een diep gevoel van kracht, vreugde en zinvolheid. Dit is vooral voor jongeren die voor belangrijke keuzes staan een belangrijk concept. Een antwoord op vragen naar zin en richting hangt vooral samen met het bewust worden van eigen kwaliteiten en wensen.

Vier rode draden

De genoemde thema's worden in het programma door 4 rode draden met elkaar verbonden:

- 1) Het leren **gronden** (stevig en ontspannen staan), **centreren** (adem in de buik) en **concentreren** (het richten van de aandacht/focus).
- 2) De ontwikkeling van de **psychofysieke driehoek**: lichaamsbewustzijn-emotioneel bewustzijn-zelfbewustzijn. Emoties drukken zich in het lichaam uit in de vorm van spierspanningen. Meer bewustzijn van het lichaam kan daarom leiden tot meer inzicht en ervaring van de eigen reactiepatronen, hetgeen een kans biedt tot verdieping van het emotioneel- en zelfbewustzijn en het vermogen tot zelfbeheersing aanzienlijk vergroot.
- 3) De ontwikkeling van fysieke **communicatievormen** als basis voor de ontwikkeling van andere,

Hoe ondersteunen wij jongens en meisjes in het ontwikkelen van sociale vaardigheden?

meer verbaal georiënteerde, vormen van communicatie.

4) **Het Rots&Water-concept**. De harde, onwrikbare rotshouding versus de beweeglijke, verbindende waterhouding. Dit concept kan op verschillende niveaus worden ontwikkeld en toegepast: op fysiek niveau en op mentaal en sociaal niveau. Op fysiek niveau betekent dit dat een aanval gepareerd kan worden door hard aangespannen spieren (rots) maar vaak zelfs nog effectiever kan worden opgevangen door een beweeglijk meegaan met de energie van de aanvaller (wateraspect). Binnen een gesprek kan men kiezen voor een harde, onverzoenlijke rotsopstelling of een meer communicatievere wateropstelling en ook in relaties kan de keuze worden gemaakt tussen een rotsopstelling ('ik ga gewoon mijn eigen gang') of een wateropstelling ('we zijn samen op weg'). Rots kan ook betekenen dat je, afhankelijk van de omstandigheden, vasthoudt aan je principes. Op spiritueel niveau ten slotte vallen de tegenstellingen tussen rots en water weg. Daar ontstaat het inzicht en ervaart men dat beide wegen noodzakelijk zijn om tot zelfverwezenlijking te komen en dat mensen in diepste wezen met elkaar verbonden zijn en een gezamenlijke weg afleggen.

Rots en Water binnen de hulpverlening en de geestelijke gezondheidszorg

In de afgelopen jaren hebben steeds meer hulpverleners, ver-

pleegkundigen, maatschappelijk werkers enz. de kracht en eenvoud van het programma leren inzetten in de omgang en begeleiding van cliënt en patiënt. Deelnemers zijn gemotiveerd om het programma te volgen, er ontstaat een duidelijke groepscohesie, en vaardigheden om met lastige situaties worden sterk verbeterd. Verschillende onderzoeken tonen een zeer positieve ontwikkeling van zelfvertrouwen, zelfbeheersing en effectievere copingstrategieën.

Implementatie in het onderwijs: basisonderwijs en voortgezet onderwijs

Het Basisprogramma van Rots&Water is geschikt voor de bovenbouw van het basisonderwijs (met enige aanpassingen óók voor de onderbouw), en voor het gehele voortgezet- en hoger onderwijs (basis- en vervoliprogramma). Het heeft een positieve invloed op de manier waarop leerlingen onderling met elkaar omgaan maar ook de relatie leerling-leraar verandert vaak in positieve zin. Implementatie van het programma draagt in sterke mate bij aan het denken en vormen van een positief pedagogisch-didactisch concept dat richtinggevend is voor de lespraktijk van alle dag. Liefde voor het werken met jongeren is hierin onontbeerlijk. Het is mogelijk meerdere jaren aaneengesloten met het programma te werken. Vanwege het sterk fysieke karakter zijn (in eerste instantie)



vooral de docenten lichamelijke opvoeding en de leerlingbegeleiders bij uitstek geschikt voor het werken met het volledige lesprogramma (schoolklassen, specifieke doelgroepen en individueel). Het is echter zeer aan te raden het gehele schoolteam een (deel)training te laten ondergaan of te informeren via een presentatie om zo een breed draagvlak te creëren (zie hiervoor de EDIT-training).

