



Seminar für PhV-Mitglieder der Bezirke Bonn/Rhein-Sieg, Leverkusen und Oberberg

- Zehn Wege zur Aktivierung des Oxytocin-Systems -

Seminar-Nr.	2024 B082 CS
Termin	06.09.2024 bis 07.09.2024
Uhrzeiten	Beginn 10:00 Uhr Ende 16:00 Uhr
Partnerorganisation	Philologenverband NRW
Tagungsstätte	Maritim Hotel Bonn Godesberger Allee 53175 Bonn (Zufahrt: Kurt-Georg-Kiesinger Allee 1)
Seminarleitung	Jutta Bohmann Vorsitzende des PhV-Bezirks Bonn/Rhein-Sieg Vorsitzende des PhV-Referats Frauen, Familie & Gleichstellung Mitglied des HPR im Ministerium für Schule & Bildung
Dozent:innen	Prof. Dr. Marcus Eckert Professor für Psychologie, insbesondere Entwicklungs- und Schulpsychologie APOLLON Hochschule für Gesundheitswirtschaft Dekan Fachbereich Psychologie & Pädagogik

Kompetenzorientierte Lernziele

Oxytocin ist als Kuschelhormon bekannt - aber es kann sehr viel mehr. Es reguliert Nähe, Empathie, Vertrauen und Kooperation und das Erleben von Stressbelastung. Kurz um: Oxytocin kann und sowohl resilienter als auch sozialer machen.

In dieser Fortbildung werden verschiedene Wege vorgestellt und erprobt, die das körpereigene Oxytocin-System aktiviert. Wie lassen sich diese Strategien in der Schule nutzen, um das Miteinander zu stärken und Belastungserleben zu reduzieren.

Methoden

Die Seminarinhalte werden anschaulich durch Vorträge, Präsentationen, Gruppenarbeiten, konkrete Fallbeispiele und Diskussionen sowie durch Feedbackrunden und Simulationen vermittelt. Dabei kommen bewährte Präsentations- und Lernmedien zum Einsatz.

Online-Evaluation

Am letzten Seminartag erhalten Sie eine E-Mail von der dbb akademie. Bitte bewerten Sie die Veranstaltung über den Online-Fragebogen. Ihre Rückmeldung hilft Ihrer Gewerkschaft und der dbb akademie die hohe Qualität der Schulungen dauerhaft zu gewährleisten. Die Bewertung kann (auch anonym) mit Smartphone, Tablet oder PC durchgeführt werden.

Mögliche Pausenzeiten

10:30 - 10:45 Uhr	Kaffeepause
12:30 - 14:00 Uhr	Mittagspause
15:00 - 15:15 Uhr	Kaffeepause

Die dbb akademie behält sich das Recht des Dozentenaustausches, Terminverschiebungen sowie Aktualisierung der Inhalte vor.
--

Inhalte

Freitag, 6. September 2024

10:00 bis 10:15 Uhr **Begrüßung, Vorstellung, Erwartungsabfrage**

Jutta Bohmann

10:15 bis 12:30 Uhr
Inkl. Kaffeepause

- Oxytocin-System aktivieren: Kooperation, Vertrauen, Empathie und Resilienz
- Persönliches Wachstum initiieren und fördern: Growth Mindset
- Growth-Coaching als Methode zur Förderung von Resilienz, Kooperation, Empathie und Vertrauen

Interaktiver Impuls und Arbeit mit Peer-Coaching-Ansätzen

Prof. Dr. Marcus Eckert

12:30 bis 13:30 Uhr **Mittagessen**

13:30 bis 17:30 Uhr
Inkl. Kaffeepause

- Übungen zum Entdecken von Selbstentwicklungspotenzialen (bezogen auf die Förderung von Resilienz, Kooperation, Empathie und Vertrauen)
- Selbstentwicklungsziele im Rahmen des Growth-Coachings festlegen
- Erarbeiten von Beratungs- und Coaching-Methoden zur Erreichung des selbstgesteckten Entwicklungsziels
- Erste Schritte zur Erarbeitung der gesetzten Ziele im Growth-Coaching

Prof. Dr. Marcus Eckert

19:00 Uhr **Abendessen im Hotel**

Samstag, 7. September 2024

09:00 bis 12:30 Uhr
Inkl. Kaffeepause

- Vertiefende Impulse und wiss. Hintergründe zur Förderung von zur Förderung von Resilienz, Kooperation, Empathie und Vertrauen (Aktivierung des Oxytocin-System)
- Vertiefender Fokus auf gelingende und schwierige Interaktionen
- Erarbeiten zusätzlicher Methoden für das Peer-Coaching
- Arbeit im Growth-Coaching-Format

Prof. Dr. Marcus Eckert

12:30 bis 13:30 Uhr **Mittagessen**

13:30 bis 15:45 Uhr
Inkl. Kaffeepause

- Vorbereitung des Transfers in den Schulalltag
- Erarbeitungen weiterer Selbst-Coaching- und Peer-Coaching-Methoden zur Weiterarbeit nach der Fortbildung

Prof. Dr. Marcus Eckert

15:45 bis 16:00 Uhr

**Abschlussgespräch und Verabschiedung
Auswertung des Seminars (Online-Evaluation)**

Jutta Bohmann