



KREIS UNNA

ENERGIERIEGEL FÜRS REFERENDARIAT:

MENTALE STÄRKUNG IM UMGANG MIT STRESS

Zielgruppe:

Lehramtsanwärter*innen im ersten und

Montag
06.01.2025

ENERGIERIEGEL FÜRS REFERENDARIAT:

MENTALE STÄRKUNG IM UMGANG MIT STRESS

Noch in der Ausbildung und schon voll im Dienst - Viele Lehrkräfte im Vorbereitungsdienst fühlen sich an den Grenzen ihrer Belastungsfähigkeit. Sie haben einen hohen zeitlichen Aufwand für die Vorbereitung ihres Unterrichts, sind ständiger Bewertung ausgesetzt und im Hinterkopf lauert der Gedanke „Was ist, wenn ich es nicht schaffe?“ oder „Ist das wirklich der richtige Beruf für mich?“.

Damit Sie gesund durch diese 18 herausfordernden Monate kommen, bietet Ihnen die Schulpsychologische Beratungsstelle für den Kreis Unna mit dieser Veranstaltung die Gelegenheit, sich produktiv mit Ihrem Stresserleben auseinanderzusetzen und Möglichkeiten zu finden, Ihre psychische Widerstandskraft zu stärken.

Ort und Anfahrt:

Hansa-Berufskolleg Unna, Platanenallee 41-43, 59425 Unna, Raum H 2.17 (2. Etage), Eingang über den Schulhof

Datum und Uhrzeit:

Montag, 06.01.2025 (letzter Tag der Weihnachtsferien) von 10:00 – 16:00 Uhr

Ansprechpartnerin:

Kirsten Solberg-Morgner, 02303-274440, kirsten.solberg-morgner@kreis-unna.de

Teilnehmerzahl: 16

Anmeldung: Bei Interesse melden Sie sich bitte bis zum 13.12.2024 per E-Mail (schulpsychologische-beratungsstelle@kreis-unna.de) unter Angabe Ihres Namens, Ihrer Schule, Ihres ZfsL, Ihrer Funktion sowie Ihrer Mailadresse an. Optional können Sie auch eine Telefonnummer angeben, damit wir Sie ggf. kurzfristig erreichen können.

Innerhalb von zwei Tagen nach Anmeldung erhalten Sie eine Eingangsbestätigung Ihrer Anmeldung. Eine Zu- bzw. Absage erfolgt erst nach Ablauf der Anmeldefrist. Sollten Sie keine Eingangsbestätigung erhalten, melden Sie sich bitte noch einmal telefonisch unter der 02303 27-3040 zur Rückversicherung, dass Ihre Anmeldung eingegangen ist. **Anmeldeschluss: Freitag, 13. Dezember 2024**