Rots&Water-trainers voor klas, buurthuis, woonwijk, individuele training

Het is ook mogelijk om deskundige, gecertificeerde Rots&Water-trainers in te huren voor het verzorgen van een training aan een klas of speciale doelgroep. Alle Rots&Water-trainers staan geregistreerd in de database van het Gadaku institute. Ervaren Rots en Water-trainers adverteren op de website www.rotsenwater.nl. (zie homepage -cursusaanbod Rots en Water-trainers) Een basistraining zal gemiddeld genomen zo'n 8 tot 10 lessen in beslag nemen, afhankelijk van leeftijd en doelgroep, waarna een evaluatie volgt. Afhankelijk hiervan kan worden besloten tot een vervolgentraining. Voor een optimaal resultaat is een goede samenwerking met het lerarenteam onontbeerlijk. Het werken met deskundigen van buitenaf kan een mogelijke opstap vormen voor een meer geïntegreerde implementatie waarbij de docenten zelf ook worden nageschoold via de officiële

driedaagse Rots&Water-training.

Internationale ontwikkelingen en samenwerking

In Nederland en ver daarbuiten is in de afgelopen jaren een groot netwerk ontstaan van Rots&Water-trainers die werkzaam zijn in het onderwijs, jeugdhulpverlening en jeugd-detentie, en de geestelijke gezondheidszorg. In Australië, Nieuw-Zeeland, Singapore, Schotland, Duitsland, België en Nederland zijn inmiddels ruim 20.000 trainers opgeleid. Elk jaar komen daar 3.000 bij, en werd een veelvoud hiervan via conferenties en diverse publicaties over het programma geïnformeerd. Zowel in Australië, Nieuw-Zeeland als Nederland wordt informatie uitgewisseld via nationale e-mailgroepen en worden er jaarlijks opfriscursussen georganiseerd. Daarnaast wordt om het jaar in Nederland en Australië een nationaal Rots&Water-congres georganiseerd.

Rots en Water en kinderen met autismespectrumstoornissen

Jarenlange ervaring in het werken met kinderen met autismespectrumstoornissen (ASS) heeft geleid tot het ontwikkelen van een speciale training en het samenstellen van het gelijknamige boek *Rots en Water en kinderen met autismespectrumstoornissen*.

De algemene hulpvraag van kinderen met ASS wordt daarin als volgt geformuleerd: "Help mij om samenhang te vinden in de voor mij vaak chaotische en onvoorspelbare wereld, zó dat ik mijzelf en de wereld beter leer kennen en ermee om kan gaan". Voor de gecertificeerde Rots&Water-trainer bestaat de mogelijkheid kennis en expertise te verwerven middels een ééndaagse nascholingscursus. Voor ouders, therapeuten zonder Rots&Water-certificatie wordt een tweedaagse training aangeboden waarin de specifieke ontwikkelingsvragen van kinderen met ASS worden gekoppeld aan basisvaardigheden- en begrippen van de Rots&Water-methodiek.

5e Nationale Rots&Water-congres: Rots en water en kinderen met autismespectrumstoornissen

Datum en plaats: 9 december 2009 in De Reehorst te Ede. Gerenommeerde sprekers uit binnen- en buitenland en een breed scala van workshops zullen informeren over kinderen met ASS: thuis, op school in de klas, en de specifieke kracht en mogelijkheden van Rots&Water voor deze kinderen.

