



Hellwach und ganz bei sich: Achtsamkeit und Empathie in der Schule

 **Download**

 **Online Lesen**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Hellwach und ganz bei sich: Achtsamkeit und Empathie in der Schule

Helle Jensen, Katinka Gøtzsche, Charlotte Weppenaar Pedersen, Anne Sælebakke

Hellwach und ganz bei sich: Achtsamkeit und Empathie in der Schule Helle Jensen, Katinka Gøtzsche, Charlotte Weppenaar Pedersen, Anne Sælebakke

Achtsamkeit und Empathie in der Schule

Gebundenes Buch

Lehrer, Eltern und alle, die mit Kindern zu tun haben, erfahren in diesem Buch, wie Achtsamkeitsübungen zu mehr Mitmenschlichkeit und einer besseren Zusammenarbeit beitragen. Das Ziel ist eine menschlichere Schule, in der Stress, Mobbing und Geringschätzung keine Chance haben. Von den in diesem Buch vorgestellten 69 Achtsamkeitsübungen profitieren Schüler und Lehrer gleichermaßen. Sie trainieren nicht nur geistige Präsenz und Konzentration, sondern fördern auch das individuelle Selbstgefühl, Empathie und gegenseitiges Verständnis. Ob speziell für Schulanfänger oder für Jugendliche in der Pubertät - die Übungen wenden sich an alle in der Schule vertretenen Altersgruppen.

 [Download Hellwach und ganz bei sich: Achtsamkeit und Empath ...pdf](#)

 [Online lesen Hellwach und ganz bei sich: Achtsamkeit und Empa ...pdf](#)

Downloaden und kostenlos lesen Hellwach und ganz bei sich: Achtsamkeit und Empathie in der Schule Helle Jensen, Katinka Gøtzsche, Charlotte Weppenaar Pedersen, Anne Sælebakke

200 Seiten

Kurzbeschreibung

Lehrer, Eltern und alle, die mit Kindern zu tun haben, erfahren in diesem Buch, wie Achtsamkeitsübungen zu mehr Mitmenschlichkeit und einer besseren Zusammenarbeit beitragen. Das Ziel ist eine menschlichere Schule, in der Stress, Mobbing und Geringschätzung keine Chance haben.

Von den in diesem Buch vorgestellten 69 Achtsamkeitsübungen profitieren Schüler und Lehrer gleichermaßen. Sie trainieren nicht nur geistige Präsenz und Konzentration, sondern fördern auch das individuelle Selbstgefühl, Empathie und gegenseitiges Verständnis. Ob speziell für Schulanfänger oder für Jugendliche in der Pubertät – die Übungen wenden sich an alle in der Schule vertretenen Altersgruppen.

Über den Autor und weitere Mitwirkende

Helle Jensen ist Diplompsychologin, Familientherapeutin und seit 1992 als Konfliktberaterin am Kempler Institute tätig.

Das Markenzeichen von Jesper Juul ist sein »gelassener Optimismus« (Der Spiegel). Dass Eltern nicht perfekt sein müssen, um ihre Kinder dennoch gut zu erziehen, ist seine Botschaft. Seine Bücher sind Bestseller und wurden in viele Sprachen übersetzt. Seit über 35 Jahren arbeitet der Däne mit Familien und ist längst einer der bedeutendsten und innovativsten Familientherapeuten Europas. Seine respektvolle, gleichwürdige Art, mit Menschen umzugehen, beeindruckt Fachleute und Eltern immer wieder neu. Download and Read Online Hellwach und ganz bei sich: Achtsamkeit und Empathie in der Schule Helle Jensen, Katinka Gøtzsche, Charlotte Weppenaar Pedersen, Anne Sælebakke #YT5HK361O2C

Lesen Sie Hellwach und ganz bei sich: Achtsamkeit und Empathie in der Schule von Helle Jensen, Katinka Gøtzsche, Charlotte Weppenaar Pedersen, Anne Sælebakke für online ebook Hellwach und ganz bei sich: Achtsamkeit und Empathie in der Schule von Helle Jensen, Katinka Gøtzsche, Charlotte Weppenaar Pedersen, Anne Sælebakke Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Hellwach und ganz bei sich: Achtsamkeit und Empathie in der Schule von Helle Jensen, Katinka Gøtzsche, Charlotte Weppenaar Pedersen, Anne Sælebakke Bücher online zu lesen. Online Hellwach und ganz bei sich: Achtsamkeit und Empathie in der Schule von Helle Jensen, Katinka Gøtzsche, Charlotte Weppenaar Pedersen, Anne Sælebakke ebook PDF herunterladen Hellwach und ganz bei sich: Achtsamkeit und Empathie in der Schule von Helle Jensen, Katinka Gøtzsche, Charlotte Weppenaar Pedersen, Anne Sælebakke Doc Hellwach und ganz bei sich: Achtsamkeit und Empathie in der Schule von Helle Jensen, Katinka Gøtzsche, Charlotte Weppenaar Pedersen, Anne Sælebakke Mobipocket Hellwach und ganz bei sich: Achtsamkeit und Empathie in der Schule von Helle Jensen, Katinka Gøtzsche, Charlotte Weppenaar Pedersen, Anne Sælebakke EPub