

Inhalt

<i>Gerald Hüther im Gespräch mit Nils Altner</i>	
Anstelle eines Vorworts: Heimweh, Fernweh und hungrige Enten füttern	7
<i>Nils Altner</i>	
Einleitung: Lasst uns sein! Wie wir in Kindergarten und Familie Oasen des Innehaltens schaffen können	9
<i>Nils Altner</i>	
Kinder und das Geschenk der achtsamen Gegenwärtigkeit	17
<i>Ulrike Anderssen-Reuster</i>	
Bindung – Beziehung – Hirnentwicklung	34
<i>Ulrike Anderssen-Reuster</i>	
Achtsamkeit und Feinfühligkeit in der frühen Beziehungsgestaltung	41
<i>Gero Hufendiek</i>	
Stress, Stressbewältigung und Achtsamkeit im Kindergarten	52
<i>Anneliese Arnold im Gespräch mit Nils Altner</i>	
Momente der Achtsamkeit im Kitaalltag	65
<i>Peter Arnold im Gespräch mit Nils Altner</i>	
»Home is, where my Brotzeit is.« Kinder brauchen Rituale – Kinder schaffen ihre Rituale!	74
<i>Amy Saltzman</i>	
Den Ort der Ruhe und Kraft in sich finden	81
<i>Mirella Flood im Gespräch mit Nils Altner</i>	
Die heilige halbe Stunde	88

<i>Lienhard Valentin im Gespräch mit Nils Altner</i>	
Wir möchten uns voneinander gefühlt fühlen	91
 <i>Martina Schaab im Gespräch mit Nils Altner</i>	
Stille, Klarheit, Gemeinschaftsgefühl und Freude am Sein.	
Aspekte einer achtsamen Teamkultur im Kindergarten	100
 <i>Martina Schaab</i>	
Seinsverbundenheit im Waldkindergarten. Geschichten zur Vergänglichkeit	107
 <i>Svenja Paus im Gespräch mit Nils Altner</i>	
Das Leben der Eintagsfliegen. Achtsamkeit und Verbundensein mit der Natur	131
 <i>Ute Nieschalk im Gespräch mit Bernhard Stichlmair</i>	
Sich vom Staunen der Kinder nähren lassen	139
 <i>Christiane Pithan</i>	
Achtsam essen und gesunde Ernährung	145
 Verzeichnis der Beiträger	157
 Achtsame Pädagogik – Adressen für die Weiterbildung und Vernetzung	159