

## Titel

Thema:	Durchatmen und Prioritäten setzen! - Gelassener durch den Schulalltag I Online
Veranstaltungsnummer:	2325A2851

## Inhalt/Beschreibung

Beschreibung und didaktische Gestaltung:	BEP-Workshops und -Seminare bieten (in der Regel) im Rahmen dreistündiger Fortbildungen oder von Wochenendworkshops (Freitag und Samstag, insgesamt 7,5 Stunden) eine konzentrierte Auseinandersetzung mit einem Thema des Berufseinstiegs.
Schwerpunkte/Rubrik:	Berufseingang

## Allgemeine Informationen

Zielgruppen:	- Berufseinsteiger / Berufseinsteigerinnen, Pädagogisch-Therapeutische Fachkräfte PTF, Sozialpädagogen
Schularten:	- keine primäre Schulstufe
Veranstaltungsart:	Online-Workshop
Gültigkeitsbereich:	Hamburg
Leitung:	Gundi Eckstein, Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung
Dozenten:	Edda de Graaf, Stadteilschule Eppendorf* Simone Huget, Grundschule am Gut

## Weitere Hinweise

Hinweis für Teilnehmer/innen:	dieses Angebot richtet sich an Berufseinsteigende
Zusatzinformationen:	<p>Für diesen Workshop werden Sie für die individuelle Nachbereitung Material erhalten, weshalb dieser Workshop mit 4h angerechnet wird.</p> <p>Die Lehrertätigkeit stellt zahlreiche und unterschiedliche Anforderungen, die häufig aufgrund ihrer Gleichzeitigkeit und Vielfalt phasenweise als belastend oder Überforderung erlebt werden. Es ist eine erlernbare Kunst, der jeweiligen Situation, sich selbst und seinem Gegenüber annähernd gerecht zu werden. Zu folgenden Schwerpunkten wird diese Veranstaltung Basis-Theorie-Modelle, Möglichkeiten der Selbstreflexion und praktische Übungen bieten:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Wie organisiere ich mich effizienter und agiere bewusster in stressigen Situationen?</li><li>• Wie und wodurch schaffe ich mir Raum zum Entspannen?</li><li>• Wo sind meine persönlichen Grenzen und wie trete ich für sie ein?</li></ul> <p>Ziel ist es, die eigene Wahrnehmung in alltäglichen Anforderungssituationen zu schulen, neue Handlungsoptionen zu entdecken und sich in selbstfürsorglichem Verhalten zu erproben.</p> <p>Halten Sie bitte Ihren aktuellen Terminkalender bzw. Jahresplaner bereit.</p> <p><a href="https://li-hamburg.reflect.com/bep/">https://li-hamburg.reflect.com/bep/</a></p>

#### Anbieter

---

Anbietername:	Landesinstitut für Qualifizierung und Qualitätsentwicklung in Schulen
Anbieteranschrift:	Felix-Dahn-Straße 3 und Weidenstieg 29, 20357 Hamburg
E-Mail-Adresse:	tis@li-hamburg.de

#### Termin

---

Termin:	21.09.2023 16:00 bis 19:00 Uhr
Dauer:	4 Zeitstunden
Anmeldeschluss:	14.09.2023

#### Veranstaltungsort

---

Veranstaltungsort:	Online-Seminar (LI), webbasiert ,
--------------------	-----------------------------------