

Während eines ganzen Schuljahres begleite ich Schulkinder, Lehrpersonen und das familiäre Umfeld ganzheitlich und umfassend, damit mehr Ruhe und Sicherheit in das ganze System kommt. Folgende Inhalte biete ich dabei an:

- Begleitung von festem Installieren "Emotional-soziales Lernen im Schulalltag" mit begleitendem Lehrmittel
-
- 20 Achtsamkeitstrainings per Zoom für Lehrpersonen und Eltern
-
- Aufenthalte im Garten und mit den Tieren auf dem Risihof in Schwellbrunn
-
- 2 Info-Anlässe für Eltern zum achtsamen Begleiten von Kindern
-
- Onlineplattform mit Tools zur Regulation von Stress für Erwachsene und Kinder
-
- 12 Coachings 1:1 bei Unruhe und Auffälligkeiten von Kindern, Lehrpersonen und Eltern

Einführung Sozial-Emotionales Lernen

Ich begleite Lehrpersonen Schritt für Schritt mithilfe eines Lehrmittels in das regelmässige Anwenden von sozial-emotionalen Themen im Schulalltag, sowie praktischen Zentrierungsübungen.

Achtsamkeitstraining per Zoom:

Wenn die Begleitpersonen selber sich regelmässig in Achtsamkeit üben, können sie diese Haltung den Kindern authentisch übermitteln. Deshalb haben sie Zugang zum 2-monatlichen Entspannungstraining.

1 Jahr Onlinezugang:

Auf einer Onlineplattform stehen 20 Audioreisen zum Entspannen, sowie diversen Achtsamkeitstools für Lehrpersonen, Eltern und Kindern zur Verfügung. Diese können im Schulalltag verwendet werden.

1:1 Coachings:

Insgesamt stehen 12 Coachings pro Klasse zur Verfügung. Diese können für die Lehrpersonen, die Eltern oder die Kinder genutzt werden. Ich helfe dabei Ursprünge und Lösungsansätze für Hürden im Schulalltag zu erkennen.

Investition:

Jahreskurs komplett: 5899.-

 Dieser Preis ist stark reduziert, wenn er als kompletten Jahreskurs gebucht wird!

Die 4 enthaltenen Angebote können auch einzeln gebucht werden. Es macht jedoch Sinn für eine nachhaltige Veränderung den kompletten, **ermässigten** Jahreskurs zu buchen.

112 Coachings 1:1 1680.-

20 Achtsamkeitstrainings: 999.-

Einführung Sozial-Emotionales Lernen: 3199.-

1 Jahr Onlinezugang: 222.-

Begleitbuch "Zurück zu mir": 50.-

"Ich kann mich viel besser beruhigen und konzentrieren, wenn ich meine Übungen mache, die ich in der Schule gelernt habe. Manchmal sage ich auch meinen Eltern, wenn sie gestresst sind, sie sollen jetzt mal durchatmen."

→ Feedback eines Kindes nach einem Jahr Training



Der Jahreskurs ist etwas für euch:

- wenn ihr in eurem Schulalltag sozial-emotionales Lernen fix installieren wollt.
- wenn ihr euch wünscht, dass euer Schulklima wertschätzend, respektvoll und mitfühlend wird.
- wenn die Lernbegleiter, sowie die Begleitpersonen der Kinder bereit sind, ihre Haltung und Verhaltensmuster achtsam zu erkennen.
- wenn ihr euch wünscht, dass die Schulkinder ihre Gefühle kommunizieren können und Konflikte konstruktiv zu lösen lernen.
- wenn ihr neugierig seid, was sich hinter gewissen Verhaltensmustern, Blockaden oder Auffälligkeiten eurer Schulkinder versteckt.

Über mich:

Ich bin ausgebildete Primarlehrerin und absolvierte berufsbegleitend 2007-2011 die Ausbildung zur IK-Kinesiologin. Außerdem bin ich Mutter von drei Kindern (2008, 2014 und 2021). Schon immer faszinierte mich die persönliche Entwicklung eines Menschen und Kinder in ihrem wahren Kern zu begleiten.

Nach 12 Jahren als Primarlehrerin in der Volksschule, wechselte ich zur Funktion Lern- und Sozialbegleiterin an eine Privatschule, wo ich Kinder mit Achtsamkeitstraining und emotionalen Lernstrategien eng im Schulalltag unterstützen durfte.

Heute begleite ich Kinder, Familien und Jugendliche in meiner Praxis, sowie auf unserem Hof in Schwellbrunn.



Kontakt

Michelle Burgener
Risi 365
9103 Schwellbrunn

076 817 47 22
www.michelle-burgener.ch
info@michelleburgener.ch