

Seminare der Sommerfortbildung 2023

(Anmeldung: 1. - 31. Mai)

VERANSTALTUNGSTITEL	REFERENT*INNEN	TERMIN	VERANSTALTUNGSORT	BESCHREIBUNG
<u>Gedanken, die dein Leben verändern</u>	Beatrix Kastrun & Adelheid Berghammer	12.07.23 13.07.23	Seminarhotel Aviva	Offt ist es nur ein Wort, das unsere Situation anders beurteilen lässt. Was geschieht, wenn wir statt „Ich kann das nicht“ sagen würden „Ich kann das NOCH nicht“? Gedanken steuern unser Tun und unsere Entscheidungen. Es ist Zeit ihnen viel Beachtung zu schenken.
<u>„Wozu“ statt „Warum“ Führen macht Sinn</u>	Beatrix Kastrun & Adelheid Berghammer	30.08.23 31.08.23	Seminarhotel Sperlhof	Alle in der Schule wollen spüren, dass ihr Tun einen „Unterschied macht“: für die Schülerinnen, für die Schule. Die Teilnehmer*innen definieren für sich Sinn und „Unsinn“ in ihrem Tätigkeitsbereich. Sie verstehen die positiven Effekte des „Sinnerlebens“. Sie erkennen den Nutzen von „Motivation“. Der systemische Zusammenhang zwischen „Führen“ und „Geführt werden“ wird für die Teilnehmer*innen erkennbar.

<p><u>Reden ist Silber. Kontern ist Gold.</u></p>	<p>Beatrix Kastrun & Adelheid Berghammer</p>	<p>29.08.23 30.08.23</p>	<p>Seminarhotel Sperlhof</p>	<p>Die meisten Menschen vermeiden Konflikte, wollen Harmonie. Dabei leidet jedoch ihr Selbstwert und sie wünschen sich mehr Durchsetzungsvermögen und ein stärkeres Auftreten. Klare Definition der eigenen Ziele und die Durchsetzung der eigenen Interessen versprechen wesentlich mehr Aussicht auf Erfolg. Es reicht jedoch nicht, fundierte Argumente zu haben, um in Diskussionen und bei verbalen Angriffen bestehen zu können und die richtigen Kontertechniken parat zu haben. Sie brauchen auch Überzeugungskraft, um Ihren Argumenten Gehör zu verschaffen. Dazu gehören auch eine angemessene Körpersprache u der Auftritt.</p>
<p><u>Kraftvoll in die Ferien</u></p>	<p>Marion Weiser & Adelheid Berghammer</p>	<p>11.07.23</p>	<p>PH OÖ</p>	<p>Lehrkräfte brauchen oft Wochen oder einen Großteil der Ferien, um die Erschöpfung der letzten Schulmonate aus dem Körper raus zu bekommen. Die Regeneration kann jedoch mit einfachen Atem-, Entspannungs- und Dehnungsübungen aus den Qi Gong-Übungen aktiv unterstützt werden. Weiters werden ressourcenschwächende Blockaden aufgespürt und mit einfachen, mentalen Techniken aufgelöst. Ein Vormittag Investment in sich selber bringt einen enormen Erholungseffekt.</p>
<p><u>Recht haben oder frei sein im pädagogischen Kontext</u></p>	<p>Marion Weiser & Adelheid Berghammer</p>	<p>06.09.23</p>	<p>PH OÖ</p>	<p>Jahrelanges Korrigieren, Zurechtweisen und Recht zu haben im Unterricht wirkt sich auf die Art des Denkens und auf das Verhalten aus. Stressvolle, belastende oder kränkende Gedanken erzeugen die entsprechenden Gefühle und Reaktionen. THE WORK von Byron Katie ist eine leicht handhabbare Methode aus den energie- und zeitraubenden Gedankenknäuel auszusteigen. Wenn die mentale bzw. emotionale Festplatte voll ist, ist diese Methode ein MUST-HAVE.</p>

<p><u>Kraftvoll ins neue Schuljahr</u></p>	<p>Marion Weiser & Adelheid Berghammer</p>	<p>04.09.23</p>	<p>online</p>	<p>Manchmal reichen auch die Ferien nicht aus, um sich wirklich zu erholen und zu regenerieren. Diese Fortbildung zielt darauf ab, den Energiepegel zu erhöhen, sich körperlich vital zu fühlen und mental gestärkt das neue Schuljahr zu starten. Weiters gibt es Tipps und Techniken zum Thema Loslassen und achtsamer Umgang mit sich selber während des Unterrichts.</p>
<p><u>Imago in der Pädagogik</u></p>	<p>Ilka Wilfgrefe</p>	<p>28.08.23 29.08.23</p>	<p>Greisinghof Bildungshaus</p>	<p>"Imago" meint das innere Beziehungsbild, das wir auf Grund unserer Herkunftsgeschichte in uns tragen und das im Miteinander (meist unbewusst) wirkt. Warum kommen wir manchmal viel zu schnell an unsere Grenzen? Ziele: - ein Booster für Empathie und professionelles, empathisches Lehren und Wirken, auch in herausfordernden Situationen - Leben des eigenen Potentials - Etablieren einer zeitgemäßen Schul-Beziehungs-Kultur</p>
<p><u>Von Depression bis Schulphobie: wie mit psychischen Erkrankungen im Schulalltag umgehen?</u></p>	<p>Julia Kolbeck</p>	<p>10.07.23</p>	<p>PH OÖ</p>	<p>Je mehr Sie über psychische Erkrankungen wissen, desto hilfreicher können Sie die Beziehung zum betroffenen Kind gestalten. Woran Sie psychische Erkrankungen erkennen und wie Sie mit herausfordernden Situationen umgehen können wird praxisrelevant und erlebnisnah in Erfahrung gebracht. Kommunikation, Beziehungsgestaltung, hilfreiche Tipps für Elterngespräche und nicht zuletzt Prävention werden Thema dieses Workshops sein.</p>

