

Übersicht Impulsvortrag und Workshopangebote

Mental gesund an Schule – Ein Fachtag für Beratungslehrkräfte in Nordthüringen

04.08.2025, 9:00 bis 16:30 Uhr

Thema:	Wie können Schule und Unterricht so gestaltet werden, dass sich möglichst alle Schüler*innen wohlfühlen? (Impulsvortrag)
Beschreibung:	Das schulische Wohlbefinden von Kindern und Jugendlichen ist nicht nur Bedingung für erfolgreiches Lernen, sondern auch zentrales Ziel von Bildung. Im Vortrag werden Erkenntnisse aus zwei Längsschnittstudien – dem BiPsy Monitor und dem Deutschen Schulbarometer Schüler*innen – geteilt, in denen an jeweils über 1000 Kindern und Jugendlichen untersucht wurde, welche Unterrichts- und Schulmerkmale besonderen Einfluss auf das schulische Wohlbefinden und die psychische Gesundheit von Schüler*innen haben. Im Fokus stehen dabei die Unterrichtsmerkmale Kognitive Aktivierung, Konstruktive Unterstützung und Klassenführung.
Dozent:	Dr. Franziska Greiner-Döchert, Universität Leipzig
Zielgruppe:	Pädagog*innen aller Schularten

Thema:	Ideen für die Realisierung eines Wohlbefindens förderlichen Unterrichts (Workshop)
Beschreibung:	Aufbauend auf den im Impulsvortrag skizzierten Befunden zum Einfluss bestimmter Unterrichts- und Schulmerkmale auf das schulische Wohlbefinden und die psychische Gesundheit von Schüler*innen, sollen im Workshop konkrete Handlungsmöglichkeiten zur Förderung des schulischen Wohlbefindens in der Schulpraxis übertragen und diskutiert werden.
Dozent:	Dr. Franziska Greiner-Döchert, Universität Leipzig
Zielgruppe:	Pädagog*innen aller Schularten

Übersicht Impulsvortrag und Workshopangebote

Mental gesund an Schule – Ein Fachtag für Beratungslehrkräfte in Nordthüringen

04.08.2025, 9:00 bis 16:30 Uhr

Thema:	IMPRESSION DEPRESSION – Eine Virtual-Reality-Erfahrung der Robert-Enke-Stiftung“ (Workshop)
Beschreibung:	Der Workshop verfolgt das Ziel, mehr Verständnis für depressiv erkrankte Personen zu wecken, indem Nichtbetroffene für die Erkrankung sensibilisiert werden. Zu diesem Zweck werden einzelne Facetten der Gedanken- und Erlebenswelt von depressiv erkrankten Menschen mit Hilfe einer Virtual-Reality-Brille dargestellt. Die Teilnehmenden können hierdurch krankheitstypische Symptome wie Antriebslosigkeit, Grübeln oder Ausweglosigkeit in einer Selbsterfahrung realitätsnah miterleben.
Dozent:	Robert-Enke-Stiftung
Zielgruppe:	Pädagog*innen aller Schularten

Thema:	Vorstellung des Programms „Verrückt? Na und! Seelisch fit lernen“ (Workshop)
Beschreibung:	<p>Das Präventionsprogramm „Verrückt? Na und! Seelisch fit lernen“ wurde entwickelt für Schüler*innen ab der 8. Klassenstufe und hat die Förderung der seelischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen, einen aufgeklärten, offenen Umgang mit dem Thema „Seelische Gesundheit“ sowie die Verringerung von Stigmatisierung, Ausgrenzung und Diskriminierung von psychisch erkrankten Menschen zum Ziel. Die Heranwachsenden werden angeregt, sich über große und kleine Fragen zur seelischen Gesundheit auszutauschen. Sie lernen Menschen kennen, die Erfahrung mit psychischen Gesundheitsproblemen haben, entweder als Expert*innen in eigener Sache oder von Berufs wegen. Dadurch bekommt das komplexe Konstrukt „seelische Gesundheit“ ein Gesicht, ist zum Greifen nah – und dabei ganz normal. Darüber hinaus werden pädagogische Fachkräfte, Eltern, Schulsozialarbeiter*innen und Schulpsycholog*innen informiert und fortgebildet, um mit der seelischen Gesundheit gute Schule zu machen. Kommunale Akteure und Netzwerke werden durch das Programm in ihren Aktivitäten zur Förderung der psychischen Gesundheit junger Menschen unterstützt. Gleichzeitig soll Schulen damit der Zugang zum regionalen Hilfs- und Beratungsnetzwerk erleichtert werden.</p> <p>Im Workshop wird das Programm vorgestellt und Einsatzmöglichkeiten werden diskutiert.</p>
Dozent:	Silke Nöller & Dr. Victoria Obbarius, Landesvereinigung für Gesundheitsförderung Thüringen e.V. –AGETHUR-
Zielgruppe:	Pädagog*innen aus RS, TGS, GY und BBS

