

Vortragsreihe:

## „Eltern als Team – gemeinsam raus aus dem Stress“

In Kooperation mit dem Familienstützpunkt im Norden des Landkreises München, dem Familienhaus Unterföhring e.V. und der Familienarbeit im Kindertageszentrum Reinmarplatz der Diakonie Jugendhilfe Oberbayern sowie dem Familientreff Erlangen bietet die vhs eine interessante Veranstaltungsreihe für Eltern an. Alle drei Abende sind dabei kostenfrei.

Eltern sehen sich heute großen Herausforderungen gegenüber. Sie wollen nicht nur für eine positive Eltern-Kind-Bindung sorgen, sondern auch optimale Voraussetzungen für das Aufwachsen ihrer Kinder schaffen. Gleichzeitig wollen sie sich beruflich verwirklichen und wünschen sich, möglichst viel Zeit mit ihren Kindern zu verbringen. Sie möchten nicht die traditionellen Rollenmuster in der Familie leben, haben aber gleichzeitig keine Vorbilder, an denen sie sich orientieren könnten. Trotz Elternschaft würden sie auch gerne ein Paar bleiben. Die Aushandlung der Geschlechterrollen findet deshalb vor allem im familiären Kontext statt und führt mitunter zu erheblichen Konflikten in den Eltern-Beziehungen.

In der veränderten, nach starker Flexibilität fordernden Arbeitswelt, führt Zeitdruck für Familien häufig zu „Synchronisierungsproblemen“. Vätern fällt es somit häufig schwer, aktive Vaterschaft zu leben und sich intensiv am Familienleben zu beteiligen. Gleichzeitig belegen Untersuchungen, dass es Kindern von gestressten Eltern häufig an elterlicher Aufmerksamkeit und Zuwendung fehlt.

In Ballungsräumen wie dem Großraum München leben viele zugezogene Familien. Es mangelt deshalb oftmals an familiären Ressourcen bei der Bewältigung des herausfordernden Familienalltags und der Vereinbarung von Familie und Erwerbsarbeit. Dies macht die Lage für Familien nicht einfacher.

Mit unserer Abendreihe „Eltern als Team – gemeinsam raus aus dem Stress“ möchten wir Eltern hilfreiche Werkzeuge an die Hand geben, die sie bei der Bewältigung des Familienalltags unterstützen können. Wir möchten Eltern darin stärken und ermutigen, neues auszuprobieren und ihre (Geschlechter)Rollen zu überdenken.

**Diakonie**  
Jugendhilfe  
Oberbayern

**KITZ**

FamilienHaus.  
UNTERFÖHRING



Garching – Ismaning – Unterföhring – Unterschleißheim



Volkshochschule  
im Norden des Landkreises München e.V.

# Pädagogik / Psychologie



**Programm Frühjahr/Sommer 2022**

[www.vhs-nord.de](http://www.vhs-nord.de)

Info & Anmeldung: ☎ 089/550517-0 oder direkt über [www.vhs-nord.de](http://www.vhs-nord.de)

### Erste Hilfe für die Psyche

„Was mich nicht umhaut, macht mich stark!“ Das denken viele, falsch ist es trotzdem. Viele Ereignisse können seelische Krisen hervorrufen. Dazu zählen nicht nur schwere Schicksalsschläge wie der Tod einer nahestehenden Person oder eine Gewalterfahrung, sondern auch ein Unfall, eine Krankheit, eine verpatzte Prüfung, ein zwischenmenschlicher Konflikt oder die Situation in der Corona-Pandemie. Eine psychische Krise ist noch keine Krankheit, aber sie kann unter Umständen eine bahnen. Das lässt sich oft verhindern, wenn man schnell gegensteuert. Doch gerade im psychischen Versorgungssystem sind lange Wartezeiten üblich. Da wären Hilfen gut, die einfacher zugänglich sind. Und tatsächlich ist da etwas in Bewegung. So gibt es den bayerischen 24-Stunden-„Krisendienst Psychiatrie“. Und es gibt Ideen zu einer „Ersten Hilfe“ im psychischen Bereich. Da lernen Laien nicht nur das Wichtigste über psychische Gesundheit. Sie lernen auch, wie man Menschen in psychischen Krisen sofort, unkompliziert und kundig beistehen kann. Mehr dazu in diesem Vortrag.

Dr. Barbara Knab ist Psychologische Psychotherapeutin und Wissenschaftsautorin.

Der Vortrag wird zeitgleich als Live-Stream angeboten. Wählen Sie bei der Anmeldung (in jedem Fall erforderlich!) zwischen „Präsenz“ und „Online“. Die Zugangsdaten erhalten Sie nach Anmeldung.