<p><u>Mobbing - Umgang mit vermeintlichen Tätern (PH OÖ)</u></p>	<p>Anna Mathes</p>	<p>28.09.23</p>	<p>PH OÖ</p>	<p>Kommt es zu einem Mobbingvorfall, so werden häufig die Täter verurteilt und bestraft. Doch welche Motive stecken hinter der Handlung des sogenannten Täters? In dieser Fortbildung wechseln wir gemeinsam die Perspektiven und schaffen somit einen neuen Umgang mit den Tätern. Es wird eine Wertehierarchie erarbeitet und das Konzept der „Besten Option“ vorgestellt. Fallbeispiele aus dem Alltag und das objektive Betrachten des Täterverhaltens werden gemeinsam diskutiert.</p>
<p><u>Online: Smartphones – Ein Blick hinter die Fassade unseres treuen Begleiters - Online</u></p>	<p>Anna Matthes</p>	<p>03.10.23 (14:00-15:30)</p>	<p>online</p>	<p>Das Smartphone ist unser täglicher Begleiter und auch unsere Kinder werden mit diesem Allrounder groß. Social Media tut dann sein Übriges, sodass nicht selten eine gewisse Abhängigkeit entsteht, welche bis hin zur Sucht führen kann. In dem Vortrag reflektieren wir gemeinsam unser eigenes Verhalten und entdecken die Mechanismen hinter unserem „treuen Begleiter“ sowie von Social Media. Doch wann wird das Ganze zur Sucht und welche Strategien gibt es, um diesen Mechanismen zu entkommen? Auch diese Fragen werden während des Vortrages beantwortet, sodass am Ende direkt der „Digital Detox“ gestartet werden kann.</p>
<p><u>Aggression & Gewalt im Schulalltag</u></p>	<p>Wolfgang Zinganell</p>	<p>14.07.23</p>	<p>PH OÖ</p>	<p>Aggressives Verhalten und Gewaltsituationen sind oftmals Teil des Schulalltags. Was brauche ich als Lehrperson, um herausfordernde Situationen zu bewältigen? Welche Bedürfnisse stehen hinter diesem Verhalten? Was hat meine Haltung damit zu tun? In dieser Fortbildung stehen neben einem theoretischen Input die Praxis bzw. der Alltag im Fokus: welche Tools gibt es, um gefährliches Verhalten besser zu verstehen und gleichzeitig einzudämmen? Welche Lösungsmöglichkeiten habe ich, wo sind die Grenzen?</p>

<p><u>„Gut bei Stimme – entspannt ins neue Schuljahr“</u></p>	<p>Bettina Challenger</p>	<p>05.09.23</p>	<p>PH OÖ</p>	<p>Unterrichten stellt hohe Anforderungen an Ihre stimmliche und psychische Belastbarkeit. Wir erarbeiten ein einfaches alltagstaugliches Übungsprogramm, das Ihre stimmliche Fitness verbessern und Stimmproblemen vorbeugen kann. Eine trainierte Stimme bleibt auch in Krisensituationen stabil und souverän. Atem – und Stimmübungen helfen außerdem, Stress abzubauen, Fehlspannungen zu lösen und unsere Psyche resilient gegen Krisen zu machen.</p>
<p><u>Kinder in ihrer Mitte stärken</u></p>	<p>Klara Prinz-Prüller & Agnes Brandl</p>	<p>12.07.23</p>	<p>PH OÖ</p>	<p>Dieser Tag bietet Gelegenheit, sich mit der Stärkung von Kindern auseinanderzusetzen. Wir werden Übungen, die uns und auch Kinder in der Resilienz stärken, kennenlernen. Dabei bleibt auch Zeit für Selbstfürsorge und Selbsterfahrung. Denn nur, wenn wir selbst in unserer Mitte sind, können wir Kinder vertrauensvoll begleiten. Theoretische Inputs und praktische Übungen, die sich unmittelbar in den Schulalltag integrieren lassen, wechseln einander ab. Das Skriptum lädt zum sofortigen Umsetzen ein.</p>