Übersicht Impulsvortrag und Workshopangebote

Mental gesund an Schule – Ein Fachtag für Beratungslehrkräfte in Nordthüringen

04.08.2025, 9:00 bis 16:30 Uhr

Thema:	Vorstellung des Programms „MindMatters – Mit seelischer Gesundheit gute Schule entwickeln“ (Workshop)
Beschreibung:	MindMatters ist ein Programm zur Förderung der psychischen Gesundheit an Grund- und weiterführenden Schulen. Das Programm basiert auf dem Konzept der guten gesunden Schule - auf dem Zusammenhang von Gesundheitsförderung und Bildungserfolgen. Es fördert die Unterrichtsgestaltung in allen Klassenstufen sowie die Entwicklung der ganzen Schule in Bezug auf psychisches Wohlbefinden. Die Materialien und Unterrichtseinheiten sind in Modulen mit jeweils unterschiedlichen Themenschwerpunkten zusammengestellt. Im Workshop werden das Programm und die Materialien vorgestellt. Die Teilnehmer*innen haben die Möglichkeit, einzelne Übungen auszuprobieren und Einsatzmöglichkeiten in der Schule zu diskutieren.
Dozent:	Dr. Victoria Obbarius & Silke Nöller, Landesvereinigung für Gesundheitsförderung Thüringen e.V. –AGETHUR-
Zielgruppe:	Pädagog*innen aller Schularten

Thema:	Vorstellung des Resilienzkooffers – Ein Methodenpaket zur Ressourcenstärkung (Workshop)
Beschreibung:	Um den Herausforderungen des Lebens zu begegnen und gegenüber Krisen widerstandsfähiger zu werden, braucht es mehr Aufmerksamkeit und Bewusstsein für individuelle und kollektive Schutzfaktoren. Hier setzt der Resilienzkooffer an. Der Methodenkooffer richtet sich an Kleinteams von 8-15 Personen aus dem Gesundheits-, Verwaltungs-, Sozial- und Bildungsbereich. Er beinhaltet ein Workshopkonzept mit aufeinander abgestimmten und erprobten Methoden, um „seelische Gesundheit“ zu thematisieren. Die Teammitglieder werden durch Referent*innen der AGETHUR dabei unterstützt, verschiedene Facetten von Resilienz im Sinne einer Selbsterfahrung kennenzulernen. Innerhalb des ein- bis zweitägigen Workshops werden den Teilnehmenden theoretische Grundlagen vermittelt, Anregungen zur Reflexion gegeben, persönliche Ressourcen aktiviert und das Zusammenwirken als Team in den Blick genommen. Im Workshop erhalten die Teilnehmer*innen einen Einblick in den Resilienzkooffer und einzelne Methoden werden exemplarisch durchgeführt.
Dozent:	Elisabeth Zimny, Landesvereinigung für Gesundheitsförderung Thüringen e.V. –AGETHUR-
Zielgruppe:	Pädagog*innen aller Schularten

Übersicht Impulsvortrag und Workshopangebote

Mental gesund an Schule – Ein Fachtag für Beratungslehrkräfte in Nordthüringen

04.08.2025, 9:00 bis 16:30 Uhr

Thema:	„Selbstverletzendes Verhalten bei Kindern und Jugendlichen“ (Workshop)
Beschreibung:	Folgendes wird im Rahmen des Workshops thematisiert: <ul style="list-style-type: none">• Grundlagenvermittlung zur Thematik → kurzer theoretischer Input zu Begrifflichkeiten und Abgrenzung zur Suizidalität• Handlungsmöglichkeiten und päd. Interventionen im Umgang mit Selbstverletzungen im schulischen Kontext• Fallbesprechung und praktische Anwendungsbeispiele von Skills etc. zur Emotionsregulation bei Kindern und Jugendlichen
Dozent:	Dipl.- Päd. Antje Feist, Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin Heilbad Heiligenstadt
Zielgruppe:	Pädagog*innen aller Schularten

Thema:	Wie kann unsere persönliche Vitalität durch Ernährung und Bewegung beeinflusst werden und was bietet der arbeitsmedizinische Dienst der Schulämter dazu an? (Workshop)
Beschreibung:	Der 90-minütige Input vermittelt Ihnen eine Basis, welche Auswirkungen die Ernährung bzw. bestimmte Ernährungsformen und Alltagsbewegung bzw. Freizeitsport auf das Wohlbefinden haben. Darüber hinaus werden Ihnen einerseits einige Tipps zur persönliche Umsetzung mit auf den Weg gegeben. Andererseits werden Ihnen die Angebote des arbeitsmedizinischen Dienstes und deren Rahmenbedingungen vorgestellt.
Dozent:	Karoline Engler, Referentin Gesundheitsmanagement, Staatliches Schulamt Nordthüringen
Zielgruppe:	Pädagog*innen aller Schularten

