HOLISTISCH LESGEVEN
SPECIALIST IN HOOGSENSITIVITEIT EN HOLISTISCH ONDERWIJS

Studiegids opleiding
Holistisch Lesgeven
Bewustzijnspedagogiek • HSP-specialisatie • Onderwijs vanuit verbinding



"De leraar/begeleider is pedagogisch instrument voor bewustzijn."

HOLISTISCH LESGEVEN
SPECIALIST IN HOOGSENSITIVITEIT EN HOLISTISCH ONDERWIJS

Inhoudsopgave

1. Visie op Holistisch Lesgeven 3
2. Bewustzijnspedagogiek 4
3. Onderwijs van de Nieuwe Tijd 7
4. Link met passend onderwijs 9
5. Opbouw van de opleiding 9
6. Praktijkgericht leren 10
7. HBO-niveau & competenties 11
8. Studiekosten 12
9. CRKBO en kwaliteit 14
10. Bijlagen 15

Holistisch Lesgeven

Bewustzijnspedagogiek • HSP-specialisatie • Onderwijs vanuit verbinding

---

"Holistisch Lesgeven betekent het begeleiden van kinderen én leraren van zelfbesef naar zelfexpressie en uiteindelijk zelfrealisatie."

Welkom bij de opleiding Holistisch Lesgeven, de sleutel tot Bewustzijnspedagogiek.

Een tweejarige modulaire opleiding op HBO-niveau voor leraren, pedagogisch professionals, coaches en begeleiders die voelen dat onderwijs niet alleen gaat over kennisoverdracht, maar ook over bewustzijn, verbinding, pedagogische bedding en de ontwikkeling van het hele kind.

Binnen Holistisch Lesgeven staat de mens centraal — fysiek, emotioneel, mentaal, sociaal, creatief én spiritueel/bewustzijnsgericht.

Wij geloven dat duurzame verandering in onderwijs begint bij de leraar zelf. Daarom werken we niet alleen aan pedagogische en didactische vaardigheden, maar ook aan innerlijk meesterschap, bewustzijnsontwikkeling en pedagogische sensitiviteit.

1. Wat maakt Holistisch Lesgeven uniek?

Binnen Holistisch Lesgeven staat niet alleen centraal wat een leraar doet, maar vooral wie de leraar is en hoe hij of zij aanwezig is in relatie tot het kind. En dat heeft met bewustzijn te maken. Wat als de leraar niet alleen kennisoverdrager is, maar ook:

- begeleider
- ruimtehouder (spaceholder)
- spiegel
- pedagoog vanuit bewustzijn

Binnen de opleiding werken we aan:

• bewustzijnspedagogiek

• pedagogische bedding

• HSP/HB-begeleiding

• therapeutische en coachingsvaardigheden
• innerlijk meesterschap van de leraar
• onderwijs vanuit verbinding, creativiteit en menselijkheid

2. Bewustzijnspedagogiek

Binnen Holistisch Lesgeven vormt bewustzijnspedagogiek, ontwikkeld door Miriam Hoogma (2026) de theoretische en pedagogische basis van de opleiding.

De opleiding gaat uit van de visie dat leren ontstaat in relatie en veiligheid. Kinderen ontwikkelen zich optimaal wanneer zij zich gezien, gehoord en emotioneel veilig voelen.

Daarom werken wij vanuit:
• pedagogische sensitiviteit
• co-regulatie
• trauma-sensitief onderwijs
• spiritueel sociaal-emotioneel leren
• verbindende communicatie
• multidimensionaal leren
• creatiekracht en intrinsieke motivatie

Gedrag zien wij niet als ‘lastig’, maar als communicatie. Onder elk gedrag schuilt een behoefte. Bewustzijnspedagogiek is o.a. gebaseerd op Biesta, CASEL en Maslow.

3. Waarom deze tijd vraagt om bewustzijnspedagogiek

We leven in een tijd waarin steeds meer kinderen én onderwijsprofessionals vastlopen binnen een onderwijssysteem dat sterk gericht is op prestaties, cognitieve output en voortdurende prikkelverwerking.

