

## „Stille ist machbar“ - ein biologisches Grundbedürfnis



Termin: **29.- 30. April 2025 je 9.00 – 15.00 Uhr**

Dozentin: Bettina Rollwagen

Ort: Sozialpädagogisches Fortbildungszentrum (SPFZ), Landesjugendamt  
Gasstr. 29, 22761 Hamburg

### **Entspannung und Sensorik für Kinder in der motorischen Abwehr ( Hyperaktivität)**

#### **Somatisch fundierte Übungen für Einzelbegleitung, Klassen und Kitagruppen.**

Viele Kinder leiden an Reizüberflutung und reagieren darauf manchmal ausgerechnet mit motorischer Abwehr als unbewusstes Schutzmuster vom autonomen Nervensystem gesteuert: reinrufen, laut sein, bewegen oder sogar kämpfen müssen.

Oftmals stöhnen sie selber, es sei immer zu laut und kommen allein nicht aus diesem unbewussten "Perpetuum mobile" heraus.

In diesem Seminar werden verschiedene Übungen mit Spielcharakter vorgestellt, die sich in der Praxis bewährt haben, Kindern eine neue Selbst-Erfahrung zu ermöglichen, wo und wie sie in eine nährende Stille und inner-Fokus kommen. In Kitas und Schulen anwendbar.

Weitere Infos: [Br@bewgteslernen.org](mailto:Br@bewgteslernen.org) oder mobil ++49 (0)160 91356827