



SCHULFACH

GLÜCK

LERNZIEL WOHLBEFINDEN

Weiterbildung Dresden 26/27

Sie wollen in Ihrem Arbeitsfeld **junge Menschen** auf die Herausforderungen unserer Zeit vorbereiten?

Sie möchten Kinder und Jugendliche auf ihrem Weg zu **mehr Lebenskompetenz und Zufriedenheit** anleiten und unterstützen?

Sie sind interessiert an einem umfassenden, ressourcenorientierten **Selbsterfahrungsprozess**, der sowohl Ihr eigenes körperliches, seelisches und geistiges **Wohlbefinden** unterstützt, als auch das Wohlbefinden Ihrer Schüler:innen oder Klient:innen?

Sie wollen einen Beitrag leisten, damit Ihr Arbeitsumfeld ein Ort des persönlichen **Wachstums und der Zufriedenheit** wird?

„DER SCHLÜSSEL ZUM GLÜCK STECKT VON INNEN!“



in Kooperation mit



FRITZ-SCHUBERT-INSTITUT
für Persönlichkeitsentwicklung

Das Konzept „**Schulfach Glück – Lernziel Wohlbefinden**“ basiert auf den Forschungsergebnissen, wissenschaftlichen Grundlagen und langjährigen Erfahrungen des Fritz-Schubert-Instituts für Persönlichkeitsentwicklung (FSI).

„InnenWohl“ veranstaltet in Kooperation mit dem FSI die Weiterbildung in Sachsen.

Im Kurs wird die Struktur verschiedener Modelle und ihre Zusammenhänge **handlungsorientiert, lebens- und praxisnah** vermittelt und erlebbar gemacht.

In der Umsetzung des Handlungskonzepts geht es neben der Steigerung von Wohlbefinden vor allem um die **Entwicklung eines stabilen Selbstwertgefühls und einer gestärkten Selbstwirksamkeit**.

Die Fähigkeit und Bereitschaft, sich weiterzuentwickeln und das eigene Leben eigenständig und verantwortlich im jeweiligen sozialen, kulturellen bzw. beruflichen Kontext zu gestalten, wird dabei verbessert.

DURCH „SCHULFACH GLÜCK“ LERNEN MENSCHEN....

- einen Beitrag zur eigenen seelischen Gesundheit zu leisten
- soziale Beziehungen zu verbessern
- eigenverantwortlich & selbstbestimmt zu handeln
- Herausforderungen zu bewältigen und an Krisen zu wachsen
- Bewusstsein für die eigenen Stärken, Schwächen und Bedürfnisse zu entwickeln
- sich persönlich weiterzuentwickeln
- ihren Fokus auf eine positive Lebensgestaltung zu richten

POSITIVE EFFEKTE FÜR LEHRENDE...

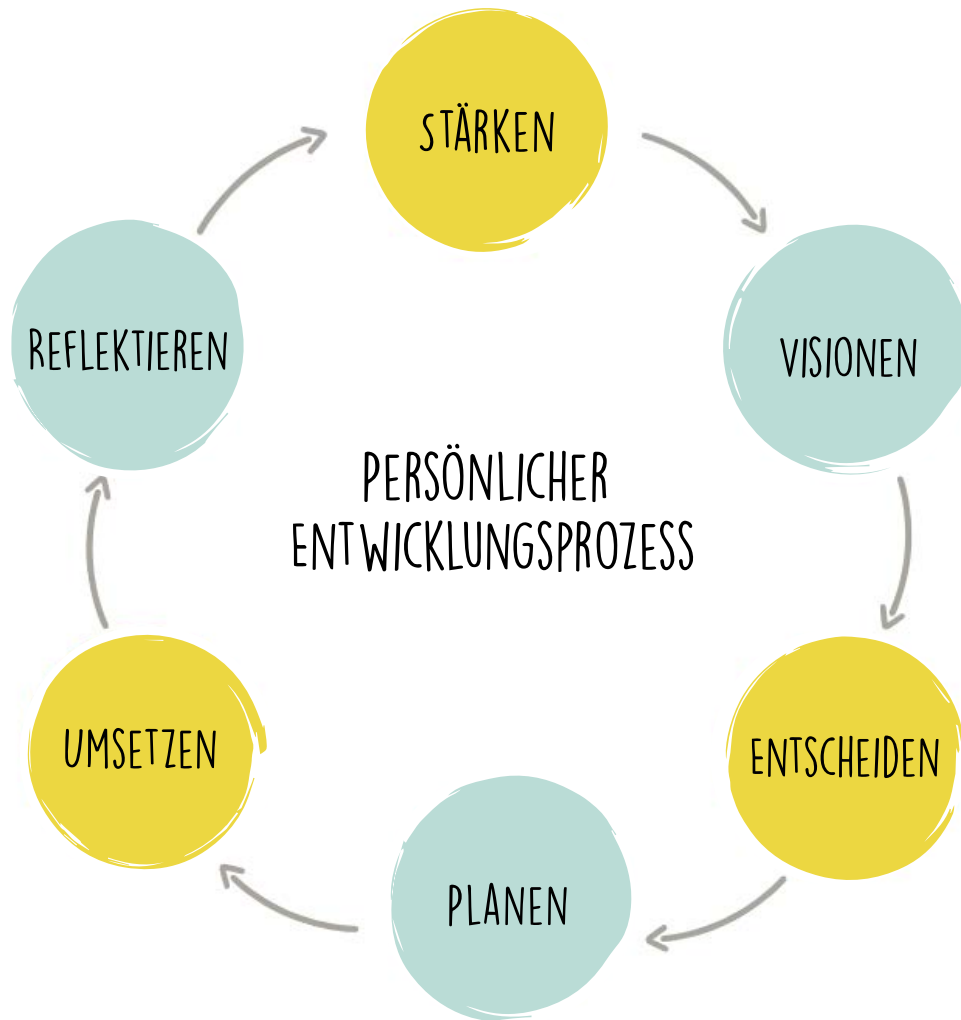
- Unterstützung der eigenen Gesundheit und seelischen Balance
- Höhere berufliche Identifikation und Zufriedenheit
- Steigerung der Resilienz
- Erlangung theoretischer Kenntnisse aus der aktuellen Forschung u.a. zum Thema der Persönlichkeitsentwicklung, Motivationslehre, positiver Psychologie und Erlebnispädagogik
- praxisnahe Umsetzungsbeispiele für den Unterricht oder die Beratung
- Generieren einer wertschätzenden und systemisch motivierten Grundhaltung sich selbst und den Lernenden gegenüber



