

## Titel

Thema:	Mensch ärgere dich richtig: Erwartungsklä rung mit dem Psychologischen Vertrag + Gegenemotionen stärken (Online Workshop 3 x 2 Stunden)
Veranstaltungsnummer:	2532G2001

## Inhalt/Beschreibung

Beschreibung und didaktische Gestaltung:	<p>Ärger entsteht, wenn Erwartungen an sich selbst oder an andere nicht erfüllt werden. Der psychologische Vertrag ist ein Weg, um Rollenerwartungen zu klären bevor es zu Enttäuschungen kommt, oder um künftige Enttäuschungen zu vermeiden. Es geht darum, wechselseitig Mindesterwartungen zu klären und darum, Ärger durch Grübeln nicht immer wieder aufzukochen.</p> <p>Zugleich sprechen wir über hilfreiche Gegen-Emotionen von Ärger, um die spürbare Freude am Möglichen, um Dankbarkeit und (Selbst-)Wertschätzung als zentrale (Selbst-)Erziehungsziele. Wie können wir- trotz erkannter Schwächen - positive Ereignisse und eigene Fähigkeiten stärker empfinden, Dankbarkeit über das Mögliche deutlicher spüren und wirkungsvoller als Wertschätzung mitteilen und den Ärger über das Unmögliche etwas reduzieren?</p> <p>Sie können im Workshop Ihre Selbstwürdigungsbilanz überprüfen und nach praktischen Übungen neue Initiativen im Unterricht und in der Nachmittagsbetreuung, im Kolleg:innenkreis und im Privatleben starten.</p>
Schwerpunkte/Rubrik:	Prävention, Intervention, Beratung

## Allgemeine Informationen

Fächer / Berufsfelder:	- Prävention Intervention Beratung
Zielgruppen:	- Alle Lehrkräfte, Sonstige
Schularten:	- keine primäre Schulstufe
Veranstaltungsart:	Online-Workshop
Gültigkeitsbereich:	Hamburg
Leitung:	Michael Schelhorn, Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung
Dozenten:	Bernhard Sieland, Externe Einrichtung / Firma

## Weitere Hinweise

Zusatzinformationen:	3 Termine 18.2./25.2./04.3.2025 jeweils 17-19 Uhr
----------------------	---

## Anbieter

Anbietername:	Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung
Anbieteranschrift:	Felix-Dahn-Straße 3 und Weidenstieg 29, 20357 Hamburg

E-Mail-Adresse: tis@li-hamburg.de

#### Termin

---

Termin: 18.02.2025 17:00 Uhr bis 04.03.2025 19:00 Uhr  
Dauer: 6 Zeitstunden

#### Veranstaltungsort

---

Veranstaltungsort: Online-Seminar (LI), webbasiert ,