

Themenschwerpunkt: Gesundheitsförderung

7170.000004	Hilfe! Meine Eltern trennen sich ... Trennung/Scheidung im Kontext Schule, Kooperation Rainbows
Termin/e	Di., 28.09.2021, 14:30 17:45 Uhr [4 UE]
Ort	KPH Wien/Krems, Campus Krems-Mitterau, Dr. Gschmeidlerstraße 28, 3500 Krems
Referent*innen	Martina LEONHARTSBERGER
Inhalt	<p>Wenn es in einer Familie zu einer Trennung/Scheidung der Eltern kommt, stellt dies für alle Betroffenen einen großen Einschnitt dar. Die neue Lebenssituation ist für Kinder/Jugendliche nicht nur schmerzhaft und belastend, sondern löst auch Verunsicherung, Loyalitätskonflikte, unterschiedliche Ängste, Wut, Trauer und Schuldgefühle aus. Verhaltensauffälligkeiten werden oft im sozialen Gefüge schnell spürbar und sichtbar. Um diese neue Situation bewältigen zu können, benötigen die Kinder und Jugendlichen die Unterstützung ihrer Familien, aber auch Hilfe durch das pädagogische Umfeld. In der Zeit mit Corona-Lockdowns sind Konflikte in den Familien gestiegen, der Wegfall des vertrauten Alltags, Gefühle der Angst, Isolation und der Ohnmacht waren für jene Kinder eine große Belastung. Besonderes Augenmerk auf diese "vulnerable" Gruppe mit einem ressourcenfördernden Ansatz zu legen, ist gerade in den Jahren danach besonders wichtig.</p> <p>Im Fokus dieser Fortbildung steht die Informationsvermittlung und Wissenserweiterung in Bezug auf das Verhalten, die Reaktionen und die Unterstützungsmöglichkeiten der Kinder/Jugendlichen.</p>
Zielgruppe/n	Pädagog*innen aller Schularten
7170.000002 7170.000105	Positive Psychologie Wir alle wünschen uns ein gesundes, gelingendes Leben!
Termin/e	Mi., 13.10.2021, 14:30 – 18:00 Uhr, [4 UE], Teil 1 Mi., 06.04.2022, 14:30 – 18:00 Uhr, [4 UE], Teil 2
Ort	KPH Wien/Krems, Campus Krems-Mitterau, Dr. Gschmeidlerstraße 28, 3500 Krems
Referent*innen	Philip STREIT, Katharina HANYKA
Inhalt	Vorgestellt werden die Entstehungsgeschichte und die theoretischen Hintergründe der Positiven Psychologie. Auf Basis neurobiologischer Erkenntnisse werden das PERMA-Modell und die wichtigsten Interventionen der Positiven Psychologie praktisch erarbeitet. Ebenso werden Inhalte aus der Positiven Kommunikation, Positiven Pädagogik und Resilienz angesprochen.
Zielgruppe/n	Pädagog*innen aller Schularten

7170.000001 7170.000104	Wer innehält, bekommt von innen Halt Stopp dem Stress und mehr Mitgefühl bitte!
Termin/e	Do., 11.11.2021, 14:30 – 18:00 Uhr, [4 UE], Teil 1 Do., 14.04.2022, 14:30 – 18:00 Uhr, [4 UE], Teil 2
Ort	KPH Wien/Krems, Campus Krems-Mitterau, Dr. Gschmeidlerstraße 28, 3500 Krems
Referent*innen	Sabine SCHUSTER
Inhalt	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Theorie und Praxis von Stressbewältigungsübungen in Anlehnung an MBSR ▪ Theorie und Praxis von (Selbst-)Mitgeföhlsübungen in Anlehnung an MBCL ▪ Körper-, Mental- und Kommunikationsübungen (Dyaden) zur Stressprävention
Zielgruppe/n	Pädagog*innen aller Schularten

7170.000003 7170.000106	Komm in deine Kraft – Jetzt! Tausche Stress und Erschöpfung gegen Entspannung und Lebensfreude
Termin/e	Di., 23.11.2021, 14:30 – 18:00 Uhr, [4 UE], Teil 1 Di., 15.03.2022, 14:30 – 18:00 Uhr, [4 UE], Teil 2
Ort	KPH Wien/Krems, Campus Krems-Mitterau, Dr. Gschmeidlerstraße 28, 3500 Krems
Referent*innen	Christine WEIGL, Katharina HANYKA
Inhalt	Das Seminar vermittelt verschiedene praxiserprobte Techniken und Tools, wie Atem- und Körperübungen sowie Hilfsmittel aus der Klangtherapie für die persönliche als auch schüler*innengerechte Umsetzung, um stressresistenter zu werden, Kraft zu schöpfen und die innere Ruhe zu finden
Zielgruppe/n	Pädagog*innen aller Schularten

