



## ENTSPANNUNGSPÄDAGOG/IN FÜR KINDER

INKL. PROGRESSIVE MUSKELENTSPANNUNG

LEHRGANG

FEBRUAR -  
APRIL 2023

ONLINE/  
BRIXEN



**INFOVERANSTALTUNG ONLINE** Mi., 18.01.2023, 19.30 Uhr

**INFO** KVW Bildung Brixen, Reinhilde Mayr, Hofgasse 2, Brixen, Tel. 0474 207 978, [bildung.brixen@kwv.org](mailto:bildung.brixen@kwv.org)

# ENTSPANNUNGSPÄDAGOGE/IN FÜR KINDER

## AUSBILDUNG ZUM/R ENTSPANNUNGSPÄDAGOGE/IN FÜR KINDER INKL. ZERTIFIZIERUNG ZUR KURSLEITER/IN FÜR PROGRESSIVE MUSKELENTSPANNUNG

---

### Ziel

---

Stress belastet zunehmend auch Kinder und beeinflusst oft massiv den pädagogischen Alltag. Hier bietet die ganzheitliche Entspannungspädagogik neben hilfreichen Ansätzen, erprobte Verfahren und eröffnet Ihnen ein positives Tätigkeits-Feld mit stark wachsender Nachfrage.

In dieser wissenschaftlich begleiteten Ausbildung bekommen Sie umfangreiches Handwerkszeug, um professionelle Angebote der Entspannungspädagogik für Kinder und Familien zu entwickeln und anzuleiten.

Neben fundiertem Fachwissen eignen Sie sich einen kreativen „Werkzeugkoffer“ an bewährten, alters- und situationsgerechten, praxiserprobten Methoden, Spiele und Interventionen aus der modernen Entspannungspädagogik an. Ob Resilienz- und Gesundheitsförderung, Stressabbau, Konzentrations- und Lernförderung oder als Wohl-Fühl-Zeit: immer steht der „Faktor Freude“ und der ressourcenorientierte Ansatz der Positiven Pädagogik im Fokus.

Dabei steht immer die Frage im Mittelpunkt, wie es gelingen kann, Kindern unterschiedlicher Altersstufen auf motivierende Weise den gesunden Umgang mit Herausforderungen aufzuzeigen und sie bei der Entwicklung eines positiven Selbst-Konzepts, einer guten Selbstfürsorge-Kompetenz und Selbstwirksamkeit zu unterstützen. So können EntspannungspädagogInnen im Rahmen der ganzheitlichen Förderung von Gesundheits- und Lernförderung einen wertvollen Beitrag leisten. Sie entwickeln eine erweiterte Sichtweise und differenzierte Haltung im Umgang mit Kindern und gestalten positive Erfahrungsräume für Kinder, die auch selbst Freude machen.

Die Ausbildung zertifiziert Sie zudem als KursleiterIn für Progressive Muskelentspannung für Kinder und Sie erhalten die Trainerlizenz für das Kinder-Kurs-Konzept: „Traumzeiten – Kinder-leicht Entspannungsprofi werden“. Als zertifizierter Kursleiter für Progressive Muskelentspannung sind Sie Profi in einem anerkannten systematischen Entspannungsverfahren.

Durch vielfältige Selbstreflexionen und das eigene Einüben der PME profitieren Sie auch persönlich von der Ausbildung – oft mehr als gedacht!

Umfangreiches Begleit-Material ermöglicht die direkte Umsetzung, z.B. in Schule, Kindergarten, Kita, Verein und Familie.

---

Gefördert von

# ENTSPANNUNGSPÄDAGOGE/IN FÜR KINDER

---

## Zielgruppe und Voraussetzungen

---

Pädagogische Fachkräfte, LehrerInnen, ErzieherInnen, Lerncoaches/Trainer, Eltern, Interessierte Menschen, die Kinder stärken möchten

---

## Entspannungspädagogen/innen:

---

- besitzen eine gefragte Zusatzqualifikation mit hohem Entwicklungspotential
- können Entspannungsangebote gut kombinieren mit Konzepten aus Bewegung, Gesundheits-/Lernförderung, Kunst, Musik, therapeutischer Arbeit, Beratung
- bereichern und professionalisieren ihre persönlichen Ressourcen
- entwickeln eine erweiterte Sichtweise u. differenzierte Haltung im Umgang mit Kindern
- gestalten positive Erfahrungsräume für Kinder, die auch selbst Freude machen

