

Entspannen mit Kindern

online

Anmeldung

Anmeldung bitte unter <https://de.surveymonkey.com/r/KIVI> oder über den QR Code bis zum **06. September 2021**.

Zur Anmeldung größerer Gruppen informieren Sie sich bitte unter T 05574 / 202 - 0.

Die Teilnahme an der Veranstaltung wird als Fortbildung anerkannt.

Kosten

Kostenloses Angebot

Ansprechperson

Dipl.oec.troph Birgit Höfert, birgit.hoefert@aks.or.at
gesundheitsbildung@aks.or.at



KIVI Tag Entspannen mit Kindern

in Einrichtungen der Primarstufe und Sekundarstufe I

online

Referenten

Zu den Referenten

Lienhard Valentin ist ein international bekannter Achtsamkeitslehrer, Gestaltpädagoge, zertifizierter MSC-Lehrer (Mindful Self-Compassion) und Buchautor. Sein Schwerpunkt liegt in der Integration von Achtsamkeit und Mitgefühl ins tägliche Leben – vor allem von Eltern und Pädagogen. 2020 konzipierte er mit Katharina Martin und Stefan Machka die Grundausbildung "Integrative Achtsamkeit", in deren Mittelpunkt die Integration von achtsamkeitsbasierten Verfahren und Ansätzen der Humanistischen Psychologie (Gestalt und IFS/Internal Family Systems) steht.

Alexandra Kolbitsch ist Erziehungswissenschaftlerin, Resilienz-Beraterin nach dem Bambus-Prinzip, Empowerment-EMDR-Coach Advanced, Safe-Mentorin und Kursleiterin für Stressbewältigung und Entspannungsverfahren für Erwachsene sowie Kinder und Jugendliche. Mit ihrer langjährigen Erfahrung als Trainerin und Referentin zu verschiedensten Entspannungsmethoden, Stress- und Angstprävention sowie Gewaltprävention verfügt sie über einen sehr umfangreichen Werkzeugkoffer an unterschiedlichsten Methoden und Tools für Groß und Klein.



Lienhard Valentin
Achtsamkeitslehrer, Gestaltpädagoge,
Buchautor



Mag. Alexandra Kolbitsch
Erziehungswissenschaftlerin,
aks gesundheit GmbH

Ablauf | Vortrag | Workshops

Mittwoch, 08. September 2021 | 09:30 – 13:00 Uhr

09:30	Begrüßung und Eröffnung	
09:35	Vortrag - Valentin Lienhard	
	Wie kann ich im Leben und mit Kindern im pädagogischen Alltag gelassen bleiben	
	Das Leben und die pädagogische Arbeit mit Kindern sind eine große Herausforderung – vor allem, wenn wir die Entwicklungsbedürfnisse der Kinder erfüllen und einfühlsam auf sie eingehen möchten. Es ist immer zu viel zu tun und es stehen oft zu wenige Ressourcen und zu wenig Unterstützung zur Verfügung. Da geraten wir leicht an unsere Grenzen und darüber hinaus und verhalten uns vor allem unter Stress nicht so, wie es eigentlich unsere Absicht ist. In diesem Vortrag erläutert Lienhard Valentin anhand der aktuellen Gehirnforschung uns seiner jahrelangen Erfahrung als international gefragter Referent wie es dazu kommt, dass wir vor allem unter Stress die Fassung verlieren können und vor allem, was es für Möglichkeiten gibt, zu mehr Gelassenheit und Resilienz zu finden.	
10:35	Pause	
10:45	Methoden und Tools für Kinder und PädagogInnen aus der energetischen Psychologie	
	Imagination, Klopfakupressur und weitere energetische Entspannungsverfahren sind hilfreiche Methoden, um Kinder bei Wut, Ärger, Angst oder sonstigen Stress zu unterstützen. Im Workshop stellen wir Ihnen einfache Übungen vor, die schnell und effizient während des pädagogischen Alltags entweder als Rituale eingeführt oder bei Bedarf spielerisch durchgeführt werden können.	Mag. Alexandra Kolbitsch Erziehungswissenschaftlerin, aks gesundheit GmbH
11:45	Pause	
11:55	Workshop Valentin Lienhard	
	Im Workshop werden aufbauend auf den Hintergrundinformationen des Vortrages Übungen aus dem Bereich der Achtsamkeits- und Selbstmitgefühlspraxis vorgestellt deren Wirksamkeit sich in zahlreichen Studien als besonders hilfreich erwiesen haben, innerlich ins Gleichgewicht zu kommen und auch in schwierigen Situationen nicht die Fassung zu verlieren.	Lienhard Valentin Achtsamkeitslehrer, Gestaltpädagoge, Buchautor
12:55	Abschluss, Zusammenfassung	
13:00	Ende der Veranstaltung	