#### Kurs-Nr. V1205 -H, Unterföhring

vhs-Zentrum, Am Bahnhof 13

Dienstag, 26.07.22, 19.30 Uhr

Dr. Barbara Knab

EUR 7,00

**Hinweis:** vhs-Vortragsabo  – Ihre Flatrate für alle Vorträge und Kinoveranstaltungen der vhs-nord. Für nur EUR 30,00 können Sie (oder wenn Sie verhindert sind eine beliebige andere Person) mit unserem „vhs-Dauer-Ticket“ alle ca. 159 Veranstaltungen besuchen. Eine Anmeldung ist erforderlich. [www.vhs-nord.de](http://www.vhs-nord.de)

## Familie – Krippe – Kindergarten – Schule

### Übergänge bewältigen

Das deutsche segmentierte Bildungssystem ist von Übergängen zwischen Familie und Bildungseinrichtungen bzw. zwischen den Bildungseinrichtungen gekennzeichnet: Übergänge von der Familie in die Krippe, von der Krippe in den Kindergarten, von der Familie in den Kindergarten, vom Kindergarten in die Grundschule, vom Kindergarten in den Hort, von der Grundschule in die Typen der weiterführenden Schule. Die Altersgrenzen sind dabei in Bewegung geraten: Kindergärten nehmen in immer größerem Umfang Unter-Dreijährige und in unterrichtsfreien Zeiten Schulkinder auf, in Schulen wird das Eintrittsalter herabgesenkt. Insofern haben es sowohl die Kindergärten als auch die Grundschulen zunehmend mit Kindern zu tun, die in jüngerem Alter den Übergang bewältigen müssen. Bei diesen Übergängen kommt es zu einer Anhäufung unterschiedlicher Belastungsfaktoren, weil Anpassung und Veränderungen in vielen Bereichen geleistet werden müssen und innerpsychische Prozesse und Beziehungen zu anderen Personen neu gestaltet werden.

Der Vortrag möchte diese Belastungen analysieren und auf Strategien der Übergangsbewältigung aufmerksam machen, mit denen die Einrichtungen diese Belastungen reduzieren können. Besonderes Augenmerk wird auf die Situation und Einbindung der Eltern bei Bewältigung und pädagogischer Gestaltung von Übergängen zu richten sein.

Wilfried Griebel, Diplom-Psychologe, ist wissenschaftlicher Mitarbeiter im Staatsinstitut für Frühpädagogik in München.

#### Kurs-Nr. V1207 -U, Unterschleißheim

vhs-Zentrum, Landshuter Str. 20-22

Montag, 14.03.22, 19.30 Uhr

Wilfried Griebel

EUR 7,00

Prof. Hartmut Kasten

### Einzelkinder und ihre Familien

Fundierte Fakten über Einzelkinder, ihre Familien und konkreten Lebensverhältnisse sind rar. Auf dem Hintergrund des aktuell vorhandenen Kenntnisstands setzt sich der Familienforscher, Entwicklungspsychologe und Pädagoge Hartmut Kasten kritisch mit den nach wie vor allgegenwärtigen negativen Vorurteilen Einzelkindern und ihren Eltern gegenüber auseinander und kontrastiert sie mit den von der Forschung zu Tage geförderten Ergebnissen: Sowohl ohne als auch mit Geschwistern aufzuwachsen, bringt Vor- und Nachteile mit sich, die der Vortragende ausführlich beschreibt. Auf der Grundlage der dargestellten Fakten werden dann Empfehlungen für den Erziehungsalltag und den verantwortungsvollen pädagogischen Umgang mit Kindern ohne (und mit) Geschwister abgeleitet. Prof. Dr. Dr. Hartmut Kasten, Frühpädagoge und Familienforscher am Staatsinstitut für Frühpädagogik, Professor für Psychologie an der Universität München, ist vor allem auch durch zahlreiche Interviews in der Presse sowie seine vielen Publikationen bekannt. Der Vortrag wird nur „Online“ angeboten. Die Zugangsdaten erhalten Sie nach Anmeldung.

#### Kurs-Nr. V1208 -WEB, Online

Mittwoch, 30.03.22, 19.30 Uhr

Prof. Dr. Dr. Hartmut Kasten

EUR 7,00

Prof. Hartmut Kasten

### Geschwister: Vorbilder, Rivalen, Vertraute

Die meisten kennen sie aus eigener Erfahrung: Geschwister als innige Vertraute, als erdrückendes Vorbild oder als lebenslange Rivalen. Ob erfolgreicher oder entthronter Erstgeborener, ob vernachlässigter Zweitgeborener oder bevorzugtes Nesthäkchen – die Beziehung zwischen den Geschwistern beeinflusst zwangsläufig deren Lebensweg und Persönlichkeitsfindung. Die moderne Geschwisterforschung hat interessante Sachverhalte herausgefunden: Neben dem Geburtsrangplatz, dem Geschlecht und dem Altersabstand spielen die Eltern und deren Einstellung und alltägliches Verhalten ihren



Dr. Hartmut Kasten

Geschwisterkindern gegenüber eine wichtige Rolle bei der Entwicklung emotionaler, sozialer und geistiger Fähigkeiten.

Der Familienforscher, Entwicklungspsychologe und Pädagoge Hartmut Kasten beleuchtet in seinem Vortrag das Geschwisterthema in seiner ganzen Vielfalt, von der frühen Kindheit bis ins hohe Alter, und beschäftigt sich u. a. auch mit der Frage nach den Unterschieden zwischen Geschwisterkindern und Einzelkindern. Seine Ausführungen richten sich an alle, die selbst Geschwister haben bzw. mit der Erziehung von Kindern betraut sind und Geschwisterkonstellationen besser verstehen möchten. Eine Anmeldung ist erforderlich.

