

Titel

Thema:	Gesund und Gut in Führung
Veranstaltungsnummer:	2224F4401

Inhalt/Beschreibung

Beschreibung und didaktische Gestaltung:	<p>die eigene Work-Life-Balance stärken und Impulse für gesundheitsförderndes Führen in Grundschule erhalten</p> <p>Ziele und Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none">• Work-Life Balance<ul style="list-style-type: none">o Bewusstsein schaffen für unterschiedliche Ansätze und Werkzeuge zur Förderung und Aufrechterhaltung der persönlichen Gesundheit und Widerstandsfähigkeit• Resilienz Förderung:<ul style="list-style-type: none">o Modell der Resilienz kennenlernen und Methoden zur Resilienz Förderung ausprobiereno Resilienz-Analyse: Individuell und organisationalo Individuelle Handlungsfelder herausarbeiten und konkrete Resilienz Strategien entwickeln• Stress Management:<ul style="list-style-type: none">o Analyse der persönlichen Stressfaktoren und bisherigen Reaktionsmusterno Entwicklung von individuellen Lösungen zum Umgang mit Stress im beruflichen Alltago Aufbau von Stresskompetenz auf 3 Ebenen: Instrumentelle, mentale und regenerative Stresskompetenz• Gesunde Führung:<ul style="list-style-type: none">o Gesundheit fördern statt Krankheit vermeiden: Das Modell der Salutogenese kennenlerneno Stresssignale bei mir und meinen Mitarbeitern erkennen: Die persönliche Achtsamkeit in der Führung stärkeno Burnout Prävention als Führungsaufgabe versteheno Gesunder Führungsstil: Reflexion: „Wie gesund ist mein Führungsstil?“o Einfluss von Führungsverhalten auf die Mitarbeitergesundheit reflektiereno Verständnis entwickeln für den Ansatz: Gesunde Kommunikation <p>Methoden</p> <ul style="list-style-type: none">• Wechsel von kurzen Input-Phasen und praktischen Übungen• Diskussion im Plenum und in Kleingruppen• Angebote zur Analyse und Reflexion der persönlichen Selbstfürsorge und des Führungshandelns• Kollegialer Austausch und Best Practises
Schwerpunkte/Rubrik:	Führungskräfte

Allgemeine Informationen

Fächer / Berufsfelder:	- o.A.
Zielgruppen:	- Führungskräfte
Schularten:	- Grundschule

Veranstaltungsart:	Seminar
Gültigkeitsbereich:	Hamburg
Leitung:	Christiane von Schachtmeyer, Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung
Dozenten:	Anja Erichsen, Dienststelle für pädagogisches Personal aus Hamburg* Petra Hoffmann, Externe Einrichtung / Firma

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:	08.11.2022 09:00 Uhr bis 09.11.2022 17:00 Uhr
Dauer:	16 Zeitstunden
Anmeldeschluss:	01.11.2022

Veranstaltungsort

Veranstaltungsort:	Landesinstitut Hamburg, Felix-Dahn-Straße 3 und/oder Weidenstieg 29, 20357 Hamburg
--------------------	---