Lehrergewerkschaften Hamburg dlh

"Indianertraining"

Gewaltpräventionskurs

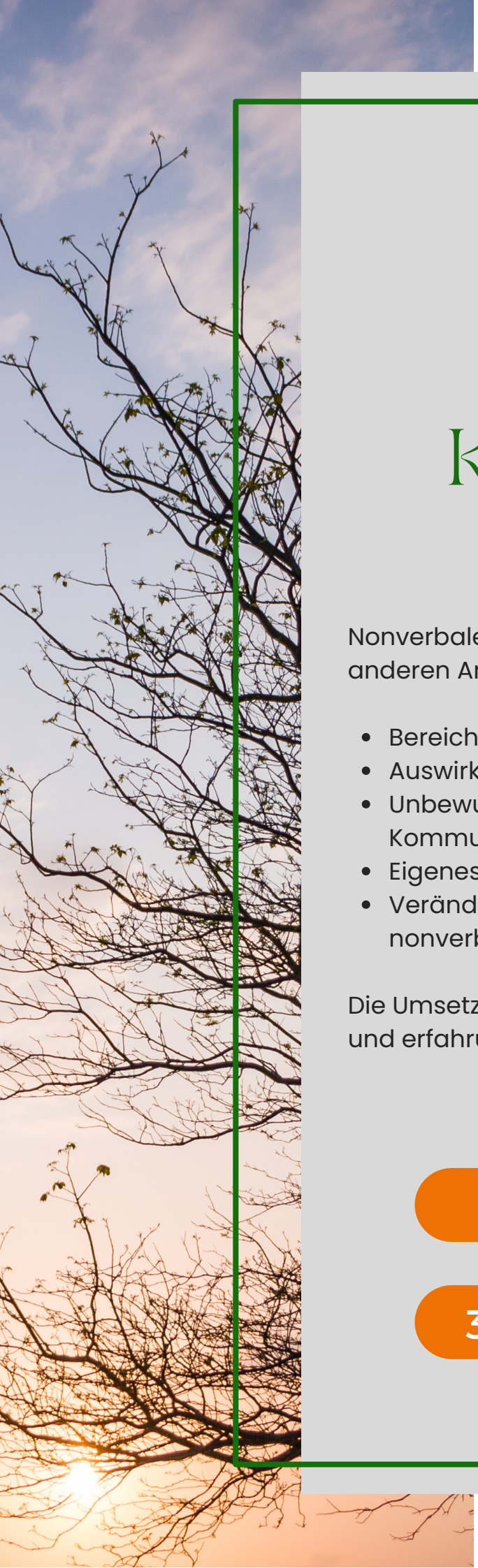
Wir-Gefühl über Ich-Stärkung;
soziales Miteinander durch die Erfahrung von
Selbstwertgefühl und eigener 'Innerer Kräfte' u. a. durch ...

- Bewegung und Begegnung
- Rollenspiele
- Fantasie-Reisen
- Achtsamkeitsübungen
- Kräftemessen und das Einüben neuer Konfliktlösungswege

Es geht hier insbesondere darum, das Geflecht von Schuldzuweisungen, Opfer-Täter-Spielchen, eingefahrenen Rollen innerhalb der Gruppe (Grundschule), Unachtsamkeiten und Verhaltensauffälligkeiten durch Minderwertigkeitsthematiken zu entwirren und sozusagen mit den Kindern einen Neustart zu machen auf der Suche nach den eigenen Kräften und Stärken, eingebettet in die Archetypen-Erfahrung des Indianers, in das Hineinspüren in Rollenspiele mit einem Krafttier und somit die Öffnung und Achtsamkeit dem Nächsten gegenüber spielerisch zu erfahren.

