

## selbstbewusst und sinnerfüllt

Kinder und Lehrpersonen gemeinsam unterwegs



### Das Wichtigste in Kürze

Die kombinierte Weiterbildung und Beratung unterstützt Lehrpersonen der Primarstufe dabei, den Unterricht sowohl auf die gesunde Entwicklung der Kinder als auch auf die eigene berufliche Zufriedenheit und Erfüllung abzustimmen:

- Für ein gesundes Aufwachsen brauchen Kinder unter anderem ein tragendes und bestätigendes Beziehungsumfeld. Sie brauchen Erfahrungen des Gelingens, um Selbstwirksamkeit aufzubauen. Sie brauchen Entscheidungsspielräume, um persönliche Sinnbezüge herstellen zu können.
- Selbstbewusste und sinnerfüllte Kinder bringen auch den Lehrpersonen Genugtuung. Auch sie erleben sich als kompetent und ihre Arbeit als sinnhaft. Ihr Selbstbewusstsein wird gestärkt, ihre Gesundheit, Leistungsfähigkeit und Zufriedenheit im Beruf unterstützt.

An sieben Kurstreffen im Schuljahr 2021/22 schärfen die Teilnehmenden ihren Blick dafür, wie das Geschehen im Klassenzimmer auf die Gesundheit wirkt. Sie erhalten Anregungen und Hinweise, dazu gewinnen sie Mut und Lust, um im eigenen Unterricht kleinere oder grössere Veränderungen zu erproben und ihn angepasst an die eigenen Möglichkeiten weiterzuentwickeln. Sie profitieren dabei auch von individueller Beratung sowie vom Austausch mit Kolleginnen und Kollegen.

Auf den folgenden Seiten finden Sie einige weitere Informationen zu Zielsetzungen, Aufbau, Terminen und Teilnahmebedingungen. Falls dennoch Fragen offen bleiben, erhalten Sie Antworten:

- an der Informationsveranstaltung vom 15. März 2021 in Brugg-Windisch (18.00 bis 19.00 Uhr)
- bei der Beratungsstelle Gesundheitsbildung: 056 202 72 22, [claudia.suter@fhnw.ch](mailto:claudia.suter@fhnw.ch). Hier können Sie sich auch für die Informationsveranstaltungen anmelden.

## **Gesundheit täglich im Unterricht berücksichtigen**

Der Unterrichtsalltag bietet zahlreiche Möglichkeiten, um die gesunde Entwicklung der Schülerinnen und Schüler zu unterstützen. Lehrpersonen berücksichtigen zum Beispiel die Voraussetzungen und Bedürfnisse der Kinder. Sie ermöglichen ihnen ein aktives Tun, das die Neugierde und die Lernfreude stärkt und aus dem heraus die Kinder stetig neue Interessen und Bedeutungen entwickeln können. Sie vermitteln Orientierung und Zuversicht, damit sich Kinder auf Unbekanntes, auf Unsicherheiten und auf eigene Suchprozesse einzulassen wagen und die Erfahrung machen, dass sich Anstrengung lohnt und sie Schwierigkeiten bewältigen können.

## **Welche Erwartungen darf man haben, welcher Ehrgeiz ist angemessen?**

Wie gut aber gelingt es Lehrpersonen, solchen Ansprüchen tatsächlich zu genügen? Können sie die Welt und die schulischen Anforderungen mit den Augen der Kinder betrachten? Wie finden sie eine Balance zwischen den Möglichkeiten der Kinder und den eigenen Ansprüchen? Woran ist erkennbar, dass ihr Handeln das Selbstbewusstsein und die Sinnerfüllung tatsächlich unterstützt? Wie viel Steuerung ist nötig, welche Verantwortung darf man getrost abgeben? Und wie viel Ehrgeiz darf sein, ohne sich selbst zu überfordern?

## **Selbstbewusst und sinnerfüllt – was trägt dazu bei?**

Das Weiterbildungs- und Beratungsangebot «selbstbewusst und sinnerfüllt – Kinder und Lehrpersonen gemeinsam unterwegs» bietet die Gelegenheit, über ein ganzes Schuljahr an solchen Fragen zu arbeiten. Die Teilnehmenden lernen ein einfaches Modell kennen, um über das Wechselspiel von ihnen und den Kindern sowie die Wirkung ihres Handelns auf Selbstbewusstsein und Sinnerfüllung nachzudenken. Sie bekommen Anregungen zum Beobachten, zur Unterrichtsgestaltung und zur Begleitung von Schülerinnen und Schülern. Sie tauschen sich mit Fachleuten sowie mit Kolleginnen und Kollegen aus, hören von Erfahrungen anderer und bringen eigene Erfahrungen ein.