#### Kurs-Nr. V1209 -U, Unterschleißheim

vhs-Zentrum, Landshuter Str. 20-22

Mittwoch, 22.06.22, 19.30 Uhr

Prof. Dr. Dr. Hartmut Kasten

EUR 7,00



## Die Erschöpfung der Frauen

### Wider die weibliche Verfügbarkeit

Frauen haben heute angeblich so viele Entscheidungsmöglichkeiten wie nie zuvor. Und sind gleichzeitig so erschöpft wie nie zuvor. Denn nach wie vor wird von ihnen verlangt, permanent verfügbar zu sein. Die Geschlechterforscherin Franziska Schutzbach schreibt über ein System, das von Frauen alles erwartet und nichts zurückgibt – und darüber, wie Frauen sich dagegen auflehnen und alles verändern: ihr Leben und die Gesellschaft.

In unserer Gesellschaft wird Weiblichkeit gleichgesetzt mit Fürsorglichkeit. Frauen sind, ob in der Familie, in Beziehungen oder im Beruf, zuständig für emotionale Zuwendung, für Harmonie, Trost und Beziehungsarbeit – für Tätigkeiten also, die unsichtbar sind und kaum Anerkennung oder Bezahlung erfahren. Sie „schulden“ anderen – der Familie, den Männern, der Öffentlichkeit, dem Arbeitsplatz – ihre Aufmerksamkeit, ihre Liebe, ihre Zuwendung, ihre Attraktivität, ihre Zeit. Und kämpfen jeden Tag gegen emotionale und sexuelle Verfügbarkeitserwartungen.

Es sind diese allgegenwärtigen Ansprüche, die Frauen in die Erschöpfung treiben. Denn – deklariert als „weibliche Natur“ – ist die geleistete Sorgearbeit meist wenig anerkannt und bleibt unsichtbar. Sie gilt ökonomisch als irrelevant und ist gerade deshalb ausbeutbar. Das Buch zeigt, dass die Verfügbarkeitsansprüche für unterschiedliche Frauen Unterschiedliches bedeuten: Ob als Mütter oder als Mädchen, ob als schwarze oder weiße Frauen, als Migrantin, Trans- oder non binäre Person, als dicke oder lesbische Frau, ob im Dienstleistungssektor, in Pflegeberufen oder in der digitalen (Selbst)vermarktung, ob als Politikerin oder Künstlerin – die Verausgabung hat unterschiedliche Ausmaße und unterschiedliche Ursachen.

Die Geschlechterforscherin Franziska Schutzbach wendet sich gegen ein misogynen System, das von Frauen alles erwartet und nichts zurückgibt. Und sie zeigt, welch vielfältigen Widerstand Frauen gegen die Ausbeutung ihrer Energie, ihrer Psyche und ihrer Körper leisten. Ein Widerstand, der zu einer treibenden Kraft



Franziska Schutzbach

für neue Arbeits- und Lebensweisen wird und die Welt verändert. Ein kluger und fundierter Beitrag zu einer anhaltend aktuellen Debatte. Die Veranstaltung wird nur online angeboten. Die Zugangsdaten erhalten Sie nach Anmeldung.

---

#### Kurs-Nr. V1211--WEB, Online

Montag, 28.02.22, 20.00 Uhr

Franziska Schutzbach

Gebührenfrei

---

## Wenn Kinder in die Pubertät kommen

### Online Themenabend

„Du regst mich auf... du nervst!“ Während der Lebensphase der Pubertät vollziehen sich bei den Kindern/ Jugendlichen körperliche Veränderungen, Hormone lösen seelische Spannungszustände aus und eine Umstrukturierung des Gehirns findet statt. Auch die Loslösung der Kinder aus der Familie kündigt sich an. Welche Hilfen brauchen Eltern zur Bewältigung dieser großen Umbruchsituation? Es geht um wohlwollende Offenheit gegenüber eigensinnigen Standpunkten.

Referentin: Heidi Schels, Familientherapeutin  
Dieser Vortrag findet online statt. Nach Anmeldung zum Vortrag wird Ihnen der Zugangslink automatisch zugesendet.

