

Nachbericht Fachtagung Elternbildung 2020

Am 5. Oktober 2020 fand die jährliche Fachtagung Elternbildung des OÖ Familienreferates, der SPES Familien-Akademie und der oberösterreichischen Elternbildungsträger zum Thema „Achtsam sein im Leben mit Kindern“ statt. Der international bekannte Achtsamkeitslehrer, Gestaltpädagoge, zertifizierte MSC-Lehrer (Mindful Self-Compassion) und Buchautor Lienhard Valentin sprach in seinem Vortrag über die Kunst gelassen zu erziehen. Ein einziges Rezept dafür kann es laut Herrn Valentin nicht geben, aber aus der aktuellen Gehirn- und Bindungsforschung wissen wir, wie das körpereigene Bedrohungssystem reagieren kann und was Stressreaktionen beim Kind auslösen. Letztendlich geht es darum mit sich selbst achtsamer umzugehen, um Kinder einfühlsam ins Leben begleiten zu können.

In den Workshops wurde das Thema Achtsamkeit in verschiedenen Facetten vertieft. Lienhard Valentin vermittelte in seinem Workshop konkrete Praktiken aus verschiedenen achtsamkeitsbasierten Verfahren für mehr Gelassenheit und Empathie mit Kindern. Die Elternbildnerin Helga Gahleitner präsentierte im Workshop „Freude ist genau das, was jetzt geschieht“, wie das Leben mit Kindern und die Kunst der Achtsamkeit im Alltag in Einklang zu bringen sind. Die Bedeutung kleiner Pflegehandlungen wie Nase putzen, Händewaschen oder auch Wickeln hob die Kindergarten- und Pikler Kleinkindpädagogin und Elternbegleiterin Michaela Hamader-Berger hervor. Im Workshop „Mach doch mal eine Pause“ von Elternbildnerin, Pädagogin und psychologischen Beraterin Waltraud Köberl beschäftigten sich die Teilnehmerinnen damit, die Energieräuber und Stressfaktoren zu erkennen und sich der eigenen Ressourcen mit unterschiedlichen Methoden und Achtsamkeitsübungen bewusst zu werden. Und schließlich rückte der Workshop von Brigitte Riesenhuber aus Riesi's Waldschule die „Waldpädagogik – in der Natur von der Natur lernen“ theoretisch und vor allem praktisch im angrenzenden Wald in den Mittelpunkt.

Über 100 Verantwortliche und Interessierte in der Elternbildung und Elternbegleitung besuchten die Fachtagung, die in Kooperation mit dem OÖ Familienbund, der Familienakademie der Kinderfreunde, der SPIEGEL-Elternbildung, der Plattform unabhängiger Eltern-Kind-Zentren, dem Verein Abenteuer Familie und dem Schul- und Erziehungszentrum SchEz veranstaltet wurde.