

Mit acht resilienzstärkenden Haltungsbausteinen Schule gestalten

Modulreihe (Teacher)Leadership
des ZGMP im Studienjahr 2024/25

Modulreihe (Teacher)Leadership: Mit acht resilienzstärkenden Haltungsbausteinen Schule gestalten

Roter Faden – grundlegende Perspektiven

Die Seminarreihe "Resilienz: Die acht Haltungsbausteine" ist speziell darauf ausgerichtet Ihre berufliche und persönliche Resilienz und damit Ihre psychosoziale Gesundheit in Bezug auf Ihre Leitungstätigkeit zu reflektieren und zu stärken. Diese Modulreihe widmet sich acht wichtigen Bausteinen der Resilienz, die Ihnen helfen, mit den Herausforderungen des Schulalltags, speziell aus Schul- und/oder Klassenleitungssicht souverän umzugehen.

Die Basis dieses Seminars ist das Bewusstsein, dass Ihre innere Einstellung – Ihre Haltung – maßgeblichen Einfluss darauf hat, wie Sie mit verschiedenen Aspekten Ihres Berufs- und Privatlebens umgehen. Mit der richtigen Haltung können Sie nicht nur Ihr eigenes Wohlbefinden verbessern, sondern auch Ihre Leistungsfähigkeit steigern und positive Veränderungen in Ihrem Umfeld bewirken.

Jedes der acht Module dauert zwei Unterrichtseinheiten (also 1,5 Stunden), ist je einem speziellen Themenbereich gewidmet und baut auf folgenden Bausteinen auf:

„Gut zu wissen“: In diesem Teil erhalten Sie fundierte Informationen, praxisrelevantes Know-how und verständliche Erklärungen zu den einzelnen Haltungsbausteinen. Wir stellen Ihnen wertvolle Konzepte und Strategien vor, die Ihnen helfen werden, Ihre Resilienz in Bezug auf Ihre Leitungstätigkeit zu stärken.

„Reflektieren und Tun“: Hier bieten wir Ihnen konkrete Übungen und Reflexionsanregungen, die es Ihnen ermöglichen, das Gelernte unmittelbar in die Praxis umzusetzen. Sie werden ermutigt, aktiv zu werden und Ihre persönlichen Erfahrungen zu reflektieren, um Ihren „Resilienzmuskel“ gezielt zu trainieren.

„Haltungstraining“: Dieser Teil besteht aus kurzen Videos und ergänzenden Materialien, die Ihnen schnelle und kompakte Inspirationen liefern. Sie erhalten praktische Anleitungen und effektive Handlungsansätze, die Ihnen dabei helfen, Ihre innere Einstellung nachhaltig zu verändern und Ihre Resilienz zu stärken.

Die Seminarreihe "Resilienz: Die acht Haltungsbausteine" bietet Ihnen die Gelegenheit, Ihre berufliche Entwicklung voranzutreiben. Wir laden Sie herzlich ein, gemeinsam mit uns den Weg zu mehr Resilienz zu beschreiten.

Ziele:

Die Teilnehmer:innen

- können ein Verständnis für die Bedeutung von Resilienz in ihrem beruflichen und persönlichen Leben entwickeln.
- erlangen praxisrelevantes Know-how und fundierte Informationen zu den einzelnen Haltungsbausteinen.
- lernen wertvolle Konzepte und Strategien kennen, um ihre Resilienz zu stärken.
- lernen konkrete Übungen und Reflexionsanregungen zu nutzen, um das Gelernte unmittelbar in die Praxis umzusetzen.
- erhalten praktische Anleitungen und effektive Handlungsansätze, um ihre innere Einstellung nachhaltig zu verändern und ihre Resilienz zu stärken.
- wissen, wie sie ihre persönliche und berufliche Entwicklung durch Stärkung ihrer Resilienz vorantreiben können.
- wissen, wie sie die acht Haltungsbausteine der Resilienz in ihren Schulalltag, insbesondere aus Schul- und/oder Klassenleitungssicht, integrieren können.

Allgemeines und Organisatorisches

- Die Modulreihe findet in Form von acht Online-Veranstaltungen zu je zwei Unterrichtseinheiten statt.
- Eine Anmeldung für einzelne Module ist ebenso möglich wie die Anmeldung für die gesamte Modulreihe.

Zielgruppe

Schulleiter:innen, Lehrer:innen, Klassenvorständ:innen, Administrator:innen aller Schularten, Beratungslehrer:innen, Schulentwicklungsberater:innen, PH-Lehrende

Anmeldung

Die Anmeldung ist über ph-online unter Angabe der LV-Nr. möglich. Nach Ende der Anmeldefrist kontaktieren Sie für eine Anmeldung bitte Anna Maierhofer unter: anna.maierhofer@ph-burgenland.at.

