

Titel

Thema:	Mentale Gesundheit stärken: Ein Praxiskurs in Positiver Psychologie für Lehrkräfte Modul 3: Selbstmitgefühl und Selbstbestimmung stärken
Veranstaltungsnummer:	42O560903

Inhalt/Beschreibung

Beschreibung und didaktische Gestaltung:	<p>Dieser Kurs richtet sich an Lehrkräfte, die mit uns eintauchen wollen in die faszinierende Welt der Positiven Psychologie. Diese junge Wissenschaft konzentriert sich darauf, wie wir unser Leben in Richtung mentaler Gesundheit und Wohlbefinden ausrichten können. In diesem Kurs erfahren Sie die zentralen Erkenntnisse der Positiven Psychologie und Sie lernen, wie Sie diese in Ihrem eigenen Leben und in Ihrer Arbeit als Lehrkraft anwenden können.</p> <p>In drei aufeinander aufbauenden Modulen lernen Sie, wie Sie positive Emotionen und angenehme Erfahrungen in Ihrem Leben fördern können. Sie erfahren zudem, wie Sie Ihre persönlichen Stärken erkennen sowie gezielt ausbauen können und Sie erhalten Werkzeuge an die Hand, um selbstbestimmt und selbstmitfühlend durch schwierige Situationen zu navigieren. Unser interaktiver Praxiskurs bietet Ihnen neben interessanten theoretischen Impulsen vor allem viele praktische Übungen und die Möglichkeit zum regen Austausch mit Gleichgesinnten.</p> <p>Wenn Sie den Wunsch verfolgen, Ihre mentale Gesundheit zu stärken, und wenn Sie bereit sind, sich in einer unterstützenden Lernatmosphäre zu öffnen und weiterzuentwickeln, dann ist dieser Kurs genau das Richtige für Sie. Wir freuen uns darauf, Sie auf dieser Entwicklung begleiten zu dürfen!</p>
Schwerpunkte/Rubrik:	(keine Zuordnung)

Allgemeine Informationen

Zielgruppen:	- Lehrerinnen und Lehrer
Schularten:	- Berufsbildende Schule, Förderschule, Gymnasium, Regelschule, Grundschule
Veranstaltungsart:	Einzelveranstaltung
Gültigkeitsbereich:	schulamtsbezogen
Leitung:	Dr. Katrin Tischendorf, Staatliches Schulamt Ostthüringen
Dozenten:	Dr. Katrin Tischendorf, Staatliches Schulamt Ostthüringen* Dr. Anja Weiß-Silberhorn, Staatliches Schulamt Ostthüringen

Weitere Hinweise

Hinweis für Teilnehmer/innen:	Raum: blaues Haus, EG, Raum hinter der Aula
Zusatzinformationen:	Raum: blaues Haus, EG, Raum hinter der Aula

Anbieter

Anbietername:	Staatliches Schulamt Ostthüringen
Anbieteranschrift:	Hermann-Drechsler-Straße 1, 07548 Gera
E-Mail-Adresse:	poststelle.ostthueringen@schulamt.thueringen.de
Telefon:	0365/54854600

Termin

Termin:	13.08.2024 14:00 bis 17:00 Uhr
Dauer:	3 Zeitstunden
Anmeldeschluss:	13.08.2024

Veranstaltungsort

Veranstaltungsort:	Staatliche Berufsbildende Schule für Gesundheit und Soziales Jena, Rudolf-Breitscheid-Straße 56/58, 07747 Jena
--------------------	--