---

#### Kurs-Nr. V1212--WEB, Online

Mittwoch, 06.04.22, 19.30 Uhr

Heidi Schels

Gebührenfrei

Dr. Werner Bartens

## Der Kinderkompass: 333 Tipps für Eltern

Wer kennt es nicht? Kommt man auf das Thema Kindererziehung zu sprechen, kann man sich häufig vor den unzähligen Tipps und gut gemeinten Ratschlägen der anderen kaum retten. Egal ob die eigene Mutter, die beste Freundin oder gar die Schwiegermutter: Jeder sagt etwas anderes – und jeder weiß es natürlich am besten! Kein Wunder, dass sich Eltern schnell überfordert und unter Druck gesetzt fühlen. Doch welche Tipps helfen wirklich? Wie viel Schlaf, wie viel Bewegung, wie viel Freiraum braucht mein Kind? Wie viel Nähe ist gut? Was gilt es in der Erziehung unbedingt zu vermeiden? Und vor allem: Wie bleibe ich ruhig, wenn es alle anderen mal wieder besser zu wissen meinen? Der renommierte Wissenschaftsjournalist und Arzt Werner Bartens ist selbst fünffacher Vater und kennt die Fragen und Unsicherheiten, von denen sich Eltern nur allzu leicht unter Druck setzen lassen. In seinem Buch versammelt der Spiegel-Bestseller-Autor 333 prägnante, wissenschaftlich fundierte und alltagstaugliche Tipps, wie die Erziehung zum Kinderspiel wird. Kurz, kompakt und gut verständlich räumt er mit den gängigen Vorurteilen und Erziehungsmythen auf und zeigt, wie man das eigene Kind zu einem glücklichen, gesunden und selbständigen Menschen erzieht. An diesem Abend werden die wichtigsten Tipps vorgestellt und diskutiert. Eine Kooperation neben „Eltern als Team“ mit der Gemeindebibliothek Ismaning. Dieser Vortrag findet online statt. Nach Anmeldung zum Vortrag wird Ihnen der Zugangslink automatisch zugesendet.

---

#### Kurs-Nr. V1213--WEB, Online

Donnerstag, 19.05.22, 19.30 Uhr

Dr. Werner Bartens

Gebührenfrei

## Neue Wege der Elternbegleitung in und nach der Pandemie

Kontakt halten mit den Eltern war schwierig in den letzten beiden Jahren. Jetzt geht es darum wieder gut in Kontakt zu kommen und zum Wohle der Kinder im Austausch zu bleiben.

Die meisten von uns haben sie im Lauf der letzten beiden Jahre schätzen gelernt, so manche:r steht ihnen nach wie vor skeptisch gegenüber. Für die einen war es in Zeiten von Kontaktbeschränkungen das Fenster zur Welt, für andere ein technischer und methodischer Berg an Herausforderungen: Treffen oder Veranstaltungen im virtuellen Raum.

Der Online-Raum bietet neue und andere Möglichkeiten, um mit Eltern und Kindern im Kontakt zu bleiben, Inhalte zu vermitteln und sich auszutauschen.

Inhalte dieser vierstündigen, praxisorientierten Fortbildung sind:

- Technik-Check und Rahmenbedingungen schaffen
- Methodik & Didaktik im virtuellen Raum oder anderswo
- Weitere Möglichkeiten der kreativen Elternbegleitung: analog, hybrid und digital
- Ihre individuellen Fragen zur Gestaltung der Erziehungspartnerschaft werden gerne bearbeitet.

Die Fortbildung und der Workshop werden mit Zoom durchgeführt. Die Inhalte lassen sich auf andere Konferenzsysteme übertragen.

Es wird kein Vorwissen vorausgesetzt! Zur Teilnahme reichen PC oder Laptop mit Mikro und Kamera und stabilem Internetanschluss.

Die Zugangsdaten erhalten Sie nach der Anmeldung

---

#### Kurs-Nr. V1217--WEB, Online

Donnerstag, 17.03.22, 14.00-18.00 Uhr

Alexandra Schreiner-Hirsch

max. 12 TN

EUR 45,00

## Wenn zwei sich streiten -

### Peer to Peer Konflikte professionell begleiten

Der Kindergarten, die Schule oder andere Einrichtungen haben die Aufgabe, ergänzend zum Elternhaus die Kinder und Jugendlichen bestens auf ihr zukünftiges Erwachsenenleben vorzubereiten. Dazu gehören auch die Vermittlung von sozialen und emotionalen Kompetenzen. Der Umgang mit Streit gehört dazu. Menschen streiten miteinander, weil sie unterschiedliche Bedürfnisse haben. Erwachsene streiten miteinander, Erwachsene streiten mit Kindern und Kinder streiten miteinander - das gehört zum Leben dazu. Gleichzeitig kann uns der Streit zwischen Kindern im professionellen Kontext den letzten Nerv kosten und Energie rauben, die wir in der Arbeit mit Kindern täglich dringend benötigen. In dieser Fortbildung geht es darum,

- Ihre eigene Philosophie als Fachkraft im Umgang mit streitenden Kindern zu reflektieren,
- sich bewusst zu machen, welche unserer Verhaltensweisen Rivalität und Streitigkeiten fördern können
- ganz praktisch Fertigkeiten kennen zu lernen, wie Sie die Kommunikation von streitenden Kindern fördern und dabei sozial kompetente Verhaltensweisen erarbeiten können, so dass sich Eskalationen auf Dauer vermeiden lassen! Denn nicht zuletzt ist eine gemeinsame, lösungsorientierte Auseinandersetzung eine wichtige Einzahlung auf das Beziehungskonto zwischen pädagogischer Fachkraft und Kind, welches stressfreies Leben und Lernen überhaupt erst ermöglicht.

Im Seminar werden Prinzipien aus den Präventionsprogrammen FamilienTeam®, Profi-Team® und KlasseTeam® durch Life-Demonstrationen vermittelt. Folgende Fragen können bearbeitet werden:

- Wie lassen sich Konflikte zwischen Kindern aktiv verhindern?
- Wie handle ich konkret bei akuten Peer to Peer Konflikten?
- Wann und warum sollte man bei Konflikten zwischen Kindern überhaupt eingreifen?

