





GESUNDHEITS-
UND
ERLEBNIS-
PÄDAGOGIK

SELBST BEWUSST AUFTRETEN

In der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen und auch im Gespräch mit Eltern und Klassen- oder Schulleitern stoßen Pädagog*innen und Berater*innen immer wieder an die Grenzen ihrer Überzeugungskraft. Die Botschaft kommt beim Gegenüber nicht an. Woran kann das liegen? Der Erfolg der Kommunikation beruht neben der inhaltlichen Aussage auf dem bewussten Einsatz von Körpersprache und Stimme. In diesem Seminar werden gemeinsam praxisorientierte Handlungsweisen entwickelt. Sowohl Neueinsteiger*innen in den Beruf als auch langjährige Mitarbeiter*innen können mit diesem Training überraschend neue Ansätze in der Kommunikation finden – gerade für Kommunikationssituationen, die als besonders herausfordernd erlebt werden.

ELEMENTE:

- › Allererster Anfang
- › Blickkontakt
- › Haltung und Gestik
- › Atem und Stimme
- › Klare Ansagen machen
- › Respektvoll und deutlich Grenzen setzen
- › Reflexion des eigenen Kommunikationsverhaltens
- › Individuelles Lösungsmodell

**2. MÄRZ 2021 UND
11. MAI 2021**

Dienstag,
jeweils 9.30 bis 17.00 Uhr

VA-Nummer: 21109-1/2

Referent*in:

Katharina Meinecke

Kosten: € 195,00

Ort: Burg Schwaneck



VERHALTENS AUFFÄLLIGKEITEN IM KINDES- UND JUGENDALTER

Immer mehr Kinder und Jugendliche werden heute als verhaltensauffällig beschrieben. Das Seminar bietet einen kompakten Überblick über die häufigsten psychischen Probleme von Kindern und Jugendlichen, z.B. von selbstverletzendem Verhalten über Depression bis hin zu Essstörungen und vielem mehr. In der Fortbildung geht es darum, den professionellen Blick und die Intuition zu schulen, um Probleme von Kindern schnell erkennen und einordnen zu können und dann gezielt handeln zu können. Weiterhin wird die Abgrenzung von Verhaltensauffälligkeiten zu regelrechten psychischen Störungen besprochen. Anhand von zahlreichen Fallbesprechungen aus der eigenen Praxis werden Reaktionsmöglichkeiten im pädagogischen Alltag dargestellt.

**10. BIS
12. MÄRZ 2021**

Mittwoch bis Freitag,
jeweils von 9.30 bis 17.00 Uhr

VA-Nummer: 21111

Referent*innen:

Ulrike R. Saalfrank

Kosten: € 290,00
(ohne Übernachtung)

Ort: Burg Schwaneck

MOBBING UND KRÄNKUNG UNTER KINDERN

„Die ist so fett und hässlich ...“, „Wenn Du den Serdal einlädst, bist Du nicht mehr mein Freund“, „Die Anderen drehen sich immer weg, manchmal gucken sie so komisch...“ Mit solchen und ähnlichen Äußerungen sind Pädagog*innen häufig konfrontiert. Zum Umgang mit solchen Äußerungen und zur Prävention von Mobbing soll dieses Seminar unterstützen.

INHALTE

- › Kennzeichen und Warnsignale
- › Unterschiedliche Formen
- › Voraussetzungen
- › Mobbingrollen
- › Folgen des Nichtbeachtens von Mobbing
- › Methodisches Vorgehen bei Mobbing und Kränkung
- › Prävention gegen Mobbing und Kränkung im Alltag
- › Transfer in die eigene Praxis

In Kooperation mit INPUT - Institut in Praxis und Theorie e.V. Es gelten die Teilnahmebedingungen von INPUT e.V.

**22. BIS
23. MÄRZ 2021**

Mittwoch und Donnerstag,
9.30 bis 17.30 Uhr

VA-Nummer: 21117

Referent*in: Christine Wörthmann

Kosten: € 260,00

Ort: INPUT



YES, I CAN: ERFOLG & LEICHTIGKEIT IM SCHUL-ALLTAG MIT KINESIOLOGIE

LernMotivator*in, KonfliktLöser*in, HausaufgabenSupporter*in, OrientierungsHelfer*in, PrüfungsstressManager*in – das ist der herausfordernde Schulalltag von Pädagog*innen, Lehrenden & Schulsozialarbeiter*innen! YES, I CAN bietet dafür Lösungen – mit frischen & effektiven Tools für die Kinder- und Jugendarbeit.

INHALTE

Drei Module in zwei Tagen zum mitmachen, ausprobieren und langfristig anwenden.