In de klas/groep zien we:

- toenemende overprikkeling,
- stress en prestatiedruk,
- uitval van leraren,
- groeiende sociaal-emotionele problematiek,
- meer kinderen met angstklachten of emotionele blokkades,
- en een sterke toename van hoogsensitieve en neurodivergente kinderen die niet altijd passen binnen het reguliere systeem.

Veel kinderen voelen diep van binnen:
“Er klopt iets niet.”

En veel leraren/begeleiders voelen:
“Ik wil het anders doen, maar hoe?”

Juist daarom vraagt deze tijd om bewustzijnspedagogiek.

Bewustzijnspedagogiek gaat uit van de visie dat werkelijke ontwikkeling niet ontstaat vanuit druk of controle, maar vanuit verbinding, veiligheid, bewustzijn en relatie.

Wanneer een kind zich werkelijk gezien, gehoord en veilig voelt, ontstaat ruimte voor:

- leren,
- creativiteit,
- zelfvertrouwen,
- zelfexpressie,
- intrinsieke motivatie,
- en gezonde sociaal-emotionele ontwikkeling.

Binnen Holistisch Lesgeven staat daarom niet alleen centraal *wat* een leraar doet, maar vooral *hoe* een leraar aanwezig is in relatie tot het kind.

De leraar wordt niet alleen kennisoverdrager, maar ook:

- co-regulator,
- begeleider,
- ruimtehouder,
- spiegel,
- en pedagoog vanuit bewustzijn.

Deze opleiding is ontstaan vanuit het verlangen om onderwijs weer menselijker, relationeler en bewuster te maken — zonder de professionele pedagogische basis uit het oog te verliezen.

Holistisch Lesgeven verbindt:

- pedagogiek,
- bewustzijn,
- passend onderwijs,
- spiritueel sociaal-emotioneel leren,
- trauma-sensitief werken,
- HSP/HB-begeleiding,
- én innerlijk meesterschap van de leraar.

Omdat kinderen niet alleen behoefte hebben aan kennis,
maar vooral aan bedding.

En omdat duurzame verandering in onderwijs begint bij bewustzijn.

“Transformatie van het onderwijs via innerlijk meesterschap”

4. Onderwijs van de Nieuwe Tijd

Het onderwijs is in beweging.

Steeds meer kinderen, ouders en onderwijsprofessionals voelen dat het huidige onderwijssysteem niet altijd meer aansluit bij wat kinderen werkelijk nodig hebben.

We zien:

- toenemende prestatiedruk,
- overprikkeling,
- stress en uitval,
- groeiende sociaal-emotionele problematiek,
- én een sterke behoefte aan meer menselijkheid, verbinding en betekenisvol leren.

Tegelijkertijd groeit een nieuwe generatie kinderen op:
gevoelige, creatieve, intuïtieve en bewustere kinderen die vaak diep voelen, snel overprikkeld raken en sterk reageren op sfeer, veiligheid en echtheid.

Deze kinderen vragen niet alleen om méér kennis,
maar vooral om:

- afstemming,
- veiligheid,
- ruimte,
- creativiteit,
- autonomie,
- beweging,
- verbinding,
- en gezien worden in wie zij werkelijk zijn.

Onderwijs van de Nieuwe Tijd gaat daarom niet alleen over *wat* kinderen leren,
maar ook over:

- hoe zij zich voelen,
- hoe zij zichzelf ontwikkelen,
- hoe zij leren omgaan met emoties,
- hoe zij verbinding ervaren met zichzelf, de ander en de wereld om hen heen.

Binnen Holistisch Lesgeven geloven we dat onderwijs weer mag bijdragen aan:

- welzijn,
- bewustzijn,
- creatiekracht,
- zelfvertrouwen,
- intrinsieke motivatie,
- sociaal-emotionele ontwikkeling,
- en innerlijke groei.

In dit onderwijs staat niet controle centraal,
maar *relatie*.

Niet alleen presteren,
maar ook *mens-zijn*.

Niet aanpassen aan het systeem,
maar *ruimte* creëren waarin kinderen tot bloei kunnen komen.

Dat vraagt om leraren/begeleiders die niet alleen didactisch sterk zijn,
maar ook pedagogisch sensitief en bewust aanwezig.