---

## Referentin

---



**Christiane Hosemann**

- ⇒ Gründerin und Ausbildungsleiterin von KidsRelax, Entspannungspädagogin
- ⇒ Trainerin für Stressbewältigung
- ⇒ Weiterbildungen u.a. in systemischer Familienarbeit, Eltern-Coaching, NLP, Yoga, Meditation
- ⇒ Burn out – Coach kooperiert mit der Hochschule Darmstadt (HDA)

Für inhaltliche Fragen steht die Referentin gerne auch persönlich zur Verfügung: [info@kidsrelax.de](mailto:info@kidsrelax.de), Tel. 0049 6159-1395

# ENTSPANNUNGSPÄDAGOGE/IN FÜR KINDER

## Inhalte

- ⇒ Medizinische Grundlagen, Stressmodelle und Kinderspezifische Besonderheiten
- ⇒ Salutogenese, Resilienz
- ⇒ Selbstreflexion zum eigenen Umgang mit Stressbelastungen und Selbstfürsorge
- ⇒ Ziele und Grenzen von Entspannungspädagogik
- ⇒ Progressive Muskelentspannung (nach Jacobson) für Erwachsene (zur Selbsterfahrung)
- ⇒ Progressive Muskelentspannung für Kinder
- ⇒ Grundlagen: Autogenes Training und Atementspannung
- ⇒ Wahrnehmung, Konzentration, AD(H)S
- ⇒ Entspannung durch Bewegung, Phantasiereisen und imaginative Verfahren
- ⇒ Spielerische Massage-Formen
- ⇒ Meditationsformen für Kinder, Stille-Rituale
- ⇒ Entspannungs-Spiele für Gruppen und Eltern-Kind-Angebote
- ⇒ Multi-modale Stressbewältigungs-Programme
- ⇒ Kurs-Konzeption, Stunden/Übungsaufbau
- ⇒ Musterstunden für verschiedene Altersstufen
- ⇒ Grundlagen der Positiven Pädagogik
- ⇒ Methodik, Didaktik, Praxis-Tipps

Sie erhalten ein umfangreiches Kursleiter-Manual sowie 1 CD. Die Ausbildungs-Gruppe entwickelt, erprobt und evaluiert ein eigenes Kurs-Konzept in Theorie und Praxis.

## Termine

Das gesamte Ausbildungskonzept ist konsequent „Stress-frei“ aufgebaut. So lädt die ca. 7-wöchige „Pre - Learning“ Studienphase ein, sich in selbstbestimmter zeitlicher Einteilung das Grundlagen-Wissen in Ruhe zu anzueignen, während bei den je 3-tägigen Seminar-Blöcken die Praxis im Mittelpunkt steht. Des Weiteren steht den TeilnehmerInnen das Internet - Tool „TaskCards“ als digitale Pinnwand zum Austausch unter den TeilnehmerInnen, Downloaden von div. Inhalten sowie zum Fragenstellen an die Referentin zur Verfügung.

### Block 1

**23.02.2023 – 22.03.2023**  
entspannt zu Hause!

Pre-learning per Studienbrief, ca. 7 Wochen mit Audio-Programm zum eigenen Erlernen des PME, theoretische Prüfung per Fragebogen

### Block 3

(3 Tage)

**Do. 20.04.2023, 9-18 Uhr**  
**Fr. 21.04.2023, 9-18 Uhr**  
**Sa. 22.04.2023, 9-17.30 Uhr**  
in Brixen

Intensiv-Seminar mit praktischer Prüfung durch die erarbeitete Lehrprobe in der Gruppe

### Block 2

(3 Tage)

**Do. 23.03.2023, 14-18.30 Uhr + 20-22 Uhr**  
**Fr. 24.03.2023, 9-17 Uhr**  
**Sa. 25.03.2023, 9-17 Uhr**  
Online

Ausarbeitung einer Lehrprobe bis zu Modul 3 im Team

# ENTSPANNUNGSPÄDAGOGE/IN FÜR KINDER

---

## Kosten

---

Gebühr: Euro 970,00,

(inklusive Pre- Learning- Studienbrief, umfangreicher Unterlagen, 1 CD, 1 Audio Programm, 2 mal 15 min Telefon-Coaching im Anschluss).

Die Kursgebühr beinhaltet keine Unterkunft und Verpflegung.

