

Resilienz - Wie kann ich schwierige Situationen meistern?



Donnerstag, 11. Mai 2023, 19.30 Uhr
Aula BWZT, Wattwil

Referat für Eltern, Erziehungsverantwortliche und Lehrpersonen

Referentin: Claudia Hengstler
Systemisch-lösungsorientierte Beratung und Kurzzeittherapie
MAS FH, Traumapädagogin und Traumazentrierte Fachberatung
DeGPT/BAG-TP

Eintritt Fr. 15.- / Mitglieder Elternforum Fr. 10.-

Elternbildung Toggenburg



Resilienz - Wie kann ich schwierige Situationen meistern?

Herausforderungen gehören zum Leben. Diese zu bewältigen, ermöglicht erst Entwicklung. Doch was unterscheidet sogenannten positiven Stress von negativem Stress?

Im Referat wird folgenden Fragen nachgegangen:

- Was ist unter dem Begriff «Resilienz» zu verstehen?
- Was fördert Resilienz?
- Wie können Kinder in ihren Widerstandskräften gestärkt werden?
- Welche Bedeutung erhalten Fertigkeiten der Erziehenden im Umgang mit Stress?
- Wie kann die Bewältigung von Herausforderungen und belastender Erfahrungen entwicklungsfördernd beeinflusst werden?

Elternbildung Toggenburg