YES, I CAN - 1 - ERFOLGREICH & LEICHT ZIELE ERREICHEN

- > Klopfakupressur – Ziele leichtgemacht
- > Effektive Stress-Auflösungstools
- > Genialität Muskeltest – Biofeedback

YES, I CAN - 2 - DEN STOFF LEICHT AUFNEHMEN & WIEDERGEHEN

- > Der Pluspunkt eines ausgeglichenen Wasserhaushalts
- > Gehirnaktivierung – Konzentrationssteigerung

YES, I CAN - 3 - ERFOLGREICH PRÜFUNGEN ABSOLVIEREN

- > Den eigenen Lern- und Lehrtyp finden & nutzen
- > Energieräuber & Energiestärker

Die YES, I CAN Fortbildung ist DGAK (Deutsche Gesellschaft für Angewandte Kinesiologie e.V.) zertifiziert.

**15. APRIL UND
20. MAI 2021**

Donnerstag,
jeweils 9.30 bis 17.00 Uhr

VA-Nummer: 21125-1/2
Referent*in: Franziska Rief
Kosten: € 195,00
Ort: Burg Schwaneck

UMGANG MIT TRAUMATISIERTEN KINDERN UND JUGENDLICHEN

In der pädagogischen Arbeit begegnen uns oft Kinder und Jugendliche, die in ihrem Leben durch traumatische Ereignisse „verstört“ wurden. Durch das Trauma hat das Kind einen Bruch in seiner Entwicklung erlitten, das Vertrauen verloren und oft auch post-traumatische Symptome entwickelt. Der Umgang mit diesen Kindern und Jugendlichen stellt für viele Pädagogen eine besondere Herausforderung dar. Die Auseinandersetzung mit Ursachen und Auswirkungen kindlicher Traumata und der Umgang mit traumatisierten Kindern und Jugendlichen wird Gegenstand dieses Seminars sein. Es ist wichtig, Traumatisierungen zu erkennen und Mitgefühl für das traumatisierte Kind zu entwickeln, ohne selbst zu sehr in das Leiden einzusteigen. Das Wissen, dass Traumata auch überwunden und transformiert werden können sowie konkrete Handlungsempfehlungen sind hierfür hilfreich und entlastend.

INHALTE:

- › Was ist ein Trauma? Eine post-traumatische Belastungsstörung?
- › Wie erkenne ich Traumatisierung? Sexuelle Traumatisierung?
- › Seelische Nachwirkungen von Flucht und Vertreibung in den nachfolgenden Generationen
- › Darstellung verschiedener Ansätze in der Traumatherapie
- › Die zwei Gesichter des Traumas
- › Einige Techniken zur Stabilisierung
- › Vorsichtsmaßnahmen bei eigener Traumageschichte

In Kooperation mit INPUT – Institut in Praxis und Theorie e.V.
Es gelten die Teilnahmebedingungen von INPUT e.V.

10. BIS 11. MAI 2021

Montag und Dienstag,
jeweils 9.30 bis 17.30 Uhr

VA-Nummer: 21130

Referent*in: Maria Zepter

Kosten: € 260,00

Ort: INPUT/ St. Theresia



SELBSTFÜRSORGE IM SPIEGEL DER JAHRESZEITEN

Menschen, die andere Menschen begleiten, führen und unterstützen, brauchen konstant Kraft und Energie, um dies mit Freude tun zu können. Diese Freude speist sich aus dem achtsamen Umgang mit den eigenen Bedürfnissen, die im Alltag oftmals auf der Strecke bleiben. Dieses Seminar widmet sich verschiedenen Aspekten der Selbstfürsorge im jahreszeitlichen Kontext. Das Verständnis der biologischen und medizinischen Wechselwirkungen bildet die Grundlage und motiviert zur Selbstverantwortung. Erst auf der Basis der Sorge um sich selbst wird es möglich, andere gut zu begleiten und zu führen.

INHALTE:

MEDIZINISCHE HINTERGRÜNDE:

- › Stresshormone und ihre Auswirkungen auf den Körper
- › Jahres- und tageszeitliche Einflüsse auf biologische Funktionen

IMPULSE ZUR SELBSTFÜRSORGE:

- › Fünf Säulen der Identität
- › Wahrnehmung und kognitive Selbststeuerung

TRANSFER:

- › Rituale und förderliche Strukturen erlernen
- › Commitment und Selbstverantwortung entwickeln

**19. APRIL, 5. JULI UND
15. NOVEMBER 2021**

Montag, 19. April,
9.30 bis 17 Uhr
5. Juli und 15. November,
9.30 bis 15.00 Uhr

VA-Nummer: 21127-1/2/3

Referent*innen: Prof. Dr.
med. Barbara Krautz,
Ingrid Winkler

Kosten: € 250,00

Ort: Burg Schwaneck

GENDER. MACHT. STRESS?!

