

Titel

Thema:	Die Kraft in mir - mit Achtsamkeit, Empathie und innerem Gleichgewicht selbstbestimmt und zielführend im Schulalltag agieren online
Veranstaltungsnummer:	2632G5501

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, Berufseinsteiger / Berufseinsteigerinnen, Pädagogisch-Therapeutische Fachkräfte PTF
Schularten:	- Behörde für Schule und Berufsbildung
Veranstaltungsart:	Online-Seminar
Gültigkeitsbereich:	Hamburg
Leitung:	Frauke Taegen, Landesinstitut für Qualifizierung und Qualitätsentwicklung in Schulen
Dozenten:	Frau Nicola Hemshorn

Weitere Hinweise

Zusatzinformationen:	Donnerstag, 05.02. Donnerstag, 12.02. Donnerstag, 19.02. Donnerstag, 26.02.2026 jeweils von 16.00 -18.30 Uhr
----------------------	---

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:	05.02.2026 16:00 Uhr bis 26.02.2026 18:30 Uhr
Dauer:	10 Zeitstunden
Anmeldeschluss:	02.02.2026

Veranstaltungsort

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