Parallel dazu beobachten sie die eigene Praxis und was diese bei den Kindern auslöst. Sie erproben im eigenen Unterricht kleinere oder grössere Veränderungen und entwickeln ihn angepasst an die eigenen Möglichkeiten weiter. Sie freuen sich an ihren persönlichen Erfolgen und erfahren in der Kursgruppe Bestärkung und Bestätigung.

## **Ziele**

«Selbstbewusst und sinnerfüllt» regt dazu an, die Überlegungen zur gesunden Entwicklung von Kindern sowie zum eigenen gesunden Arbeiten in der Unterrichtsgestaltung zu berücksichtigen.

- Die Teilnehmenden kennen die Bedeutung der Selbstwahrnehmung, Selbstwirksamkeit und Selbststeuerung sowie der persönlichen Sinnbezüge für die gesunde Entwicklung von Kindern ebenso wie für die eigene Berufszufriedenheit.
- Sie schärfen ihren Blick dafür, wie das eigenen Handeln sowie das Tun der Schülerinnen und Schüler auf die gesunde Entwicklung der Kinder ebenso wie auf die eigene Berufszufriedenheit wirkt.
- Sie erhalten Anregungen und Hinweise, dazu gewinnen sie Mut und Lust, um mit ihrem Unterricht zu experimentieren – im Hinblick auf die gesunde Entwicklung der Schülerinnen und Schüler sowie die eigene Sinnerfüllung im Beruf.

## **Aufbau und Inhalte**

An sieben Weiterbildungstreffen in Brugg-Windisch – verteilt über das Schuljahr 2021/22 – kommen folgende Inhalte zur Sprache:

- Selbstwahrnehmung, Selbstwirksamkeit und Selbststeuerung sowie persönlicher Sinnerfüllung: Warum sind sie wichtig für die Gesundheit von Kindern und Erwachsenen?
- Welches Tun und Erleben im Schulalltag, welche Rahmenbedingungen des Unterrichts unterstützen die Entwicklung von Selbstbewusstsein und Sinnerfüllung? Zur Sprache kommen etwa die Bedeutung von Regeln, der Zimmereinrichtung, der Gruppendynamik oder des handlungsorientierten Lernens. Die Teilnehmenden bringen zudem eigene Erfahrungen ein und gestalten mit, welche Aspekte sie vertiefen und erproben möchten.
- Wie lässt sich erklären und beobachten, dass unser Handeln die gewünschte Wirkung entfaltet? Welche Bedeutung haben z.B. die Kinder als Gestalter ihrer eigenen Entwicklung, welche Bedeutung hat Flow-Erleben? Wie kommen wir mit Schülerinnen und Schülern über ihre Erfahrungen, Gefühle und Gedanken ins Gespräch? Welche Stolpersteine und Erfolgsfaktoren begegnen uns in den verschiedenen Handlungsansätzen immer wieder?
- Die eigenen Ressourcen für Unterrichtsgestaltung und Gesundheit: Was erlebe ich selber im Unterricht? Was finde ich selber sinnvoll, und wie bringe ich das in Balance mit den Ansprüchen von Schule und Eltern? Wie finde ich Mut und Geduld, um neue Dinge zu erproben? Wie organisiere ich mich und meinen Unterricht, damit ich selbstbewusst und sinnerfüllt arbeiten kann?

Parallel zu den Treffen arbeiten die Teilnehmenden daran, das Besprochene zu erproben, zu entwickeln und umzusetzen. Sie erhalten kleine Transferaufgaben und haben viel Freiheit, um Ideen und Ansätze im eigenen Unterricht zu erproben.

Sie erhalten mindestens einmal Besuch von einer Kollegin oder einem Kollegen und besuchen sie oder ihn, um Beobachtungen auszutauschen und Fragen zu besprechen.