De Rots&Water-cursus

Een volledige Rots&Water-cursus omvat drie aaneengesloten dagen met een contacttijd van 24 uur en daarnaast een geschatte studielast van 40 uur. Tijdens

Hoe ondersteunen wij jongeren in de ontwikkeling van innerlijke kracht en richtingsgevoel?

de training worden alle oefeningen en spelen uit het programma beoefend. Alle cursussen worden georganiseerd door het Gadaku Institute en gepresenteerd door Freerk Ykema. Permanente lokatie van de trainingen in Nederland is het Sportcentrum Oudenrijn bij Vleuten/De Meern (Utrecht). Daarnaast worden jaarlijks ook trainingen aangeboden in Groningen, Limburg, Rotterdam en Zeeland. Er zijn geen toelatingscriteria voor deelname aan de cursus. Deelnemers komen uit het onderwijs (leerling-begeleiders, docenten lichamelijke opvoeding etc.), de jeugdhulpverlening en jeugd detentie, sport scholen of zijn reeds geschoold als weerbaarheidsdocent.

Kosten van de driedaagse cursus: € 620 (inclusief de beide Rots&Waterboeken, de dvd, koffie/thee en lunch gedurende de gehele cursus en een Rots&Water draagtas) Informatie en inschrijving via het Gadaku Institute/Rots en Water NL en/of de website www.rotsenwater.nl

Incompany training

Het komt steeds vaker voor dat een school of organisatie kiest voor een training op locatie. Voordeel hiervan is kostenbesparing omdat kan worden bespaard op reis- en verblijfskosten. Daarnaast kan worden ingegaan op specifieke vragen en problematiek. Een incompany training levert voor een organisatie/school financieel voordeel op bij 18 deelnemers of meer.

Eén Dag Introductie Training (EDIT)

Het Gadaku Institute/Rots en Water NL biedt ook Eén Dag Introductie Trainingen aan voor schoolteams en organisaties. Deze trainingen worden gepresenteerd door speciaal hiervoor opgeleide en geaccrediteerde advanced Rots&Water (niveau 2)-trainers. De EDIT is bedoeld om teams te introduceren in werkwijze en doelstellingen van het Rots&Water-programma. Het is tevens de beste en snelste manier om het Rots&Water-programma schoolbreed in te voeren, en reeds functionerende Rots&Water-trainers binnen de school/organisatie te ondersteunen.

De inhoud van de EDIT is beschreven in het *Rots en Water Praktijkboek voor starters*. Kosten van de EDIT zijn: € 1450 voor teams van maximaal 30 personen. Daarbij inbegrepen 15 *Rots en Water Praktijkboek voor starters* (€ 25 per stuk) en 2 Rots en Water dvd's (€ 55 per stuk).

Advanced training

In de advanced training worden docenten opgeleid tot het presenteren van een Eén Dag Introductie Training (EDIT). Deze EDIT beperkt zich tot de kern van het Rots en Water Basisprogramma. De inhoud van deze training is voorgeschreven en vastgelegd in het Rots en Water Praktijkboek voor starters. Daarnaast is een reader ontwikkeld 'Script for your One Day Seminar', die de trainer exact ver-

Hoe ondersteunen wij jongeren in hun morele ontwikkeling?

telt hoe, wanneer en wat te doceren. De advanced trainer heeft het recht om de EDIT te doceren aan het team van de eigen school of organisatie. De advanced trainer heeft *niet* het recht om zelfstandig de EDIT aan andere scholen of organisaties aan te bieden. Kosten van deelname aan de advanced training: € 735 Toelatingseisen: minimaal 1 jaar intensieve werkervaring met het Rots&Water-programma en deelname aan minimaal 1 opfrisdag/verdiepingscursus, gepresenteerd door Freerk Ykema.

Inhoud van de volledige driedaagse Rots&Water-cursus

Dag 1

Leren gronden, centreren, focussen. Introductie van het Rots- en Waterprincipe. Het lichaamscentrum leren ervaren als krachtcentrum en rustcentrum.

