



Termin:

**Do., 18.06. +
Fr., 19.06.2026
von 9 bis 17 Uhr**



Ort:

[Albert Schweitzer Haus](#),
Garnisongasse 14-16, 1090
Wien



Referent*innen:

[Matthes](#),
Anne

Laut Statistiken leidet jedes fünfte Kind in Österreich unter Mobbing und Stress. Aber auch bei Erwachsenen sind die Zahlen für Mobbingvorfälle alarmierend. Die Auswirkungen sind dabei vielfältig und können zu negativen Spätfolgen führen.

In diesem Workshop tauchen wir tiefer in die Welt der Gedanken und Bedürfnisse ein, um das Selbstvertrauen zu stärken, Selbstwirksamkeit zu erkennen, um Mobbing-Situationen leichter zu bewältigen. Durch das Erarbeiten der vier häufigsten Konfliktsituationen bei Kindern sowie damit verbundene Handlungsstrategien werden nicht nur neue Wege des Umgangs geschaffen, sondern es wird auch der Blick auf die eigene Vorbildrolle sensibilisiert.

Am zweiten Tag des Workshops werden wir die Perspektive wechseln und gemeinsam herausfinden, was sich hinter den Handlungen der sogenannten Täter*innen verbirgt. Begeben Sie sich auf eine Reise des neuen Umgangs mit vermeintlichen Täterinnen und Tätern, weg von Verurteilung hin zu echter Unterstützung und Problemlösung.

SEMINAR:

- Gedanken-Wirkungskreislauf: Warum die Innenwelt entscheidend für die eigenen Erfahrungen und bei Mobbing ist
- Erarbeiten einer Wertehierarchie und dadurch Erkennen der eigenen Bedürfnisse
- Selbstbewusstsein: Was wirklich dahintersteckt und wie es gefördert werden kann
- Das Konzept der Besten Option und wie wir Kindern die Möglichkeit geben, eine neue Beste Option zu nutzen
- Feel-Back-Goal-Methode kennen- und nutzen lernen
- Einstieg in die klare Kommunikation
- 4 Schritte, um mit Druck und Stress besser umgehen zu können
- 4 Konflikte, die sich im Alltag von Kindern immer wieder zeigen
- Die besten Strategien gegen die häufigsten Konflikte, inklusive Übungen
- Die logischen Ebenen und die Verknüpfung zum Gedanken-Wirkungskreislauf
- Fallbeispiele aus dem Alltag und das objektive Betrachten des Verhaltens von Täter*innen

ZIELE:

- Mobbing bzw. Konfliktsituationen sowie den Umgang damit besser verstehen
- Eigene Bedürfnisse und Selbstwirksamkeit erkennen
- Verstehen des Gedanken-Wirkungskreislaufs
- Einfühlungsvermögen der Teilnehmer*innen steigern
- Reflexion des eigenen Verhaltens und Bearbeitung von Alltagssituationen

FGÖ-BILDUNGSNETZWERK IN WIEN



Fonds Gesundes
Österreich



Für die
Stadt Wien

METHODEN:

- Impulsvorträge
- Gruppenarbeit
- Speed-Groups
- Praktische Übungen
- Rollenspiele
- Reflexionsaufgaben

ZIELGRUPPE:

- Pädagog*innen
- Berater*innen
- Führungskräfte
- Multiplikator*innen
- Eltern



Information: 01 4000-76906, office@wig.or.at, www.wig.or.at

Gesamt-Gebühr je 2-tägigem Seminar: € 150,00

Anmeldung: <https://seminare.goeg.at/gnqkb/>

FGÖ-BILDUNGSNETZWERK IN WIEN



Fonds Gesundes
Österreich



Für die
Stadt Wien