

ÜBERSICHT DER WORKSHOPS

WERTschätzend

Fabien Walter

Was unsere Werte mit der Resilienz und dem Seelenglück der Kinder zu tun haben. In diesem Workshop setzen wir uns mit den bewussten und v.a. den unbewussten Werten, die unsere Interaktionen mit Kindern prägen, auseinander. Wir entdecken, wie unsere Wertvorstellungen unsere Handlungen und Entscheidungen beeinflussen und wie uns ein Tool der Achtsamkeit im Alltag unterstützen kann, bewusster zu agieren. Durch praktische Beispiele und Reflexion entlarven wir unsere unbewussten Wertvorstellungen und erhalten erste Umsetzungstipps, um unsere Werte zu reflektieren und neue Wegweiser zu unserem gewünschten Sein zu setzen.

MoMento – Achtsamkeit im Unterricht zur Förderung von Lebenskompetenzen

Adrian Hügi

Dieser Workshop ist ein inspirierender «Gluschtigmacher» und gibt dir einen ersten Einblick in das MoMento-Konzept zur Förderung zentraler Lebenskompetenzen durch Achtsamkeit. Du erlebst praxisnahe Übungen zur Stärkung von Selbstwahrnehmung, Selbststeuerung, Aufmerksamkeit, Impulskontrolle und sozialem Miteinander und erhältst konkrete Ideen für deinen Unterrichtsalltag.

Ressourcenorientierung und Stärkenförderung im Schulalltag

Eva Kleine

In diesem Workshop beschäftigen wir uns mit der praktischen Umsetzung von Ressourcenorientierung und Stärkennutzung im Unterricht, insbesondere in inklusiven und heilpädagogischen Kontexten. Die Teilnehmenden lernen, wie achtsame Kommunikation und eine wertschätzende Haltung konkret erlebbar werden und wie durch die gezielte

Förderung von Stärken das Selbstvertrauen sowie die Motivation der Schüler*innen nachhaltig gestärkt werden können. Wir reflektieren, wie Empathie, Akzeptanz und ein respektvoller Umgang mit Fehlern die zwischenmenschlichen Beziehungen im schulischen Umfeld fördern. Zudem wird untersucht, wie Lehrpersonen ihre eigene Haltung weiterentwickeln und die Schülerinnen durch bewusste Kommunikation und Sprache in ihrer Entwicklung unterstützen können. Es werden praktische Methoden und Ansätze vorgestellt, die direkt im Unterricht angewendet werden können.

personal growth starter-kit

Kim Fährdrich

In diesem Workshop erhalten die Teilnehmenden ein **Personal-Growth-Starter-Kit** mit den wichtigsten Impulsen und Grundlagen, um Menschlichkeit und Achtsamkeit einfach und wirksam in den Schulalltag oder auch ins Familienleben zu integrieren. Die zentralen Themen werden praxisnah und zugleich vertieft bearbeitet, sodass ein erstes Verständnis für persönliche Entwicklung und zwischenmenschliches Wachstum entsteht. Ziel des Workshops ist es, einen fruchtbaren Boden zu schaffen, auf dem Kinder – in der Schule wie auch zuhause – in ihrer Persönlichkeit und in ihren Beziehungen wachsen können. Am Ende erhalten die Teilnehmenden das Starter-Kit als Mappe, sodass sie die verschiedenen Inhalte im Alltag immer wieder aufgreifen und weiter vertiefen können.

Die Intuition als Schlüssel zum Lernen

Luisa Braun