

Seminarbeschreibung für das Seminar Schule ohne Stress

Das Konzept „**SoS - Schule ohne Stress**“[®] ist ein ganzheitliches Programm zur Reduzierung und Bewältigung von Schulstress.

Schule, Lehren und Lernen sind für Lehrer und Schüler zunehmend mit Stress verbunden.
Stress beeinträchtigt das Lehren und Lernen.
Stress beeinträchtigt die Gesundheit.
Stress beeinträchtigt das soziale Umfeld.
Schule, Lehren und Lernen sind wichtig.

Die Fähigkeit zur Stressbewältigung hat großen Einfluss auf die körperliche und seelische Gesundheit und bestimmt den Erfolg von gelingenden Bildungsprozessen entscheidend mit, deshalb sollte das Erlernen und Praktizieren von Stressbewältigung für Schüler und Lehrer so selbstverständlich werden, wie das tägliche Zähne putzen.

Das Seminar erläutert die Inhalte des Konzepts, bietet zahlreiche praktische Übungen und stellt die Möglichkeiten der Umsetzung in der Praxis dar.

Das Seminar richtet sich an alle LehrerInnen, PädagogenInnen, ErzieherInnen, PräventologInnen und verwandte Berufsgruppen.

Ziel des Seminars

Die Teilnehmer werden mit den Möglichkeiten der Stressreduktion und Stressbewältigung bei Schülern und Lehrern, in der Schule und zu Hause vertraut gemacht.
Die Teilnehmer werden in Info-Blocks und praktischen Übungen auf die Arbeit mit dem Programm vorbereitet.
Die Teilnehmer erhalten am Ende des Seminars ein Zertifikat, welches sie berechtigt, das Konzept „SoS - Schule ohne Stress“[®] in Schulen, Settings und Bildungseinrichtungen einzusetzen.

Nutzen des Seminars

Das Seminar bietet PräventologInnen die Möglichkeit, sich im Bereich Kinder- und Jugendprävention weiter zu spezialisieren. Kinder und Jugendliche werden von den Krankenkassen in besonderem Maße gefördert. Programme für Kinder und Jugendliche finden außerdem meist leichter Sponsoren. Für PräventologInnen ist die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen deshalb nicht nur interessant und gesellschaftspolitisch wichtig, sondern bietet auch ein breites Betätigungsfeld .
Für alle Beschäftigten im pädagogischen Bereich ist das Seminar eine Fortbildung, die hilft, das Unterrichten zu erleichtern, mit eigenem Stress besser umzugehen und die Schule zu einem Raum zu machen in dem stressfreies Lehren und Lernen möglich ist.

Aufbau und Umfang des Seminars

Das Seminar umfasst 18 UE à 45 Minuten. Es beginnt samstags um 10 Uhr und endet sonntags um 13.30 Uhr.

Unterlagen

Jeder Teilnehmer erhält zum Seminar eine Mappe mit Unterlagen und Materialien. Die Kosten für die Mappe sind im Seminarpreis enthalten.