

BASISMODUL

Den Teilnehmer/innen wird ein Modell zu Ursachen und Symptomen von chronischem Stress vermittelt, durch das individuelle Stress-Symptome frühzeitig erkannt werden, um auf dieser Basis angemessene Entlastungsstrategien einsetzen zu können. Persönliche Belastungsbereiche werden identifiziert und konkrete Ziele für eine Entlastung formuliert.

KOGNITIONSMODUL

Stressinduzierende Einstellungen, Ansprüche und Gedankenmuster werden herausgearbeitet und „entschärft“. Berufliche Ideale und Ziele werden als motivationale Ressourcen verstanden, als solche aktiviert und Prinzipien einer gesundheitsförderlichen Zielsetzung eingeführt.

PROBLEMLÖSEMODUL

Es wird die Kompetenz des systematischen Problemlösens vermittelt. Bestandteil dieser Systematik sind Problembeschreibung, Zielsetzung, kreative Generierung von Lösungsmöglichkeiten und schließlich die Entscheidung für eine Möglichkeit sowie deren Umsetzung.

RESSOURCENMODUL

Möglichkeiten des Krafttankens und der Erholung werden in den Blick genommen. Der Fokus liegt dabei auf unterstützenden sozialen Beziehungen. Soziale Kompetenzen im Bereich des Anbietens, Anfragens und Annehmens von (kollegialer) Unterstützung werden gefördert. Besonders im Hinblick auf (objektiv) wenig reduzierbare Belastungen soll die Erholungsfähigkeit gesteigert werden. Prinzipien eines gesundheitsförderlichen Erholungsverhaltens werden erarbeitet und praktisch erprobt.

BASISMODUL

Ziel ist es, die Lehrkräfte auf gelungene und misslungene Elemente von Klassenführung hinzuweisen. Das Modul fokussiert auf die Entwicklung eines eigenen Stils der Klassenführung. Es spielen Modelle von Störungsverhalten ebenso eine Rolle wie eine Charakterisierung des Schulalltags als Situation paradoxer Handlungsanforderungen wie Nähe und Distanz oder Disziplinierung und Wachsen lassen.

KOGNITIONSMODUL

Wichtige Strategien der Klassenführung wie Aktivieren, Anleiten und Beraten, das Setzen von Lernzielen, Diagnostizieren sowie des Verpflichtens von Schüler/innen werden erarbeitet.

PROBLEMLÖSEMODUL

Es werden Lösungsansätze mittels Kollegialer Fallberatung erarbeitet. Die Lehrkräfte schildern dazu Fälle aus ihrem Schulalltag, die mittels eines Modells analysiert werden. Darauf folgend werden Lösungsmöglichkeiten sowie Schritte der Umsetzung generiert. Dann werden weitere Fälle selbstständig bearbeitet. Die Lehrkräfte gehen dabei eigenen Stärken und Schwächen ihrer Klassenführungsarbeit nach.

RESSOURCENMODUL

Dieses Modul zielt auf einen individuellen Veränderungsplan in Hinblick auf Klassenführungsverhalten ab. In einem ersten Schritt soll jede Lehrkraft auf Basis der im vorherigen Modul herausgearbeiteten Stärken und Schwächen der Frage nachgehen, welche der im Schulalltag angewendeten Strategien der Klassenführung die gewünschten Ziele erreichen und welche einer Veränderung bedürfen. Auch eine Veränderung der Ressourcennutzung soll angedacht werden.



LeguPan Lehrergesundheit: Prävention an Schulen



Lehrerinnen und Lehrer

Zielgruppe des Projekts sind Lehrerinnen und Lehrer sowie Schulleiter/innen der Schularten Grund-, Haupt- und Realschule sowie Gymnasium in Bayern und in Nordrhein-Westfalen ab dem 30. Lebensjahr.