Leraren die:

- veiligheid kunnen bieden,
- co-reguleren,
- gedrag begrijpen vanuit behoeften,
- verbinding kunnen maken,
- en kinderen begeleiden vanuit vertrouwen en menselijkheid.

Onderwijs van de Nieuwe Tijd vraagt daarom niet alleen om een andere manier van lesgeven, maar ook om een andere manier van kijken naar kinderen, ontwikkeling en pedagogiek.

Bewustzijnspedagogiek vormt hierin de brug tussen:

- professioneel onderwijs,
- sociaal-emotioneel welzijn,
- passend onderwijs,
- en bewustzijnsgericht begeleiden.

Omdat kinderen niet alleen voorbereid hoeven worden op toetsen en prestaties,
maar vooral op het leven zelf.

5. De leraar als pedagogisch instrument

Binnen bewustzijnspedagogiek staat centraal dat de leraar zelf onderdeel is van het pedagogisch klimaat.

Kinderen voelen:

- spanning,
- veiligheid,
- aanwezigheid,
- afstemming,
- echtheid.

Daarom begint pedagogische transformatie niet alleen bij methodieken, maar bij bewustzijn, zelfreflectie en innerlijke afstemming van de leraar zelf. Zie bijlage 1, De reis van de leraar.

Een leraar geeft niet alleen les.
Een leraar *is* de bedding.

6. Link met passend onderwijs

De opleiding sluit sterk aan bij passend onderwijs en de groeiende behoefte aan pedagogisch sensitieve begeleiding van hoogsensitieve- en neurodivergente kinderen.

Studenten leren onder andere:
• signaleren van overprikkeling en stress
• co-regulatie toepassen in de klas
• een veilig pedagogisch klimaat creëren vanuit bewustzijnspedagogiek
• gedrag observeren vanuit behoeften
• omgaan met prikkelgevoeligheid, faalangst en emotionele blokkades
• het inzetten van EFT, mindfulness en lichaamsgerichte werkvormen
• oudergesprekken voeren vanuit verbinding en afstemming

7. Voor wie is deze opleiding?

Deze opleiding is geschikt voor:

- leraren PO/VO/SO
- intern begeleiders
- pedagogisch professionals
- coaches
- ouders die kinderen begeleiden vanuit home-schooling
- pedagogisch medewerkers en begeleiders van kinderen/jongeren
- onderwijsprofessionals met interesse in HSP/HB
- professionals die verlangen naar bewustzijnsgericht onderwijs

8. Opbouw van de opleiding

Jaar 1 – Innerlijk Meesterschap
Verbinding met jezelf als HSP

Thema's:
• hoogsensitiviteit
• trauma- en hechtingsbewustzijn
• innerlijk kindwerk
• EFT

• familieopstellingen
• lichaamsbewustzijn en regulatie
• zelfreflectie en persoonlijke ontwikkeling

Jaar 2 – Holistisch Lesgeven - Bewustzijnspedagogiek
Verbinding met je groep en de vertaalslag naar de praktijk.

Thema's:
• bewustzijnspedagogiek
• het Holistisch Kinderkompas
• HSP/HB-begeleiding
• pedagogische bedding
• verbindende communicatie
• EFT in de klas
• kinderyoga
• holistische observaties en groepsbeelden
• leerstijlen en multidimensionaal leren

9. Praktijkgericht leren

Gedurende de opleiding werken studenten aan praktijkopdrachten, intervisie, reflectie en portfolio-opbouw.

Voorbeelden van praktijkopdrachten:
• een holistisch groepsbeeld maken
• observeren vanuit het 7-stappenmodel 'De Sensi-bril'
• een pedagogisch ontwerpplan maken
• een holistisch oudergesprek voeren
• EFT toepassen bij kinderen
• een holistisch dag- of weekplan ontwikkelen

Alles wat geleerd wordt is direct toepasbaar in de onderwijspraktijk.

10. HBO-niveau en professionele verdieping

De opleiding Holistisch Lesgeven is ontwikkeld op HBO-niveau en sluit aan bij diverse HBO-kerncompetenties en SBL-competenties binnen onderwijs en pedagogiek.

