

Mini-Workbook



Motivation im
Schulalltag



DEINE MODERATORINNEN



MARTINA ROSENBOOM

Als ich den Verdacht einer Hochbegabung zum ersten Mal in der Schule meines Sohnes geäußert habe, ist das sehr positiv aufgenommen worden. Diese Sicht auf Stärken hat mich geprägt.

talentconsulting.info



BIANKA KRÖGER

Auf meiner Pilgerwanderung von Warstein nach Köln im Sommer 2018 bei 40° im Schatten habe ich intensiv erfahren, was es heißt, Grenzen zu überwinden, um ans Ziel zu kommen.

begainstitutimpetus.de



CLAUDIA VÖLKENING

Meine Oma hat mir vorgelebt, trotz aller Schwierigkeiten immer wieder aufzustehen. "Ich bin ein Stehaufmännchen." habe ich für mich übernommen.

begabungsblick.de

UNSER VERSPRECHEN AN DICH

Wir achten die Verschiedenheit und die emotionalen Bedürfnisse hochbegabter Kinder.

Gemeinsam im Austausch mit anderen Eltern arbeitest Du an Lösungen für Dich und Deine Kinder.

Für diese Unterstützung stehen wir!

Wofür steht SENG?



Der renommierte Psychologe Dr. James T. Webb hat mit SENG eine Organisation ins Leben gerufen, die ein international erprobtes Konzept für Eltern hochbegabter Kinder hervorgebracht hat. Ihm ging es stets um die emotionalen Bedürfnisse hochbegabter Kinder und ihrer Familien.

SENG-ELTERNKREIS

Angesprochen werden Themen wie:

- Motivation und Minderleistung
- Intensität und Perfektionismus
- Freundschaften, Geschwister und Familienleben
- mehrfach außergewöhnlich
- Stress, Disziplin

Erfahrungsgemäß sind die Eltern die besten Experten für ihr Kind. Im SENG-Elternkreis sprechen sie über die Themen, die sie aktuell interessieren. Der Kurs passt zu den Eltern und nicht umgekehrt.

Weitere Infos findet ihr auf den Webseiten eurer Moderatorinnen



- **6 x 90 Minuten moderierter Austausch**
- **10 Familien (max.)**
- **2 Expertinnen im Team**

Dein Team in Deutschland

Martina

Bianka

Claudia

DAS WAS DU DENKST, LEBST DU AUCH



Die zwei Wölfe in uns

Ein Indianerhäuptling erzählt seinem Sohn folgende Geschichte...

„Mein Sohn, in jedem von uns tobt ein Kampf zwischen zwei Wölfen. Der eine Wolf ist böse. Er kämpft mit Ärger, Neid, Eifersucht, Sorgen, Gier, Arroganz, Selbstmitleid, Lügen, Überheblichkeit, Egoismus und Missgunst.

Der andere Wolf ist gut. Er kämpft mit Liebe, Freude, Frieden, Hoffnung, Gelassenheit, Güte, Mitgefühl, Großzügigkeit, Dankbarkeit, Vertrauen und Wahrheit.“

Fragt der Sohn: „Und welcher der beiden Wölfe gewinnt?“
Der Häuptling antwortet ihm: „Der, den du fütterst.“

WELCHEN WOLF FÜTTERST DU?



In welcher Situation fütterst Du
welchen Wolf?







GEDANKENZAUBER

Wandle unangenehme in angenehme Gefühle um!

Haltungswechsel für Dich:

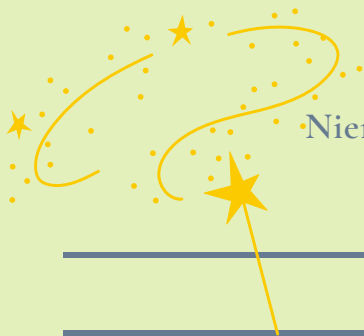
Aus „Ich schaffe es nicht!“ mache ein – „Ich gebe mein Bestes!“



Ich habe keine Lust darauf, die Steuererklärung zu machen!