Stress ist ein allgegenwärtiges Phänomen. Jüngste Studien deuten darauf hin, dass negativer Stress heute für alle ein wichtiges Thema geworden ist. Zugleich zeigen diese Studien auch: Frauen und junge Mädchen sind davon besonders betroffen. Diese Fortbildung widmet sich selbstreflexiv möglichen Gründen, eigenen Erfahrungen mit diesem Thema und sucht gute Antworten auf dieses (neoliberale) Zeitphänomen. Was bedeutet in diesem Kontext „Gender“ oder „Geschlecht“? Welche neuen Spannungen entstehen, wer verfügt über welche (situative) Macht? Wie hängen Geschlecht, Distress und Selbstoptimierung zusammen? Wird „Männer und Frauen“ oder Weiblichkeit und Männlichkeit gemeint? Wie denjenigen Raum geben, die bisher durch das binäre Geschlechterraster unserer Gesellschaft gefallen sind?

INHALTE:

- › Distress und Selbstoptimierung
- › Soziale Ungleichheiten und Distress
- › Unterschiedliche Perspektiven auf Geschlecht
- › Selbstreflexion zum Thema Stress
- › Idee für mehr Selbstbestimmung, auch mit und für Jugendliche



**18. MAI UND
15. JUNI 2021**

Dienstag, 9.30 bis 13.00 Uhr
(digital)

Dienstag, 9.30 bis 17.00 Uhr
(Präsenzveranstaltung)

VA-Nummer: 21133-1/2

Referent*innen: Dr. Marina
Ginal, Eliza Skowron

Kosten: € 150,00

Ort: Digital und
Burg Schwaneck



UNTER DER OBERFLÄCHE: SCHNUPPERKURS HÖHLE

Ausgerüstet mit Helm, Lampe und Schläz geht es hinab in die spannende Welt unter der Erdoberfläche. Gemeinsam wird die Höhlenlandschaft der Fränkischen Schweiz erkundet und das Reich der Tropfsteine und Fledermäuse erforscht. Eine Vorerfahrung im Bereich Höhle ist nicht nötig, es werden einfache horizontale Höhlen befahren. Die nötige Ausrüstung hierfür wird gestellt. Die Veranstaltung soll interessierten Teilnehmer*innen einen Einblick in die vielfältigen Möglichkeiten des Handlungsfeldes Höhle in der Erlebnispädagogik bieten. Neben dem eigenen Erleben der faszinierenden Welten unter der Erdoberfläche werden die erlebnispädagogischen Potentiale einer Höhlenbefahrung unter den Aspekten Führen und Leiten, Pädagogik und Ökologie verdeutlicht. Die Referenten stellen zudem die Inhalte und Strukturen der Weiterbildung ZQ-Höhle vor und beraten diesbezüglich gerne.

9. BIS 10. JULI 2021

Freitag, 16.00 Uhr bis
Samstag, 17.00 Uhr

VA-Nummer: 21149

Referent*innen: Joep Kulla,
Thomas Matthalm

Kosten: € 70,00

Ort: Fränkische Schweiz

WENN ES ENG WIRD... TRAUMASENSIBLE ERLEBNISPÄDAGOGIK

Höhe, Dunkelheit, Ausgesetztsein, sich auf andere verlassen müssen... Grenzerfahrungen und die Konfrontation mit ungewöhnlichen Herausforderungen können biographische Belastungen aktivieren und aktualisieren. Welche Symptome lassen sich erkennen und wie können Pädagog*innen damit adäquat umgehen? Mit einer praktischen Einheit und dem entsprechenden theoretischen Hintergrund werden die Sensibilität und der Umgang mit belastenden oder traumatischen Vorerfahrungen gestärkt.

Die praktische Einheit findet größtenteils in einer Höhle statt. Eine Mitfahrgelegenheit aus München ist gegeben.

14. BIS 16. JULI 2021

Mittwoch, 10.00 Uhr bis
Freitag, 18.00 Uhr

VA-Nummer: 21151

Referent*innen:

Andreas Bedacht, Joep Kulla

Kosten: € 195,00

Ort: Selbstversorgerhaus
am Kochelsee



PILGERN: WEGE NACH INNEN

2020 war oftmals von der Notwendigkeit der Entschleunigung und der Veränderung von Lebensstilen die Rede. Diese Gedanken sind nicht neu, aber vielleicht wieder aktueller geworden. Dennoch zeichnet der Alltag mit vielen Terminen, unterschiedlichen Ansprüchen und Gewohnheiten meist ein anderes Bild. Beim Pilgern haben Menschen seit jeher den Abstand zum Alltäglichen gesucht, um sich im Gehen neu zu finden. Der Weg ist der äußere Rahmen für die Möglichkeit nach innen zu gehen. In diesem Jahr wird auf dem Jakobsweg von Pullach in Richtung Bodensee gegangen. Auf den täglichen Etappen von bis zu sieben Stunden und maximal 400 Höhenmetern wird es Impulse, Schweigezeiten und Austausch in der Gruppe geben.