7170.000005	Reflexionsnachmittag für Schulleiter*innen Coaching und Reflexion für die Praxis
Termin/e	Mi, 24.11.2021, 14:00 17:30 Uhr [4 UE]
Ort	KPH Wien/Krems, Campus Krems-Mitterau, Dr. Gschmeidlerstraße 28, 3500 Krems
Referent*innen	Christine SCHMUTZ, Brigitte GARTNER-DENK
Inhalt	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Reflexion des Führungsalltages mit verschiedenen Supervisions- und Coachingmethoden ▪ Persönliche Anliegen ansprechen und Lösungswege kreieren ▪ Wo bleibe ICH bei all den Erwartungen?
Zielgruppe/n	Schulleiter*innen aller Schularten

7170.000109	Wertschätzende und klare Kommunikation im pädagogischen Alltag
Termin/e	Do, 24.03.2022, 14:30 18:00 Uhr [4 UE] Do, 21.04.2022, 14:30 18:00 Uhr [4 UE]
Ort	KPH Wien/Krems, Campus Krems-Mitterau, Dr. Gschmeidlerstraße 28, 3500 Krems
Referent*innen	Martin LOBGESANG
Inhalt	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Basiskenntnisse der gelingenden Kommunikation zwischen Erwachsenen (für die Zusammenarbeit mit Kolleg*innen, für Gespräche in der Hierarchie, für Elterngespräche) · ▪ Klares Kommunizieren als Psychohygiene- und Präventionsinstrument (klare Kommunikation ist die Basis für ein starkes, vernetztes und gesundes Berufsleben) ▪ Bearbeiten von Beispielen aus dem Alltag ▪ Reflektierte Kommunikation als Basis für die Anwendung der Neuen Autorität
Zielgruppe/n	Pädagog*innen aller Schularten

7170.000107	Bist du jetzt für immer weg? Kinder bei Tod und Trauer im pädagogischen Alltag begleiten, Kooperation Rainbows
Termin/e	Mo, 04.04.2022, 14:30 17:45 Uhr [4 UE]
Ort	KPH Wien/Krems, Campus Krems-Mitterau, Dr. Gschmeidlerstraße 28, 3500 Krems
Referent*innen	Sabine CASLAVKA
Inhalt	<p>Aspekte der Begleitung. Die Kinder zu motivieren, ihre Gefühle auszudrücken und ihre Stärken auszubauen sind notwendig für die Trauerbearbeitung. Gleichzeitig sind die Rahmenbedingungen in der Schule und persönliche Grenzen v.a. des betroffenen Kindes, inwieweit im schulischen Alltag das Trauererlebnis thematisiert werden soll, zu berücksichtigen. Schule kann für diese Kinder einen „trauerfreien“ Raum bieten, in dem Normalität und Alltag Sicherheit und Halt geben. Dennoch sollen Trauerfälle auch im schulischen Alltagskontext nicht einfach übergangen werden.</p> <p>Als Pädagog*in den eigenen Umgang mit Trauer bewusster wahrzunehmen, stärkt die Fähigkeit, Kinder mit Verlusterlebnissen in der eigenen Rolle kompetenter zu begleiten.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Der Trauerprozess bei Todesfällen ▪ Einflussfaktoren auf den Trauerprozess bei Kindern ▪ Trauerreaktionen von Kindern ▪ Entwicklung des kindlichen Todesbegriffes ▪ Bedürfnisse von Kindern nach dem Tod einer nahen Bezugsperson ▪ Bedeutung von Ritualen ▪ Praktisch-methodische Beispiele für die Schule, Fachliteratur, Bücher
Zielgruppe/n	Pädagog*innen aller Schularten

