



## FORTBILDUNGEN ZUM METHODENKOFFER MENTALE GESUNDHEIT

**20. März 2024 jeweils von 9:00-12:00 Uhr in der Volkshochschule  
Löhrstraße 3-7**

### RESILIENZ UND ACHTSAMKEIT

Wir leben im Krisenmodus. Der Ausnahmezustand ist zum Dauerzustand geworden. Nur wenn es pädagogischen Fachkräfte gut geht, können sie auch gut für Kinder und Jugendliche da sein. Im Workshop werden erste Impulse zum Thema Resilienz und Achtsamkeit aus beiden Blickrichtungen gesetzt und im Austausch miteinander Methoden für die pädagogische Arbeit ausprobiert.

WO: **Raum: 410**

MIT WEM: Kira Kaplan (Yuva Leipzig; Resilienztrainerin und Kommunikationspsychologin)

### KONFLIKTE SPIELERISCH BEGLEITEN

Der Umgang mit Konflikten im pädagogischen Alltag ist nicht immer leicht. Forumtheater ist eine Methode, um Konflikte aus der Lebensrealität auf die Bühne zu tragen und spielerisch zu begleiten. Grundgedanke ist zu zeigen, was man meint, statt zu sagen was man denkt. Die Dynamiken des Theaters werden genutzt, um aktiv herauszufinden, wie man in diesen Situationen selbst ist und (anders) sein könnte. Der Workshop richtet sich explizit an Schauspiel-Laien, die Neugier und Spielfreude mitbringen.

WO: **Raum: Aula (3. Etage)**

MIT WEM: Robert Klement (Forumtheater Rote Rübe; Systemischer Berater, Theater- und Drammtherapeut und partizipative Theatermethoden)

### Sie haben Interesse?

Dann schreiben Sie eine Mail mit Ihrem Namen und der Einrichtung an:

ulrike.leistner@leipzig.de | Koordinierungsstelle kommunale Gesundheit | 0341 – 123 6787

Informationen zum Methodenkoffer mentale Gesundheit mit den über 100 Materialien zum kostenfreien Verleih finden Sie unter: [www.leipzig.de/methodenkoffer-mental](http://www.leipzig.de/methodenkoffer-mental)