LEVENSKUNST

Levenskunst is een project voor leerlingen die tijdelijk niet voltijds naar school gaan op Campus Impuls. Deze leerlingen volgen vaak een gepast lessenrooster, in combinatie met 'tijdelijk onderwijs aan huis', Bednet, time out.. Ze wil doelbewust aan de slag met zichzelf, willen leren door introspectie en medidatie en willen werken aan hun eigen functioneren en interacties.

WAAROM LEVENSKUNST

Het thema levenskunst bestaat uit drie grote hoofdstukken. Binnen het eerste thema "FILOSOFEREN over het leven" gaan we aan de slag met praktische filosofie.

Tijdens het tweede thema komen verdiepende inzichten uit de "PSYCHOLOGIE" aan bod. Tenslotte oefenen we binnen het derde thema met "MEDITEREN".

De leerlingen leren er filosoferen en reflecteren over onderwerpen die rechtstrees te maken hebben met hun eigen leven. Bewustwording en accepteren van het 'ik' en de mogelijkheden staan centraal.

De leerlingen leren er basisprincipes van mindfulness en inzichtsmeditatie toepassen in hun eigen leven. Het verbetert de cognitieve ontwikkeling en het bevordert de focus.

Jongeren kunnen eigen voorbeelden en levenservaringen inbrengen en hierover met elkaar in gesprek gaan. Omgaan met levenskunst bevordert sociale interacties en respect.

"Er is iets dat maar op één plaats kan worden gevonden. Het is een grote schat, die we de vervulling van het bestaan zouden kunnen noemen. De plaats waar deze schat kan worden gevonden is daar waar we staan"

-Martin Buber

Wekelijks 1 lesuur levenskunst
Campus Impuls
Kostprijs: 0 euro

Campus Impuls OV4 Type 9
Wolfputstraat 42
9041 OOSTAKKE R
tel 09 251 23 05
site www.campusimpuls.be