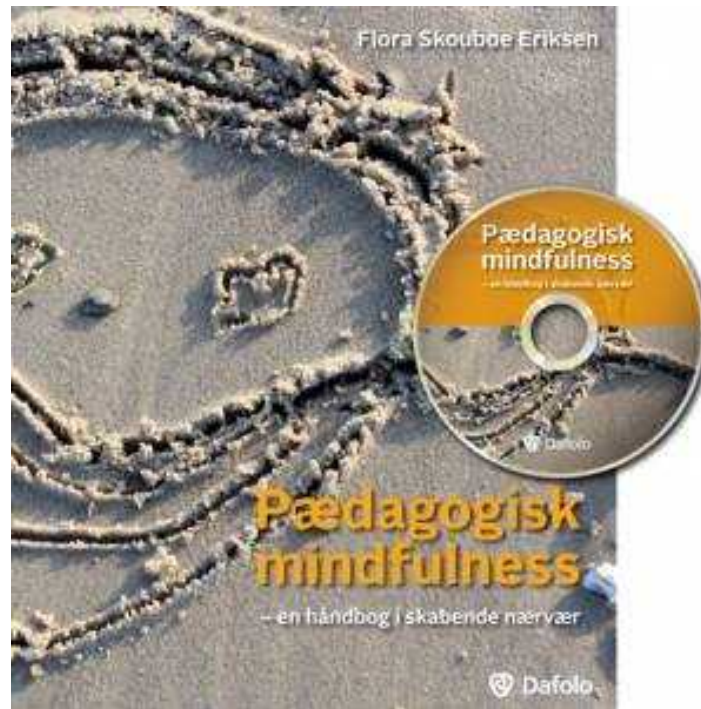


Pædagogisk mindfulness PDF

Flora Skouboe Eriksen



Dette er kun et uddrag fra bogen. Den fulde bog kan downloades fra nedenstående link.



Forfatter: Flora Skouboe Eriksen

ISBN-10: 9788772816098

Sprog: Dansk

Filstørrelse: 4007 KB

BESKRIVELSE

Pædagogisk mindfulness - en håndbog i skabende nærvær Denne bog er en praktisk værktøjsbog, der giver læseren et bredt billede af de mulige veje, der findes til at øge sit indre nærvær og dermed kunne sprede det ud til gavn og glæde for andre i deres nærhed. Den er krydret med en række praktiske øvelser, således at man allerede undervejs i bogen kan starte sin nærværspraksis. Bogen henvender sig til personale, der arbejder inden for det pædagogiske fagområde, men den kan med fordel læses af alle, der gerne vil styrke deres egne kompetencer inden for temaer som flow, mindfulness, nærvær og selvrefleksion. Med til bogen hører en meditations-cd med tre guidede meditationer af forskellig varighed.

HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?

Kursus: Pædagogisk Mindfulness i Dagtilbud 0-6år. Ønsker du som pædagogisk personale i en børnehave eller vuggestue at give børnene mere indre ro

"Nærvær i pædagogisk praksis" er en bog, der viser hvordan lærere og pædagoger kan bidrage til at skabe et specifikt miljø gennem nærvær og mindfulness.

Bliv introduceret til Mindfulness og Yoga som et pædagogisk redskab, samt relevant hjerneteori og neurovidenskabelig forskning.

PÆDAGOGISK MINDFULNESS

[Læs mere ...](#)