

Einladung zu einer Online-Fortbildung

Liebe Schulsozialarbeiter*innen und Lehrer*innen
hiermit laden wir Sie recht herzlich zu dieser eintägigen Fortbildung ein.

Titel	Stressbewältigungstraining „Snake“
Zielgruppe	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Schulsozialarbeiter*innen und Lehrer*innen an weiterführenden Schulen
Termin und Uhrzeit	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Donnerstag, den 23.03.2023 von 09.00 - 16.00 Uhr
Ort	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Onlineseminar (Webex)
Ziele	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Vermittlung des Trainingskonzeptes „Snake“ zur eigenständigen Umsetzung in der Schule ▪ Das Stressbewältigungsprogramm "Snake" bereitet Jugendliche der Klassenstufe 7-9 auf den Umgang mit Stresssituationen vor. Es hilft ihnen, aktuelle und zukünftige Belastungssituationen besser zu bewältigen.
Inhalte	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Allgemeine Grundlagen und Bedarfsanalyse zur Trainingsentwicklung für die Stressbewältigung ▪ Trainingskonzept des Stressbewältigungsprogrammes "Snake" ▪ Altersgerechte Vermittlung von Wissen zum Thema Stress ▪ Anleitung zur Erprobung und Bewertung von Stressbewältigungsstrategien ▪ Instruktionen zu methodischen Entspannungsverfahren (Autogenes Training, Progressive Muskelrelaxation nach Jakobson) für Jugendliche ▪ Steuerung von Gruppenprozessen bei Jugendlichen ▪ Organisation und Durchführung von Kursen im Setting Schule (Besonderheiten und Vorgehensweisen bei der Kursgestaltung) ▪ Leitung und Moderation von Informationsveranstaltungen für Eltern und Lehrer*innen (Klärung von Erwartungen, Motivation, Indikationen und Kontraindikationen)
Umsetzung	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Impulsvorträge ▪ Aktive Erprobung von Trainingsinhalten, Entspannungstechniken ▪ Vermittlung von Praxiserfahrungen ▪ Gemeinsamer Austausch <p><i>Die Fortbildung ist kostenfrei und wird von der Techniker Krankenkasse gefördert. Die Techniker hat dieses Training zusammen mit der Universität Marburg – Arbeitsbereich Entwicklungspsychologie am Fachbereich Psychologie entwickelt und wissenschaftlich auf seine Wirksamkeit überprüft.</i></p>
Referent*in	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Katharina Bauer (Diplom Sozialpädagogin, Trainerin, Koordinatorin und Kursleiterin für die Programme „Bleib Locker!“ und „Snake“ in Bayern)
Anzahl Teilnehmer*innen	<ul style="list-style-type: none"> ▪ max. 18
Anmeldung bis spätestens	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Bis spätestens 02.03.2023 ▪ online über: https://www.schuso-thueringen.de/veranstaltungen/fortbildungen/

Abschluss	▪ Teilnahmebescheinigung und bei Bedarf Zertifizierung durch die Techniker Krankenkasse
------------------	---

Gern können Sie uns inhaltliche Wünsche für diese Fortbildung über die Online-Anmeldung mitteilen. Diese werden dann in der Veranstaltung thematisiert. Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung und stehen für Rückfragen gern zur Verfügung.

Ihre fachliche Begleitung