|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **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 |