Für individuelle Förderung wurde bei der Deutschen Berufsbildung angesucht. Erkundigen Sie sich nach Finanzierungsbeiträgen für berufliche Weiterbildung.

---

## Anmeldung

---

Anmeldung innerhalb **Do., 23.02.2023** erforderlich.

Anmeldungen zum Lehrgang werden ab sofort entgegengenommen. Für Ihre Anmeldung verwenden Sie bitte das beigelegte Anmeldeblatt. Mit Ihrer Anmeldung erkennen Sie unsere Richtlinien und unsere Teilnahmebedingungen an.

---

## Zertifikate/Abschluss

---

Nach bestandener Theorie- und Praxis-Prüfung erhalten sie das Zertifikat Entspannungs-Pädagoge/-in für Kinder und Kursleiter/in für Progressive Muskelentspannung für Kinder.

---

## Veranstaltungsorte

---

Block 1: Pre-learning, zu Hause

Block 2: Online, über die Plattform zoom

Block 3: Jukas Kassianeum, Brunogasse 1, Brixen

Sollte es auf Grund der externen Gegebenheiten – Corona Präventivmaßnahmen z.B. Verbot von Präsenzveranstaltungen nicht möglich sein, den Lehrgang im Präsenzformat durchzuführen, so wird der Lehrgang im Online Format über die Internetplattform zoom abgehalten.

---

## Information und Beratung

---

### Kostenlose Informationsveranstaltung

Mi., 18.01.2022, 19.30 – 21.00 Uhr, online

KVW Bildung Brixen

Reinhilde Mayr, Bildungsverantwortliche

Hofgasse 2

39042 Brixen

Tel. 0472 207978

[bildung.brixen@kvw.org](mailto:bildung.brixen@kvw.org)

# ENTSPANNUNGSPÄDAGOGE/IN FÜR KINDER

---

## Teilnahmebedingungen (gilt als integrierender Bestandteil der schriftlichen Anmeldung)

---

### 1. Anmeldung

Die Anmeldung ist verbindlich. Der Vertrag über die Fortbildung kommt durch die schriftliche Annahme der Anmeldung durch die KVV Bildung zustande. Der Veranstalter KVV Bildung behält sich das Recht vor, über die definitive Aufnahme der InteressentInnen am Lehrgang zu entscheiden.

### 2. Leistungen

Der Umfang der vertraglichen Leistungen ergibt sich aus der Ausschreibung sowie den beigefügten Richtlinien, deren Erhalt der/die TeilnehmerIn mit ihrer Unterschrift bestätigt.

### 3. Zahlung

Die vereinbarte Gebühr ist bei Anmeldung sofort fällig. Sollten Sie eine Rechnung benötigen, geben Sie bitte die entsprechenden Daten auf dem Anmeldeblatt an. Die Rechnung wird Ihnen nach erfolgter Zahlung zugestellt.

Unsere Bankverbindung: Raika Bozen, IBAN: IT39 T 08081 11600 0003 0004 9531; BIC RZSBIT21003

### 4. Rücktritt des/der Teilnehmer/in

Schriftliche Abmeldungen sind bis Do., 16.02.2023 mit einer Bearbeitungsgebühr von Euro 60,00 möglich.

Bei einem späteren Rücktritt wird die gesamte Gebühr einbehalten, bei vereinbarter Ratenzahlung sind die noch fälligen Raten sofort zu begleichen.

Alternativ kann direkt bei Rücktritt ein/e Ersatzteilnehmer/in vermittelt werden, welche die Veranstaltung besucht und die Gebühr entrichtet. Dies ist nur bis zum Beginn der Veranstaltung möglich. Eine/n solche/n wird die KVV Bildung akzeptieren, sofern diese/r für die Veranstaltung geeignet erscheint und eine persönliche Anmeldung vorliegt.

### 5. Absage

Sollte die Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht werden, behält sich die KVV Bildung vor, diesen Lehrgang bis Mittwoch, 22.02.2023 abzusagen oder gegebenenfalls zu verschieben. Bei Absage wird Ihnen die bereits bezahlte Teilnahmegebühr für eine andere KVV Bildungsveranstaltung gutgeschrieben oder zurücküberwiesen.

### 6. Programmänderungen

Die KVV Bildung behält sich das Recht vor, auch kurzfristig notwendige Änderungen des Programms vorzunehmen (z.B. wegen Ausfall oder Erkrankung ReferentIn, höhere Gewalt, ...). Über eine solche Änderung des Programms wird die KVV Bildung die Teilnehmenden so rechtzeitig wie möglich informieren.

