



FokusPokus4Teenies (ab 5. Schulstufe)

Immer wieder – und das nicht nur in Zeiten von Homeoffice und Homeschooling - höre ich Eltern sagen „**Mein Kind kann sich einfach nicht konzentrieren**“.

Zu groß sind die **äußeren Ablenkungen** zuhause durch arbeitende Familienmitglieder, aber auch durch **innere Konzentrationskiller** wie Sorgen, Zweifel, Unsicherheiten, etc.

Dazu kommt, dass in unserer schnelllebigen Zeit voller Ablenkungen viele Kids die **Fähigkeit** sich auf eine Sache zu **konzentrieren verlieren bzw. verlernen**. Sie **wissen nicht** mehr, wie es ist, den **Fokus zu halten**. Denn für sie bedeutet, sich längere Zeit mit einer **Sache zu beschäftigen**, oft schon **Langeweile**. Und diese halten sie nur schwer aus.

ABER – und jetzt kommt die gute Nachricht: Alles, was man vergessen hat, kann man mithilfe von Unterstützung wieder ins Gedächtnis holen.

FokusPokus4Teenies

Damit deinem Kind ein Licht aufgeht

Wann: Workshop: Freitag, 18.11. - 17:00-19:00 Uhr &
Playshop: Freitag, 25.11. - 18:00-19:00 Uhr

Wo: über Zoom (Kleingruppe mit max. 6 TN)

Energieausgleich: € 59,-- *)

*) im Preis inbegriffen: Workshop inkl. Workbook UND Bonus-Playshop inkl. Playbook

Mag. Marianne Rott · Praxis für Kinesiologie und Energiearbeit
Rodelgasse 4 · 2124 Niederkreuzstetten · Telefon 0676/3690369
kontakt@mia-anima.at · www.mia-anima.at

Das wird im Workshop passieren:

- Die Kinder erhalten die Möglichkeit sich daran zu erinnern und zu fühlen, wie es ist, sich zu konzentrieren.
- Wir werden ihre individuellen **Konzentrationskiller feststellen** und **Lösungen** suchen, um diese zu vermeiden
- Sie lernen einfache Methoden und Möglichkeiten kennen, die sie unterstützen den Focus zu halten. **Kommunikationsbooster**, die dein Kind eigenständig anwenden kann
- Sie werden erfahren, warum **Pausen wichtig** sind aber auch, wie eine **sinnvolle** Pause aussieht.
- Sie wissen warum Konzentration ohne Entspannung nicht funktioniert

Konzentration ist mehr als eine Frage der richtigen Lerntechnik:

Für diesen Workshop stimmt das Sprichwort „Nicht für die Schule lernen wir, sondern fürs Leben“ zu 100%. 😊

Denn die Fähigkeit

- zur Ruhe zu kommen,
- alles Störende auszublenden und
- sich ganz einer Sache zu widmen,

ist nicht bloß eine Frage der richtigen Lerntechnik. Es geht da auch um viel Grundsätzlicheres wie um

- das Leben im Überfluss zu meistern
- die Selbstwahrnehmung in einer Welt voller Außenreize
- Zielsetzungen
- Engagement
- Zuwendung
-

FokusPokus4Teenies

Wann: Freitag, 18.11.; 17:00 - 19:00 Uhr, sowie Freitag, 25.11.; 18:00-19:00 Uhr

Wo: über Zoom (Kleingruppe mit max. 6 TN)

Energieausgleich: € 59,-- *)

Workshop für einen klaren fokussierten Kopf