



„DIE ENTDECKUNG DER LANGSAMKEIT – DAS EIGENE ENTWICKLUNGSTEMPO LEBEN...“

Dr. Ann-Katrin Bockmann

Göttinger Kongress „Alle Zeit der Welt-...“

Göttingen 20.2.2026

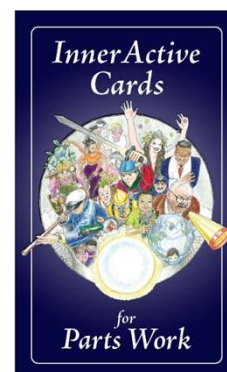


Willkommen heißen all Ihrer Facetten

Von aufmerksam, müde bis kritisch

Die Inner Active Cards zu Tom Holmes Buch „Reisen in die Innenwelt“

[Click here for an English translation.](#)



Der von Sharon Eckstein gezeichnete Kartensatz beinhaltet die Bilder der Persönlichkeitsanteile des Buches von Tom Holmes sowie weitere Bilder, die von Klienten als Persönlichkeitsanteile beschrieben wurden. Die Karten unterstützen Menschen, die eigenen Persönlichkeitsanteile besser zu erkennen und einzuordnen. Sie lehren uns, einen Schritt zurückzutreten und einen objektiven, mitfühlenden Blick auf unsere Anteile und deren Dynamik zu werfen.

Sie sind ein professionelles Mittel für Menschen, die in helfenden, beratenden, sozialen Berufen tätig sind, wie Psychotherapeuten, Psychologen, Ärzte, Krankenschwestern und Sozialarbeiter. Sie können für IFS (Internal Family System) oder jede andere Therapie sowie zur persönlichen Erforschung genutzt werden.

Das Konzept der Persönlichkeitsanteile ist universell und es beschreibt das Abbild von Archetypen, sodass sich Menschen, ungeachtet ihres Glaubens, ihrer Farbe, ihrer Rasse, ihres Geschlechts und ihres Alters, angesprochen fühlen können.

Das Kartenset umfasst in der 4. Edition 75 farbige Karten. Die Kurzbeschreibung auf der Rückseite der Hülle ist in Englisch, die Karten selbst sind ohne Text.

In der 4. Auflage kamen keine neue Motive hinzu. Die Farben wirken aber etwas kräftiger, was man aber nur erkennt, wenn man die neuen Karten neben die der 3. Auflage legt.

Günstig zu bestellen in Deutschland unter:

<https://www.neuwegewagen.de/inner-active-cards/>

FRÜHKINDLICHE BILDUNG UND DIE ZEIT

„...die Uhr ist grundlegend dafür, wie frühkindliche Bildung verstanden, organisiert und umgesetzt wird.“

(S. 155)

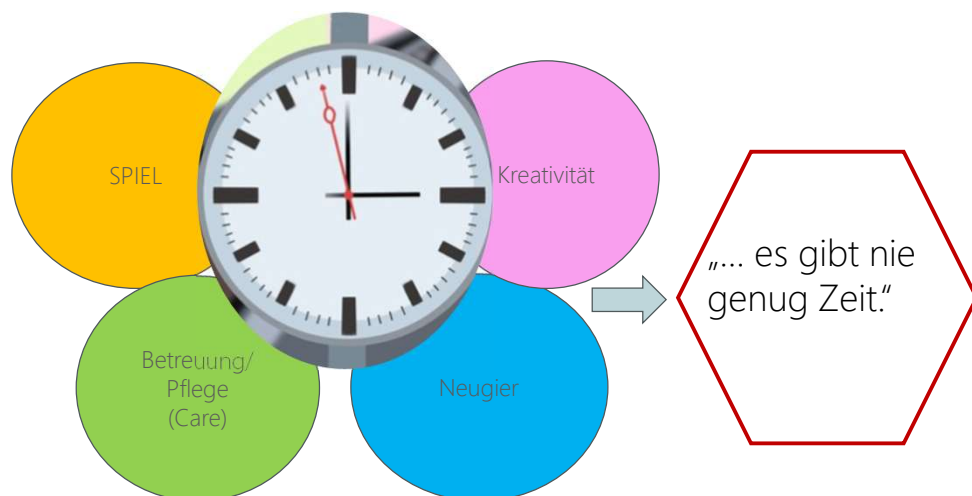
Impulsfragen: welche Begriffe für Zeit nutzt ihr im pädagogischen Alltag? Und welchen Einfluss hat die Zeit auf eure Arbeit? Empfindet ihr das Thema Zeit eher im Sinne von haben oder nicht haben?