Theorie:

- Introductie van het Rots- en Waterhuis
- Introductie en uitleg van de psychofysieke didactiek

Dag 2

Ademkracht ontdekken en ontwikkelen. Ontwikkeling van sociale vaardigheden: oefeningen met lichaamstaal, grensbewustzijn (grenzen leren voelen, stellen, respecteren en verdedigen) en intuïtieoefeningen. Het lichaamscentrum leren ervaren als krachtcentrum, rustcentrum en centrum van gevoel.



Theorie:

- Relatie agressie, depressie en testosteron wordt besproken
- In het algemeen is het voor een jongen moeilijker om gevoelens en emoties in woorden uit te drukken. Bespreking van factoren die hierop van invloed zijn: constitutie en socialisering.

Dag 3

Solidariteit en het innerlijk kompas. Seksualiteit en homoseksualiteit. Vragen rondom mannelijkheid, vrouwelijkheid en waarachtigheid. Meditatie, mentale kracht en innerlijke kracht. De ontwikkeling van de psychologische identiteit en de spirituele identiteit.

Theorie:

- Introductie van de psychologische identiteit
- Uitwisseling rondom de thema's solidariteit en spiritualiteit
- De stadia in de ontwikkeling van de identiteit

Certificering

Deelnemers die de volledige driedaagse Rots&Water-training hebben gevolgd, ontvangen een certificaat en worden opgenomen in een databestand. Dit certificaat stelt hen in staat met het gehele programma te werken binnen de pedagogische setting waarin zij werkzaam zijn. Het verworven certificaat beperkt zich tot het lesgeven aan jongeren en volwassenen en is nadrukkelijk geen accreditatie voor het verzorgen van een Train The Trainer cursus.

De afgelopen jaren is in Nederland (en Australië en Nieuw-Zeeland) een kernteam van advanced trainers samengesteld dat onder auspiciën van het Gadaku Institute/Rots en Water NL wordt ingezet voor het verzorgen van trainingen en presentaties in binnen- en buitenland.

Het Rots&Water Instituut (Nederland) en het Gadaku Institute (Australië)

Beide instituten zijn door Freerk Ykema opgericht om het Rots&Water-programma te verspreiden en de productie en verspreiding van het ondersteunend cursusmateriaal mogelijk te maken. In 2003 werden beide instituten samengevoegd onder de naam **GADAKU INSTITUTE**. De naam Gadaku komt uit de taal die door de aboriginals in Arnhemland/Australië wordt gesproken, het 'datiwuy', en betekent jongen op weg naar man-zijn, volwassenheid. In Australië werkt het Gadaku Institute op nationaal niveau samen met het Boys in School Program van de universiteit van Newcastle met als doel volledige integratie van het programma in onderwijs, jeugdhulpverlening en jeugddetentie.

Rots&Water-consulent

- **Rots en Water, Jeugdhulpverlening en Jongerenwerk:** Drs. L. Woltring

Dhr. Woltring (adviesbureau Werken met Jongens), is oud-

docent jeugdzorg aan de Hogeschool van Amsterdam en schreef enige boeken over het werken met jongens. Hij is deskundig met name waar het de implementatie van Rots&Water betreft buiten de school of over de specifieke (jongens-)pedagogiek en is aanspreekbaar op de algemene inhoud van R&W. Tel.: 020-4823782 / GSM: 06 26 152 163 Fax: 020-4827027 E-mail: lauk.woltring@planet.nl www.laukwoltring.nl

Lesmateriaal

Rots&Water-boeken

Alle publicaties en dvd's zijn ook verkrijgbaar in het Engels via het Gadaku/Rots&Water Institute NL.

Het Rots&Water Praktijkboek

Door Freerk Ykema. Dit praktijkboek bevat veertien gedetailleerd beschreven lessen en lesmateriaal, met talrijke instructieve foto's en lesbrieven. ISBN 978 90 6665 738 0 Uitgeverij SWP 192 pag.: A4-formaat / € 30,30 Verkrijgbaar via de boekhandel en het Gadaku/Rots&Water Instituut NL.

