

Seminar-Nr. 65/2026

Online auf Zoom

Zielgruppe	Pädagog*innen Mitarbeiter*innen in Kinderkrippe Kindergarten Kinderhaus Grundschulkindbe- treuung Tagespflege
Zeitpunkt	23.10.2026
Ort	Online auf der Plattform Zoom
Seminar- zeit	09.00-16.30 Uhr
Referentin	Ulrike Saalfrank
Kosten	130,00 €

„Seelische Gesundheit im Blick“

Umgang mit psychischem Stress

Das Seminar bietet einen guten theoretischen Background und einfach machbare Übungen zur Reduktion von Stresserleben und zu einem Mehr an Anbindung und Sinnerleben.

Viel Stress – sowohl bei Kindern, Jugendlichen als auch bei Erwachsenen – entsteht zum einen durch ein Zuviel an Angeboten. Zum anderen durch ein Zuwenig an innerer Anbindung und Erleben von Sinn.

Themen:

- Erleben von Stress, Reduktion von Stress durch Vereinfachung
- Verbesserte Anbindung und Sinnerleben
- seelische Grundbedürfnisse von Kindern
- individuelle Sehnsucht: der Sehnsucht des einzelnen Kindes/Erwachsenen wieder Raum geben

Wissenschaftlicher Hintergrund:

Dr. Christina Kessler, Prof. Dr. Davidson,
Victor Frankl und Dr. Armin Krenz