

Mit der Progressiven Muskelentspannung (PME) nach Edmund Jacobson lernen Kinder, achtsam mit ihrem Körper und mit sich selbst in Kontakt zu kommen, eine Grundvoraussetzung, um in Stress-Situationen gelassener zu bleiben. Die Erfolge der Muskelentspannung sprechen für sich - Kinder und Jugendliche entwickeln stärkere körperliche Abwehrkräfte, sie werden ausgeglichener und leistungsfähiger, Schul- bzw. Lernprobleme verringern sich und insbesondere „hyperaktive“ Auffälligkeiten lassen nach. Weitere Infos:

www.progressive-muskelentspannung.de

Ausbildungstermin

1. Teil: 6.-7.2.2012: 1. Tag: 10.30-21.30 Uhr
2. Tag: 9.00-17.30 Uhr

2. Teil: 21.-23.3.2012,

1. Tag: 11.00-21.30 Uhr, 2. Tag: 9.00-18.30 Uhr, 3. Tag: 9.00- ca. 16.00 Uhr

Tagungsort

Tromm, im institutseigenen Tagungshaus

Kursgebühr

Euro 540 plus Ü/V inkl. Handbuch, Teilnehmerunterlagen und Zertifikat. Über das OI ist der Abschluss einer **Reise-Rücktrittskostenversicherung** möglich.

Zertifikat / Krankenkassenanerkennung

Die Ausbildung schließt mit einem Zertifikat ab und befähigt, selbstständig Kinder und Jugendliche im Gruppen- und Einzelunterricht anzuleiten (z.B. in Kindergärten, Schulen, Sportvereinen, VHS, freiberuflicher Praxis). Die Ausbildung ist von den Krankenkassen als hinreichende Zusatzqualifikation im Bereich Gesundheitsförderung durch PME anerkannt. Sie erstatten bis zu 100 % der TN-Gebühr für PME-Kurse, die mit den entsprechenden beruflichen Voraussetzungen im Rahmen der Primärprävention (§ 20 SGB V) angeboten werden.

Lehrerfortbildung

Die Ausbildung ist mit 40 Leistungspunkten als Lehrerfortbildung vom IQ-Hessen anerkannt.

Bildungsurlaub

Die Ausbildung ist in Hessen als BU anerkannt. Dies ist auch für andere Bundesländer möglich

Voraussetzung

Keine speziellen Voraussetzungen erforderlich.

Handbuch

Die TN erhalten ein umfangreiches Handbuch zur Theorie und Praxis der PME für die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen und zur Kursgestaltung (Umfang: 270 DIN A 4 Seiten)

Kursleitung



Dr. Cornelia Löhmer, seit über 20 Jahren selbstständige Trainerin, Beraterin und Coach. TZI-Gruppenleiterin (RCI.int), Yogalehrerin (khyf), MBSR-Lehrerin, Kursleiterin und Ausbilderin für Progressive Muskelentspannung (Kinder, Jugendliche, Erwachsene).

Mitbegründerin des Giessener Forums (www.giessener-forum.de).

Publikationen im Klett-Cotta Verlag gemeinsam mit Rüdiger Standhardt:

- Die Kunst, im Alltag zu entspannen. Einübung in die Progressive Muskelentspannung. Mit Hör-CD, 3. Aufl. 2010
- TZI – Die Kunst, sich selbst und eine Gruppe zu leiten. Einführung in die Themenzentrierte Interaktion, 3. Aufl. 2010

Ausbildungsinhalte

Der erste Kursabschnitt ist den methodischen und didaktischen Grundlagen der Progressiven Muskelentspannung (PME) gewidmet für die Anleitung von Kindern zwischen vier Jahren

und dem Ende der Pubertät. Zwischen dem ersten und dem zweiten Kursabschnitt üben sich die Teilnehmenden selbst in die Progressive Muskelentspannung ein. Darüber hinaus erarbeiten sie eine PME-Anleitungs-Sequenz, die sie mit Kindern bzw. Jugendlichen aus ihrem beruflichen oder privaten Umfeld durchführen und schriftlich dokumentieren.

Im zweiten Teil stellen alle Teilnehmenden ihre Praxissequenz in der Seminargruppe vor und erhalten dazu ausführliche mündliche und schriftliche Rückmeldungen sowie Supervision.

