



# Boxenstopp für PMA - Reifen wechseln, Nachjustieren, Vollarbeiten

Der Vormittag bietet einen bunten Mix aus kurzen Input Impulsen und sehr unterschiedlichen Übungen. Spielerisch, mit Spaß und Leichtigkeit erarbeiten wir uns Praxistaugliches aus dem Themenspektrum Stressmanagement, Achtsamkeit und empathischer (Selbst-)Führung.

Da der Erkenntnisgewinn dieses Seminars hauptsächlich auf dem direkten Erleben beruht, wird es keine umfangreichen Handouts geben. Jedoch immer wieder Visualisierungen von Reflexion und Austausch, so dass jede\*r eine Fotodokumentation von dem, was einer\*m wichtig erscheint, mitnehmen kann.

Der Boxenstopp findet im Theater statt, weil es keinen besseren Ort für das Spiel und Ausprobieren von Präsenz und Rolle gibt. Bitte bequeme Kleidung und Schuhe mitbringen!

Seminarleitung:

Angela Plentz freiberuflich tätig als Fachberatung, Coach, Mediatorin und Theaterpädagogin (u.a. Ausbildungen in Stressmanagement, Seelsorge, Psychodrama, Improvisations- und Playback Theater)

Zielgruppe: Pädagogische Fachkräfte der Einrichtungen des AWO-Bezirksverband Braunschweig e.V.

**Veranstaltungsnummer** FE 80

**Beginn** 02.05.2023  
09:00 Uhr

**Ort** KULT Theater im Schimmelhof, Hamburger Str. 273, Hof C2  
(Bühnenraum)

**Dauer** 3,5 Stunden

[Anmeldung](#)

 [als PDF exportieren](#)