Sie erhalten auf Wunsch Besuch von einer Person aus dem Kreis der Kursleitung, um sich am eigenen Arbeitsort zu ausgewählten Fragen beraten zu lassen.

## **Termine**

Samstag 28. August 2021, 08:30 - 16:30 Uhr

Montag, 20. September 2021, 17:30 - 20:30 Uhr

Montag, 18. Oktober 2021, 17:30 - 20:30 Uhr

Montag, 15. November 2021, 17:30 - 20:30 Uhr

Montag, 10. Januar 2022, 17:30 - 20:30 Uhr

Samstag, 12. März 2022, 08:30 - 16:30 Uhr

Montag, 09. Mai 2022, 17:30 - 20:30 Uhr

## **Wer ist angesprochen?**

Das Weiterbildungs- und Beratungsangebot richtet sich an Lehrpersonen der Primarstufe.

Voraussetzung zur Teilnahme ist, dass die Teilnehmenden die besprochenen Inhalte und gesetzten Ziele im Laufe des Schuljahres 2021/22 in einer oder mehreren Klassen unmittelbar umsetzen, erproben, entwickeln und auswerten können.

## Leitung

- Claudia Suter, wissenschaftliche Mitarbeiterin an der Beratungsstelle Gesundheitsbildung und Prävention, Pädagogische Hochschule FHNW, Lehrerin (Projektleitung)
- Andreas Hausheer, Kursleiter Pädagogische Hochschule FHNW, Lehrer und Schulmediator
- Marianne Kleiner, Kursleiterin Pädagogische Hochschule FHNW, Schulleiterin, Supervisorin, Lehrerin
- Dominique Högger, Leiter der Beratungsstelle Gesundheitsbildung und Prävention, Pädagogische Hochschule FHNW

Je nach Thema können weitere Fachpersonen beigezogen werden.

## Kosten

Für die **Teilnahme an den Kurstreffen** entstehen für Lehrpersonen der Aargauer und Solothurner Volksschule Kosten von CHF 1188.00 pro Person.

- Für Lehrpersonen von **Aargauer** Volksschulen erfolgt die Finanzierung nach Kategorie A: Die Kosten werden vom Kanton getragen.
- Für Lehrpersonen von **Solothurner** Volksschulen erfolgt die Finanzierung nach Kategorie B: Die Kosten werden vom Kanton und von der jeweiligen Gemeinde zu je 50% getragen. Die Zustimmung der Schulleitung für den Kursbesuch gilt als Kostengutsprache für den Gemeindeanteil.

Reise- und andere Spesen sowie Material- und Kopierkosten gehen zu Lasten der Teilnehmenden.

Die **Beratungen** werden für Teilnehmende aus Schulen der Kantone Aargau und Solothurn über den Leistungsauftrag der Beratungsstelle Gesundheitsbildung und Prävention getragen. Für übrige Teilnehmende werden die Kosten für die Beratung nach Aufwand verrechnet.

## Anmeldung

Online-Anmeldung: [www.fhnw.ch/wbph-kurse](http://www.fhnw.ch/wbph-kurse)

Die Anmeldung ist bereits vor dem Info-Abend vom 15. März 2021 möglich. Die Anzahl der Plätze ist beschränkt. Die Anmeldungen werden in der Regel nach Eingangsdatum berücksichtigt.

Anmeldeschluss ist der 28. Juni 2021. Falls Sie den Anmeldetermin verpassen, erkundigen Sie sich, ob es noch freie Plätze hat.

Die Anmeldung ist verbindlich. Abmeldungen sind nur schriftlich an die Kursadministration möglich. Bis 30 Tage vor Beginn des ersten Kurstages ist ein Rücktritt ohne weitere Kostenfolge möglich. Bei einem Rücktritt bis sieben Tage vor Kursbeginn ist eine Bearbeitungsgebühr von CHF 50.– zu entrichten. Bei einer kurzfristigen Abmeldung, weniger als sieben Tage vor Kursbeginn, schulden die Teilnehmenden 80% der gesamten Gebühren. Kann der Kursplatz anderweitig besetzt werden, so wird nur eine Bearbeitungsgebühr von CHF 50.– in Rechnung gestellt.

Die vollständigen allgemeinen Geschäftsbedingungen finden Sie auf [www.fhnw.ch/wbph-kurse](http://www.fhnw.ch/wbph-kurse).