



Rheinland-Pfalz

MINISTERIUM FÜR BILDUNG

# ELTERNFACHTAG 2022

Kostenfreies Online Fortbildungsangebot für alle interessierten Eltern

2022 – Online

Samstag, 19.11.2022, 10:00 - 14:30 Uhr



## GEPLANTES PROGRAMM

Ab 9:40 Uhr	Einwahl ins Meeting
10:00 Uhr	Begrüßung und Einstieg durch die Veranstalter Katja Zimmermann, Ministerium für Bildung Friederike Stübinger, Pädagogisches Landesinstitut
10:10 Uhr	Grußbotschaft Staatssekretärin Bettina Brück, Ministerium für Bildung
10:20 Uhr	Interaktiver Hauptvortrag; Florian Hammerle, Uni-Medizin Mainz „Welle oder surfen?“
12:00 Uhr	Abschluss und Ausblick
12:15 Uhr	Pause
13:00 Uhr	Vertiefende Nachmittagsangebote (zur Wahl)
14:30 Uhr	Ende

## INTERAKTIVER HAUPTVORTRAG



### Hauptreferent: Florian Hammerle

Diplom-Psychologe, Psychologischer Psychotherapeut mit Fachkunde/Zusatzqualifikation Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie

Florian Hammerle ist Geschäftsführer der Klinik und Poliklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und -psychotherapie der Universitätsmedizin Mainz. Als Psychologe und Psychotherapeut arbeitet er mit Kindern und Jugendlichen und deren Eltern sowohl in der Behandlung als auch in unterschiedlichen Forschungsprojekten, die oft mit dem System Schule zu tun haben. Ein großer Teil seiner Arbeit dreht sich dabei um Resilienz- also um Schutzfaktoren, die Kinder und Jugendliche widerstandsfähig für die Herausforderungen des Lebens machen.

### Welle oder Surfen?

Kinder und Jugendliche sind vielen Belastungen ausgesetzt, die zu psychischen Problemen führen können. Es macht dabei sehr viel Sinn, Schutzfaktoren neu aufzubauen oder zu stärken, mit denen Belastungen ausgeglichen werden können. Mit derartigen Schutzfaktoren lassen sich zwar die Wellen des Lebens nicht aufhalten, aber wir können lernen, auf ihnen immer besser zu surfen.

Florian Hammerle wird in seinem zweiteiligen Vortrag eine Einführung zum Thema Resilienz geben. Dabei geht es auch darum, flexibel zu bleiben und sich mit den Wellen, die das Leben mit sich bringt mitzubewegen, statt stur „dagegen zu halten“. Daneben stellt er in einem Überblick vor, was Menschen, und Kinder und Jugendliche im Besonderen, widerstandsfähig macht. Im zweiten Block des Vortrags liegt der Schwerpunkt darauf, wie Eltern ihre Kinder und sich selbst unterstützen können, resilient zu sein oder zu werden. Der Vortrag wird durch alltagsnahe Beispiele, Videos und Übungen sowie eine Resonanzrunde ergänzt, um die Veranstaltung interaktiv zu gestalten.

**Wir freuen uns auf eine interessante Fortbildung mit Ihnen im digitalen Format.**

# VERTIEFENDE NACHMITTAGSANGEBOTE

(Zum Anmelden klicken Sie bitte auf die verlinkten PL-Nummern)

## 1. Resilienz fördern – Wie mach ich's? Wie machst du's? Impulsgeleitetes Austauschforum zur Stärkung und Bereicherung resilienzförderlichen Elternverhaltens.

Marlene Kramer, Dipl.-Psych. & Friederike Stübinger, Dipl.-Psych.  
Pädagogisches Landesinstitut, Schulpsychologie

Im Rahmen dieses Vertiefungsangebots laden wir Sie ein, mit anderen Eltern das eigene Verhalten im Umgang mit dem Kind zur Stärkung dessen Resilienz zu reflektieren. In wechselnden Kleingruppen erhalten Sie die Möglichkeit, sich zu sechs verschiedenen Aspekten resilienzförderlichen Elternverhaltens anhand hilfreicher Fragen auszutauschen und gegenseitig zu bereichern.

