

Was heißt hier Kinderstress?

Stressmanagement in Kitas und Grundschulen im Kontext von Suchtprävention

Seminar | 12. September 2012 | Seminarzentrum | Hannover

Nicht nur Erwachsene, auch Kinder erleben im Alltag viele Situationen, die von ihnen als stressig empfunden werden. Wissenschaftler benennen als Stressquellen für Kinder die vier Bereiche: Familie, Schule, Freizeit und Umwelt. Konkrete Stresserfahrungen können beispielsweise Streitigkeiten der Eltern und Konkurrenzen unter den Geschwistern, aber auch Leistungsprobleme in der Schule, Termindruck sowie Lärmbelastung sein.

Stress wird subjektiv erlebt. Um gravierende Folgen zu vermeiden und an der seelischen Belastung nicht zu erkranken, müssen sowohl Mädchen als auch Jungen frühzeitig lernen, damit umzugehen.

Im Rahmen von Gesundheitsförderung ist es deshalb eine Aufgabe des Kindergartens und der Grundschule, die Kinder anzuleiten, für sich eine Balance zwischen Anspannung und Entspannung zu finden. Sie sollen Spaß am

Spiel und am Lernen entwickeln, sich freudig den Herausforderungen stellen, aber auch erkennen, wann sie Rückzug und Ruhe brauchen.

Das Seminar bietet Erziehern und Erzieherinnen sowie Grundschullehrkräften Informationen und konkrete Handlungsanleitungen, wie Kinder beim Aufbau konstruktiver Stressverarbeitungsstrategien unterstützt werden können.

„Kinderstress“, die Arbeitsbroschüre der Landesstelle Jugendschutz wird eingeführt. Auch gibt es Hinweise für die Unterstützung der Eltern.

Traudel Schlieckau

Landesstelle Jugendschutz
Niedersachsen, LJS

Programm

- 9.30** Anmeldung
- 10.00** Begrüßung und Einführung
Traudel Schlieckau, LJS
- 10.15** Stressverarbeitung bei Kindern
Theoretische Grundlagen
- 11.00** Methoden der Stressbewältigung
Kindgerechte Entspannungsverfahren, Rollenspiele, positive Verstärkerpläne
- 13.00** Mittagspause
- 13.45** Programme zur Stressverarbeitung an Grundschulen
Das Antistresstraining nach Hampel / Petermann
- 14.45** Kaffeepause
- 15.00** Programme zur Stressverarbeitung in Kindertageseinrichtungen
Verhaltenstraining im Vorschulalter
- 16.00** Auswertung des Seminars
- 16.30** Ende des Seminars

Bitte Decke und Kissen mitbringen!

Veranstalterin

Landesstelle Jugendschutz
Niedersachsen (LJS)
Leisewitzstr. 26
30175 Hannover
T: (05 11) 85 87 88
F: (05 11) 2 83 49 54
info@jugendschutz-niedersachsen.de
www.jugendschutz-niedersachsen.de

Fachreferat der
LAG der Freien Wohlfahrtspflege in
Niedersachsen e.V.

Referentin

Melanie Jagla, M. Sc., Dipl. Reha.-
Psych. (FH), Universität Flensburg

Ort

Seminarzentrum
Hildesheimer Str. 265
30519 Hannover
Tel: (05 11) 844 14 18

Kosten:

65,- € inkl. Verpflegung und
Materialien
Bitte erst nach Erhalt der Anmelde-
bestätigung überweisen.

Was heißt hier Kinderstress?

Stressmanagement in Kitas und Grundschulen im Kontext von Suchtprävention

Seminar | 12. September 2012 | Seminarzentrum | Hannover

ANMELDUNG (bitte bis zum 20.08.12)

per Fax 0511 – 283 4954

Hiermit melde ich mich verbindlich für das Seminar an und übernehme die Kosten in Höhe von 65,- Euro (inkl. Verpflegung und Materialien). Im Fall meiner Absage bis zu zwei Wochen vor dem Veranstaltungstermin entstehen mir keine Kosten. Eine Rechnung und weitere Informationen werden mir ca. 3 Wochen vor Beginn der Veranstaltung zugeschickt. Erst nach der Zusage und dem Erhalt einer Rechnung überweise ich die Seminarkosten.

Was heißt hier Kinderstress?

12.09.2012 Seminarzentrum, Hannover

Buchungsnr. S 1230

Ich bin: männl. weibl.

Bitte in Blockschrift ausfüllen

Name / Vorname

Institution

Straße / Hausnr.

PLZ / Ort

Tel. / Fax

E-Mail

Datum / Unterschrift

Rückantwort bitte per Fax an:

Landesstelle Jugendschutz

Niedersachsen

Leisewitzstraße 26

30175 Hannover

Tel: 0511-85 87 88

Fax: 0511-283 4954

info@jugendschutz-niedersachsen.de

Ansprechpartnerin:

Marion Straßburg (LJS)

Landesstelle
Jugendschutz
Niedersachsen