7170.000108	Fels in der Brandung statt Hamster im Rad Ein Tag der Reflexion für Schulleiter*innen
Termin/e	Do., 12.05.2022, 10:30 17:00 Uhr [8 UE]
Ort	KPH Wien/Krems, Campus Krems-Mitterau, Dr. Gschmeidlerstraße 28, 3500 Krems
Referent*innen	Jürgen BELL, Brigitte GARTNER-DENK, Christine SCHMUTZ
Inhalt	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Reflexion des schulischen Führungsalltages ▪ Stärkung der Führungspersönlichkeit ▪ Resilienz ▪ Neue Autorität
Zielgruppe/n	Schulleiter*innen aller Schularten

Themenschwerpunkt: Gesundheitsförderung in Kooperation mit der BVAEB

7170.000007	„Gesundheitsförderung am Arbeitsplatz Schule“ Vernetzungstreffen – BVAEB-Prozess
Termin/e	Di., 29.09.2021, 14:00 18:00 Uhr [5 UE]
Ort	KPH Wien/Krems, Campus Krems-Mitterau, Dr. Gschmeidlerstraße 28, 3500 Krems
Referent*innen	N.N., N.N.
Inhalt	<ul style="list-style-type: none"> ▪ „Gesundheitsförderung am Arbeitsplatz Schule“ in der Praxis ▪ Posterwalk – Vorstellung der Gesundheitsförderungsprozess ▪ Erfahrungsaustausch mit anderen prozesstreibenden Schulen <ul style="list-style-type: none"> - Fachinput mit Gesundheitsbezug - Gesundheitsförderung als nachhaltiger Prozess ▪ BVAEB-Netzwerk „Gesunder Arbeitsplatz Schule“ ▪ Austausch mit BVAEB-Berater*innen
Zielgruppe/n	Pädagog*innen aller Schularten, geschlossener Teilnehmer*innenkreis

7170.000010	"Achtsam essen mit Genuss – meine Ernährung im Gleichgewicht" Kooperation BVAEB
Termin/e	Mi., 20.10.2021, 14:00 17:30 Uhr [4 UE]
Ort	KPH Wien/Krems, Campus Krems-Mitterau, Dr. Gschmeidlerstraße 28, 3500 Krems
Referent*innen	Elisabeth APOLONER
Inhalt	<p>Unser Arbeitsalltag wird häufig von Hektik, Termindruck und Stress bestimmt, da fehlt manchmal die Zeit für ein Essen in Ruhe mit Genuss. Überall werden wir mit sogenannten Außenreizen, wie Werbung, Bilder, Internet, Gesundheitsversprechen und Produktaufmachung konfrontiert. Gehen wir diesen Reizen regelmäßig nach, werden diese zur Gewohnheit und nehmen ganz unbewusst Regie über unser Essverhalten. Damit wir wieder Achtsamkeit und Genuss in unser Essen bringen, ist es wichtig, über Lebensmittel und deren Wirkung auf unseren Körper Bescheid zu wissen. Genussvolles und achtsames Essen spricht unsere Sinne an und sorgt für ein positives Körpergefühl. Durch Achtsamkeitstraining beim Essen spüren wir wieder den wahren Geschmack der Lebensmittel und auch deren Qualität.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Die bunte Vielfalt unserer Lebensmittel – Was sollte jeden Tag auf unserem Speiseplan stehen? ▪ Was macht uns hungrig, was macht uns satt? ▪ Gesund gegessen – auch im Schul-Alltag ▪ Essen mit allen Sinnen – am Beispiel einer Schokoladenverkostung ▪ Genussregeln für eine bewusste Ernährung
Zielgruppe/n	Pädagog*innen aller Schularten

7170.000009	Mentale und körperliche Gesundheit Für Lehrer*innen, Kooperation BVAEB
Termin/e	Fr., 26.11.2021, 14:00 19:00 Uhr und Sa., 27.11.2021, 07:30 17:00 Uhr, [16 UE]
Ort	Hotel-Restaurant Ottenstein, Peygarten 60, 3532 Rastendorf
Referent*innen	Johann PRATSCHER, Thomas WÖRZ
Inhalt	Mentale Einstellung und Lebensstil; Achtsamkeit und Selbstwert; Angst- und Stressmanagement; Entspannungstechniken; Grundlagen gesundheitsorientierten Bewegens; täglich anwendbare Bewegungsprogramme; Rückenstärkung durch Bewegung; Techniken zur Optimierung der Gehirnfunktionen
Zielgruppe/n	Pädagog*innen aller Schularten