### Kurs-Nr. V1218, Ismaning

vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Mühlenstr. 15  
Freitag, 08.07.22, 14.00-18.00 Uhr max. 12 TN  
Alexandra Schreiner-Hirsch EUR 45,00



Charlotte Widmann

## Feinfühligkeit in der Erziehung

Wie gelingt es mir als Mutter, Vater oder Pädagoge:in eine gute Beziehung zu meinem Kind aufzubauen? Zwei wesentliche Elemente auf diesem Weg sind die Einfühlung in die kindlichen Bedürfnisse und deren angemessene Beantwortung und immer wieder auch deren liebevolle Begrenzung.

In Anlehnung an die aus der Bindungsforschung entwickelten Konzepte der „Feinfühligkeit“ und des „Kreises der Sicherheit“ soll in diesem Seminar thematisiert werden, wie sich eine gute, sichere Beziehung auf alle Persönlichkeitsbereiche des Kindes und seine Entwicklung positiv auswirken und wie liebevolle Begrenzungen zur Entwicklung eines sozial und emotional kompetenten Kindes beitragen. Das Seminar bietet Gelegenheit auch persönliche Situationen mit Kindern zu besprechen.

Charlotte Widmann ist studierte Diplom-Heilpädagogin, Mitarbeiterin einer Erziehungsberatungsstelle, Erzieherin, Kinder- u. Jugendlichenpsychotherapeutin, System. Therapeutin, Fortbildung in Säuglings- u. Kleinkindberatung, Fachdienst für Krippen.

### Kurs-Nr. V1216, Ismaning

vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Mühlenstr. 15  
Montag, 23.05.22, 18.00-21.00 Uhr max. 9 TN  
Charlotte Widmann EUR 24,00

## Wenn die Grenzen verletzt werden

### Das Beißverhalten der Kleinkinder in der Kita und in Tagespflege

Dass Kleinkinder zwischen einem und drei Jahren in einer Kindertageseinrichtung oder Tagespflege mit Beißverhalten konfrontiert werden, ist zunächst nicht ungewöhnlich. Das Beißverhalten löst bei allen Beteiligten, Kindern wie Erwachsenen, emotionale Reaktionen aus. Dabei sehen die Pädagog:innen wie auch Tageseltern das Beißverhalten oft im Kontext von Konflikten und schätzen es ausschließlich als Ausdruck eines aggressiven kindlichen Verhaltens.

Im Seminar werden weitere Ursachen für dieses Verhalten unter die Lupe genommen und die Möglichkeiten der professionellen Begleitung im Kontext der Betreuung in der Kita und Tagespflege aufgezeichnet.

Die Veranstaltung wird als Online-Seminar angeboten, an dem Sie bequem von zu Hause aus teilnehmen können. Nach der Anmeldung bekommen Sie alle Zugangsdaten per Mail.

### Kurs-Nr. V1220-WEB, Online

Mittwoch, 16.03.22, 18.00-21.00 Uhr max. 14 TN  
Julka Grajčárová EUR 26,00

## Mikrotransitionen – Alltagsübergänge mit Kleinkindern gut meistern

Mit Mikrotransitionen werden tägliche kleine Übergänge von einer Situation in eine andere gemeint. Darunter fallen zum Beispiel Aktivitätenwechsel, Wechsel von Bezugspersonen oder Raumwechsel. Für junge Kinder können diese Übergänge emotional herausfordernd und aus ihrer Sicht auch wenig nachvollziehbar sein. Auch für manche Pädagog:innen und Tageseltern sind diese Übergänge mit Anspannung, sogar Stress verbunden.

Welche Gefahren bergen unzureichend durchdachte Übergänge für Kleinkinder? Wie können Kinder von den Pädagog:innen und Tageseltern angemessen durch die Übergänge begleitet werden? Dieses Seminar möchte Ihnen Anregungen für Ihre tägliche Praxis bieten. Die Ver-

anstaltung wird als Online-Seminar angeboten, an dem Sie bequem von zu Hause aus teilnehmen können. Nach der Anmeldung bekommen Sie alle Zugangsdaten per Mail.

### Kurs-Nr. V1221-WEB, Online

Dienstag, 05.04.22, 18.00-21.00 Uhr max. 14 TN  
Julka Grajčárová EUR 26,00

## Was tut es da? Kindliches Verhalten verstehen und systemisch betrachten

Die Begleitung der jungen Kinder ist ein komplexer Prozess. Nicht selten kommen Erwachsene in herausfordernde Situationen, in denen sie Mühe haben Verständnis für das Verhalten Kindes aufzubringen. Um bestimmte Verhaltensweisen der Kinder zu verstehen ist es hilfreich mit einer systemischen Sicht das Umfeld des Kindes in unsere Überlegungen mit einzubinden. Dieser Perspektivenwechsel bietet uns die Möglichkeit die uns vertrauten Reaktionsmuster zu verlassen und in der Beziehung mit Kindern neue Wege zu gehen. Eigene Selbstreflexion und Haltung sowie ein ressourcenorientierter Blick auf das Kind und seine wichtigsten Bezugspersonen prägen die systemische Vorgehensweise.

