8. Netzwerktagung heterogen*lernen*

«Ich kann das sowieso nicht!»

Wie Kinder eine gute Selbststeuerung und Selbstwirksamkeit lernen können.

Tagung mit Fabian Grolimund

Samstag, 13. September 2025

Pädagogische Hochschule Graubünden

www.heterogen-lernen.ch

Netzwerk **heterogen***lernen*

altersdurchmischt – integrativ - innovativ

2

Samstag 13. September 2025 | 09.30 - 16.30 Uhr

«Ich kann das sowieso nicht!»

Wie Kinder eine gute Selbststeuerung und Selbstwirksamkeit lernen können.

Unser Thema

Sich auf eine schwierige Aufgabe einlassen, zuhören und den Fokus auf eine einzige Sache richten, mit den eigenen Frustrationen umgehen, sich an Regeln halten und selbstständig etwas zu Ende bringen: All das setzt eine gute Selbststeuerung voraus.

Doch aus welchen Bestandteilen besteht eigentlich eine gute Selbststeuerung? Wie können Kinder lernen, sich besser zu konzentrieren, ihre Impulse abzubremsen und ihre Gefühle zu regulieren? Und wie können wir sie auf diesem Weg begleiten?

An dieser Tagung erarbeiten wir konkrete, praxistaugliche Strategien, um sowohl auf Klassenebene als auch mit einzelnen Kindern an diesen Kompetenzen zu arbeiten – damit das Lernen für alle etwas leichter wird.

Unser Referent

Fabian Grolimund ist Psychologe und leitet gemeinsam mit Stefanie Rietzler die Akademie für Lerncoaching in Zürich. Er ist Autor mehrerer Bücher, darunter „Erfolgreich lernen mit ADHS und ADS", „Lotte, träumst du schon wieder?" und „Clever lernen".

Zielgruppen

- Lehrpersonen aller Schulstufen, Schulische Heilpädagog:innen, Schulleitungen, Fachpersonen aus dem Bildungsbereich

Kosten

- CHF 210.- inklusive Lunch und Pausenverpflegung

Anmeldung

- Anmeldung via mia der PHGR: Link
- Anmeldeschluss: 17. August 2025
- Es gelten die allgemeinen Geschäftsbedingungen der PH Graubünden.

Anreise mit öV

- Bus Nr. 3 ab Bahnhofplatz Richtung Haldenstein/ Untervaz, Haltestelle Weisstorkel (alle 10 Min.)
- Bus Nr. 4 ab Bahnhofplatz Richtung evangelische Alterssiedlung, Haltestelle Waldhaus (alle 10 Min.)
- Es stehen nur wenige Parkplätze zur Verfügung

Tagungsprogramm

ab 09.00	**Eintreffen & erste Stärkung**
09.30	**Begrüssung** Grussworte Prof. Dr. Silvia Deplazes, Prorektorin PHGR
09.45	**Selbststeuerung: Was verstehen wir unter dem Begriff und wie lässt sich die Selbststeuerung trainieren?**
11.00	Pause
11.25	**Selbststeuerung trainieren: „Ich kann das nicht!" – Wie Kinder Lernblockaden überwinden können.**
12.10	**mol ufa, mol aba, mol was?** chor d'affons Sumvitg
12.30	Speis & Talk
13.30	**Selbststeuerung trainieren: Wie impulsive Kinder lernen können, sich an Regeln zu halten und mit Wut umzugehen** **Transfer auf den eigenen Unterricht**
14.45	Pause
15.00	**Selbststeuerung: Selbsterfahrung anhand eines eigenen Beispiels**
16.00	**«Jetzt kann ich das!»**
16.30	**Tagungsende**