

# Happy Kids

Wie Kinder aufblühen und das Glück erlernen

Wir wünschen uns, dass sie resilient, gesund und zufrieden sind. Durch positive, liebevolle Begleitung und Erziehung können Kinder aufblühen, Glück und die wertvollen Lebenskompetenzen erlernen.

In diesem Kurs schauen wir an, wie Kinder Flow erleben, wie wir ihre Stärken fördern und was zu ihrem Wohlbefinden und Glück langfristig beiträgt.

Begleitet durch Ansätze, Erkenntnisse und Interventionen aus der Positiven Psychologie und der Resilienz erarbeiten wir konkrete Schritte um Kinder in Kitas und Horten fürs Leben zu stärken und Ihnen zu zeigen, dass Glück lernbar ist.

## Ziele

- Sie setzen sich mit Ihren Erwartungen an die Kinder auseinander.
- Sie reflektieren Ihre eigenen autoritären Stimmen und erkennen die Zusammenhänge zum eigenen Erziehungsstil.
- Sie lernen verschiedene Methoden kennen zur Förderung von Glück und Wohlbefinden bei Kindern.
- Sie können Kindern mittels dem PERMA-Model begleiten und Charakterstärken gezielt fördern.

## Schwerpunkte

- Unsere Erwartungen an die Kinder - und ihre Erwartungen an uns
- Eigene autoritäre Stimmen erkennen
- Glück kann man lernen (Glücksfaktoren aus der Positiven Psychologie)
- Arbeit mit Charakterstärken in der Pädagogik und Erziehung
- Stärken gezielt stärken
- Lebenskompetenzen fördern

## Eckdaten

### Zielgruppe

Betreuungspersonen und Leitungspersonen aus der familien- und schulergänzenden Betreuung

### Lernzeit

1 Kurstag à 8 Lektionen