7170.000008	Seelische Gesundheit – achtsam und entspannt Gesundheitsförderung am Arbeitsplatz, Kooperation BVAEB
Termin/e	Do., 16.12.2021, 14:30 18:00 Uhr
Ort	KPH Wien/Krems, Campus Krems-Mitterau, Dr. Gschmeidlerstraße 28, 3500 Krems
Referent*innen	N.N., N.N.
Inhalt	Der Fokus liegt auf dem Erinnern der Wichtigkeit einer ausgeglichenen und achtsamen Herangehensweise mit sich selbst und der Umwelt. Möglichkeiten verschiedener Entspannungsmethoden werden aufgezeigt. Achtsamkeits- und Wahrnehmungsübungen werden erfahren und auf die Resilienzfaktoren wird ein Blick geworfen.
Zielgruppe/n	Pädagog*innen aller Schularten

7170.000111	„Gesundheitsförderung am Arbeitsplatz Schule“ Basis-Workshop – BVAEB-Prozess
Termin/e	Di., 05.04.2022, 14:00 17:30 Uhr [4 UE]
Ort	KPH Wien/Krems, Campus Krems-Mitterau, Dr. Gschmeidlerstraße 28, 3500 Krems
Referent*innen	N.N., N.N.
Inhalt	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Grundlagen der Gesundheitsförderung am Arbeitsplatz Schule <ul style="list-style-type: none"> - Definition und Konzepte zur Gesundheit und Gesundheitsförderung - Einflussfaktoren auf die Gesundheit - Prinzipien und Qualitätskriterien der Gesundheitsförderung ▪ Methoden und Tools zum Projektmanagement <ul style="list-style-type: none"> - Projektphasen und Projektzyklus - Möglichkeiten einer guten Projektkommunikation und -information - Formulierung von Grob- bzw. Mottozielen - Empfehlungen für eine erfolgreiche Umsetzung ▪ Organisation des BVAEB-Prozesses „Gesundheitsförderung am Arbeitsplatz“ <ul style="list-style-type: none"> - Abläufe durch alle BVAEB-Prozessphasen - Erste Schritte für einen gelungenen Prozess-Star
Zielgruppe/n	Pädagog*innen aller Schularten, geschlossener Teilnehmer*innenkreis

Themenschwerpunkt: Neue Autorität

7170.000006	Raus aus dem Machtkampf mit Neuer Autorität
Termin/e	Mi., 03.11.2021, 14:30 18:00 Uhr, [4 UE]
Ort	KPH Wien/Krems, Campus Krems-Mitterau, Dr. Gschmeidlerstraße 28, 3500 Krems
Referent*innen	Brigitte GARTNER-DENK
Inhalt	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Selbstkontrolle, Präsenz und wertschätzende Beziehungsgestaltung im schulischen Kontext ▪ Abgrenzung und Selbstschutz in herausfordernden Situationen ▪ Deeskalierende Interventionen
Zielgruppe/n	Pädagog*innen aller Schularten

7170.000110	Neue Autorität kompakt und konkret Umsetzung des Konzepts im schulischen Alltag
Termin/e	Mi, 30.03.2022, 14:30 18:00 Uhr [4 UE]
Ort	KPH Wien/Krems, Campus Krems-Mitterau, Dr. Gschmeidlerstraße 28, 3500 Krems
Referent*innen	Brigitte GARTNER-DENK, Gabriele GELLNER
Inhalt	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Grundprinzipien des Konzepts der Neuen Autorität nach Haim Omer kennenlernen ▪ Handlungsmöglichkeiten des Konzepts NA reflektiert einsetzen können ▪ Standortspezifische Umsetzung des Konzepts in den schulischen Alltag reflektieren
Zielgruppe/n	Pädagog*innen aller Schularten

KONTAKT UND INFORMATIONEN ZU KOMPASS-ANGEBOTEN in Krems:

katharina.hanyka@kphvie.ac.at

Anmeldezeiträume gesamtes Studienjahr 2021/2022:

01. April. – 03. Mai 2021, sowie 30. Aug. – 21. Sept. 2021

Anmeldezeitraum Sommersemester 2022:

15. Dez. 2021 – 18. Jan. 2022

Wir freuen uns, Sie mit unseren Angeboten bei Ihren täglichen Aufgaben unterstützen und stärken zu dürfen.

Ihr Kompass-Team