Binnen de opleiding worden persoonlijke ontwikkeling, pedagogische verdieping, praktijkgericht leren en bewustzijnsontwikkeling met elkaar verbonden.

Studenten ontwikkelen zich onder andere in:

HBO-kerncompetentie	Binnen Holistisch Lesgeven
Professionele identiteit	Ontwikkeling van de leraar als pedagogisch instrument en bewust professional
Reflectie & persoonlijke ontwikkeling	Innerlijk meesterschap, zelfreflectie, bewustzijnsontwikkeling en professionele groei
Pedagogische competentie	Creëren van een veilig pedagogisch klimaat vanuit verbinding, co-regulatie en pedagogische sensitiviteit
Didactische competentie	Bewustzijnsgericht onderwijs, differentiatie en begeleiding van HSP/HB- en neurodivergente kinderen
Probleemgericht werken	Observeren vanuit behoeften, werken met de Sensi-bril en het ontwikkelen van passende onderwijsstrategieën
Sociaal communicatieve bekwaamheid	Verbindende communicatie, oudergesprekken en samenwerken vanuit afstemming
Multidisciplinaire integratie	Verbinding tussen pedagogiek, psychologie, trauma-sensitief werken, sociaal-emotioneel leren en bewustzijnspedagogiek
Toepassing van theorie & wetenschap	Werken vanuit inzichten uit o.a. Biesta, Maslow, CASEL, polyvagaaltheorie, HSP-onderzoek en sociaal-emotioneel leren

Binnen Holistisch Lesgeven leren studenten niet alleen *wat* zij doen in de klas, maar vooral *hoe* zij als professional aanwezig zijn in relatie tot kinderen, ouders en collega's.

De opleiding richt zich op:

- pedagogische sensitiviteit,
- bewustzijnsontwikkeling,
- sociaal-emotioneel welzijn,
- passend onderwijs,
- én de ontwikkeling van de leraar als mens én professional.

Hierdoor is de opleiding voor veel onderwijsprofessionals inzetbaar binnen:

- professionaliseringsbudgetten,
- lerarenbeurzen,
- scholingstrajecten,
- duurzame inzetbaarheid,
- en persoonlijke professionele ontwikkeling.

---

11. Wat kun je na deze opleiding?

Na afronding van de opleiding kun je:

✓ een veilig pedagogisch klimaat creëren vanuit bewustzijnspedagogiek
✓ hoogsensitieve en neurodivergente kinderen begeleiden
✓ co-regulatie toepassen in de klas
✓ holistische oudergesprekken voeren
✓ gedrag vanuit behoeften begrijpen
✓ een holistisch groepsbeeld maken
✓ EFT, kinderyoga, mindfulness en werkvormen gericht op lichaamsbewustzijn inzetten
✓ pedagogische bedding creëren waarin kinderen tot rust en zelfexpressie komen

---

12. Studiekosten

Modulaire opleiding, 2x per maand les (om de week op donderdag of vrijdag, zie lesrooster), studiekosten in totaal per jaar:

Jaar 1: van € 2.890,- voor 2.000,-

Jaar 2: van € 2.990,- voor 2.200,-

Vrijgesteld van BTW via CRKBO-registratie.

Mogelijkheden:

• betaling in termijnen, bijv. € 200,- per maand

• betaling per module

• inzet professionaliseringsbudget

• mogelijk inzetbaar via lerarenbeurs en aftrekbare studiekosten (belasting)

13. Wat studenten ervaren

“Ik voel me eindelijk mezelf voor de klas.”

“Ik begrijp gedrag nu vanuit verbinding in plaats van controle”

“Deze opleiding heeft niet alleen mijzelf als leraar maar als mens veranderd”

“Holistisch Lesgeven is een verrijking voor mijzelf als HSP en voor alle kinderen uit mijn groep. Zoveel praktische tools, echt top”

“Absolute aanrader deze opleiding, goud waard, uit de grond van mijn hart!”

“Holistisch Lesgeven is een parel onder de lerarenspecialisaties die uniek in zijn soort is. Praktijkgericht en spiritueel, echt van de Nieuwe Tijd.”