In diesem Seminar wird systemische Betrachtungsweise vorgestellt und auf die Arbeit mit jungen Kinder übertragen. Diese Veranstaltung richtet sich an Personen, die mit Kinder von 1 bis 6 Jahre arbeiten.

Die Veranstaltung wird als Online-Seminar angeboten, an dem Sie bequem von zu Hause aus teilnehmen können. Nach der Anmeldung bekommen Sie alle Zugangsdaten per Mail.

### Kurs-Nr. V1222-WEB, Online

Dienstag, 10.05.22, 18.00-21.00 Uhr max. 14 TN  
Julka Grajčárová EUR 26,00



## Portfolioarbeit in den KiTas

Das Dokumentieren von kindlichen Entwicklungsprozessen gehört zu den wichtigsten Aufgaben der Pädagog:innen. Zu den neueren Dokumentationsformen gehört auch die Portfolio-Arbeit. Portfolio – eine zielgerichtete Sammlung von Dokumenten – macht die Bildungsprozesse und Entwicklungsverläufe eines Kindes sichtbar. Ein Portfolio wird nicht alleine durch eine Fülle von Werken des Kindes und durch die dokumentierten Beobachtungen der Pädagog:innen wertvoll. Portfolio-Arbeit wird erst dann zu einer sinnvollen pädagogischen Praxis, wenn die gesammelten Inhalte in einen „Sinn-vollen“ Kontext gebracht werden.

Im Seminar, das sich vorwiegend an Pädagog:innen aus den Kindertageseinrichtungen richtet, wird die Portfolio-Arbeit und ihr Einsatz näher vorgestellt.

### Kurs-Nr. V1223, Ismaning

vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Mühlenstr. 15  
Dienstag, 12.07.22, 18.00-21.00 Uhr max. 14 TN  
Julka Grajčárová EUR 26,00

## Gesundheitsprävention bei der Arbeit mit Kindern

### Für Erzieher:innen in Krippe und Kindergarten und Tagesmütter/-väter

In der Betreuung der Kleinsten in Kindertageseinrichtungen geht es nicht nur um pädagogische Themen, das ist vor dem Hintergrund der seit 2 Jahren andauernden Corona-Pandemie besonders deutlich geworden.

Zum Schutz der Kinder und zum Selbstschutz ihrer Kolleg:innen ist es Ihre Aufgabe zu erkennen, wann ein Kind krank ist und zuhause betreut werden sollte. Unabdingbar ist deshalb ein Grundwissen über die wichtigsten Kinderkrankheiten, Übertragungswege, gesetzliche Regelungen, Meldepflichten, Umgang mit Attesten, Medikamenten etc., aber auch über die möglichen Konflikte mit Eltern und Erziehungsberechtigten. Symptome von Covid-19 bei Kleinkindern. Schnupfen, Husten, Fieber: Was ist zu tun? Welche Maßnahmenmöglichkeiten habe ich als pädagogische Fachkraft in der Einrichtung? Gibt es Impfungen, die ver-




Manuela Beckmann

pflichtend sind? Welche Krankheiten müssen/sollten den Eltern in Form eines Aushangs bekannt gemacht werden? Hygiene in Kindertageseinrichtungen: Auf was muss geachtet werden? Auch Ihr eigenes Handeln können Sie in Selbstreflexionsübungen hinterfragen. Um Ihren Arbeitsalltag gut zu gestalten und sich zu schützen, gehört eine effektive Selbstfürsorge dazu. Diese wollen wir gemeinsam erarbeiten. Im Seminar wird selbstverständlich auch auf Fragen der Teilnehmer:innen eingegangen. Die Referentin hat als leitende Kinderkrankenschwester, seit über 10 Jahre mit den Jugendämtern der Stadt München gearbeitet und legt einen besonderen Schwerpunkt ihrer Arbeit auf Präventionsschulungen in Schulen und Kindertageseinrichtungen.

### Kurs-Nr. V1226, Ismaning

vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Mühlenstr. 15  
Dienstag, 26.04.22, 18.00-21.00 Uhr  
Manuela Beckmann EUR 26,00

**Hinweis:** vhs-Vortragsabo  – Ihre Flatrate für alle Vorträge und Kinoveranstaltungen der vhs-nord. Für nur EUR 30,00 können Sie (oder wenn Sie verhindert sind eine beliebige andere Person) mit unserem „vhs-Dauer-Ticket“ alle ca. 159 Veranstaltungen besuchen. Eine Anmeldung ist erforderlich. [www.vhs-nord.de](http://www.vhs-nord.de)

## Fortbildung Kinderunfälle

### Für Erzieher:innen in Krippe und Kindergarten und Tagesmütter/-väter

Kinder sind beim Entdecken ihrer Umgebung besonders unfallgefährdet. Gefahren können weder erkannt noch eingeschätzt werden. Erst im Verlauf der kindlichen Entwicklung lernen sie, sich der Gefahren bewusst zu werden und sich sicherheitsorientiert zu verhalten. Dies ist erst mit ungefähr acht Jahren der Fall. In den ersten Lebensjahren sind die Erwachsenen daher besonders gefordert. Rund 60 % aller Unfälle mit Kindern lassen sich durch geeignete Präventionsmaßnahmen vermeiden. In diesem Seminar geht es um die Themen: Wie vermeide ich Unfälle? Wie kann ich dem Kind Gefahren aufzeigen und mehr Sicherheit geben, ohne den Entwicklungsdrang der Kleinen zu bremsen? Spiele und Übungen, die Sie im Kindergartenalltag mit den Kindern einsetzen können. Das Seminar wird selbstverständlich auch auf Fragen der Teilnehmer:innen eingegangen. Die Referentin hat als leitende Kinderkrankenschwester gearbeitet, ein besonderer Schwerpunkt ihrer Arbeit sind Präventionsschulungen für Schulen und Kindergärten.

