

Titel

Thema:	Entspannungspädagogik Modul 1: "Achtsamkeit und Selbstfürsorge"
Veranstaltungsnummer:	213400405

Inhalt/Beschreibung

Beschreibung und didaktische Gestaltung:	<p>Pädagogen haben häufig das Gefühl einem Idealbild entsprechen zu müssen, welches sich die Gesellschaft vorstellt. Dabei sind die Bedingungen mit teilweise großen Gruppen und Kindern mit besonderen Bedarfen hinsichtlich Bildung und Betreuung herausfordernd.</p> <p>Oft fühlen sie sich hin-und hergerissen und möchten den Kindern, Eltern, Kollegen und Leitung und den pädagogischen Ansprüchen gerecht werden. Dadurch entsteht ein innerer Druck, dem auf Dauer nicht standgehalten werden kann.</p> <p>Ziel des Kurses ist die Sensibilisierung, das Erlernen und die Umsetzung eines langfristigen und effektiven Selbstmanagements, um körperlicher und emotionaler Anspannung entgegenzuwirken und dabei die sozialen Bedürfnisse von Pädagogen sowie von Kindern in Kindertageseinrichtungen und Schulen in den Blick zu nehmen und wertzuschätzen.</p> <p>Neben der Vermittlung psychologischer Erkenntnisse und der Aneignung entspannungsfördernder Methoden zielt der Kurs auf die Förderung pädagogischer Kompetenzen und Erlangung körperlicher und emotionaler Stärke durch Erweiterung der Sichtweise.</p>
Schwerpunkte/Rubrik:	Der Kurs umfasst drei Veranstaltungen, mit Beginn wird ein fester Teilnehmerkreis gebildet. Ganztägig Lernen

Allgemeine Informationen

Fächer / Berufsfelder:	- Hort
Zielgruppen:	- Lehrer, Erzieher und Sonderpädagogische Fachkräfte
Schularten:	- Frühkindliche Bildung , Grundschule, Hort
Veranstaltungsart:	Kurs
Gültigkeitsbereich:	landesweit
Leitung:	Kathrin Köllner, Thillm
Dozenten:	Kathleen Koch, ACHTSAMKEITS-Training, Coaching & Psychologische Beratung

Weitere Hinweise

Hinweis für Teilnehmer/innen:	Es werden eine Decke oder Yogamatte und bequeme Kleidung benötigt.
Zusatzinformationen:	Bitte eine Decke oder Yogamatte und bequeme Kleidung mitbringen.

#### Anbieter

Anbietername:	Thüringer Institut für Lehrerfortbildung, Lehrplanentwicklung und Medien (ThILLM)
Anbieteranschrift:	Heinrich-Heine-Allee 2-4, 99438 Bad Berka
E-Mail-Adresse:	info@thillm.de
Telefon:	036458/560

#### Termin

Termin:	02.10.2020 09:00 bis 16:00 Uhr
Dauer:	7 Zeitstunden

#### Veranstaltungsort

Veranstaltungsort:	Raum für Bewegung, Shiatsu QiGong Taiji, Ulrike Dehnert, Schwanseestraße 88A, 99423 Weimar
--------------------	--