

## selbstbewusst und sinnerfüllt

Kinder und Lehrpersonen gemeinsam unterwegs



**Selbstwirksamkeits- und Sinnerfahrungen sind grundlegend für freudvolles Lernen und Lehren. Die Teilnehmenden dieser kombinierten Weiterbildung und Beratung entdecken und erproben Gestaltungsformen, die solche Erfahrungen im Schulalltag ermöglichen und fördern.**

Für ein gesundes Aufwachsen brauchen Kinder unter anderem das Erleben von Selbstwirksamkeit und persönlichen Sinnbezügen. Dazu tragen Erfahrungen des Gelingens, persönliche Entscheidungsspielräume und ein wertschätzendes Beziehungsumfeld bei. Dies alles ist in gleicher Weise auch bedeutsam für Lehrpersonen. Ihre Gesundheit, Leistungsfähigkeit und Zufriedenheit im Beruf werden gestärkt.

Die kombinierte Weiterbildung und Beratung unterstützt dabei, den Unterricht sowohl auf die gesunde Entwicklung der Kinder als auch auf die eigene Sinnorientierung abzustimmen. Die Teilnehmenden 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:

- am Info-Abend vom 6. März 2023 in Brugg-Windisch (18.00 bis 19.00 Uhr);
- bei [dominique.hoegger@fnw.ch](mailto:dominique.hoegger@fnw.ch). Bei ihm können Sie sich auch für den Info-Abend anmelden.

## **Selbstbewusst und sinnerfüllt im täglichen Unterricht**

Der Unterrichtsalltag bietet zahlreiche Möglichkeiten, um die selbstbewusste und sinnerfüllte 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? Wie gelingt es, die eigenen Ansprüche und Möglichkeiten in eine Balance zu bringen?

## **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 erhalten zahlreiche Gelegenheiten, um über das Wechselspiel von ihnen und den Kindern sowie die Wirkung ihres Handelns auf Selbstbewusstsein und Sinnerfüllung nachzudenken. Sie erhalten Anregungen und schaffen sich Anlässe, um wesentliche Dynamiken – unter den Kindern, bei sich sowie zwischen sich und den Kindern – zu beobachten und zu gestalten. 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 schärfen ihren Blick dafür, was diese bei den Kindern und sich selbst bewirkt. Sie gewinnen Mut und Lust, im eigenen Unterricht kleinere oder grössere Veränderungen zu erproben, und entwickeln ihn angepasst an die eigenen Möglichkeiten weiter. Sie freuen sich an ihren persönlichen Erfolgen und erfahren in der Kursgruppe Bestärkung und Bestätigung.

## **Aufbau und Inhalte**

An sieben Weiterbildungstreffen in Brugg-Windisch und/oder ausgewählten Arbeitsorten der Teilnehmenden kommen folgende Inhalte zur Sprache:

- Selbstwahrnehmung, Selbstwirksamkeit und Selbststeuerung sowie persönlicher Sinnerfüllung: Warum sind sie wichtig für Kinder und Erwachsene?
- 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, des Zuhörens, des Teilens von Verantwortung 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 erfahren wir etwas über die Sinnbezüge, Gefühle und Gedanken der Schülerinnen und Schüler? 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 finde ich eine Balance zwischen verschiedensten Ansprüchen und Perspektiven? 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 Person aus dem Kreis der Kursleitung, um sich am eigenen Arbeitsort zu ausgewählten Fragen beraten zu lassen.

## Termine

Samstag 26. August 2023, 08:30 - 16:30 Uhr

Montag, 11. September 2023, 17:30 - 20:30 Uhr

Montag, 16. Oktober 2023, 17:30 - 20:30 Uhr

Montag, 13. November 2023, 17:30 - 20:30 Uhr

Montag, 8. Januar 2024, 17:30 - 20:30 Uhr

Samstag, 11. März 2024, 17:30 - 20:30 Uhr

Montag, 6. Mai 2024, 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 Fragen und Themen im Laufe des Schuljahres 2023/24 in einer oder mehreren Klassen unmittelbar umsetzen, erproben, entwickeln und auswerten können.

## Leitung

- Dominique Högger, Kursleiter Pädagogische Hochschule FHNW, Fachexperte Gesundheitsbildung und Prävention, Schulberater, Kindergärtner.
- Claudia Suter, Kursleiterin Pädagogische Hochschule FHNW, Supervisorin, Lehrerin für Achtsamkeit, Lehrerin
- Andreas Hausheer, Kursleiter Pädagogische Hochschule FHNW, Lehrer und Schulmediator
- Marianne Kleiner, Kursleiterin Pädagogische Hochschule FHNW, Schulleiterin, Supervisorin, Lehrerin

## Kosten

Für die **Teilnahme an den Kurstreffen** entstehen Kosten von CHF 1026.00 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.
- Teilnehmenden **aus anderen Kantonen** werden die Kosten direkt in Rechnung gestellt. Bitte erkundigen Sie sich bei den dafür vorgesehenen Stellen nach Finanzierungsmöglichkeiten.

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 6. März 2023 möglich. Die Anzahl der Plätze ist beschränkt. Die Anmeldungen werden in der Regel nach Eingangsdatum berücksichtigt.

Anmeldeschluss ist der 26. Juni 2023. 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).