Weitere Themen der Ausbildung

- Die Progressive Muskelentspannung (PME) in Modifikationen für die verschiedenen Altersstufen sowie im Einzel- und Gruppenunterricht erleben
- Methodische Grundlagen, Wirkungsweisen, Vorteile und Grenzen der PME
- Vergleich und Abgrenzung zu anderen Entspannungsmethoden
- Grundlagen der Entwicklungspsychologie
- Pädagogische Grundhaltungen (Selbstverantwortung, Wertschätzung, Achtsamkeit, Humor)
- Didaktik und Methodik von PME-Entspannungs-Sequenzen für Kinder
- Methodenintegration (Phantasiereisen, Geschichten, Wahrnehmungsübungen, Bewegungselemente, Spiele)
- Aufbau von PME-Entspannungsstunden für verschiedene Altersstufen
- Zusammenarbeit mit Eltern, Lehrern und Erzieherinnen
- Phänomen der „hyperaktiven Kinder“
- Konzeption eines Kinder- und Jugendlichen-PME-Kurses (nach § 20 SGB V)
- Profilierung mit der PME-Arbeit im eigenen beruflichen Wirkungsfeld



PME-Ausbildung Kinder und Jugendliche



Locker läuft's leichter!

Kursleiterausbildung
in Progressiver Muskelentspannung
für die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen

Kurs 2937
Ab Februar 2012

Bildungsurlaub



Förderung der beruflichen Weiterbildung

durch QualifizierungsSchecks

wendet sich an sozialversicherungspflichtige Beschäftigte mit Hauptwohnsitz in Hessen aus kleinen und mittleren Unternehmen (max. 250 Beschäftigte), die

- über keinen anerkannten beruflichen Abschluss in der ausgeübten Tätigkeit verfügen **oder** älter als 45 Jahre sind
- und im Kalenderjahr der Antragstellung bisher nicht an einer Weiterbildungsmaßnahme im Rahmen dieser Richtlinie teilgenommen haben. Mit dem Qualifizierungsscheck werden max. 50% der Weiterbildungskosten (max. 500 € pro Person) gefördert.

Eine ähnliche Fördermöglichkeit gibt es **in NRW, Rheinland-Pfalz, Brandenburg, Niedersachsen und Schleswig-Holstein.**

durch Prämiegutscheine

wendet sich an Erwerbstätige (bundesweite Förderung), bei denen das zu versteuernde Jahreseinkommen die Grenze von 25.600 Euro nicht übersteigt (bei gemeinsamer Veranlagung gelten entsprechend 51.200 Euro). Wer eine Weiterbildungsmaßnahme in Anspruch nimmt, bekommt im Rahmen der Bildungsprämie einen so genannten Prämiegutschein, der die Hälfte der Weiterbildungskosten bis maximal 500 Euro abdeckt.

Für weitere Auskünfte wenden Sie sich bitte an
Viola Rudat, ☎ 06207 605-120.



Odenwald-Institut
der Karl Kübel Stiftung

Tromm 25
69483 Wald-Michelbach

Tel.: 06207 605-0
Fax: 06207 605-111

E-Mail: info@odenwaldinstitut.de
Internet: www.odenwaldinstitut.de

Verbindliche Anmeldung für

Kurs Nummer _____ Titel _____

Name _____

Anschrift _____

PLZ/Ort _____

Tel. privat _____ Tel. dienstlich _____

E-Mail _____

Geburtsdatum _____ Fax _____

weiblich männlich

Beruf _____

Rechnungsanschrift (falls abweichend)

Name _____

Straße _____

PLZ/Ort _____

- Wir melden unsere/n Mitarbeiter/in an.
- Ich bin selbstständig/freiberuflich tätig.
- Die Kursgebühr wird von meinem Arbeitgeber übernommen.

Die Kursgebühr beträgt Euro _____

Zimmerwunsch

- 2-Bett-Zimmer
- Einzelzimmer - wenn frei - sonst 2-Bett-Zimmer im Haus
- Nur Einzelzimmer. Wenn keins im Haus frei ist, bestellen Sie mir bitte eins im naheliegenden Gasthof
- Ich möchte keine Zimmerreservierung
- Ich möchte keine Verpflegung

Wir nehmen die Zimmerreservierung auf jeden Fall **gemäß Ihrem Wunsch** vor. Über Ihre Zimmerreservierung erhalten Sie **keine schriftliche Bestätigung!**

- Meine Anreise erfolgt mit dem Auto.
- Meine Anreise erfolgt mit öffentlichen Verkehrsmitteln.

Zahlungswunsch

- Die Kursgebühr wird **2 Wochen vor** Kurs- bzw. Abschnitts- beginn überwiesen.
- Bitte buchen Sie die Kursgebühr **2 Wochen vor** Kurs- bzw. Abschnittsbeginn von meinem Bankkonto ab. Einzugsermächtigung liegt vor/ist beigefügt.

Ich interessiere mich für den Abschluss einer **Reiserücktritts-kostenversicherung** und bitte um Zusendung von Informationen.

Ich habe von den **Allgemeinen Geschäftsbedingungen** Kenntnis genommen (ggf. bitte anfordern) und erkenne sie ausdrücklich an.

Ort, Datum _____ Unterschrift _____