

10.) Dienstag 12.10.2021 & Donnerstag 14.10.2021: jeweils von 15:00 Uhr bis 18:30 Uhr

2 x Kompaktseminar inkl. 30 min. Pause dazwischen!

Referent*in: Landgraf, Jasmin

Fortbildungsnummer: 21081040

„Wenn der Akku leer geht“ - Ressourcenorientiertes Selbstmanagement in der wandelnden Arbeitswelt Teil 1 und Teil 2

Stetig wachsende Aufgaben und Tätigkeitsfelder verändern unsere Arbeitswelt zunehmend: Gestaltung des päd. Alltags, Entwicklungsdokumentation, Elterngespräche und zunehmend verhaltensauffälligere Kinder, sind nur ein paar Bereiche, die uns im täglichen Arbeitsleben in den Kindertagesstätten begegnen.

Doch wo bleiben Sie hier, als Fachkraft, bei den ganzen Aufgaben? Wie können Sie Ihre eigene Leistungsfähigkeit erhalten und gesund durch den Arbeitsalltag kommen? Um bei all diesen Aufgabenfeldern nicht den Überblick zu verlieren und die eigene Arbeitskraft zu erhalten, hilft ein gutes Selbstmanagement, das auf die eigenen Ressourcen aufgebaut ist.

Ziele:

- **Erlernen eines guten Selbstmanagements**
- **Erhalt und Förderung der eigenen Arbeitskraft**
- **Kennenlernen von persönlichen Strategien zur Stressbewältigung**

Inhalte:

- **Umgang mit Wandel und Veränderung im Arbeitsfeld**
- **Erkennen und Einsetzen von eigenen Ressourcen**
- **Selbstregulationsübungen**

Methoden:

- **Impulsreferate**
- **Selbstreflexion**
- **Arbeit und Austausch in Kleingruppen und im Plenum**
- **Praktische Übungen mit Praxisbezug**



Anmeldung über Homepage: <https://www.lvkita.de/>

Anmeldeschluss: 28.09.2021 - bei Rücktritt innerhalb einer Woche vor Veranstaltungsbeginn fallen 50% des TN-Beitrags an.

Teilnahmebeitrag: 2 X 54,- € pro TN für eine Seminareinheit von zwei Online-Seminaren à 3 Zeitstunden, dies entspricht insgesamt 6 Zeitstunden (= 8 UE) = Preis insgesamt 108,- €

Teilnehmerzahl: mind. 10 – max. 15

Kontakt: Das Fortbildungsteam des LV der Geschäftsstelle, zu erreichen unter: fortbildung@lvkita.de – 0711 | 25251-14