Ich kann einfach nicht gut kochen!



Niemand lädt mich ein!

**Denn an sich ist nichts weder gut noch
schlimm; das Denken macht es erst dazu!**

(aus Hamlet)

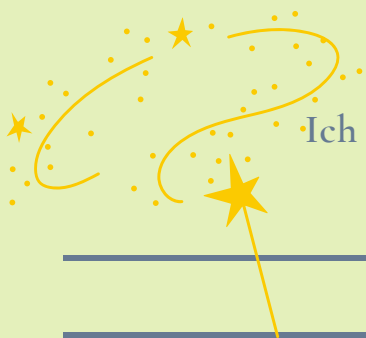
LASS DEIN KIND ZAUBERN

Hilf Deinem Kind, seine Haltung im Schulalltag zu wechseln.

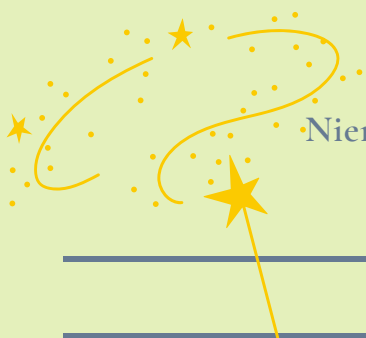
Aus „Ich kann das nicht!“ übt ein „Ich kann das **noch** nicht!“



Ich habe keine Lust darauf, die Hausaufgaben zu machen!



Ich kann einfach nicht gut malen/rechnen/schreiben/singen...!



Niemand spielt mit mir!





BLEISTIFTÜBUNG

*Zu bestimmten Gefühlen gehören seit Beginn der Menschheit auch bestimmte Gesichtsausdrücke, z.B. werden Angst, Ärger und Freude in allen Kulturen gleich ausgedrückt und erkannt. Die Wissenschaft hat festgestellt, dass der Weg von positiven Emotionen zu entsprechenden Gesichtsausdrücken keine Einbahnstraße ist, sondern auch in umgekehrter Richtung funktioniert. Ein Lächeln, das im ersten Moment vielleicht gar nicht Ausdruck von Freude ist, löst dennoch positive Gefühle aus. Nutze den umgekehrten Effekt für dich, indem du über einen freudigen Gesichtsausdruck positive Emotionen hervorrufst. Nimm hierfür einen Stift zwischen deine Zähne und halte ihn dort für 30-60 Sekunden.
Du wirst sehen: Es hilft!*