### 7. Urheberrecht

Die Arbeitsunterlagen sind urheberrechtlich geschützt und dürfen auch nicht auszugsweise ohne schriftliche Einwilligung der KVV Bildung und der Referentin/des Referenten vervielfältigt oder verbreitet werden.

### 8. Datenschutz

Es wird darauf hingewiesen, dass sämtliche personenbezogenen Daten, einschließlich der besonderen Kategorien von personenbezogenen Daten (sog. sensible Daten) im Sinne der DSGVO 679/2016 zur Durchführung der Bildungsveranstaltungen, sowie für Werbezwecke, sofern Sie uns Ihre Einwilligung gegeben haben, verwendet werden. Daten werden nur an ausgewählte Auftragsverarbeiter und, bei Notwendigkeit für die Durchführung der Bildungsveranstaltungen, an Dritte weitergegeben. Sie können jederzeit Ihre Betroffenenrechte (Auskunftsrecht, Recht auf Berichtigung, Löschung und Einschränkung der Verarbeitung, Datenübertragung, Widerspruchsrecht, Beschwerderecht) ausüben, die Zustimmung für die Verarbeitung für Werbezwecke verweigern bzw. widerrufen. Den ausführlichen Datenschutzhinweis und Rechte des Betroffenen finden Sie auf [bildung.kvv.org](http://bildung.kvv.org) oder können in unseren Bezirksbüros angefordert werden.

Online-Trainings: Bitte beachten Sie, dass wir nicht vollumfänglich Einfluss auf die Datenverarbeitungs-vorgänge der verwendeten Tools haben. Unsere Möglichkeiten richten sich maßgeblich nach der Unternehmenspolitik des jeweiligen Anbieters. Weitere Hinweise zur Datenverarbeitung durch die Konferenztools entnehmen Sie den Datenschutzerklärungen der jeweils eingesetzten Tools.

# ENTSPANNUNGSPÄDAGOGE/IN FÜR KINDER

## Anmeldung: Ausbildung zum/r Entspannungspädagoge/in für Kinder

Hiermit melde ich mich verbindlich zur Ausbildung zum/ Entspannungspädagoge/in für Kinder in Brixen an. Die Teilnahmebedingungen sind mir bekannt und werden von mir anerkannt. Die Kursausschreibung vom 12.12.2022 ist ausdrücklich Bestandteil dieses Vertrages.

Name, Vorname	
Straße, Nr.	
PLZ, Ort	
Telefon / Mobiltelefon	
E-Mail	
Geburtsdatum und -ort	
Steuernummer	
Persönliche Anmerkungen	
Persönliche Motivation für die Teilnahme und Erwartung an die Ausbildung	
Ich benötige eine Rechnung ausgestellt auf: Firmenbezeichnung Straße, Nr., PLZ und Ort Steuernummer MwSt.-Nummer PEC Adresse, Empfängerkodex	
Datenschutz. Es wird darauf hingewiesen, dass sämtliche personenbezogenen Daten, einschließlich der besonderen Kategorien von personenbezogenen Daten (sog. sensible Daten) im Sinne der DSGVO 679/2016 zur Durchführung der Bildungsveranstaltungen, sowie für Werbezwecke, sofern Sie uns Ihre Einwilligung gegeben haben, verwendet werden. Daten werden nur an ausgewählte Auftragsverarbeiter und, bei Notwendigkeit für die Durchführung der Bildungsveranstaltungen, an Dritte weitergegeben. Sie können jederzeit Ihre Betroffenenrechte (Auskunftsrecht, Recht auf Berichtigung, Löschung und Einschränkung der Verarbeitung, Datenübertragung, Widerspruchsrecht, Beschwerderecht) ausüben, die Zustimmung für die Verarbeitung für Werbezwecke verweigern bzw. widerrufen. Den ausführlichen Datenschutzhinweis und Rechte des Betroffenen finden Sie auf <a href="http://bildung.kvw.org">bildung.kvw.org</a> oder können in unseren Bezirksbüros angefordert werden.  <input type="checkbox"/> Bitte schicken Sie mir die KVV Bildungsbroschüre kostenfrei an die angegebenen Adressdaten.	
Ort, Datum	Unterschrift