Het theorieboek: *Het Rots&Water Perspectief*

Door Freerk Ykema. Dit theorieboek bevat de pedagogisch-didactische achtergronden



van het Rots&Water-programma zoals dat gerelateerd is aan de specifieke ontwikkelingsweg van jongens.

ISBN 978 90 6665 458 7

Uitgeverij SWP

128 pagina's / € 17,00

Verkrijgbaar via de boekhandel en het Gadaku/Rots&Water Instituut NL.

Rots&Water Sociale Competentie Training Praktijkboek voor starters

Dit boek bevat de inhoud van de Een Dag Introductie Training (EDIT) waarin de basisbegrippen en -vaardigheden van het Rots&Water-programma en vormt een integraal onderdeel van deze training en kan om deze reden niet afzonderlijk worden besteld. Prijs :€ 25.

Bringing it Together 22 case studies of Rock and Water in various settings

Rots&Water is een evidenced based-programma. Het is in verschillende landen in zeer verschillende pedagogische settingen onderzocht. Het boek is een must-read voor ieder die geïnteresseerd is in effectonderzoek. Dit boek bevat een rijkdom aan effectonderzoek, wetenschappelijk onderzoek en implementaties van het Rots&Water-programma binnen het BO, VO, hulpverlening, vluchtelingen/minderheden. Tevens bevat het vragenlijsten door leerlingen in te vullen om effectiviteit van Rots&Water

ook via deze weg inzichtelijk te maken.

Prijs: € 35.

Verkrijgbaar via het Gadaku Instituut.

Rots&Water en kinderen met autismespectrumstoornissen

Dit boek is onderdeel en belangrijke ondersteuning van de eendaagse en tweedaagse trainingen voor trainer en ouder maar kan ook los worden besteld. Alleen verkrijgbaar via het Gadaku/Rots&Water Instituut NL Prijs: € 28.

Rots&Water-stootkussens met Rots&Water-logo

In Nederland worden de Rots&Water-stootkussens vervaardigd door aiki-budo (Amsterdam en Swifterbant). De kussens zijn van uitzonderlijk goede kwaliteit. Voor bestelling zie www.aiki-budo.nl

Rots&Water dvd

Te bestellen bij het Gadaku Institute/Rots en Water NL, Nederlands- en Engelstalige versie verkrijgbaar. Op deze dvd zijn twee video's opgenomen:

Video *Rots&Water Basisoefeningen* waarin de belangrijkste fysieke basisoefeningen zijn opgenomen (Freerk Ykema). Duur 23 minuten.

Video *Actie en Reactie* van het gelijknamige jongens-

programma. Deze video bevat 5 verschillende scènes rondom de thema's communicatie, geweld en seksualiteit.

Duur 17 minuten.

De kosten van deze Rots&Water dvd zijn € 55,00 incl. verzendkosten

Wie is Freerk Ykema?

Freerk Ykema is 25 jaar in het onderwijs werkzaam geweest als docent lichamelijke opvoeding, remedial teacher met een specialisatie naar dyslexie en leerlingbegeleider. In 1993 startte hij met de ontwikkeling van het Rots&Water-programma resulterend in een volledig uitgewerkt lesprogramma. In 1999 werd hij uitgenodigd voor het houden van een presentatie op een internationaal congres in Australië. Sindsdien heeft hij, verspreid over verschillende landen, meer dan 10.000 docenten getraind. Hij is oprichter van beide Rots&Water-instituten en trainer en presentator van het Rots&Water-programma.

Voor training, meer informatie en het bestellen van cursusmateriaal:

Gadaku Institute/Rots en Water NL

Adres: Groenveldsdijk 10
1744 GD St. Maarten
Nederland

Tel.: 0224 551887

Fax: 0224 551659

E-mail f.ykema@quicknet.nl

Website www.rotsenwater.nl