14. CRKBO & kwaliteit

Opleiding Holistisch Lesgeven maakt deel uit van een CRKBO-geregistreerde onderwijsinstelling.

De opleiding combineert bewustzijnsontwikkeling met professionele pedagogische verdieping en praktische toepasbaarheid in onderwijs, kinderopvang en begeleiding.



15. Ontwikkelaar van deze opleiding

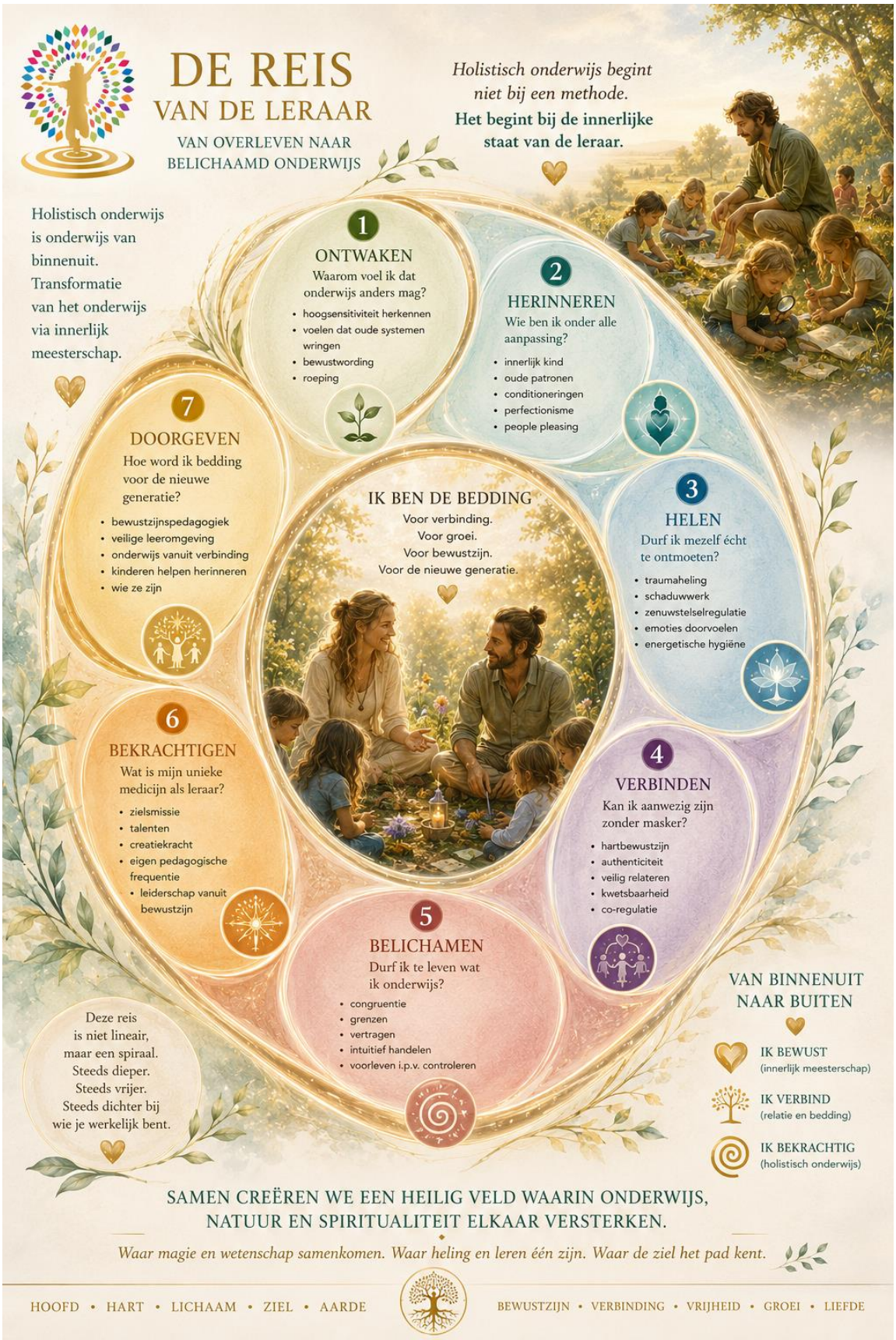
Drs. Miriam Hoogma: holistisch therapeut, expert bewustzijnspedagogiek, pedagogisch antropoloog en leer-kracht met hart & ziel. Founder & hoofddocent Holistisch lesgeven. Achtergrond als lerarenopleider (lecturer) Pabo Hogeschool van Amsterdam, instituutsopleider bestuur Esprit, coach/mentor/assessor, onderwijsadviseur en auteur van het bekende studieboek voor de Pabo: *Klassenmanagement (*uitg. Noordhoff) en co-auteur van *Ontwikkelingspsychologie voor het jonge kind en oudere kind* (uitg. Esstede).