Rolle, 2023

Pacini-Ketchabaw, V. (2012). Acting with the clock: Clocking practices in early childhood. *Contemporary Issues in Early Childhood*, 13(2), 154-160. <https://doi.org/10.2304/ciec.2012.13.2.154>

SPANNUNGSFELD: BILDUNG UND DIE ZEIT




[Aktuelles](#)
[Studium](#)
[Campusleben](#)
[Forschung](#)
[Universität](#)

NEUES PROJEKT

<https://www.uni-hildesheim.de/fb1/institute/psychologie/kea/kea-fuer-eltern/>

Start > Erziehungs- & Sozialwissenschaften > ... > KEA - Kinder entwickeln alltagsintegriert Spr.

KEA für Eltern

KEA für Eltern ist ein kostenloses Angebot für Kita-Eltern aus allen Krippen und Kindergärten in Stadt und Landkreis Hildesheim. KEA für Eltern bietet praktische und fachlich fundierte Impulse, die Eltern leicht im Alltag umsetzen können, um die Sprachentwicklung ihrer Kinder nachhaltig zu unterstützen. Projektfinanzierung: LK Hildesheim





Kontakt

[hier entlang →](#)



Telefonische
Sprechstunde für
Eltern

[hier entlang →](#)



Angebote

[hier entlang →](#)

FRÜHKINDLICHE BILDUNG UND DIE ZEIT

„Die Zeit vergeht nicht schneller als früher, aber wir laufen eiliger an ihr vorbei“

George Orwell

FACHTAGUNG
nifbe & KEA

**Die Entdeckung der
Langsamkeit**

- Slow Pedagogy in der frühkindlichen
Bildung -

Ruhe Zeit
Vertrauen

Universität Hildesheim
Bühler Campus
Lüneburger Straße
31141 Hildesheim

25.03.2025
09:00 – 15:00 Uhr

nifbe Niedersächsisches Institut
für frühkindliche Bildung und Entwicklung
 

VOM „UNGEDULDIGEN BLICK“ ZUM LANGSAMEN WISSEN UND DEM NICHT GESTRESSTEN KIND



Wolffers, 2025

Wir leben in einer Zeit von Beschleunigung und Eskalation:

in den Bildungseinrichtungen ist ein ungeduldiger Blick eingezogen (schneller, mehr, kostengünstiger).

Wir brauchen eine Rückbesinnung auf langsames Wissen und ungestresste Kinder.



WARUM „LANGSAME PÄDAGOGIK“?

- Gegenentwurf zu Beschleunigung
- Fokus auf Zeit, Rhythmus und Beziehung
- Erweiterung pädagogischer Debatten
- Frage nach dem Wert von Zeit im Bildungssystem

Clark (2023); Clark & Moss (2011)



ENTDECKUNG DER LANGSAMKEIT 2026



WAS SIND „LANGSAME PÄDAGOGIKEN“?

- „Being with“ – Dasein mit dem Rhythmus der Kinder, Erwachsenen und deren Materialien
- Kann sehr schnelle Momente und langsame enthalten.
- Schafft Zeit zum Zuhören und Zusammenarbeit.
- Würdigt die Gruppe und den Einzelnen.
- Wertschätzen von Spiel und dem aktuellen Moment
- Entwicklung über einen längeren Zeitraum „long view“
- Wertschätzung des „Schwermessbaren“
- Versucht, tiefe Entdeckungen zu ermöglichen und Beziehungen zu stärken (Clark, 2023: 49)

ENTDECKUNG DER LANGSAMKEIT2026



WAS TUN SIE ALLES,
WENN SIE DAS
GEFÜHL HABEN
EIGENTLICH NICHTS
ZU TUN?

