

Sie finden dieses Angebot [hier](#) im Chancenportal Vielfalt Kreis Paderborn.

**FORTBILDUNGS- UND BERATUNGSANGEBOTE FÜR LEHRKRÄFTE SOWIE
ERZIEHERINNEN UND ERZIEHER**

Resilienz - raus aus dem Hamsterrad und innehalten

Rathenaustraße 28A, 33102 Paderborn, Deutschland

Mit Resilienz wird die Fähigkeit bezeichnet, schwierige Situationen im Leben zu bewältigen ohne langfristig beeinträchtigt zu sein. Die krisenhafte Zeit, in der wir leben, fordert uns privat und beruflich heraus. Das Thema Resilienz hat damit zunehmend an Bedeutung gewonnen.

In der zweitägigen Fortbildung für Lehrkräfte, Schulsozialarbeiterinnen und Schulsozialarbeiter der Schulen im Kreisgebiet Paderborn wollen wir uns mit den sieben Säulen der Resilienz beschäftigen. Gemeint sind Selbstwirksamkeit, Optimismus, Lösungsorientierung, Verantwortungsübernahme, Akzeptanz, Netzwerkorientierung und Zukunftsplanung.

Mit fachlichen Inputs für den Geist und hilfreichen Übungen für Körper und Seele entdecken wir, welche Kräfte neu entdeckt oder welche Ressourcen wiederbelebt werden können, um Stress und Belastungen im Lehrerberuf besser zu bewältigen.

Begeben Sie sich mit uns auf die Suche nach Ihrer inneren Widerstandskraft!

Weitere Informationen

Kosten

keine Kosten

beteiligung.nrw.de/portal/kreis-paderborn/beteiligung/themen/1007412

Termin/e

26.09.2024, 09:00 - 16:00 Uhr

Veranstaltungsort/e

Rathenaustraße 28A, 33102 Paderborn, Deutschland

Wer führt das Angebot durch?

Regionale Schulberatungsstelle des Kreises Paderborn

Rathenaustraße 28A

33102

Paderborn

Ansprechperson

Susanne Fitzner Diplom-Psychologin, Kirsten Zünkler Diplom Sozialarbeiterin

05251-3087710

schulberatungsstelle@kreis-paderborn.de

schulberatungsstelle@kreis-paderborn.de

www.kreis-paderborn.de/schulberatung

Rechtliche Hinweise

Das Impressum finden Sie im Anbieterprofil.