



Weiterführende Literatur zum Thema Achtsamkeit mit Kindern

Hintergrundwissen für die Eltern und Fachpersonen

- «Achtsamkeit für Kinder und Jugendliche», Christoph Willard & Amy Slazman, arbor Verlag 2015
- «Das achtsame Gehirn», Daniel J. Siegel, arbor Verlag, 2014
- «Achtsame Kommunikation mit Kindern – 12 revolutionäre Strategien aus der Hirnforschung für die gesunde Entwicklung Ihres Kindes», Daniel J. Siegel & Tina Payne Bryson, arbor Verlag, 2016
- «Achtsame Kommunikation mit Kindern», Arbeitsbuch, Daniel J. Siegel & Tina Payne Bryson, arbor Verlag, 2016
- «Achtsamkeit mit Kindern», Thich Nhat Hanh, Herausgeber: Schwester Jewel, Gemeinschaft Plum Village, Nyphenburger Verlag, 2012
- «Gesund durch Meditation», Jon Kabat-Zinn, Knauer Verlag, 2013
- «Mindful Parenting, Achtsamkeit und Selbstfürsorge für Eltern», Susan Bögels & Kathleen Restifo, arbor Verlag, 2014
- «Wache Kinder», Susan Greenland, arbor Verlag, 2011
- «BINJA-Achtsamkeit – Unterrichtsreihe für die 1. – 6. Klasse», Ruth Monstein, edition punktuell, 2020

Bücher/Bilderbücher für Kinder

- «Gehirnforschung für Kinder, Felix und Feline entdecken das Gehirn», Gerald Hüter, Inge Michels, Kösel Verlag, 2011
- «Binja-achtsame Reise durch die Welt der Gefühle», Ruth Monstein, edition punktuell, 2018
- «Das Farbenmonster», Anna Llenas, Jacoby Stuart, 2012
- «Weisst du was passiert, wenn...», Sarah Jagfeld/Corinne Schroff, Zauberblume
- «Kopf hoch – Das kleine Überlebensbuch» Soforthilfe bei Stress, Ärger und anderen Durchhängern», Dr. med. Claudia Croos-Müller, Kösel Verlag, 2015
- «Nur Mut – Das kleine Überlebensbuch, Soforthilfe bei Herzklopfen, Angst und Panik & Co.», Dr. med. Claudia Croos-Müller, Kösel Verlag, 2015
- «Happy – Das Buch vom Glück des Moments», Nicola Edwards, Katie Hickey, 360 Grad Verlag

Weitere Informationen

Ruth Monstein www.binja.ch; info@ruthmonstein.ch
www.ruthmonstein.ch