|  |
| --- |
| **Inhalte des Healing-Classrooms-Konzepts** |
| **Baustein** | **stabilisierendes Umfeld** | **sozial-emotionales Lernen** | **Achtsamkeit** |
| Inhalte und Übungen | * Selbstkontrolle stärken
* Zugehörigkeitsgefühl schaffen
* Selbstwertgefühl stärken
* positive Bindungen fördern
* intellektuelle Anregung fördern
 | * Gefühlsregulierung
* Beziehungsfähigkeit
* Konfliktfähigkeit
* Beharrlichkeit
 | * ruhige Achtsamkeits-übungen
* aktive Achtsamkeits-übungen
 |