

DRK Kreisverband Gifhorn e.V. Am Wasserturm 5 38518 Gifhorn

Christina Landsmann  
Michelle Steffenhagen  
Tel.: 05371 804 – 890 / - 860  
[landsmann@drk-gifhorn.de](mailto:landsmann@drk-gifhorn.de)  
[steffenhagen@drk-gifhorn.de](mailto:steffenhagen@drk-gifhorn.de)

Gifhorn, den 25. März 2022

## **Ausgebildete Entspannungspädagoginnen bieten Kurse in DRK-Kitas an**

Die Fachkräfte haben sich zu Entspannungspädagoginnen ausbilden lassen und können nun Kurse für Kinder in ihrer DRK Kita anbieten, was zu dem ganzheitlichen Anspruch für die DRK-Kindertagesstätten beiträgt.

Auch in Corona-Zeiten bot sich am vergangenen Wochenende in einer DRK Kita ein Bild voller entspannter Fachkräfte mit einem Lächeln.

Ausgestattet mit Yogamatten, Kissen und Decken und voller Leidenschaft für das Thema Entspannungspädagogik starteten 14 Teilnehmerinnen unter strengen Hygienebedingungen in das zweite Wochenendseminar ihrer Ausbildung zur Entspannungspädagogin für Kinder. Diese fand in Kooperation zwischen dem KidsRelax – Zentrum für Entspannungspädagogik und dem DRK Kreisverband Gifhorn e.V. statt.

Besorgniserregende Studienergebnisse, aber auch die Beobachtungen im Kinderalltag zeigen, dass schon Kinder zunehmend von Stress, Druck oder Reizüberflutung betroffen sein können - und die Auswirkungen der Pandemie oft zusätzliche Belastungsfaktoren in den Alltag von Kinder und Familien bringen.

Das Ausbildungs-Programm befähigt die Teilnehmenden, Kurskonzepte für Settings in der Kita zu entwickeln. Auf dieser Grundlage können die Absolventinnen Entspannungskurse für Kinder anbieten, in denen Kinder in ihrer inneren Widerstandsfähigkeit gestärkt werden, Anspannung abgebaut wird und auf spielerische Weise ihre Resilienz gefördert wird. Um auch die Familien zu stärken, gehören gemeinsame Entspannungs-Angebote für Eltern und Kinder sowie Eltern-Informationsveranstaltungen in das Repertoire der Absolventinnen.

„Die Ausbildung ist sehr interaktiv gestaltet, so dass auch die Entspannung und der Wohlfühlfaktor für Teilnehmerinnen nicht vernachlässigt wird, was gerade in diesen aufreibenden Zeiten sehr wichtig ist“, so Kursleiterin Christiane Hosemann.

Die Ausbildung umfasste einen Pre-Learning Lehrgang per Studienbrief mit Audio Programm zum Erlernen der Progressiven Muskelentspannung samt theoretischer Prüfung per Fragebogen und einem anschließenden drei-tägigen digitalen Ausbildungsseminar. Während des zweiten drei-tägigen Seminars, diesmal in Präsenz, stellten die Teilnehmerinnen ihr eigenes Stundenkonzept vor und legten ihre praktische Prüfung ab.

Nach bestandener Theorie- und Praxisprüfung wurde das Zertifikat zur Entspannungspädagogin für Kinder sowie gleichzeitig das Zertifikat zur Kursleiterin Progressive Muskelentspannung für Kinder verliehen.

Die Vision von Nele Westphal, Fachbereichsleitung des Bereichs Kinder, Jugend und Familie lautet: „Wir möchten jedem Kind unserer Einrichtungen vor dem Übergang in die Schule das Kursangebot: „Kinder-leicht Entspannungsprofis werden“ mit auf den Weg geben können. Nun haben wir einen guten Anfang gesetzt und freuen uns auf die Projekte unserer Absolventinnen.“

### **Pressekontakt:**

Christina Landsmann

Michelle Steffenhagen

Tel: 05371 804-890 / -860

[landsmann@drk-gifhorn.de](mailto:landsmann@drk-gifhorn.de)

[steffenhagen@drk-gifhorn.de](mailto:steffenhagen@drk-gifhorn.de)



Bildunterschrift: Die ausgebildeten Entspannungspädagoginnen freuen sich sehr, nun selbst Kurse anbieten zu können.

Bilder und Texte sind zu Ihrer freien Verwendung.