



# ARBEITSGEMEINSCHAFTEN

## Coaching in Stresssituationen



### WAS

Das vergangene Schuljahr stellte uns alle vor besondere Herausforderungen.- homeschooling, Kontaktbeschränkungen, Selbstmotivation, eigenverantwortliches Arbeiten.

Daher bieten wir eine Coachinggruppe für den Umgang mit besonderen Stresssituationen an. Dazu gehören auch Stresssituationen bei anderen Prüfungssituationen. Gemeinsam wollen wir neue Bewältigungsstrategien entwickeln und Methoden ausprobieren, um trotz Belastung besser durch den stressigen Alltag zu kommen.

Dieses Angebot richtet sich an alle Schüler\*innen der Großen Schule, des Gym. Am Schloss und des THG's und wird von den Schulsozialarbeiter\*innen begleitet.

**Die AG findet 14tägig statt. Das 1. Treffen ist am 14.09.21 von 13.30 –15.00 Uhr.**

### FÜR WEN

ab Jahrgangsstufe 7

### WANN

nach Absprache

### WO

Räume der Schulsozialarbeit (z.B.Medienhaus)

### WER

Silke Weber (Schulsozialarbeiterin) u.a.  
**ANMELDUNG DIREKT BEI FRAU WEBER**

