



Psychische Schwierigkeiten im Jugendalter Prävention und Unterstützung

Freitag, 26. Januar 2024

Universität Freiburg - Regina Mundi, Rue Faucigny 2
Netzwerk Praktikumsleitung

Bild: Adobe Stockphoto

Ziele

In der Übergangszeit vom Kind zur erwachsenen Person definieren sich die Jugendlichen neu. In der Entwicklung der eigenen Identität fühlt sich ihr Leben oft wie eine Fahrt auf der Achterbahn an. Ihr Hirn gleicht einer riesigen Baustelle: Emotionen spielen verrückt, Risiken werden falsch eingeschätzt, Grenzen ausgetestet.

Bei den über 14-Jährigen zeigen 60 % der Mädchen und 30 % der Jungen erhöhte Stresswerte. Die Schule steht dabei als Haupt-Stressor am Pranger. Wie gehen wir als Lehrpersonen damit um? Wie können wir die Entwicklung eines stabilen Selbstwertgefühls unterstützen und Kompetenzerleben ermöglichen? Wie können wir im Unterricht ein Klima der gegenseitigen Wertschätzung und Anerkennung schaffen?

- Auf dem Hintergrund der Entwicklungen im Jugendalter Krisen und psychische Schwierigkeiten erkennen, einordnen und verstehen.
- Die eigenen Möglichkeiten im Hinblick auf Prävention und Intervention kennen und erweitern.
- Die eigene Rolle und Grenzen als Lehrperson im System erkennen, den Handlungsspielraum wahrnehmen, konkrete Handlungsmöglichkeiten ableiten und selbst gesund bleiben.

Kursinhalte

Am Netzwerktag setzen wir uns damit auseinander, was wir als Lehrpersonen im Unterricht den Jugendlichen mitgeben, dass sie die herausfordernde Zeit der Adoleszenz erfolgreich meistern können. Wir erarbeiten uns in Ateliers Instrumente, die uns dabei helfen, richtig zu reagieren und Jugendliche in Krisensituationen zu unterstützen und mit diesen Herausforderungen umzugehen.

Zielgruppe

Lehrpersonen der Sekundarstufen 1 und 2

Referentinnen & Referenten

Madeleine Bernard, Systemische Therapeutin
Prof. Dr. Simone Munsch, Universität Freiburg
Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen des ZELF, Universität Freiburg

Ort, Zeit & Anmeldung

Freiburg - Gebäude Regina Mundi, Rue Faucigny 2 - C-0.101 | 26. Januar 2024 | 09.15 Uhr - 16.45 Uhr
Kosten: 120.-, inkl. Mittagessen, Netzwerk- und Praktikumslehrpersonen gratis
Anmeldung bis 1. Dezember unter: <http://www.unifr.ch/zelf>