



LEICHT LEHREN, LEICHT LERNEN EIN FORTBILDUNGSANGEBOT FÜR BERLINER LEHRKRÄFTE

11. DEZ. 2018

LEICHT LEHREN, LEICHT LERNEN – ALEXANDER TECHNIK IN DER SCHULE

Ursprünglich von einem Schauspieler entwickelt, wird die Alexander-Technik zunehmend auch an Schulen eingesetzt. Sie schult die Körperwahrnehmung, hilft beim Abbau von Stress und unterstützt die Konzentrationsfähigkeit sowie den freieren Ausdruck.

In diesem Kurs lernen Sie anhand von praktischen Übungen Spiele und Sequenzen kennen, die Sie für sich selbst als Lehrkraft und/oder mit Ihren Schülerinnen und Schülern nutzen können. Beispiele aus der Arbeit in unterschiedlichen Jahrgangsstufen und Unterrichtskontexten werden vorgestellt.

Veranstaltungsnummer: 18.2-83607

08. JAN. 2019

(SELBST-) COACHING MIT THE WORK OF BYRON KATIE

The Work of Byron Katie ist eine effektive, leicht erlernbare Fragetechnik, die uns erlaubt, Stress verursachende Gedanken und Glaubenssätze zu identifizieren, zu hinterfragen und neue Wahlmöglichkeiten zu erkennen. Sie eignet sich zum Selbst-Coaching sowie zur kollegialen Intervention.

In diesem Kurs lernen Sie die Fragetechnik kennen und können erste Erfahrungen damit sammeln. Konkrete Anwendungsmöglichkeiten im Schulalltag werden reflektiert.

Veranstaltungsnummer: 18.2-84184

Orte:

11. Dez. 2018

Grundschule unter den
Kastanien
Mehrzweckraum
Kastanienstraße 6-8
12209 Berlin

08. Jan. 2019

Senatsverwaltung für
Bildung, Jugend und Familie
Raum 11
Waldschulallee 29 – 31,
14055 Berlin

Zeit:

15:00 – 18:00 Uhr

Anmeldung:

**[www.fortbildung-
regional.de](http://www.fortbildung-regional.de)**

Kontakt:

schaefer.fb@gmx.de

BIT FELIPPA SCHAEFER

Lehrcoach für The Work of
Byron Katie (vtw)

Lehrerin der F.M. Alexander-
Technik

Seit 2001 Lehrerin im
Berliner Schuldienst