

Wir reden über Geld: Finanzielle Bildung und Mental Health

Beschreibung der Fortbildung

Finanzen sind ein sehr persönliches Thema: Wir alle haben individuelle Glaubenssätze zu Geld, unterschiedliche Sorgen und Einstellungen. Sich mit den eigenen Finanzen zu beschäftigen, kann aufwühlend sein und starke Emotionen hervorrufen. Die Fortbildung beleuchtet Möglichkeiten, sensibel über Finanzen zu sprechen. Sie stellt unser Buddy-Book sowie weitere Methoden vor, die die Kommunikation und den Umgang mit aufkommenden Emotionen erleichtern. Die vorgestellten Methoden sind selbstverständlich nicht nur für den Unterricht in Finanzbildung einsetzbar.

Inhalte und Ziele

- Den Zusammenhang von Finanzen und psychischem Stress verstehen.
- Kostenloses Material – das Buddy-Book – für den Unterricht in finanzieller Bildung erhalten.
- Methodenbox zur Emotionsregulation kennenlernen und ausprobieren.
- Ideen für den eigenen Unterricht entwickeln.