### Kurs-Nr. V1227, Ismaning

vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Mühlenstr. 15  
Montag, 20.06.22, 18.00-21.00 Uhr  
Manuela Beckmann EUR 26,00

## Auf zu neuen Ufern – Theaterspielen mit Kindern

### Mit Micaela Czisch, Schauspielerin und Theaterpädagogin

Theaterspielen ist ein ganzheitliches Erleben für alle Sinne. Das Theater verändert die gewohnte Wahrnehmungsweise und fordert zu einer neuen Perspektive heraus. Es regt Vorstellungsvermögen, Imagination und Fantasie an. Kein Wunder, dass es inzwischen schon Einrichtungen gibt, die das Theaterspielen sehr erfolgreich in das Zentrum ihrer pädagogischen Konzeption stellen.

Das Seminar richtet sich an Erzieher:innen, (Grundschul-)Lehrer:innen und ehrenamtliche Betreuer:innen, die neue Formen von Spielen mit Theater und Musik kennenlernen und selbst in Ihrem Berufsalltag ausprobieren wollen.

Wir beginnen mit Kreisspielen und einfachen Darstellungsübungen. Dann nehmen wir uns eine Geschichte, ein Bilderbuch oder einen Text vor und erarbeiten eine szenische Umsetzung. Gemeinsam entwickeln wir eine beispielhafte kurze Musik-Theater-Aufführung. Dabei streifen wir alle wichtigen Themen des Prozesses, von der Idee, über die Darstellung bis zur Ausstattung mit einfachen Mitteln. Alle Übungen und Spiele werden als Handout vorbereitet.

Bitte bequeme Kleidung und Schuhe mitbringen.

Micaela Czisch ist Schauspielerin und Theaterpädagogin. Seit 20 Jahren leitet sie Theaterprojekte und Workshops mit Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen. Mehr über Micaela Czisch und aktuelle Projekte finden Sie unter [www.zirkelev.de](http://www.zirkelev.de).

### Kurs-Nr. V1229, Unterschleißheim

vhs-Zentrum, Landshuter Str. 20-22  
Samstag, 02.07.22, 10.00-17.00 Uhr max. 10 TN  
Micaela Czisch EUR 75,00

## Reden wie die Profis

Jeder muss einmal einen Vortrag halten – in der Schule, im Studium, im Beruf oder zu privaten Anlässen. Für viele von uns ist das alles andere als angenehm. Doch die Erfolgsfaktoren für gelungene Vorträge, Reden und Präsentationen lassen sich erlernen. Warum sieht das bei den Profis so leicht aus? Wie bereite ich mich am besten auf einen Vortrag vor? Wie kann ich meine Rede auf das jeweilige Publikum abstimmen? Welche Arten von Vorträgen gibt es und was macht sie so besonders? Wie strukturiere ich meine Rede am besten? Wie gehe ich mit Lampenfieber um? All diese Fragen beantwortet das Rhetorikseminar. Neben den theoretischen Grundlagen für eine exzellente Rede stehen praktische Übungen im Vordergrund. Dadurch lernen die Teilnehmer, wie sie ihre Vorträge möglichst geschickt aufbauen, wie sie diese auf ihr Publikum abstimmen und wie sie ihre Körpersprache und Stimme dabei am besten einsetzen, um die Zuhörer zu begeistern.

### Kurs-Nr. V1248, Unterföhring

vhs-Zentrum, Am Bahnhof 13

2x Samstag, 09.00-15.00 Uhr

Beginn: Samstag, 07.05.22

max. 15 TN

Dr. Sven Deppisch

EUR 100,00

## Unsere Stimme - unsere Visitenkarte

Wollen Sie wissen, wie Ihre Stimme funktioniert? Wie Sie Ihre Stimme gesund erhalten können? Wie Sie stärker, belastungsfähiger, lebendiger und ausdrucksvoller wird?

Dieser Vortrag vermittelt Ihnen komprimiert und anschaulich physiologische Grundlagen über die menschliche Stimme. Es wird dabei auf die Themen, Anatomie der stimmgebenden Organe, Stimmgebung, Atem, Körperhaltung, Muskelspannung, Resonanz und Artikulation eingegangen.

Einfache Übungsbeispiele machen die Zusammenhänge am eigenen Körper erfahrbar.

Der Vortrag wird als Online-Veranstaltung angeboten. Die Zugangsdaten erhalten Sie nach Anmeldung.



