

Titel

| | |
|-----------------------|--|
| Thema: | Die Kraft in mir - mit Achtsamkeit, Empathie und innerem Gleichgewicht selbstbestimmt und zielführend im Schulalltag agieren. online |
| Veranstaltungsnummer: | 2532G1902 |

Inhalt/Beschreibung

| | |
|--|--|
| Beschreibung und didaktische Gestaltung: | Die Herausforderungen des Schulalltags sind vielfältig, auf viele davon hat Schulpersonal keinen Einfluss. Auf die eigene Perspektive und Haltung schon. Diese zu ergründen, in Bezug zu setzen und ggf. neu auszurichten ist die Basis für ein selbstbestimmtes Erleben und Agieren, sowie die Verminderung von Stress. Um die eigene Kraft und das innere Gleichgewicht auszubauen, bedarf es der Achtsamkeit und gesunder Gewohnheiten, sowie zielgerichteter Kommunikationsmethoden. In der Fortbildungsreihe „Die Kraft in mir“ werden Theorien und Ansatzpunkte vermittelt, sich in der Gruppe ausgetauscht und zahlreiche Übungen durchgeführt, um diese Aspekte nicht nur zu beleuchten, sondern eigene Erkenntnisse und Erfahrungen zu machen. Sie nehmen einen individuellen Werkzeugkasten für eine nachhaltige Entwicklung mit, um kraft - und freudvoll, entspannt und zielgerichtet den Schulalltag zu meistern. |
| Schwerpunkte/Rubrik: | Prävention, Intervention, Beratung |

Allgemeine Informationen

| | |
|------------------------|---|
| Fächer / Berufsfelder: | - Prävention Intervention Beratung |
| Zielgruppen: | - Alle Lehrkräfte |
| Schularten: | - Behörde für Schule und Berufsbildung |
| Veranstaltungsart: | Online-Seminar |
| Gültigkeitsbereich: | Hamburg |
| Leitung: | Jun Melchers, Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung |
| Dozenten: | Nicola Hemshorn |

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: | 12.11.2025 16:00 Uhr bis 10.12.2025 18:30 Uhr |
|---------|---|

Dauer: 10 Zeitstunden

Veranstaltungsort

Veranstaltungsort: Online-Seminar (LI), webbasiert ,