5. BIS 8. OKTOBER 2021

Dienstag, 8.00 Uhr bis
Freitag 18.00 Uhr

VA-Nummer: 21160

Referent*innen:

Alfons Holzer, Ingrid Winkler

Kosten: € 380,00

Ort: Jakobsweg
München-Lindau

ZUSATZQUALIFIKATION (ZQ) ERLEBNISPÄDAGOGIK

Erlebnispädagogik fördert durch zielgerichtetes pädagogisches Handeln im Rahmen natursportlicher Gruppenerlebnisse ganzheitliches soziales Lernen. Diese Zusatzqualifikation befähigt zur selbstständigen, verantwortlichen, ökologisch sensiblen und fachlich kompetenten Leitung von erlebnispädagogischen Maßnahmen. Dies wird von den entsprechenden Fachsportverbänden zertifiziert. Die Ausbildung erfolgt in einem auszuwählenden Handlungsfeld und kann dann sportfachlich durch den Besuch der entsprechenden Praxiskurse jederzeit modular erweitert werden.

BEGINN DER EINSTIEGSKURSE:

8. bis 11. April 2021 / 29. April bis 2. Mai 2021 /
25. bis 28. Mai 2021

FOLGENDE HANDLUNGSFELDER STEHEN ZUR AUSWAHL:

- › Höhle (Jugendbildungsstätte Burg Schwaneck):
Nächster Durchgang 2022 / 2023
- › Wasser
- › Kooperationsübungen
- › Mountainbike
- › Bergwandern
- › Klettern

AUSBILDUNGSSCHWERPUNKTE SIND:

- › Führungs- und sicherheitstechnisches Handeln
- › Umweltpädagogische Didaktik
- › Kompetentes Wissen über den jeweiligen Naturraum
- › Erlebnispädagogische Übungsformen
- › Übertragbarkeit in die Arbeit mit Gruppen im pädagogischen Alltag

STRUKTUR DER AUSBILDUNG:

Die berufsbegleitende Weiterbildung gliedert sich in Praxis- und Theorietage, die auf zwei Kalenderjahre verteilt werden.

PLÄTZE:

Je nach Handlungsfeld maximal 12 bis 14 Teilnehmer*innen



AUSBILDUNGSABSCHLUSS:

Die Ausbildung steht unter Aufsicht des Bayerischen Staatsministerium für Unterricht, Kultus, Wissenschaft und Kunst und wird vom Bayerischen Umweltministerium empfohlen. Der erfolgreiche Abschluss wird durch das Institut für Jugendarbeit des Bayerischen Jugendrings und die Fachverbände zertifiziert.

TEILNEHMER*INNENBEITRAG: € 2.951,00

- Mitarbeiter*innen der Kinder- und Jugendarbeit in Bayern (nach den §§ 11-14 KJHG) erhalten einmalig gegen Nachweis € 200,00 Ermäßigung.
- Sportfachliche Erweiterung: ca. € 1.589,00
- Absolvent*innen der EPZ-Ausbildung an der KSH München/Benediktbeuern: € 1.930,00
- Der Beitrag umfasst alle Kosten für Referent*innen, Unterkunft und Vollverpflegung, Seminarunterlagen, Versicherungen, Eintritte und Gruppenausrüstung.

ZULASSUNGSVORAUSSETZUNG:

- Pädagogische Ausbildung oder in Ausnahmefällen langjährige pädagogische Praxis
- Erfahrungen im jeweiligen Handlungsfeld
- Erste-Hilfe-Kurs
- Gute gesundheitliche und körperliche Verfassung

Bereits erworbene sportfachliche oder erlebnispädagogische Abschlüsse werden auf Antrag anerkannt. Dadurch reduzieren sich Anzahl der Kurse und der Preis entsprechend.

TRÄGERVERBUND

- INSTITUT FÜR JUGENDARBEIT Gauting
- JUGENDBILDUNGSSTÄTTEN
- Babenhausen – Bad Hindelang – Königsdorf – Burg Schwaneck

FACHSPORTVERBÄNDE

- Deutscher Alpenverein (DAV)
- Bayerischer Kanu-Verband (BKV)
- Verband der deutschen Höhlen- und Karstforscher (VdHK)

Eine umfassende Übersicht der Weiterbildung mit allen aktuellen Terminen gibt es im Internet unter www.zq-ep.de.