

ThILLM Heinrich-Heine-Allee 2-4 99438 Bad Berka	Veranstaltungskatalog	TIS-Online 14.11.2025
---	------------------------------	--------------------------

Titel

Thema:	Stressfrei(er) unterwegs in Social Media
Veranstaltungsnummer:	264100402

Inhalt/Beschreibung

Beschreibung und didaktische Gestaltung:	Soziale Medien sind wichtiger Bestandteil unserer modernen Gesellschaft geworden und bieten vielfältige Potenziale zur Ausgestaltung unserer Kommunikation über den gesamten Erdball hinweg. Aber soziale Medien können auch sehr anstrengend sein und Stress verursachen. Dafür gibt es zahlreiche Faktoren, die Stress bei der Nutzung von Instagram, WhatsApp und Co. auslösen können: ständige Erreichbarkeit, Informationsflut und der andauernde Vergleich mit anderen sind dabei nur einige Beispiele. Die gute Nachricht ist aber, dass wir es buchstäblich „selbst in der Hand haben“ ob, wann und wie lange wir unser Smartphone nutzen wollen, um in die Welt der sozialen Medien einzutauchen. In diesem Online-Workshop bekommen die Teilnehmenden spannende Einblicke in die psychologischen Wirkungsweisen von sozialen Medien und lernen, potenzielle Stressfaktoren schneller zu identifizieren und entsprechende „Gegenmaßnahmen“ einzuleiten.
Schwerpunkte/Rubrik:	Medienbildung

Allgemeine Informationen

Fächer / Berufsfelder:	- fächerübergreifend, Medienbildung
Zielgruppen:	- Lehrer, Erzieher und Sonderpädagogische Fachkräfte
Veranstaltungsart:	Einzelveranstaltung
Gültigkeitsbereich:	landesweit
Leitung:	Melanie Hey, Thüringer Institut für Lehrerfortbildung, Lehrplanentwicklung und Medien (ThILLM)
Dozenten:	Marie-Therese Stedry

Weitere Hinweise

Zusatzinformationen:	FM3Inhalte FM5Evaluation FM6Schulentwicklung FachMBI_LPT 6
----------------------	---

Anbieter

Anbietername:	Thüringer Institut für Lehrerfortbildung, Lehrplanentwicklung und Medien (ThILLM)
Anbieteranschrift:	Heinrich-Heine-Allee 2-4, 99438 Bad Berka
E-Mail-Adresse:	info@thillm.de

ThiLLM Heinrich-Heine-Allee 2-4 99438 Bad Berka	Veranstaltungskatalog	TIS-Online 14.11.2025
---	------------------------------	--------------------------

Telefon: 036458/560

Termin

Termin: 25.11.2025 13:30 bis 17:15 Uhr
Dauer: 5 Zeitstunden

Veranstaltungsort

Veranstaltungsort: Videoplattform des Thillm, Big Blue Button, Heinrich-Heine-Allee 2-4, 99438 Bad Berka (Onlineveranstaltung)