www.holistischlesgeven.com en www.synergieadvies.nl

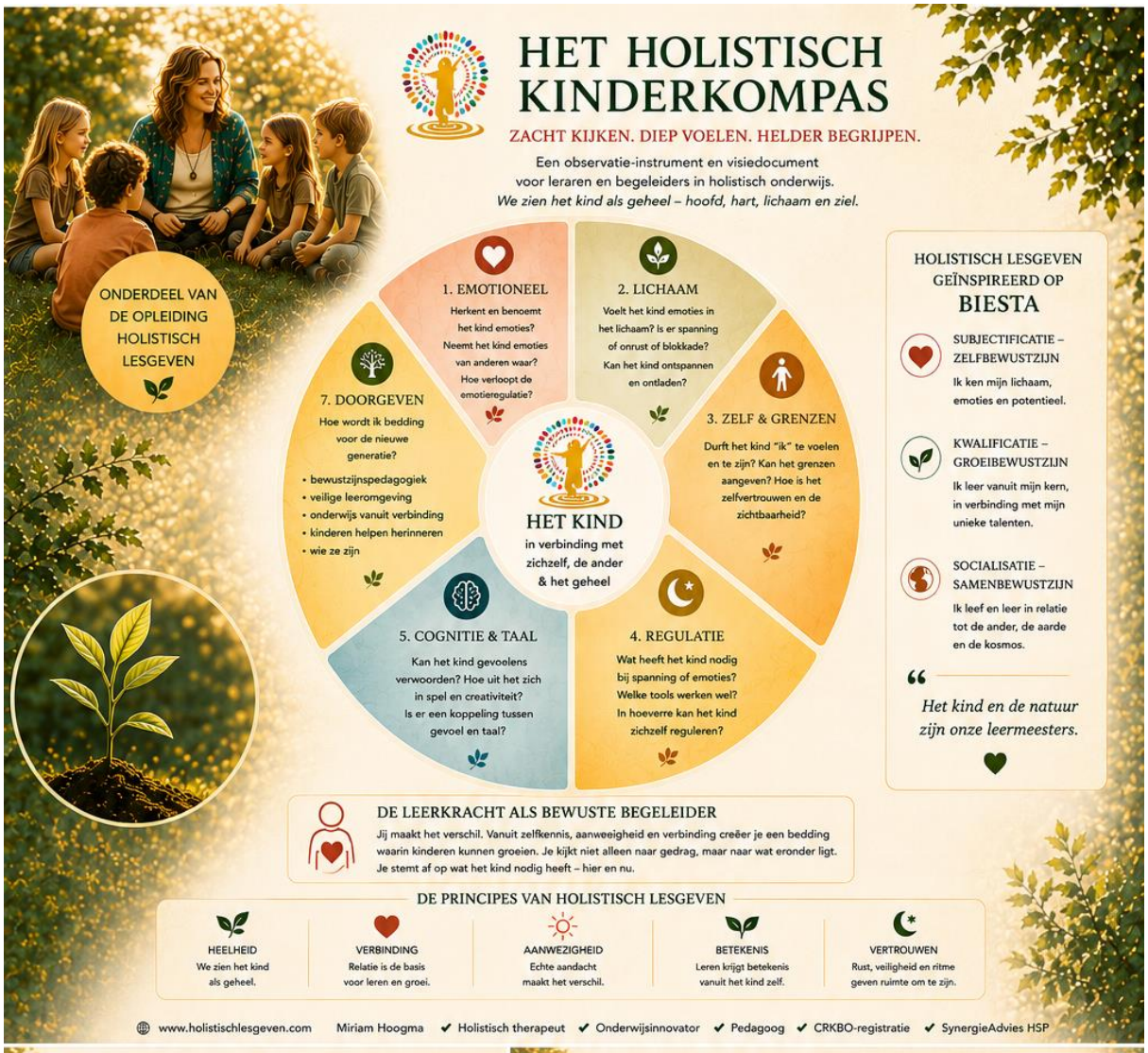
Bijlage 1 – De 4 fundamenten van Holistisch Lesgeven