Es werden zwei verschiedene Trainingsprogramme angeboten: *Gesund im Lehrberuf*, ein Training zu gesundheitsförderlichem Verhalten, und ein *Klassenführungstraining*. Interessierte Lehrkräfte können im Rahmen von Fortbildungsveranstaltungen an einem der beiden Präventionsprogramme teilnehmen.

Ein Training umfasst 4 Module mit jeweils 4 Stunden (mit jeweils 12-15 Teilnehmer/innen).

Schulleiter/innen

Schulleiterinnen und Schulleiter werden in Form von Workshops in den Aufbau einer Gesundheitsprävention an Schulen eingebunden. Jede Schule hat ihr eigenes Profil, welches das Ergebnis eines Entwicklungsprozesses einer Schule ist oder sich aus bewusst gepflegten Traditionen, gezielt angestrebten Besonderheiten oder Schwerpunktsetzungen ergibt. Dort setzt die Einbindung der Schulleiter/innen an. Diese sollen Gesundheit im Lehrberuf zu einem Thema an ihrer Schule und zu einem Teil ihres Schulprofils machen. Dazu sind *eintägige, moderierte Workshops* geplant, die auf die Erarbeitung eines für jede Schule individuellen Profils zum gesundheitsförderlichen Verhalten abzielen.

Evaluation

Die Rückmeldung dient dazu, die Programme zu modifizieren, bevor diese endgültig implementiert werden. Darüber hinaus werden die Programme in Hinblick darauf überprüft, ob sie sich positiv auf die Befindlichkeit der Teilnehmer/innen auswirken.

Lehrerinnen und Lehrer sollen darin zu geschult und unterstützt werden, Strategien und Möglichkeiten eines individuell angemessenen Umgangs mit berufsspezifischen Belastungen und Herausforderungen zu entwickeln und aufrecht zu erhalten. Sie sollen für die Folgen berufsspezifischer Belastungen sensibilisiert und auf die Bedeutung und Möglichkeiten der Prävention hingewiesen werden.

Es sollen Handlungskompetenzen auf- bzw. ausgebaut werden, die dazu beitragen Ressourcen schonend einzusetzen und das Wohlbefinden und die individuelle Lebensqualität zu steigern.

Das Training bietet die Möglichkeit zur Selbstreflexion und zielt auf eine Steigerung der Selbstwirksamkeit ab. Darüber hinaus wird über gesundheitsförderliches Verhalten im Lehrberuf informiert.

Lehrergesundheit und berufsspezifische Belastungen von Lehrkräften sollen noch mehr in den Fokus von Öffentlichkeit, Berufswelt und Politik rücken und so die unbedingt notwendige Aufmerksamkeit erfahren. Längerfristig soll Lehrergesundheit nicht nur Thema in der Fortbildung, sondern in der Lehrerbildung insgesamt sein – das bedeutet, Lehrkräfte durch ihr berufliches Leben begleiten.

Im LeguPan-Projekt werden Multiplikatoren qualifiziert, die über die Projektlaufzeit hinaus im Rahmen von Lehrer(fort)bildung selbstständig Lehrkräfte in gesundheitsförderlichem Verhalten und Klassenführung schulen und somit das erworbene Fach- und Handlungswissen an andere weitergeben können.

Bayern

Prof. Dr. Ewald Kiel
Dr. Sabine Weiß

LMU München
Lehrstuhl für Schulpädagogik
Leopoldstraße 13
80802 München

Kontakt:

Dr. Anne Frey

Tel. +49 (0)89 2180-6304
Fax +49 (0)89 2180-5001
anne.frey@edu.lmu.de

Nordrhein-Westfalen

Dr. Martin Köhne

St. Augustinus Fachkliniken
St. Alexius-/ St. Josef-Kliniken
Nordkanalallee 99
41464 Neuss

Tel. +49 (0) 2131 5292-9002
Fax +49 (0)2131 5292-9001

m.koehne@ak-neuss.de