

# Was macht diese ausserordentliche Corona-Zeit mit uns?

Sicher ist, dass diese Situation die Welt und uns Menschen ins Ungleichgewicht versetzt hat. Nichts ist mehr wie es war; unsere Aufgaben, der Tagesrhythmus, die Art wie wir Sachen erledigen und Menschen begegnen.

Einige Menschen sind sehr positiv eingestellt und sehen in dieser sehr prekären Situation Chancen, andere haben vollkommen den Boden unter den Füssen verloren.



## Wieso ist das so?

Ob wir Menschen in einer Situation z.B. mit Rückzug oder Angriff, Ängstlichkeit oder Diskussionsfreude begegnen, hängt im Wesentlichen davon ab, ob wir in der entsprechenden Situation stressfrei auf alle unsere Fähigkeiten/Kompetenzen und Ressourcen zurückgreifen können oder nicht.

Stress ist nichts anderes als ein Ungleichgewicht im Körper und genau dort setzt die Evolutionspädagogik® an. Mit abgestimmten Körperübungen werden Blockaden gelöst und neue Wahrnehmungsmöglichkeiten eröffnet, denn unsere Wahrnehmung bestimmt unser Verhalten.

## Stehen Sie oder Ihre Kinder im Moment auch völlig neben den Schuhen?

### Die Evolutionspädagogik®

- schafft Vertrauen
- setzt auf Gemeinschaft
- macht neugierig
- hilft sich zu positionieren
- entfaltet die jeweils eigene Kraft
- schafft den Blick über den Horizont «hinauszuschauen»
- handelt bedürfnisorientiert

Habe ich Ihr Interesse geweckt, dann lesen Sie mehr auf [www.lernberatung-evopaed.ch](http://www.lernberatung-evopaed.ch) oder rufen mich einfach an. In dieser Zeit von Social Distancing biete ich Beratungen via Videocalls an.

# DIVERSO

PRAXIS für Praktische Pädagogik

Coaching und Lernberatung für Erwachsene, Jugendliche und Kinder  
Gerarda Barletta – Lernberaterin P.P.® / Evolutionspädagogin®  
8355 Aadorf, Telefon 078 816 80 15