Übersicht Impulsvortrag und Workshopangebote

Mental gesund an Schule – Ein Fachtag für Beratungslehrkräfte in Nordthüringen

04.08.2025, 9:00 bis 16:30 Uhr

Thema:	Die PERMA-Formel: ein Bauplan für Lebensfreude und Wohlbefinden von Lehrkräften und ihren Schüler*innen (Workshop)
Beschreibung:	In der Positiven Psychologie werden die Gelingensfaktoren eines guten Lebens betrachtet. Dabei gibt sie aufschlussreiche Hinweise auf die Fragen: Wie können positive Empfindungen im Alltag kultiviert werden und das allgemeine Wohlbefinden gefördert werden? Wie können eigene Potenziale entdeckt und noch stärker zur Entfaltung gebracht werden? Die sogenannte PERMA-Formel beleuchtet fünf wichtige Bereiche, auf die wir im Alltag achten können. Die Referenten des Schulpsychologischen Dienstes stellen den Ansatz vor und laden zu kleinen Übungen sowie zur Diskussion möglicher Umsetzungsideen im (Arbeits-)Alltag ein.
Dozent:	Maximilian Reimers, Referent im Schulpsychologischen Dienst, Staatliches Schulamt Nordthüringen
Zielgruppe:	Pädagog*innen aller Schularten

Thema:	„Stark im Schulalltag – Mentale Gesundheit stärken mit der Thüringenhilfe e.V.“ (Workshop)
Beschreibung:	<p>In diesem 90-minütigen Workshop lernen Lehrkräfte die Arbeit der Thüringenhilfe e.V. kennen – einem gemeinnützigen Verein mit Sitz in Erfurt, der sich für Gewaltprävention, Mobbingbekämpfung und die Förderung mentaler Gesundheit im schulischen Kontext einsetzt. Frau Klein-Rohloff, zentrale Ansprechpartnerin am Hauptsitz in Erfurt, koordiniert landesweite Projekte. Neu ist die Zweigstelle Südharz, geleitet von Nadine Holzapfel-Klimpel, die künftig gezielt den Bereich Nordthüringen betreut.</p> <p>Im Workshop erwartet die Teilnehmenden ein kompakter Impuls zum Thema „Mentale Gesundheit im Schulalltag“, praxisnahe Tools zur Resilienzförderung im Klassenzimmer sowie Anregungen zur Selbstfürsorge im Lehrberuf. Ergänzt wird das Programm durch Fallbeispiele, Austauschformate und konkrete Hinweise auf Kooperationsmöglichkeiten mit der Thüringenhilfe e.V. – regional wie landesweit.</p>
Dozent:	Nadine Holzapfel-Klimpel und Nico Döring, Thüringenhilfe e.V.
Zielgruppe:	Pädagog*innen aller Schularten

Übersicht Impulsvortrag und Workshopangebote

Mental gesund an Schule – Ein Fachtag für Beratungslehrkräfte in Nordthüringen

04.08.2025, 9:00 bis 16:30 Uhr

Thema:	Mentale Stärke für Lehrkräfte: Wohlbefinden und Entlastung im Schulalltag (Workshop)
Beschreibung:	<p>In unserem Workshop „Mentale Stärke für Lehrkräfte: Wohlbefinden und Entlastung im Schulalltag“ unterstützen wir Lehrkräfte dabei, ihre mentale Gesundheit zu fördern und ihre Resilienz zu stärken. Durch interaktive Übungen, individuelle Reflexionen und gemeinsamen Austausch lernen die Teilnehmenden, Stress zu bewältigen sowie ein gesundes Gleichgewicht zwischen Belastung und Entlastung zu finden.</p> <p>Ziel ist es, Lehrkräfte zu empowern, damit sie nicht nur ihre eigene mentale Gesundheit stärken, sondern auch als Vorbilder für ihre Kolleginnen und Kollegen bzw. Schülerinnen und Schüler fungieren können.</p> <p>Gemeinsam schaffen wir einen Raum für Austausch, Unterstützung und persönliches Wachstum.</p>
Dozent:	Jonas Dirlam, Referent im Schulpsychologischen Dienst, Staatliches Schulamt Nordthüringen
Zielgruppe:	Pädagog*innen aller Schularten

Thema:	„Meine Maske - mein Ich?“ (Rollenbilder, Selbstfürsorge, Selbsterfahrung, mit klarem Bezug auf die Arbeit mit Schülern) (Workshop)
Beschreibung:	<p>Folgendes wird in diesem Workshop thematisiert:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Schüler ermutigen, über ihre Rolle im Schulalltag zu sprechen (Wie sehe ich mich- und wie sehe ich mich selbst?)2. Emotionen benennen und sichtbar machen (Übungen)3. Den Einstieg in Gespräche erleichtern. (Wenn ich eine Maske hätte, würde sie.....)4. Schülern helfen, eigene Stärken wahrzunehmen5. In Klassen Impulse für Selbstwahrnehmung und gegenseitiges Verständnis setzen. (alltagstaugliche Methoden)
Dozent:	Katrin Ellendt, Theaterpädagogin
Zielgruppe:	Pädagog*innen aller Schularten