

## Fortbildung für Lehrer:innen

# Prokrastination

## Ein Seminar über Lust und Frust beim Aufschieben

Diese Fortbildung richtet sich an Lehrer:innen, die sich mit dem Thema des alltäglichen Aufschiebens bis hin zur Prokrastination auseinandersetzen möchten. Hierbei nehmen wir die Lehrenden genauso in den Fokus, wie die Lernenden - mit Schwerpunkt bei den Schüler:innen im oberen Begabungsbereich.

Inhalte der Fortbildung:

- Definition und Abgrenzung der Begriffe Aufschieben und Prokrastination
- Ursachen und Mechanismen der Prokrastination
- Motivation und Vision
- Einflussfaktoren, wie z. B. Perfektionismus, mangelnde Anstrengungsbereitschaft, Routinen, Umgang mit Misserfolgen, Hochbegabung, Faulheit, Langeweile...
- Den Kreislauf durchbrechen: Lösungswege – Methoden und Materialien

Das Ziel der Fortbildung ist, dass die Teilnehmenden verstehen, wie Prokrastination funktioniert und vielfältige Lösungswege kennenlernen.

### Termin

Donnerstag, der 23.05.2024  
9.00 – 16.00 Uhr

### Referentinnen

Erika Schnieders  
Staatlich anerkannte Erzieherin und Begabungspädagogin  
Sabine Hogrebe  
Diplom-Sozialpädagogin und Begabungspädagogin

### Kursgebühr

95 Euro

### Veranstaltungsort

Grips & Co. – Osnabrücker Zentrum für Begabungsförderung OZBF  
Gröbelweg 18 a (Eingang Zum Töfatt), 49082 Osnabrück

### Anmeldung

per E-Mail [ozbf@grips-und-co.de](mailto:ozbf@grips-und-co.de)

Noch Fragen? Das Team von Grips & Co. ist telefonisch unter 0541 40761330 zu erreichen (montags 15.00 – 17.00 Uhr und mittwochs 10.00 – 12.00 Uhr, sonst AB).