



Herzlich Willkommen zum Online-Seminar der KompetenzWERKstatt



Ich freue mich, Sie nun in den folgenden Wochen durch das Online-Programm begleiten zu dürfen und wünsche Ihnen viel Erfolg und gutes Gelingen bei der Umsetzung in den Arbeitsalltag.

Zunächst starten wir mit einer kleinen Reise durch die Entwicklungspsychologie zum Thema Emotionen. Die Entwicklung des Emotionsausdrucks besteht zunächst aus den grundlegenden oder primären Emotionen, und diese entwickeln sich ab dem 3. Lebensmonat, diese sind:

Freude - Ärger – Traurigkeit – Angst – Überraschung – Interesse

Gegen Ende des zweiten Lebensjahres werden die sogenannten sekundären Emotionen wie

Stolz – Scham – Schuld – Neid – Verlegenheit – Empathie

ausgebildet.



Die emotionale Entwicklung ... weitere Angaben im Original ...



Buchempfehlung ... weitere Angaben im Original ...



In den folgenden 12 Einheiten werden Sie nun die vier Bausteine der KompetenzWERKstatt mit ihren Inhalten und Praxisbeispielen


- ☺ Wahrnehmung und Entwicklung des Emotionsverständnisses
- ☺ Entdecken und Entwickeln von Ressourcen
- ☺ Emotionsregulation
- ☺ Empathie und Sozialverhalten



kennen lernen ... weitere Angaben im Original ...

Ebenso möchte ich Sie einladen, Ihren eigenen Umgang mit Gefühlen und Ihre Aktion/ Reaktion bewusster wahr- und anzunehmen.




„Vom Umgang mit den Gefühlen“ – Seite 5 - ist ein Angebot an Sie, sich intensiver mit diesem Thema auseinanderzusetzen.


... weitere Angaben im Original ... 

Und nun starten wir mit Baustein eins:

Die Wahrnehmung und Entwicklung des Emotionsverständnisses


Inhaltlich bedeutet dies, dass Sie und die Kinder im Laufe der kommenden Wochen für folgende Prozesse sensibilisiert werden:

-  Erkennen und Benennen des eigenen Emotionsausdruckes
-  Erkennen und Benennen des Emotionsausdruckes anderer
-  Eigene Gefühlszustände unterscheiden können

...weitere Angaben im Original ... 


Vom Umgang mit den Gefühlen

Bevor das Projekt der KompetenzWERKstatt startet, ist es gut, ...

... weitere Angaben im Original ... 


Wir starten den praktischen Teil mit der Gefühlscollage ...



... weitere Angaben im Original ... 

- ☺ Erster Schritt des Sensibilisierungsprozesses - Gesichtsausdrücke / Mimik


1.Vorbereitung:

... weitere Angaben im Original ... 

ACHTUNG !


Gesichtsausdrücke von Wut, Angst und Trauer sind nicht so einfach zu finden!

Materialien:

... weitere Angaben im Original ... 


|

2.Einstimmung:

... weitere Angaben im Original ... 


3. Weiterführung:

Dieses Projekt in der Kleingruppe kann nun wie folgt ergänzt und erweitert werden:


... weitere Angaben im Original ... 

Der Umgang mit Gefühlen

- ☺ Fragen/ Aussagen zur Eigenwahrnehmung, wie gehe ich mit Gefühlen um?

... weitere Angaben im Original ... 

- ☺ Annehmende Frage- und Redewendungen aus der Systemischen Beratung im Umgang mit Kindern:

... weitere Angaben im Original ... 

Können Sie mit diesen Frage - oder Redewendungen etwas anfangen?

Könnten Sie sich vorstellen, in den nächsten Wochen den Kindern bewusster annehmend zu begegnen? Z.B. durch den Satzbeginn: „Ich sehe, du bist ...“ und achten Sie bitte auf die Reaktion des Kindes ...



Nun, das war´s für die erste Woche!

Ich wünsche Ihnen viel, viel Spaß bei der Umsetzung der Ideen und Impulse.

Weiter geht es in der nächsten „Mail“ mit Spielen zur visuellen Wahrnehmung und der Darstellung von Gefühlen ...

Ihre

Sonja Sonnenburg



Ich hoffe, dass Sie trotz der starken Kürzungen einen Eindruck erhalten haben, wie eine Seminar-Mail gestaltet ist. Alle Seminar-Mails haben einen Umfang von 7-10 Seiten ...

Anhang: ...



... weitere Angaben im Original...