

Vertiefungsangebot für Schulen aus dem Projekt „evoc Hessen“

Stressbewältigung als Thema im Coaching an Schulen

angeboten von		evoc Weiterbildungsinstitut	
Schulform anbietende Schule		--	
geeignet für (Schulform)		Sekundarschulen	
Format	Präsenz	Dauer	halbtägig
Termin	in Absprache mit Referenten		
Ort	eine der anfragenden Schulen nach Absprache		
Worum geht's?			
Warum haben Lehrkräfte bzw. Schülerinnen und Schüler eigentlich Stress?“ Mit dieser Frage beschäftigt sich der Workshop und nimmt dabei ein Phänomen in den Fokus, mit dem wir alle tagtäglich zu tun haben, unter dem wir alle leiden und das im schlimmsten Fall unsere Gesundheit angreift: Stress Das Ziel des Workshops besteht einmal darin, die Teilnehmerinnen und Teilnehmer über die Entstehungsbedingungen von Stress anhand eines psychologischen Erklärungsmodells zu informieren. Darüber hinaus lernen sie Verfahren kennen, die es ermöglichen, Stress zu beseitigen. Es geht also nicht darum, den Umgang mit diesem Übel zu üben, sondern es an der Wurzel zu packen. Der Workshop ist so konzipiert, dass kurze Inputphasen und längere Trainingsphasen abwechseln, wobei letztere überwiegen. Die vorgestellten und trainierten Module sind sowohl für den Eigenbedarf als auch für die Arbeit mit Jugendlichen geeignet. Dieses Vertiefungsangebot wird in einer halbtägigen Präsenzveranstaltung (4 Stunden) angeboten. Die Teilnehmerzahl ist auf 15 Personen beschränkt.			
Kontakt für Nachfragen:			
Volker Herrmann – volker@herrmann-vs.de			
Anmeldung			
Die Anmeldung zur Teilnahme an diesem Vertiefungsmodul erfolgt direkt beim Referenten.			