

Tips voor jouw Gedachte-Kracht-spreekbeurt

Geef je een spreekbeurt over Gedachte-Kracht? Leuk! Ik wens je heel veel plezier en succes met het voorbereiden en geven van je spreekbeurt. Ik help je graag een stukje op weg....

Als je laat weten hoeveel kinderen er in je klas zitten, dan stuur ik je postkaarten op. Die kun je uitdelen in de klas. Mail naar: nicole@bewustzijninbedrijf.nl. Zet je ook je adres erbij? Dan weet ik waar ik de kaarten heen kan sturen.

Hartelijke groeten,

Nicole Hage

schrijfster van het boek Gedachte-Kracht


Hieronder heb ik allemaal tips op een rijtje gezet. Je kunt de tips uitkiezen die je handig of leuk vindt.

- ★ Leg eerst uit wat Gedachte-Kracht is:
 -  Dat je gevoel komt door wat je over iemand of iets DENKT. Je maakt het gevoel zelf, door iets te denken. (bladzijde 8 en 9 van het boek). En JIJ kunt jezelf leren om gelukkige gedachten te denken.
 -  Teken het plaatje op blz 8 (meisje en jongen met de hond) op het schoolbord, of vraag of de PDF van het boek op het smartboard kan. Deze PDF is voor iedereen met internet gratis en makkelijk te vinden: Ga naar www.gedachtekracht.nl en klik op het wolkje 'Download'. Klik dan op: Download het boek gedachte-kracht [hier](#).
- ★ Neem de Gedachte-Kracht spullen die je hebt mee, om te laten zien in de klas.
- ★ Vertel dat ik (Nicole) de schrijfster ben en dat mijn dochter Ilse de tekeningen voor het boek heeft gemaakt, toen ze 9 jaar was.
- ★ Vertel dat er een website is en dat het boek daar gratis te downloaden is.
- ★ Vertel hoe je zelf van Gedachte-Kracht gehoord hebt.
- ★ Vertel wat je van Gedachte-Kracht vindt.
- ★ Vertel hoe jij zelf Gedachte-Kracht gebruikt.
- ★ Vertel welke Gedachte-Kracht dingen je het leukst vindt.
- ★ Lees een stukje voor uit het boek dat je interessant vindt.

★ Geef je advies aan de kinderen uit de klas. Zou het voor hen ook leuk of interessant zijn? En waarom?


★ Vertel hoe de kinderen in je klas zelf hun Gedachte-Kracht kunnen gebruiken: Bijvoorbeeld: Gedachtemagneetjes maken (blz 12/13), het Gedachteladder-spel (blz 15 tm17), in het NU zijn (blz 18/19), Luisteren met je hart (blz 20 tm 22), De vier vragen (blz 23 tm 25), Mediteren (blz 26 tm 29), iets vriendelijks doen (blz 30 /31), Dankbaar zijn (blz 32) OF Supervragen (blz 33)


★ Doe een (paar) leuk Gedachte-Kracht-spelletje(s) met de klas, bijvoorbeeld:

 Teken de gezichtjes van de gevoelsthermometer (bladzijde 15) in het groot na op A4-tjes. Teken één gezicht op één A4-tje. Geef elk gezicht aan een kind in je klas. Kunnen ze zelf op volgorde gaan staan van het fijnste gevoel naar het minst fijne gevoel?


 Leg uit wat mediteren is. Lees bijvoorbeeld het bovenste stukje van bladzijde 26 voor.


En lees een korte meditatie voor aan je klas, bijvoorbeeld 'Ademen door je hart' op bladzijde 28 en 29. Bij een meditatie is het belangrijk om heel rustig te praten, met stiltes tussen de zinnen. Tel bijvoorbeeld in gedachten langzaam tot 5, voordat je een nieuwe zin zegt.


 Geef ieder kind een vel met uitkniphartjes, zodat ze verrassingsbriefjes kunnen maken. Lees op bladzijde 31 over ongemerkt aardige dingen doen. Je kunt de verstophartjes printen op de downloadpagina van www.gedachtekracht.nl.

 Doe een leuk massage-spelletje in de klas. Bijvoorbeeld 'massage spel de tovenaar'. Deze is te vinden op de downloadpagina van www.gedachtekracht.nl.

★ Overige tips:

 Kijk op de downloadpagina. Welke downloads vind je leuk om te laten zien of om uit te delen?
Als je je aanmeldt voor de nieuwsbrief krijg je nóg meer downloads om uit te kiezen.

 Kijk op de website bij 'Tips voor kinderen', daar vind je boeken, filmpjes en liedjes die je kunt gebruiken voor je spreekbeurt.

 Je kunt ook (een stukje) van het introductie-filmpje laten zien. Op de homepagina staat de link naar het gedachtekracht-introductie-filmpje.

Veel succes en plezier!!