



Susanne Krämer
**Wache Schule: Mit
Achtsamkeit zu Ruhe und
Präsenz**
Mit CD

Erschienen am 31.01.2019
288 Seiten, kartoniert
Format: 17.0 x 24.0 cm
ISBN: 978-3-95571-617-2

Susanne Krämer

Wache Schule: Mit Achtsamkeit zu Ruhe und Präsenz

Mit CD

So werden aus Kindern starke Kämpfer- und Sie zu ihrem Vorbild

Resilienz, also die psychische Widerstandsfähigkeit, ist unerlässlich, um schwierige Situationen und Herausforderungen im Leben bewältigen zu können.

Für Lehrerinnen und Lehrer ist Resilienz im Schulalltag eine wichtige Kompetenz, die dabei hilft, gelassener mit individuellen Verhaltensauffälligkeiten einzelner Kinder und mit klassendynamischen Prozessen umzugehen.

Resilienz setzt sich unter anderem aus den Aspekten Optimismus und Fehlerfreundlichkeit, Lösungsorientierung, persönliche Verantwortungsübernahme, Selbstwirksamkeit und soziale Kompetenzen zusammen. Pädagogen, die ihren Schülern diese Werte vorleben, unterstützen sie in einer gesunden Persönlichkeitsentwicklung - und vermitteln über das reine Schulwissen hinaus grundlegende Ressourcen für ein selbstbestimmtes und verantwortungsvolles Leben.

Mit neurobiologischem Hintergrundwissen und vor allem praktischen Übungen unterstützt dieses Buch Sie in der Entwicklung Ihrer Resilienz und bietet Ihnen Ideen und Anregungen für die Resilienzförderung Ihrer Schüler und Schülerinnen.

Biografien

Susanne Krämer

Susanne Krämer arbeitet am Zentrum für Lehrerbildung und Schulforschung der Universität Leipzig. Zu ihren Schwerpunkten gehören verbale und nonverbale Kommunikation, Achtsamkeit und Kommunikationskompetenz durch spielbasierte Methoden.

Junfermann Verlag GmbH

Driburger Straße 24 d • 33100 Paderborn

Telefon: ++49 / 5251 / 1344-0 • E-Mail: infoteam@junfermann.de

<http://www.junfermann.de>