

## Einladung zu einer Online-Fortbildung

Liebe Schulsozialarbeitende,  
hiermit laden wir Sie recht herzlich zu dieser eintägigen Fortbildung ein.

<b>Titel</b>	<b>Stressbewältigungstraining „Snake“</b>
<b>Zielgruppe</b>	▪ <b>Schulsozialarbeitende und Lehrkräfte an weiterführenden Schulen</b>
<b>Termin und Uhrzeit</b>	▪ <b>Mittwoch, den 07.05.2025 von 9.00 – 16.00 Uhr</b>
<b>Ort</b>	▪ Onlineseminar (Webex)
<b>Ziele</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Vermittlung des Trainingskonzeptes „Snake“ zur eigenständigen Umsetzung in der Schule.</li> <li>▪ Das Konzept soll nach der Fortbildung in vollem Umfang in der Schule umgesetzt werden.</li> <li>▪ 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.</li> </ul>
<b>Inhalte</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Allgemeine Grundlagen und Bedarfsanalyse zur Trainingsentwicklung für die Stressbewältigung</li> <li>- Trainingskonzept des Stressbewältigungsprogrammes "Snake"</li> <li>- Altersgerechte Vermittlung von Wissen zum Thema Stress</li> <li>- Anleitung zur Erprobung und Bewertung von Stressbewältigungsstrategien</li> <li>- Instruktionen zu methodischen Entspannungsverfahren (Autogenes Training, Progressive Muskelrelaxation nach Jakobson) für Jugendliche</li> <li>- Steuerung von Gruppenprozessen bei Jugendlichen</li> <li>- Organisation und Durchführung von Kursen im Setting Schule (Besonderheiten und Vorgehensweisen bei der Kursgestaltung)</li> <li>- Leitung und Moderation von Informationsveranstaltungen für Eltern und Lehrer*innen (Klärung von Erwartungen, Motivation, Indikationen und Kontraindikationen)</li> </ul>
<b>Umsetzung</b>	<p>Impulsvortrag Aktive Erprobung von Trainingsinhalten, Entspannungstechniken Vermittlung von Praxiserfahrungen Gemeinsamer Austausch</p> <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>
<b>Referent*in</b>	▪ <b>Katharina Bauer</b> (Diplom Sozialpädagogin, Trainerin, Koordinatorin und Kursleiterin für die Programme „Bleib Locker!“ und „Snake“ in Bayern)
<b>Anzahl Teilnehmer*innen</b>	▪ max. 18
<b>Anmeldung</b>	▪ online über: <a href="http://www.schuso-thueringen.de/veranstaltungen/fortbildungen">www.schuso-thueringen.de/veranstaltungen/fortbildungen</a>

<b>Abschluss</b>	Teilnahmebescheinigung
------------------	------------------------

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 Fachstelle Schulsozialarbeit