ENTDECKUNG DER LANGSAMKEIT2026

METAPHER STIMMGABEL



Freepik.com

- „Einstimmen“ auf das Wesentliche
- Zuhören statt sofortiges Handeln
 - Wahrnehmen vor Bewerten
 - Reflexion vor Intervention

Clark (2021,2023); Clark & Moss (2011)

ENTDECKUNG DER LANGSAMKEIT 2026

4 HERZTHEMEN LANGSAMER PÄDAGOGIK



Miteinander sein
„Being with“

Vom Weg abkommen
„Going off track“

In die Tiefe gehen mit
„Diving deep with“

Langfristige Perspektive einnehmen
„Taking the longer view“

FACHTAG ENTDECKUNG DER LANGSAMKEIT 2025



HERZENSBOTSCHAFT

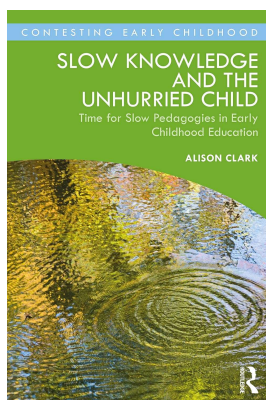
„Ausschau halten nach Möglichkeiten sich mehr
Langsamkeit zuzuwenden, ohne die Hindernisse
und Schwierigkeiten dabei zu leugnen.“

Clark, 25.3.2025

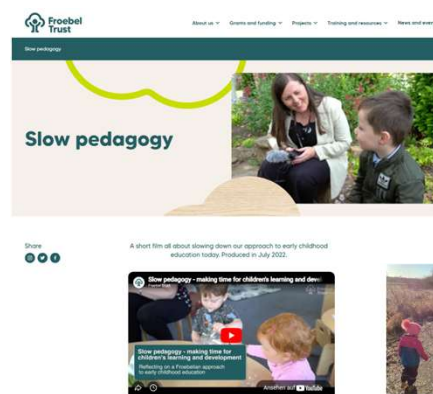


ENTDECKUNG DER LANGSAMKEIT 2026

WEITERSTÖßERN IM EIGENEN TEMPO 😊



Deutsche Zusammenfassung
<https://das-bundesnetzwerk.de/wp-content/uploads/2022/03/Alison-Clark-Wesentliche-Aussagen.pdf>



<https://www.froebel.org.uk/training/films/slow-pedagogy>



Folge 23: Langsame
Pädagogik

<https://www.uni-hildesheim.de/fb1/institute/psychologie/kea/podcast/>

• Research Blog about slow knowledge:
<https://alisonclarkinthemaking.wordpress.com>

STRESSHATTAN - TIMEHATTAN

Kleine Übung: Malen einer Skyline der Dinge die einem Stress machen

(hohe Häuser = viel Stress, niedrige Häuser wenig Stress)

und gemeinsam schauen, wo wir ansetzen wollen.

ENTDECKUNG DER LANGSAMKEIT, 2026



IMMUNITÄT GEGEN VERÄNDERUNG

Es ist richtig schwer etwas zu verändern: Motivation und gute Gründe reichen nicht. Beschäftigen Sie sich mit den inneren und äußeren Stimmen und Zweifeln, die Sie abhalten etwas zu verändern (z.B. wenn ich hier nur sitze, denken die Eltern ich bin faul). Es ist Ihre Entscheidung, etwas für sich, die KollegInnen und Kinder zu verändern. Wir können nicht erwarten, dass jemand anderes es für uns tut.

ENTDECKUNG DER LANGSAMKEIT 2026



ALLTAGSBEISPIEL „P.A.U.S.E“

Zwischen Reiz und Reaktion liegt die Möglichkeit/Magie:

Mein Beispiel: in der Kita schlägt ein Kind zwei andere: als erste Reaktion kommt Wut auf, kurzes inneres Bestätigen und Raum schaffen, damit ich nicht aus der Wut heraus handle. Diese Pause kostet nur Millisekunden.