MODULE UND TERMINE

Modul	Termine	Inhalte
Stärken I	6./7.11.26	Überblick und Grundhaltung; Freude am Leben; Vertrauen; Wertschätzung; Stärken entdecken; Empathie & Impathie erfahren
Stärken II	11./12.12.26*	Ressourcen und Potenziale entdecken; mit Schwächen umgehen; Charakterstärken erkennen; psychologische Grundbedürfnisse; Konsistenzgefühl
Visionen I	15./16.01.27	Zukunft öffnen; Träume und Wünsche als Gestaltungspotenzial verstehen; Motive des eigenen Handelns erkennen; Individuationswürfel; Komfort- und Potentialzonen
Visionen II	26./27.02.27	Antreiber-Modell; Pfadabhängigkeiten überwinden; Voraussetzungen für Selbstentfaltung und Gestaltung einer attraktiven Zukunft schaffen; intrinsische Motivation verstehen
Entscheiden I	19./20.03.27	Entscheidungsverzerrer verstehen; Neurohaptik; ganzheitliche Entscheidungen treffen; eigene Werte ermitteln; Wertekugel
Entscheiden II	16./17.04.27	Entwicklungsziele definieren; Qualität von Zielen; intrinsische Motivation verankern; Kohärenzgefühl und Selbstkonzept

Modul	Termine	Inhalte
Planen I	21./22.05.27	Planungshorizonte abstecken; Bedürfnisorientierung und Szenariosicherheit; Priorisierung; Pivot-Punkt-Planung; Emotion als Metrik für Erfolg; infinite Strategien; Kompetenzaufbau
Planen II	11./12.06.27	Hindernisse als Herausforderungen verstehen; eigene und fremde Ressourcen aktivieren; Gestaltungspotentiale nutzen
Umsetzen I	02./03.07.27	Kompetenzen im Jetzt konkretisieren; Stressprävention; Kommunikation; Konfliktdynamik
Umsetzen II	27./28.08.27	Gesundheit erhalten; Gruppendynamik verstehen und nutzen; Erlebnispädagogik
Reflektieren I	01./02.10.27	Reflexionsmethoden strukturell verstehen; Reflexion in Gruppen; Reflexionsraute; kompetent Scheitern; Tetraedermodell
Reflektieren II	05./06.11.27	Abschied und Trauer; Containern; Wertigkeit der Zeit und bewusstes verankern; Lust auf die Zukunft generieren



ZIELGRUPPE DER WEITERBILDUNG

- Lehrpersonen aller Stufen, Schulformen und Altersklassen
- Sozialpädagog:innen und Erzieher:innen
(z.B. Schulsozialarbeit, Kinder- und Jugendhilfe etc.)
- Coaches & Therapeut:innen
- Alle Personen, die andere Menschen begleiten und beraten oder aus eigenem Interesse einen umfassenden Selbsterfahrungsprozess durchlaufen wollen.

DAUER

Die Weiterbildung erstreckt sich über ein Jahr, aufgeteilt auf 12 Module:

Alle Module jeweils freitags 17–21 Uhr und samstags 9–17 Uhr

*Modul „Stärken II“ am 11./12.12.26 am Freitag von 12–20 Uhr und Samstag von 9–13 Uhr

ZERTIFIKAT

Für das FSI-Zertifikat sind 80 % Anwesenheit erforderlich.

KURSLEITUNG

Ellen Sittner

Diplom-Sozialpädagogin(FH)

Systemische Therapeutin (DGSF)

Coach und Beraterin für Persönlichkeitsentwicklung (FSI)

In der pädagogischen Arbeit in kinder- und jugendpsychiatrischen Tätigkeitsfeldern erkannte Ellen, dass (junge) Menschen im Alltag wenige Möglichkeiten haben, sich außerhalb von Psychotherapie mit sich selbst und ihrer persönlichen Entwicklung auseinanderzusetzen.



So entstand in ihr der Wunsch nach einem Schulfach, welches diese Themen aufgreift.

„Schulfach Glück“ baut für sie eine Brücke zwischen Bildung und Psychotherapie und legt einen Grundstein für eine eigenverantwortliche Lebensgestaltung.

Ellen engagiert sich für die Etablierung von „Schulfach Glück“ in der sächsischen Bildungs- & Jugendhilfelandtschaft und möchte auch Menschen aus anderen Tätigkeitsfeldern das Konzept zugänglich machen.

ANMELDUNG & KONTAKT

InnenWohl

Carolinestraße 2, Gartenhaus

01097 Dresden

Telefon 0176-42912655

hallo@innen-wohl.de

www.innen-wohl.de/schulfach-glueck

in Kooperation mit



FRITZ-SCHUBERT-INSTITUT
für Persönlichkeitsentwicklung