

„Stress lass nach...“

Ein innovatives
Präventionsprogramm über
**soziales Lernen,
Beziehungsgestaltung und
Mentalisieren**

zur Gesunderhaltung und
Resilienzförderung pädagogischer
Fachkräfte

Wir laden Sie ein, zu einer
Mentalisierungsfortbildung mit 2
Blockveranstaltungen (Grundlagen
plus Übungen) sowie Fallarbeit und
Supervision.

Ort: Evangelische Hochschule
Darmstadt

Zeit: Fr. 15.09.- Sa. 16.09.2023
und Fr. 23.02.- Sa. 24.02.2024

**plus Supervision (16 UE, nach
Absprache vor Ort)**

Weitere Informationen und
Anmeldung über www.mented.de
(Kontakt) oder

Prof. Dr. Holger Kirsch,
holger.kirsch@eh-darmstadt.de
Prof. Dr. Stephan Gingelmaier,
gingelmaier@ph-ludwigsburg.de

*"Als das Fallbeispiel besprochen wurde,
hatte ich einen Aha-Effekt [...] Ich glaube,
wenn man glaubt, in einer Sackgasse zu
stecken, ist ein gemeinsames Mentalisieren
der Schlüssel". (Feedback Teilnehmerin)*

Teilnahmegebühr:

**690,- € (Frühbucherrabatt bis
01.06.2023) danach 750,- €**

**begrenzte Teilnehmer:innenzahl
(max. 24 Plätze)**

Konto: geht Ihnen nach Anmeldung zu



Mentalisieren und Stress

Aktuelle Studien belegen, dass viele pädagogische Fachkräfte ihre Tätigkeit als anstrengend, stresshaft und erschöpfend erleben (Bauknecht & Wesselborg, 2021).

Der Mentalisierungsansatz ist eine innovative und gut beforschte psychodynamische Theorie. Mentalisieren betont die Fähigkeit, dem eigenen und dem Verhalten anderer eine Bedeutung zuzuschreiben, indem *intentionale* mentale Zustände (z.B. Emotionen, Wünsche oder Gedanken) unterstellt werden, die dem Verhalten zugrunde liegen.

Mentalisieren kann helfen mit stressauslösenden Ereignissen besser umzugehen, die eigene Handlungsfähigkeit und Selbstwirksamkeit bleiben länger erhalten, „Stress lässt nach“ (Stein 2013, Schwarzer 2019).

Die vorläufige Planung umfasst:

Freitag 15.09.23 (erstes Wochenende)

10.30-12.00 Einführung

12.15-13.45 Mentalisieren in der Pädagogik

Mittagspause

14.45-16.15 Stress und Mentalisieren

16.45-18.15 Mentalisieren macht resilienter gegenüber Stress

Samstag 16.09.23

9.00-10.30 Gruppen und Stress, Umgang mit Konflikten

11.00 – 12.30 Fortsetzung (Übungen)

Mittagspause

13.30 -15.00 Uhr Mentalisierende Haltung und Interventionen

15.15-16.45 Fortsetzung (Rollenspiele)

17.00- 18.00 Rückblick und Ausblick

„Sowohl für meine berufliche als auch persönliche Weiterentwicklung war alles sehr hilfreich. Ich habe viel über mich selbst lernen können, auch in Bezug auf eine große Gruppe“.



Die Teilnahmegebühr schließt Getränke und Snacks sowie ein Handout ein.

Supervisionstermine werden vor Ort vereinbart.

Informationen u.
Anmeldung
www.mented.de

