



## **LEICHT LEHREN, LEICHT LERNEN** **EIN FORTBILDUNGSANGEBOT FÜR** **BERLINER LEHRKRÄFTE**

### **27. NOV. 2018** **(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: 18.2-83611

### **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

**Ort:**

**Grundschule unter den  
Kastanien**

Kastanienstraße 6-8

12209 Berlin

**Raum: Mehrzweckraum**

**Zeit: 15:00 – 18:00 Uhr**

---

**Anmeldung:**

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

---

**Kontakt:**

**[bschaefer@jfsberlin.org](mailto:bschaefer@jfsberlin.org)**



**BIT FELIPPA SCHAEFER**

Lehrcoach für The Work of  
Byron Katie (vtw)

Lehrerin der F.M. Alexander-  
Technik

Seit 2001 Lehrerin im  
Berliner Schuldienst