Fundament	Kern
1. Innerlijk Meesterschap	De leraar als instrument: zelfbewustzijn, regulatie, HSP als kracht.
2. Bewustzijnspedagogiek	Onderwijs als relationeel veld van veiligheid en verbinding.
3. Holistisch Kinderkompas	Van zelfbesef naar zelfexpressie en zelfrealisatie.
4. Onderwijs vanuit Creatiekracht	Ruimte voor expressie, talentontwikkeling en intrinsieke motivatie.

Bijlage 2 – De reis van de leraar



Bijlage 3 – Het Holistisch Kinderkompas





Bijlage 4 – Lesmodules opleiding Holistisch Lesgeven

Specialist in hoogsensitiviteit en holistisch onderwijs

Het opleidingsjaar is opgedeeld in modules. Onderstaand een overzicht van de thema's die in de modules worden behandeld. Je kunt bij Holistisch Lesgeven je eigen studieprogramma samenstellen. Bij het volgen van een enkele losse module ontvang je een bewijs van deelname. Indien je alle modules van jaar 1 hebt gevolgd ontvang je het certificaat *Innerlijk meesterschap.* Indien je jaar 2 aanvullend hebt afgerond ontvang je het volledige diploma *Holistisch Lesgeven - Bewustzijnspedagogiek. Specialist in hoogsensitiviteit en holistisch onderwijs.*

1e JAAR Innerlijk meesterschap

Transformatiejaar: naar een krachtige verbinding met jeZelf als HSP

MODULE 1. De Nieuwe Tijd.

Les 1.	Zielsontmoeting – Soulconnection met gelijkgestemden. Manifestation Board maken
Les 2.	HSP / Je bent een hoogsensitief persoon, hoe werkt dat voor jou? / Inzicht in je eigen HSP-zijn
Les 3.	Hartkracht / Verbinding met je emotionele hart en hogere hart/Somatische Practices
Les 4.	Volwassen nieuwetijdskind / Starseed / Nieuwe Aarde/ Verbinding met je oorsprong
Les 5.	Chakra's/ dimensies/ lichaamsenergetische verbinding/aarding/spirituele hygiëne

MODULE 2. Helen van je innerlijke kind.

Les 6.	Wat is trauma / trauma in je lichaam/ polyvagaal theorie/ somatisch bewustzijn/ innerlijk kindwerk - schaduwwerk
Les 7.	EFT Emotional Freedom Techniques/ Bevrijden van oude programma's & patronen/ positief zelfbewustzijn
Les 8.	EFT Emotional Freedom Techniques vervolg
Les 9.	Familieopstellingen in beeld / Contextueel & holistisch
Les 10.	Innerlijk kindwerk vervolg/ hechting-binding, symbiose –

	autonomie/ radicale zelfverantwoordelijkheid
Les 11.	Rouwverwerking, rouw en verlies op de kaart. /Van verliestrauma naar inzicht en bevrijding

MODULE 3. Helen van je relatie(s).

Les 12.	Familieopstellingen/opstellen van verlangen/traumaopstelling
Les 13.	Helen van je familielijn/ presentaties eigen geneologie
Les 14.	Energievreters & energiegevers, intuïtief opstellen en tekenen
Les 15.	Gezond relateren/co-dependency versus interdependency /the wheel of consent/non violent communication
Les 16.	Groepshealing
Les 17.	Hieros Gamos/Balans mannelijke & vrouwelijke energie/Divine feminine & Divine masculine/Tweelingzielen & -vlammen

MODULE 4. Kosmisch bewustzijn.

