



Erschienen am 21.09.2018
60 Seiten, Kartenset
Format: 10.5 x 14.8
ISBN: 978-3-95571-796-4

Ursula Geisler, Anette Fahle

Achtsamkeit und Imagination für Kinder und Jugendliche

60 Bildkarten mit bewährten Übungen für die
Praxis

Handwerkszeug für die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen

Das Kartenset bietet kurze, knappe Anleitungen für Achtsamkeitsübungen und Imaginationen, die speziell für Kinder und Jugendliche entwickelt wurden. Sie können in der Psychotherapie eingesetzt werden, sowohl im Einzel- und Gruppensetting, aber auch in pädagogischen Feldern wie Schule und Jugendhilfe.

Das Kartenset kann als ergänzendes Arbeitsmittel zu dem Buch „Achtsamkeitsübungen mit Kindern und Jugendlichen in der Psychotherapie“ (Geisler & Muttenhammer) genutzt werden. Es ist aber auch möglich, nur mit den Karten zu arbeiten.

Jede Karte hat eine Bild- und eine Textseite. Die Bilder ermöglichen auch einen intuitiven und spielerischen Einsatz. So kann sich z.B. das Kind eine optisch ansprechende Karte aus dem Stapel ziehen. Genauso kann aber auch die Therapeutin je nach Thema und Bedarf eine Karte auswählen.

Die Übungen decken folgende Themen ab:

Spüren und Bewegung

Unsere Sinne

Unsere Gedanken

Unser Atem

Stress abbauen, zur Ruhe kommen

Unsere Vorstellungen (hypnotherapeutische und imaginative Übungen)

Autorenprofil

Anette Fahle

Anette Fahle, Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapeutin, Psychologische Psychotherapeutin, Ambulanzleitung, Ausbilderin f. Verhaltens- und Hypnotherapie (M. Erickson), tätig an der LMU-München und in eigener Praxis.

Ursula Geisler

Dr. Ursula Geisler, Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin (Verhaltenstherapie) in eigener Praxis in München; Tätigkeit als Dozentin und Lehrbeauftragte der Hochschule München.