

Gelassenheit und Lebensfreude in der Schule bewahren

16.09.10 - 18.09.10

Vallendar

ILF-Nr.: 02I200201

Schulischer Alltag ist anstrengend:

Zu den Anforderungen des Fachunterrichts und der organisatorischen Aufgaben kommen immer mehr Belastungen durch Störungen und Konflikte, durch vielfältige Ansprüche und Vorgaben von außen, durch Defizite bei der Erziehung und Betreuung im Elternhaus, die aufgefangen werden müssen.

So ist die Arbeitsatmosphäre oft geprägt von Anspannung und Druck, von dem Gefühl des Überfordertseins und der Gefahr des burnouts.

Wie viel Sicherheit, innere und äußere Ruhe, Gelassenheit und Lebensfreude können wir dem entgegen setzen?

In den Kurstagen wollen wir uns Zeit nehmen, unsere Alltagssituationen gemeinsam anzuschauen und unsere persönlichen Reaktionsmuster kennen zu lernen. Es sollen Hilfen erarbeitet werden, um Gelassenheit und Lebensfreude (wieder) zu entdecken und zu stärken.

Folgende Themen sind (u. a.) geplant:

- Typische Muster für den Umgang mit belastenden Situationen und Stress
- Alternativen entwickeln: mehr Gelassenheit, Humor und Lebensfreude in Belastungssituationen
- Kennen lernen und Ausprobieren von Ressourcen-Arbeit

Tagungshaus: Forum Pallotti
Referentin: Christel Wagner-Teichmann
Teilnehmer: Erzieherinnen, Lehrerinnen und Lehrer aller Schularten
Fachbereichsleiterin: Anneli Baum-Resch

Hinweis: Beginn: 9.30 Uhr Ende: 13.00 Uhr