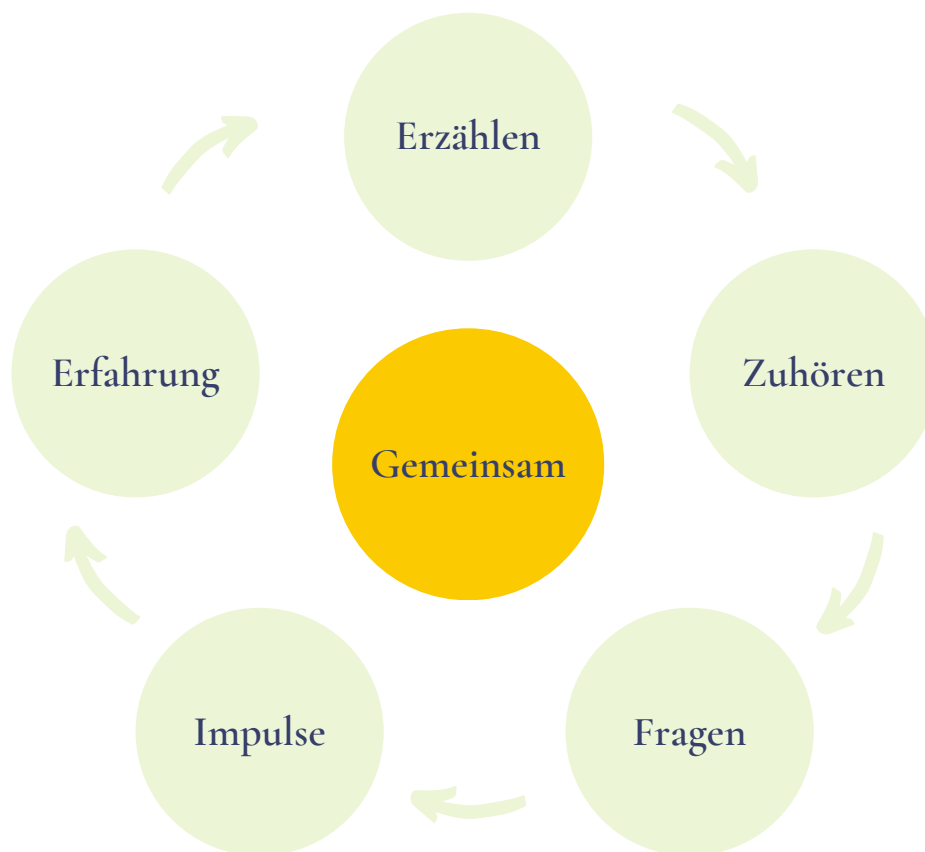
SCHATZTRUHE

SENG-Elternkreis für Familien mit hochbegabten Kindern

Der SENG-Elternkreis fängt da an, wo ein Text endet. Sobald du beginnst deine ersten Ideen zu entwickeln ist es spannend zu wissen:



- Wer hat ähnliche Erfahrungen?
- Wie bist du vorgegangen?
- Was ist gut an meiner Idee?
- Was seht ihr als Problem?
- "Hey, feiert mich! Es läuft besser!"
- "Ufff, es haut nicht hin. Was kann ich tun?"



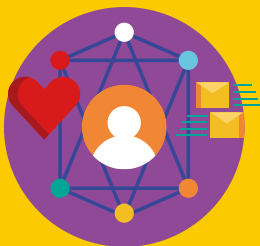
Das war ein kleiner Einblick, was im SENG-Elternkreis besprochen wird.



6 Wochen intensiv
10 Familien
2 Expertinnen



SENG ELTERNKREIS



- Ausführliche Diskussionen
- Zusammenfassungen der Elternideen
- Erfahrungen anderer Familien
- kleine Gruppe = intensiver Austausch
- Begleitbuch mit Zusatzimpulsen

ANMELDUNG

SENG Elternkreis

Familien mit hochbegabten Kindern

*Du bist willkommen im nächsten Onlinekurs.
Tausche Dich mit Eltern hochbegabter Kinder aus, die ähnliche
Fragen haben.
Arbeite an Deinen Zielen.
Nutze Deine Ressourcen für Deine Veränderung.*



- 6 x 90 Minuten moderierter Austausch
- 10 Familien (max.)
- 2 Expertinnen im Team

JETZT ANMELDEN



*Gemeinsam mit anderen Eltern
hochbegabter Kinder - auf Augenhöhe
verstehen und Lösungen entwickeln.*



COPYRIGHT

Urheberrechtshinweis © Copyright 2022 – Claudia Völkening, Martina Rosenboom und Bianka Kröger. Alle Inhalte dieses Workbooks, insbesondere Texte, Fotografien und Grafiken, sind urheberrechtlich geschützt. Das Urheberrecht liegt, soweit nicht ausdrücklich anders gekennzeichnet, bei den obengenannten Personen. Die - auch auszugsweise -Verwendung der Inhalte dieses Workbooks kann nur nach unserer vorherigen schriftlichen Zustimmung erfolgen. Alle Rechte, einschließlich der Vervielfältigung, Veröffentlichung, Bearbeitung und Übersetzung bleiben vorbehalten. Wir weisen darauf hin, dass derjenige, der gegen das Urheberrecht verstößt indem er z.B. Bilder oder Texte unerlaubt kopiert, sich gem. §§ 106 ff UrhG strafbar macht und zudem gem. §§ 97 f UrhG kostenpflichtig abgemahnt wird und Schadensersatz leisten muss.

Martina Rosenboom

Bianka Kröger

Claudia Völkening