

Titel

Thema:	FKE: Mindful Leadership - Achtsamkeit für Führungskräfte
Veranstungsnummer:	272500410

Inhalt/Beschreibung

Schwerpunkte/Rubrik:	(keine Zuordnung)
----------------------	-------------------

Allgemeine Informationen

Zielgruppen:	- Schulleiter
Schularten:	- Förderschule, Grundschule, Gymnasium, Integrierte Gesamtschule, Kolleg, Kooperative Gesamtschule, Regelschule, Thüringer Gemeinschaftsschule, Berufsbildende Schule
Veranstaltungsart:	Einzelveranstaltung
Gültigkeitsbereich:	landesweit
Leitung:	Katja Franke, ThILLM
Dozenten:	Ronja Bauersachs, Erfurt

Weitere Hinweise

Zusatzinformationen:	Achtsamkeit ist die Basis für Klarheit, Entscheidungsfähigkeit und innere Ruhe als Führungskraft. Wie achtsam sind Sie im Umgang mit Ihrem eigenen Körper, mit Ihren Denk- und Verhaltensmustern – vor allem in Stresssituationen? In diesem Workshop lernen Sie, Körpersignale bewusst wahrzunehmen und so Verhalten und Kommunikation gezielter zu steuern. Kleine Übungen helfen, Stress frühzeitig zu erkennen und passende Handlungsmöglichkeiten zu entwickeln. Dies ist ein tätigkeitsbegleitendes Angebot aus dem Themenbereich "Gesundheit" (FKE_GeS).
Weblink:	https://www.schulportal-thueringen.de/fuehrungskraefte/schulische_fuehrungskraefte

Anbieter

Anbietername:	Thüringer Institut für Lehrerfortbildung, Lehrplanentwicklung und Medien (ThILLM)
Anbieteranschrift:	Heinrich-Heine-Allee 2-4, 99438 Bad Berka
E-Mail-Adresse:	info@thillm.de
Telefon:	036458/560

Termin

Termin: 22.04.2026 09:00 bis 16:00 Uhr

Dauer: 8 Zeitstunden

Veranstaltungsort

Veranstaltungsort: ThILLM - Ausweichobjekt, Mühlweg 18, 99091 Erfurt