**Anmeldung:** PL-Nr. [2232000021](#)

## 2. Embodiment – Der Körper als Instrument zur Resilienzförderung

Astrid Pößiger, Dipl.-Psych. & Julia Katerkamp, M. Sc. Psychologie  
Pädagogisches Landesinstitut, Schulpsychologie

In diesem Vertiefungsangebot haben Sie die Möglichkeit die Methode des Embodiment kennenzulernen. Nach einem kurzen Input über die Wirkmechanismen, stellen wir Ihnen verschiedene Übungen vor, mit denen Sie auf die kleineren und größeren Probleme Ihrer Kinder im (Schul-)leben reagieren können. Diese lassen sich schnell und einfach in den Alltag integrieren. Dazu bedarf es keiner Vorerfahrung oder besonderer sportlichen Fähigkeiten 😊. Auch sind die Übungen für alle Altersgruppen geeignet.

In Kleingruppen werden Sie die Möglichkeit haben, kreative Ideen für die konkrete Umsetzung in Ihren Alltag zu sammeln.

**Anmeldung:** PL-Nr. [2232000022](#)

## 3. „Wie war's in der Schule?“ – „Gut.“ Mit Kindern beziehungsförderlich über den Schulalltag ins Gespräch kommen.

Sophie Barz, M. Sc. Psychologie & Michelle Herrmann, M. Sc. Psychologie, Pädagogisches Landesinstitut, Schulpsychologie

Ein Workshop für Elternteile, die ihre Kommunikation über die Schule mit ihren Kindern in den Blick nehmen möchten.

Kinder, in deren Familien wertschätzend miteinander geredet und zugehört wird, werden zu resilienten Erwachsenen. Hier bietet sich insbesondere der Erfahrungsraum Schule an, um zu Hause gemeinsam ins Gespräch zu kommen. Im Rahmen dieses Vertiefungsangebots laden wir Sie ein, Tipps und Tricks kennenzulernen, um mit Ihrem Kind beziehungsförderlich über die Schule, und dort auftretende schöne als auch herausfordernde Momente, zu sprechen.

**Anmeldung:** PL-Nr. [2232000023](#)

#### 4. „(Un-)Möglich?! Stressbewältigung für den Alltag“

Verena Ernst, M. Sc.-Psych.

Stress im Alltag vorbeugen und bewältigen - oft leichter gesagt als getan. Ziel dieses Vertiefungsangebots ist es, Resilienz von Eltern und Jugendlichen durch verbesserten Umgang mit Stress zu stärken. Abgeleitet aus einem grundlegenden Erklärungsmodell zur Stressentstehung erstellen wir eine Sammlung alltags-tauglicher, individueller Strategien für einen adaptiven Umgang mit Stress. Damit sich die Strategien auch tatsächlich in den Alltag integrieren lassen, soll besonderer Fokus darauf liegen, über Hindernisse und Barrieren für die Umsetzung im Alltag von Eltern und Jugendlichen zu identifizieren und niederschwellige Lösungsmöglichkeiten zu deren Überwindung zu erarbeiten. Den Abschluss bildet die gemeinsame Durchführung einer kurz- und langfristig einsetzbaren stresslösenden Übung.

**Anmeldung:** PL-Nr. [2232000024](#)

#### 5. Achtsamkeit im Alltag – ein Praxisworkshop

Vanessa Wolter, Dipl.-Psych., Psychologische Psychotherapeutin

*„Die beste Weise, sich um die Zukunft zu kümmern, besteht darin, sich sorgsam der Gegenwart zuzuwenden“*  
(Thich Nhat Hanh).

Das Konstrukt der Achtsamkeit soll den Teilnehmenden des Workshops interaktiv und praxisbezogen näher gebracht werden. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer werden sowohl informelle als auch formelle Achtsamkeitsübungen kennenlernen und im digitalen Raum umsetzen. Aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse zu Achtsamkeit sowie der langfristige Nutzen einer regelmäßigen Achtsamkeitspraxis werden den Teilnehmenden vermittelt. Zum Abschluss des Workshops werden gemeinsam und in Kleingruppen Hindernisse, motivationale Aspekte und praktische Umsetzungsmöglichkeiten einer eigenen Achtsamkeitspraxis erarbeitet.