P.A.U.S.E ist eine Weiterbildung für Erzieherinnen und Lehrer, die in den USA entwickelt, wissenschaftlich untersucht wurde und nun auch in Deutschland angeboten wird.

(<https://www.ifs-akademie.com/ueber-ifs/ifs-fuer-gruppen>)



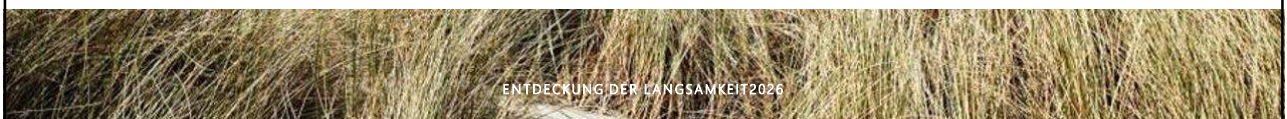
ENTDECKUNG DER LANGSAMKEIT 2026



„HAND AUFS HERZ...“



„WAS IST MIR ANS
HERZ GEGANGEN?“



ENTDECKUNG DER LANGSAMKEIT 2026

Du bist ihn wert, den stillen Moment.
Du bist ihn wert, den tieferen Atemzug.
Du bist sie wert, die Zeit, die es braucht,
um langsamer zu werden, still zu werden und auszuruhen.“

Morgan Harper Nichols



Entdeckung der Langsamkeit, 2026

HERZLICHEN DANK!



ENTDECKUNG DER LANGSAMKEIT, 2026

ZENTRALE REFLEXIONS- FRAGEN

Wie lassen sich Slow-
Impulse übertragen?

Welche
Rahmenbedingungen
braucht es?

Wie wird Langsamkeit
Normalität?

Verantwortung von
Individuum und System



ENTDECKUNG DER LANGSAMKEIT, 2026

ZENTRALE REFERENZEN

- Clark, A. (2022/2023). Slow Knowledge and the Unhurried Child: Time for Slow Pedagogies in Early Childhood Education. Routledge.
- Clark, A. & Carlsen, K. (2022). Potentialities of pedagogical documentation as an intertwined process with children and teachers in slow pedagogies. European Early Childhood Education Research Journal, 30 (2). <https://doi.org/10.1080/1350293X.2022.2046838>
- Clark, A. & Moss, P. (2011). Listening to Young Children: The Mosaic Approach. Routledge.
- (Clark, A. (2022). Radical dialogue and slow pedagogy in early childhood art education. Early Childhood Education Journal, 50 (4). <https://doi.org/10.1080/15505170.2022.2154291>)
- Icelandic Preschools Research. (2025). Paving the way for slow pedagogy: leadership lessons from Icelandic preschools. European Early Childhood Education Research Journal.
- NIFBE. (2025). Fachtag Slow Pedagogy, Universität Hildesheim.
- Risiken für Verhaltensauffälligkeiten bei Vorschulkindern. (2025). Prävalenz von Verhaltensauffälligkeiten und Risikofaktoren bei Vorschulkindern in der Region Hannover. Bundesgesundheitsblatt - Gesundheitsforschung - Gesundheitsschutz. <https://link.springer.com/article/10.1007/s00103-025-04166-7>
- Zusammenhang von sozialen und familiären Strukturen mit Verhaltensauffälligkeiten. (2019). Daten zu Verhaltensauffälligkeiten bei Vorschulkindern. <https://www.thiemeconnect.com/products/ejournals/abstract/10.1055/a-2183-6934>
- Froebel Trust. Slow Pedagogy Projects. <https://www.froebel.org.uk/research-library/slow-knowledge-and-the-unhurried-child-time-for-slow-pedagogies-in-early-childhood-education/>

ENTDECKUNG DER LANGSAMKEIT, 2026