Kontakt und weitere Informationen

Bei inhaltlichen Fragen schicken Sie bitte eine E-Mail an:

Mag.ª Elisabeth Muik | elisabeth.muik@ph-burgenland.at

Die Bausteine

Baustein 1 – Verantwortungsübernahme:

Zeit: 10.10.2024, 14:00 - 15:30 Uhr
LV-Nummer: F20W24ME00
Referent:in: Mag.^a Elisabeth Muik, Daniela Friedrich

Inhalt:

Agieren statt reagieren – die Fähigkeit, die Verantwortung für seine eigenen Handlungen und Entscheidungen zu übernehmen. Das bedeutet, die größte Herausforderung ist, sich bewusst zu sein, welche Rolle wir in einer bestimmten Situation gerade spielen, wie unsere Handlungen und Entscheidungen uns und andere Menschen beeinflussen.

Baustein 2 – Akzeptanz:

Zeit: 21.11.2024, 14:00 - 15:30 Uhr
LV-Nummer: F20W24ME01
Referent:in: Mag.^a Elisabeth Muik, Daniela Friedrich

Inhalt:

Akzeptanz ist die Kunst, mit Dingen umzugehen, die wir nicht ändern können oder die wir gerne ändern würden. Akzeptanz heißt nicht nichts zu tun. Das Motto könnte sein: Es ist, wie es ist. Was mach' ich draus? Was kann ich steuern? In welchen Bereichen bin ich handlungsfähig? – "My Circus? My Monkey?"

Baustein 3 – Zukunftsorientierung:

Zeit: 05.12.2024, 14:00 - 15:30 Uhr
LV-Nummer: F20W24ME02
Referent:in: Mag.^a Elisabeth Muik, Daniela Friedrich

Inhalt:

Zukunftsorientierung ist eine wichtige innere Haltung, die Ihnen dabei hilft, sich auf Ihre Ziele und Visionen zu konzentrieren. Die Vision ist das Wichtigste, Ziele folgen fast von selbst und sind einzelne Schritte dorthin!

Baustein 4 – Lösungsorientierung:

Zeit: 09.01.2025, 14:00 - 15:30 Uhr
LV-Nummer: F20W24ME03
Referent:in: Mag.^a Elisabeth Muik, Daniela Friedrich

Inhalt:

Wollen Sie Recht haben oder Lösungen finden? Wollen Sie Schuldige finden oder Lösungen? Menschen mit Lösungsorientierung richten ihre Aufmerksamkeit auf Chancen und Alternativen und probieren immer wieder neue Dinge aus, wenn etwas nicht klappt.

Baustein 5 – Optimismus:

Zeit: 06.03.2025, 14:00 - 15:30 Uhr
LV-Nummer: F20S25ME00
Referent:in: Mag.^a Elisabeth Muik, Daniela Friedrich

Inhalt:

Optimismus bedeutet nicht, dass Sie die Schwierigkeiten und Herausforderungen nicht sehen. Sie richten allerdings Ihren Fokus auf die Dinge, die funktionieren können, die gut sind, die weiterbringen. Und ja, wir erinnern wieder einmal daran: Das, worauf Sie Ihre Aufmerksamkeit richten, verstärkt sich.

Baustein 6 – Beziehungsfähigkeit:

Zeit: 10.04.2025, 14:00 - 15:30 Uhr
LV-Nummer: F20S25ME01
Referent:in: Mag.^a Elisabeth Muik, Daniela Friedrich

Inhalt:

Professionelle, empathische Beziehungsgestaltung ist Leadership. Verantwortung zu übernehmen für ein gutes Miteinander und damit einhergehend das eigene Rollenmanagement sind wesentliche Bausteine davon. Hier den ersten Schritt zu gehen, ist das Ziel dieser Einheit.

Baustein 7 – Selbstwirksamkeit:

Zeit: 07.05.2025, 14:00 - 15:30 Uhr
LV-Nummer: F20S25ME02
Referent:in: Mag.^a Elisabeth Muik, Daniela Friedrich

Inhalt:

„Selbst – wirksam“ zu sein bedeutet zunächst, sich der eigenen Wirkung bewusst zu werden. Dem eigenen Können und Wissen hier mehr zu vertrauen, ist der erste Schritt. Ein wesentlicher ist es ebenso, Erfolge zu zelebrieren.

Baustein 8 – Erholung und Entspannung:

Zeit: 05.06.2025, 14:00 - 15:30 Uhr
LV-Nummer: F20S25ME03
Referent:in: Mag.^a Elisabeth Muik, Daniela Friedrich

Inhalt:

Wo oder wer sind Ihre Energietankstellen? Diesmal machen wir uns gemeinsam auf die Suche danach. Dabei ist es wesentlich Folgendes nicht außer Acht zu lassen: Stress ist eine Entscheidung – Erholung auch.