**Anmeldung:** PL-Nr. [2232000025](#)

#### 6. Resilienzförderung durch Kooperation zwischen Schule & Elternhaus?

Mirjam Lambinet & Robin Schenk, Schulsozialarbeit an der IGS Mainz-Bretzenheim

In diesem Workshop wollen wir gemeinsam erarbeiten, wie eine gelingende Kooperation zwischen Schule und Elternhaus aussehen kann. Dabei möchten wir folgenden Fragen nachgehen:

Was hat gelingende Kooperation zwischen Schule und Elternhaus mit Resilienzförderung zu tun? Welche Bedingungen können dafür förderlich sein? Gibt es mögliche Hindernisse? Welche Möglichkeiten und Grenzen haben Sie als Eltern, um dazu beizutragen?

Durch das Einbringen Ihrer Erfahrungen und Fragen erhalten Sie die Möglichkeit, eigene Schwerpunkte zu setzen.

**Anmeldung:** PL-Nr. [2232000026](#)

# ANMELDUNG ZUM HAUPTVORTRAG SOWIE EINEM DER SECHS NACHMITTAGSANGEBOTE

(Zum Anmelden klicken Sie bitte auf die verlinkten PL-Nummern)

<http://fortbildung-online.bildung-rp.de>

## **Resilienz fördern – Wie mach ich's? Wie machst du's?**

**Anmeldung:** PL-Nr. [2232000021](#) (Teilnehmerzahl max. 50)

## **Embodiment – Der Körper als Instrument zur Resilienzförderung**

**Anmeldung:** PL-Nr. [2232000022](#) (Teilnehmerzahl max. 50)

## **„Wie war's in der Schule?“ – „Gut.“**

**Anmeldung:** PL-Nr. [2232000023](#) (Teilnehmerzahl max. 50)

## **„(Un-)Möglich?! Stressbewältigung für den Alltag“**

**Anmeldung:** PL-Nr. [2232000024](#) (Teilnehmerzahl max. 25)

## **Achtsamkeit im Alltag – ein Praxisworkshop**

**Anmeldung:** PL-Nr. [2232000025](#) (Teilnehmerzahl max. 25)

## **Resilienzförderung durch Kooperation zwischen Schule & Elternhaus?**

**Anmeldung:** PL-Nr. [2232000026](#) (Teilnehmerzahl max. 30)

**Die konkreten Zugangsdaten erhalten Sie nach erfolgreicher Anmeldung wenige Tage vor der Veranstaltung per E-Mail.**

**Es entstehen keine Teilnahmegebühren.**

### **Bei Fragen zur Anmeldung wenden Sie sich an:**

Pädagogisches Landesinstitut Rheinland-Pfalz

Andrea Pogrzeba

Tel.: 0651 20062110

E-Mail: [andrea.pogrzeba@pl.rlp.de](mailto:andrea.pogrzeba@pl.rlp.de)

**Anmeldeschluss ist der 06.11.2022**

### **Kontakt**

Koordinationsstelle für Elternarbeit im Ministerium für Bildung

Tel: 06131 162917

E-Mail: [elternarbeit@bm.rlp.de](mailto:elternarbeit@bm.rlp.de)

### **Elternportal**

<https://eltern.bildung-rp.de>

In Kooperation:



RheinlandPfalz

PÄDAGOGISCHES  
LANDESINSTITUT



RheinlandPfalz

MINISTERIUM FÜR BILDUNG

Ministerium für Bildung  
Mittlere Bleiche 61  
55116 Mainz  
Tel: 06131 16-0 (zentraler Telefondienst)  
Fax: 06131 16-29 97  
E-Mail: [elternarbeit@bm.rlp.de](mailto:elternarbeit@bm.rlp.de)