

Titel

| | |
|-----------------------|---|
| Thema: | Mit Achtsamkeit und Präsenz zu mehr Resilienz |
| Veranstaltungsnummer: | 2224N4101 |

Inhalt/Beschreibung

| | |
|--|---|
| Beschreibung und didaktische Gestaltung: | <p>In diesem zweiteiligen Seminar geht es um Sie: Wie können Sie die Kraft und die Zuversicht, mit der wir meistens in ein neues Schuljahr starten, halten – also Ihre Resilienzfähigkeit auf- und ausbauen?</p> <p>Im ersten Teil stellen wir Ihnen einerseits die Grundlagen der Resilienzforschung vor, andererseits geht es aber darum, eigene Haltungsmuster zu benennen, zu reflektieren und ggf. umzusteuern.</p> <p>So können Sie mit Achtsamkeit, Optimismus und Präsenz Ihre Resilienz stärken. Hierzu werden wir verschiedene Übungssettings anbieten, die Sie gut im Alltag einbauen können. Übrigens auch in der Schule, ohne dass sie unbedingt nach außen sichtbar werden. Diese Übungen werden Sie vom ersten zum zweiten Seminarteil ausprobieren und in ihren Alltag integrieren.</p> <p>Im zweiten Teil werten wir Ihre Erfahrungen aus und stellen Ihnen weitere Übungen zur Verfügung.</p> |
| Schwerpunkte/Rubrik: | Ort: Struensee Gymnasium, Wohlwillstraße 46, 20359 Hamburg Sonstige |

Allgemeine Informationen

| | |
|------------------------|--|
| Fächer / Berufsfelder: | - o.A. |
| Zielgruppen: | - Alle Lehrkräfte |
| Schularten: | - keine primäre Schulstufe |
| Veranstaltungsart: | Seminar |
| Gültigkeitsbereich: | Hamburg |
| Leitung: | Christiane von Schachtmeyer, Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung |
| Dozenten: | Florian Flemming, Gymnasium Bondenwald* Dr. Ina Stephan, Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung |

Weitere Hinweise

| | |
|-------------------------------|---|
| Hinweis für Teilnehmer/innen: | Sie melden sich automatisch für den Teil 2 an. |
| Zusatzinformationen: | Sie melden sich automatisch für den 2. Teil am Montag, 13.06.22 in der Zeit 16:00-19:00 Uhr an! (2224N4002) |

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: | 05.05.2022 16:00 bis 19:00 Uhr |
| Dauer: | 3 Zeitstunden |
| Anmeldeschluss: | 28.04.2022 |

Veranstaltungsort

| | |
|--------------------|--|
| Veranstaltungsort: | Struensee Gymnasium, Wohlwillstrasse 46, 20359 Hamburg |
|--------------------|--|