caritascampus

Weitere Informationen und Online-Anmeldung unter www.caritascampus.de

Für kleine Kinder ticken die Uhren anders

Achtsamkeitstraining für Mitarbeitende, die mit unter dreijährigen Kindern arbeiten (Vertiefungsseminar gemäß PrävO)

Kleinkinder leben im Augenblick: Haben sie Durst – dann wollen sie jetzt etwas trinken. Brauchen sie Trost, dann sofort. Die Bedeutung von „gleich“ oder „nachher“ ist unvorstellbar.

Bedürfnisbefriedigung aufschieben? Frustrationstoleranz? Die Fähigkeit dazu entwickelt sich nach und nach. Mit all seinen Sinnen ist das kleine Kind in der Gegenwart – konzentriert auf das, was es im Moment beschäftigt.

Ganz anders die Erwachsenen: Wie oft sind wir gedanklich noch mit dem beschäftigt, was hinter uns liegt oder mit dem, was vor uns liegt? Das Elterngespräch, das vorbereitet werden will, die Teambesprechung am Nachmittag, die fertiggestellte Entwicklungsdokumentation, die noch im Kopf herumgeistert. Erwachsene und Kleinkinder trennen hier oft Welten.

Um ein Kleinkind gut verstehen zu können, macht es Sinn, ihm mit ungeteilter Aufmerksamkeit zu begegnen. Um es gut erziehen zu können, macht es Sinn, als Person präsent zu sein und echten Kontakt zu wagen. Darum geht es in diesem Seminar.

Über sanfte Körperarbeit, Bewegungsmeditation, Tiefenentspannung, geleitete Fantasien und Impulse zur frühkindlichen Entwicklung (Bilder, kurze Texte, Referate und Filmsequenzen) gelangen wir zu

- einer vertieften Selbstwahrnehmung;
- mehr Achtsamkeit uns selbst und unserer Umwelt gegenüber sowie
- einem vertieften Verständnis für die frühkindliche Erlebniswelt.

Und ganz nebenbei tun wir etwas für die Steigerung unseres allgemeinen Wohlbefindens.

Nummer

24524-001

Datum

14.06.2024
21.06.2024
28.06.2024

Zeit

09:00 - 16:00 Uhr

Ort

Seminarhaus Tante Astrid e.V.
Vogelsanger Str. 282 / Innenhof
50825 Köln (Ehrenfeld)

Zielgruppen

Mitarbeitende in Kitas und Familienzentren

Referent/in

Dorothee Kroll
Diplom-Pädagogin
Entspannungspädagogin
Qigong Lehrerin

Teilnehmende (max.)

14

Reduzierter Preis für Mitgliedsorganisationen

225.00 €

Normaler Preis für Externe

285.00 €

Bildungspunkte (ECTS)

1.60

Hinweis

Die Veranstaltung ist gemäß der Präventionsordnung als Vertiefungsschulung anerkannt.

Verpflegung

Getränke

Unterrichtsstunden

24

Material

Bitte bewegungsfreundliche Kleidung, Stoppersocken oder Gymnastikschlappen, Duschtuch als Unterlage für den Kopf und eine leichte Decke mitbringen.