



**Institut für Sehen und Wissen** Judith Bolz  
Seminare · Einzelberatung · Fortbildung und Weiterbildung  
Friedhofstraße 11 · 42781 Haan · Telefon 02129/926810 · [judith.bolz@vivacreavista.de](mailto:judith.bolz@vivacreavista.de)  
[www.vivacreavista.de](http://www.vivacreavista.de)

# Wie gestalten wir Beziehung in digital geprägten Zeiten?

## Und welche Rolle spielt die Kita dabei?

Digitale Medien sind ein wichtiger, oft auch hilfreicher Teil unseres Alltags geworden. Doch wie wirkt sich ein Gebrauch der Medien bei Kinder im Alter von 1-7 Jahren aus?

Der Familienalltag ist digital geworden und die Beziehungen von Eltern und Kindern sind oft durch den Handygebrauch gestört. Das Seminar macht Sie mit den Auswirkungen von zu viel Medienkonsum auf das Gehirn und die Augen der Kinder vertraut und zeigt auf, wie sich das Smartphone auf unsere Beziehungen und Dialoge auswirkt.

Im Seminar lernen Sie lösungsorientierte und humorvolle Ansätze für eine neue Haltung zum Thema, das von mehr Leichtigkeit geprägt ist. Während Sie jetzt vielleicht noch denken. „Alles ist so schlimm“, finden Sie im Seminar neue Perspektiven und konstruktive Handlungs- und Gestaltungsmöglichkeiten. Zudem bekommen Sie einen Werkzeugkoffer mit praktischen Übungen an die Hand, die gute Laune machen, die Konzentration und Sehkraft fördern und die Gehirnregionen gut vernetzen und die Beziehung zum Kind stärken.

### **Inhalte:**

Der Einfluss digitaler Medien auf die kindliche Gehirn- und Sehentwicklung  
Auswirkung von zu viel Handynutzung auf die zwischenmenschliche Beziehungen  
Perspektivwechsel und Haltungsänderung in der Kita: Aus der Resignation ins Tun kommen.  
Praktische Körperübungen und Spiele, die Spaß machen, erfrischen und die Konzentration und die Sehkraft stärken.

### **Ziel des Seminars ist es:**

Mit mehr Informationen zum Thema, Eltern besser beraten zu können  
Medienfreie Oasen in der Kita zu schaffen, wo Kinder entspannt gefördert werden können.  
Eine konstruktive Kommunikation mit Eltern bezüglich der Auswirkung von Medien bei Kindern  
Die Sehentwicklung und Konzentration von Kindern unter Berücksichtigung aller Sinne fördern

### **Methoden:**

Ressourcenorientierte Beratung, Therapeutisches Zaubern und Sinnesschulung

### **.Referentin:**

Judith Bolz, Diplom-Pädagogin und NLP Master,  
DVNLP, Hypnosystemischer Coach und Sehtrainerin,  
Zaubertherapeutin