

Gesunde Lehrkräfte durch Gemeinschaft

Eine Fortbildung für Thüringer Lehrkräfte

Anerkennungsnummer 5094-27-0487/17

Lehrerinnen und Lehrer sehen sich im Schulalltag häufig mit einer Vielzahl herausfordernder und gesundheitlich belastender Situationen konfrontiert. Wie können sie trotzdem gesund bleiben? Mit unserem Fortbildungsangebot „Gesunde Lehrkräfte durch Gemeinschaft“ bieten wir Lehrkräften die Möglichkeit im Rahmen von Kollegialen Fallberatungen und Gesundheitsworkshops das eigene Belastungserleben zu reduzieren und dadurch die eigene Gesundheit zu stärken.

Gesunde Lehrkräfte (er)kennen ihre Ressourcen und gehen konstruktiv mit Stressfaktoren um.

Zwei Workshops der Fortbildungsreihe haben die Zusammenhänge von beruflicher Belastung und gesundheitlichem Wohlbefinden zum Thema. Hier werden konkrete Anregungen und Übungen zur Stärkung der Gesundheit vermittelt. Die inhaltliche Schwerpunktsetzung erfolgt durch die Teilnehmerinnen und Teilnehmer.



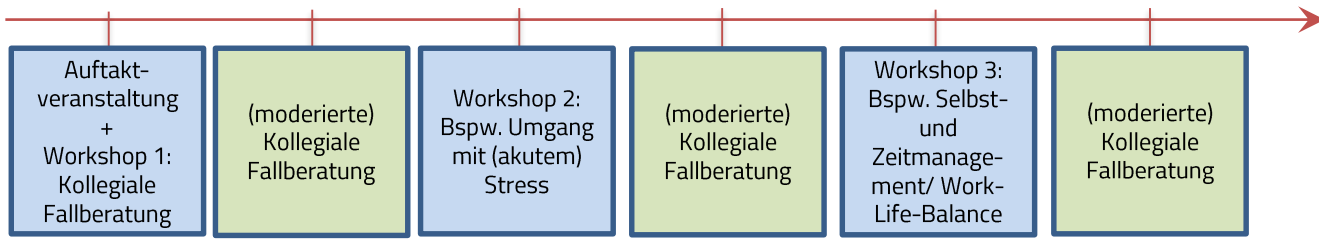
Eine wichtige Widerstandsressource ist die soziale Unterstützung durch das Kollegium bzw. das Team.



Im Rahmen der Fortbildung wird die Kollegiale Fallberatung (KFB) als effektive Methode, sich im Umgang mit herausfordernden und belastenden Situationen aus dem Berufsalltag auszutauschen und gemeinschaftlich praxisnahe Lösungen zu finden und zukünftige Schritte zu planen, vorgestellt und eingeübt (Auftaktveranstaltung). Zur Fortbildungsreihe gehören drei schulinterne Treffen zur Durchführung Kollegialer Fallberatungen, die auf Wunsch von uns begleitet und moderiert werden.

Die Fortbildung im Überblick: Sechs Termine werden über ein Schuljahr in Absprache mit den Teilnehmenden frei verteilt. Die Themen für die beiden Gesundheitsworkshops werden gemeinsam festgelegt.

Ein möglicher Ablauf:



Ansprechpartner: Sebastian Meißner
Friedrich-Schiller-Universität Jena
Lehrstuhl für Schulpädagogik und Schulentwicklung (Prof. Dr. Nils Berkemeyer)
Fürstengraben 11, 07743 Jena
Tel. 0364 1/9 45 368 * E-Mail: sebastian.meissner@uni-jena.de