Les 18.	Wie ben ik als kosmisch mens?/Kosmisch bewustzijn/ Elfenspel
Les 19.	Het medicijnwiel/ totemdieren, draken, engelen, elfen, elementalen. Verbinding met jouw magische krachten.

AFSLUITING 1ste jaar

Les 20.	Bespreking persoonlijke opdracht / Innerlijk meesterschap/ portfolio op individuele basis / 1e jaar / HBO Kerncompetenties

JAAR 2 Bewustzijnspedagogiek.

Specialist in hoogsensitiviteit en holistisch onderwijs.

MODULE 1. Holistisch lesgeven: de basis van bewustzijnspedagogiek

Les 1. Uitleg programma jaar 2 en praktijkopdrachten / Wie ben ik als holistisch leerkracht/begeleider/verbinding Ik-kracht / 'Ik & mijn groep'/ Persoonlijk manifestatieboard maken

Les 2. De klas als spiegel van jezelf / opstellingen/verbinding met je groep in beeld / Energetisch krachtenveld rondom het kind

Les 3. Ontwikkelingspsychologie vanuit een holistische visie / hoe ontwikkelt een kind zich? / Labyrint lopen/ Tribe-education

Les 4. Kinderen van de nieuwe tijd/HSP/HB's: wie zit er in je klas? / holistisch groepsbeeld / kwaliteiten, uitdagingen en onderwijsbehoeften van de kinderen in jouw klas/groep

Les 5. De Sensibril. Het kind is niet zijn gedrag! Onder elk gedrag schuilt een behoefte / opvallend gedrag als signaal van de ziel

MODULE 2. Het Holistisch Kinderkompas. Kinderen begeleiden bij het proces van Zelfbesef naar Zelfrealisatie.

Les 6. Een pedagogisch sensitief klimaat van verbinding/het Holistisch Kinderkompas: het hart van Holistisch Lesgeven

Les 7. Verbindende communicatie / Gespreksvoering met kinderen / Holistische oudergesprekken /Liefdestaal / Geweldloze communicatie

Les 8. Ik-kracht. Zelfbesef/lichaamsbewustzijn en ontprikkeling: hoe kan ik kinderen begeleiden bij het tot rust komen, tot jezelf komen? / de leraar/begeleider als co-regulator

Les 9. Hartkracht/ Zelfliefde / wat vertelt mijn hart me? / Hartchakra/hogere Hart/ verbinding met je groep

Les 10. Geestkracht. Zelfvertrouwen/ wat vertelt mijn hoofd me? / positieve gedachten en mindset/kwaliteitenhuisje maken

Les 11. Creatiekracht & manifestatiekracht: het stimuleren van

zelfexpressie / wat is mijn talent/ inrichten van de voorbereide omgeving / het faciliteren van Creatiekracht

MODULE 3. Holistische kinderyoga in de groep.

Les 12.	Kinderyoga & mindfulness in de klas/groep	*gastdocent*
Les 13.	Thema gerelateerd: diverse creatieve, fysieke yogawerkvormen	*gastdocent*
Les 14.	Versterken van Ik-kracht: diverse creatieve, fysieke yogawerkvormen	*gastdocent*

MODULE 4. Hoogsensitieve kinderen begeleiden in de klas: verdieping

Les 15.	EFT (Emotional Freedom Techniques) de basis
Les 16.	EFT in de klas / kinderen begeleiden bij (faal)angst en andere heftige emoties / Eerste Hulp Bij Overprikkeling
Les 17.	Leerstijlen van kinderen van NU/ HSP/HB''s, neurodivergentie en veelvoorkomende uitdagingen bij het leren in de klas / wat als het niet goed lukt?/ Wat heeft dit kind werkelijk nodig?/ Meervoudige Intelligenties & multidimensionaal leren
Les 18.	Kindermishandeling/ signaleren en holistisch begeleiden
Les 19.	Kosmisch onderwijs en vredesonderwijs

AFSLUITING 2e jaar

Les 20.	Bespreking van de praktijkopdrachten en het portfolio jaar 2
Les 21.	Eindexamen: presentatie van de eindopdrachten.