derantimobbingcoach
Jürgen Bögelein

Resilienz- und Anti-Mobbing-Training für Weiterführende Schulen

Ziel

- SELBS-BEWUSST-SEIN stärken Lernen für sich selbst einzustehen, mit Klarheit – ohne Aggression
- Empathie und Verantwortung fördern
- Achtsamer Umgang und die Bereitschaft, Zivilcourage zu zeigen
- Strategien zur Konfliktlösung
- Konstruktive Reaktionen auf schwierige Situationen
- Mobbing erkennen und wirksam begegnen
- Bewusstsein für Dynamiken schaffen und Zeigen, wie man sich und anderen helfen kann

Nutzen

- Stärkung der psychischen Widerstandskraft, mehr Selbstsicherheit
- Förderung von Empathie und Teamgeist, frühzeitige Prävention
- Geringerer Stress für Lehrkräfte, harmonischeres Klassenklima reduziert Konflikte und Unterrichtsstörungen
- Nachhaltige Veränderung – durch Reflexion und Bezug zur Lebenswelt der Jugendlichen
- Mehr Sicherheit und Klarheit im sozialen Miteinander

Wie und was?

- 4 Module à 90 Minuten wöchentlich oder kompakt im Rahmen einer Projektwoche, Gesamt: 360 Minuten
- Praxisnah und sofort umsetzbare Werkzeuge für den Alltag
- Ansprache auf Augenhöhe, keine Belehrung, Einladung zur Eigenverantwortung
- Wertschätzender Umgang
- Optional: Elternabend, Lehrerfortbildung, Follow-up nach einigen Wochen

Kosten

- 790 Euro netto pro Klasse
- Optional: Elterninfo, Pädagogenfortbildung

Kysostr. 12 b
85301 Schweitenkirchen

+49 1520 1979268
info@derantimobbingcoach.de

derantimobbingcoach.de