30 € für dlh-Mitglieder

36 € für Nicht-Mitglieder



Lehrergewerkschaften Hamburg dlh

Nonverbale Kommunikation

- hilfreich einsetzen -

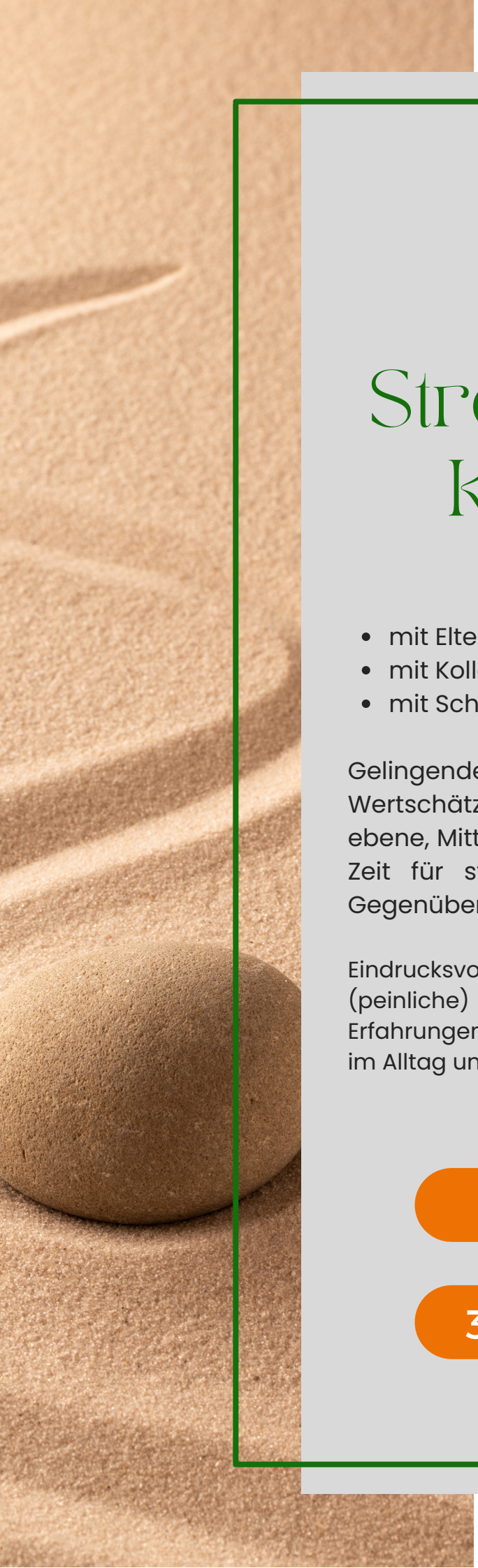
Nonverbale Kommunikation hilfreich in der Schule und an anderen Arbeitsplätzen einsetzen.

- Bereiche der nonverbalen Kommunikation
- Auswirkungen derselben
- Unbewusster Informationsaustausch über nonverbale Kommunikation
- Eigenes "Standing"
- Veränderungsmöglichkeiten und bewusster Einsatz von nonverbaler Kommunikation

Die Umsetzung der Themen wird durch Übungen kurzweilig und erfahrungsfördernd unterstützt.

25 € für dlh-Mitglieder

30 € für Nicht-Mitglieder



Lehrergewerkschaften Hamburg dlh

Stressreduzierende Kommunikation

- mit Eltern und anderen Erziehungsbeteiligten,
- mit Kolleginnen und Kollegen,
- mit Schulleitungen und anderen Vorgesetzten.

Gelingende Kommunikation entsteht u.a. bei gegenseitiger Wertschätzung, durch Reden und Nachfragen auf der Sachebene, Mitteilungen in der ICH-Form, Abbau von Vorurteilen, Zeit für stressfreien Austausch, Hineinversetzen in das Gegenüber und Herausfinden von verbindenen Themen.

Eindrucksvolle und leichte, aber auf keinen Fall unangenehme (peinliche) Übungen zu den o.g. Themen vertiefen die eigenen Erfahrungen und machen Mut, die angesprochenen Strategien im Alltag umzusetzen.

25 € für dlh-Mitglieder

30 € für Nicht-Mitglieder

Lehrergewerkschaften Hamburg dlh

”Wie schaffe ich bloß die letzten Jahre?”

Die Balance zwischen Anforderungen und Erwartungen von außen **und der Notwendigkeit**, auf die Erhaltung und Schonung der eigenen Kräfte und Ressourcen zu achten, ist das Thema dieses Seminars.

Veränderungen überall, innen und außen - wie können wir damit umgehen?

Die **Übergangszeit zum Ruhestand** soll erfüllend und bereichernd sein, nicht ein kraftloses Dahinschleppen auf den letzten Metern.

Anregungen, Unterstützendes, Motivation und Ideen - Austausch für die Reise "von der Schule zum ICH und WIR".

30 € für dlh-Mitglieder

36 € für Nicht-Mitglieder