Sven Deppisch

### Kurs-Nr. V1249 WEB, Online

Donnerstag, 17.03.22, 19.30 Uhr

Sigrid Moser

EUR 7,00

## Stimmförderung mit Kindern

Für Pädagog:innen und Erzieher:innen

Sprache und Kommunikation sind lebenswichtig für den Menschen. Kinder in ihrer Sprachentwicklung zu fördern und anzuregen, ist daher ein wichtiger Aspekt in der pädagogischen Arbeit. Es ist wichtig für ein Kind, dass es lernt, sich über seine Stimme mitzuteilen, sich verständlich machen zu können sowie auch Emotionen und Gefühle auszudrücken.

Das Seminar möchte als Schwerpunkt praktische Übungen und Anregungen vermitteln, die Kindern Spiel- und Erfahrungsräume geben, in denen sie ihre Stimme und Persönlichkeit entwickeln können. Es werden die Themen Atem, Stimme, Körperhaltung, Artikulation, Singen und Tönen behandelt. Da der Mensch spricht wie er hört, wird auch auf das Hören eingegangen sowie auf den Umgang mit Stimmproblemen. Bitte bequeme Kleidung und Socken mitbringen.

### Kurs-Nr. V1250, Ismaning

vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Mühlenstr. 15

Freitag, 18.02.22, 10.00-17.00 Uhr

max. 12 TN

Sigrid Moser

EUR 50,00

## Psychologie der Achtsamkeit

Den Begriff der Achtsamkeit verbuchen viele Menschen nach wie vor unter reiner Esoterik – sicherlich bedingt durch seine Verwendung von den nach Bewusstseinsweiterung strebenden Bewegungen der Hippie- und New-Age-Kultur. Dabei handelt es sich doch hierbei um einen mittlerweile von der Psychologie recht gut erforschten und auch theoretisch akkurat beschreibbaren Geisteszustand. Das Beste jedoch an der Achtsamkeit sind ihre zahlreichen positiven und bereits auch empirisch verbürgten Konsequenzen für das Gehirn, den Geist und das reale Leben.

Der Vortrag möchte zunächst vom psychologisch-wissenschaftlichen Standpunkt aus sowohl den Zustand der Achtsamkeit als auch seine Begleiterscheinungen beschreiben und erklären. Im Weiteren soll ansatzweise besprochen werden, wie sich Achtsamkeit persönlich entwickeln und kultivieren lässt. Bei Letzterem wird es dem Dozenten vor allem darum gehen, mit ebenso teilweise falschen wie praxisemmenden Vorstellungen von „orangefarbenen Mönchskutten“ und „Wolke sieben“ aufzuräumen.

Der Vortrag wird zeitgleich als Live-Stream angeboten. Wählen Sie bei der Anmeldung (in jedem Fall erforderlich!) zwischen „Präsenz“ und „Online“. Die Zugangsdaten erhalten Sie nach Anmeldung.


### Kurs-Nr. V1280 K-H, Unterföhring

vhs-Zentrum, Am Bahnhof 13

Mittwoch, 04.05.22, 19.30 Uhr

Jürgen Schuster

EUR 7,00

**Hinweis:** vhs-Vortragsabo  – Ihre Flatrate für alle Vorträge und Kinoveranstaltungen der vhs-nord. Für nur EUR 30,00 können Sie (oder wenn Sie verhindert sind eine beliebige andere Person) mit unserem „vhs-Dauer-Ticket“ alle ca. 159 Veranstaltungen besuchen. Eine Anmeldung ist erforderlich. [www.vhs-nord.de](http://www.vhs-nord.de)

## Farbe für die Seele

Ein Angebot für Trauernde und andere Interessierte

Themenwoche: „TRAUER HAT VIELE GESICHTER“ im Landkreis München vom 19. – 27. März 2022

Wenn von Trauer gesprochen wird denkt man an Sterben und Tod. Aber Trauer ist so vielfältig wie das Leben. Es gibt viele Verluste im Leben, die Trauer auslösen: Neben dem Tod lieber Mitmenschen lösen Trauer auch

- Trennung vom Partner aus
- Auszug bzw. Wegzug der Kinder
- Tod des Haustieres
- Verlust der Arbeit
- Fehlende soziale Kontakte, Vereinsamung
- Zukunftsverluste etc.

In diesen Stunden haben Sie die Möglichkeit kreativ mit verschiedenen Aspekten des Trauerns umzugehen.

Eingestimmt werden sie durch Kunstwerke und Gedichte, die sich mit dem Thema Tod und Trauer befassen.

Sie werden mit Acrylfarben ihre Ideen, Gefühle, Wünsche auf das Papier bringen.

Dabei ist auch der Austausch in der Gruppe hilfreich. Es sind keine künstlerischen Vorkenntnisse erforderlich.

Johanna Hagn ist Hospiz- und Trauerbegleiterin und Geriatrische Beschäftigungstherapeutin.

Ein Angebot des Hospizkreises Ismaning RG IGSL anlässlich der Themenwoche: „TRAUER HAT VIELE GESICHTER“ im Landkreis München vom 19. – 27. März 2022

### Kurs-Nr. V1299, Ismaning

vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Mühlenstr. 15

Montag, 21.03.22, 15.00-18.00 Uhr

Johanna Hagn

EUR 8,00