

Gesundheitsförderung an Schulen – auf Hilfe warten oder selbst beginnen?

COPING

Psychologische Diagnostik
und Personalentwicklung

Andreas W. Fischer

[COPING - Psychologische Diagnostik & Personalentwicklung](#)

Monika Hack & Nicole Müller

[Technisch-gewerbliches und Sozialpflegerisches Berufsbildungszentrum](#)

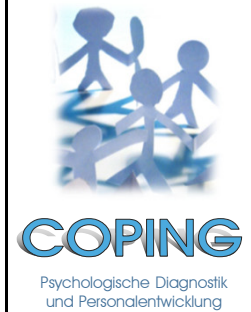
[Neunkirchen](#)

Annette Wagner

[Landesinstitut für Pädagogik und Medien Saarland](#)



Potsdamer Studie zur Gesundheit von Lehrerinnen und Lehrern (2006)

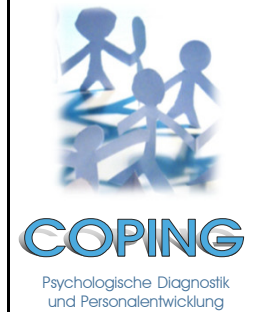


Nahezu 60 % aller Lehrerinnen und Lehrer wiesen unter Gesundheitsaspekt ungünstige Bewältigungsmuster gegenüber der Arbeit auf – Neigung zur Selbstüberforderung (A) oder Resignation und Erschöpfung (B)

Weitere 23 % zeigten ein verhaltenes Engagement (S).

Nur 17 % erwiesen sich als gesund (G).

Quellen der Beanspruchung im Lehrerberuf



Rahmenbedingungen	Schulische Verhältnisse	Lehrperson selbst
Stundenverpflichtung & Arbeitszeitverteilung	Führung des Kollegiums	Pädagogische und didaktische Fähigkeiten
Rechtsform der Anstellung	Verteilung der Aufgaben	Haltungen & Einstellungen zu Arbeit und Beruf
Entlohnung	Organisation der Arbeit	Persönliche Arbeitsweise
Baulich-räumliche Ausstattung	Unterricht und außerunterrichtliche Arbeit	Psychische & physische Belastbarkeit
Finanzielle Mittel	Klima im Kollegium	Gesundheitszustand
Pensionsregelung & Möglichkeiten zur Altersteilzeit, ...	Arbeit mit den Eltern, ...	Familie und soziales Umfeld, ...
(tw. gesetzliche) Vorgaben	Von der Mitwirkung der Lehrpersonen abhängig	

Schlussfolgerung



COPING

Psychologische Diagnostik
und Personalentwicklung

Es ist lohnenswert(er), sich mit den Verhältnissen an der eigenen Schule und mit der eigenen Person zu befassen (als über die kaum veränderbaren Vorgaben von „Oben“ zu klagen).

Das Programm *Denkanstöße!*

ermöglicht Lehrerinnen und Lehrern die intensive Auseinandersetzung mit der persönlichen und der schulischen Situation

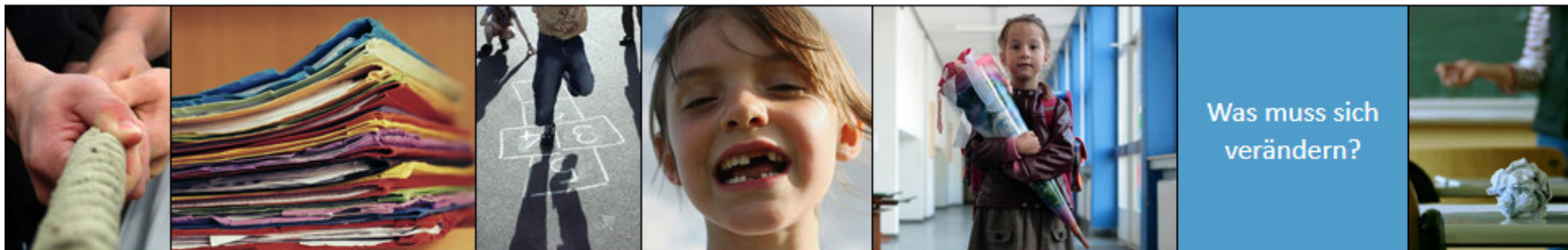
2 Schritte:

1. **Analyse mittels IEGL**

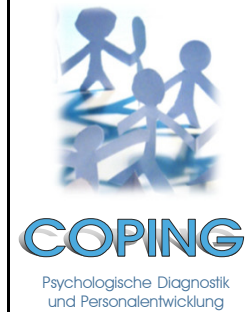
und darauf aufbauend

2. **Ableitung/Umsetzung von Gestaltungs- und Fördermaßnahmen**

Denkanstöße!



1. Analyse des Beanspruchungserlebens und der Arbeitsverhältnisse mittels IEGL*



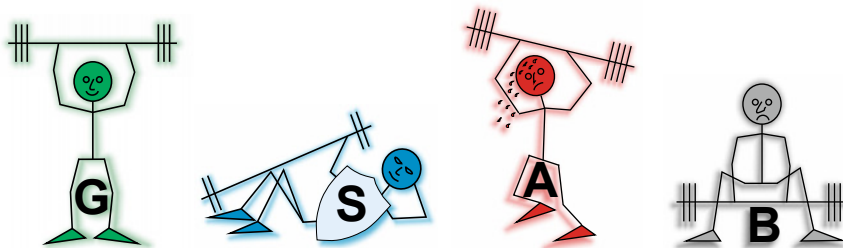
personenbezogen	
AVEM	BESL
<ul style="list-style-type: none"> • Engagement • Widerstandskraft • Lebensgefühl 	<ul style="list-style-type: none"> • Psychophysische Beschwerden und Beeinträchtigungen

Berufliche Bewältigungsmuster

Belastungssymptome

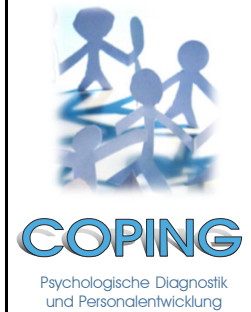
bedingungsbezogen
ABC-L
<ul style="list-style-type: none"> • Pädagogische Arbeit • Organisationsbedingungen • Materielle Bedingungen

Faktoren, die durch Kollegium & Schulleitung selbst beeinflusst werden können



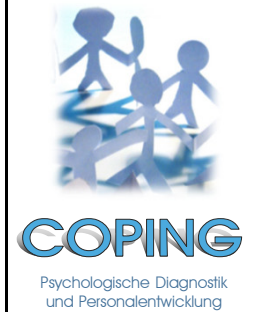
* Inventar zur Erfassung von Gesundheitsressourcen im Lehrerberuf

Ergebnisse



1. Jede teilnehmende Person erhält ihre **persönlichen Ergebnisse** unmittelbar nach Bearbeitung von IEGL
2. Die Einzelergebnisse werden zu einem **Bericht für die Schule** zusammengefasst, so dass auf Einzelne nicht zurückgeschlossen werden kann.

2. Gestaltungs- und Fördermaßnahmen



1. Schlussfolgerungen für die **Arbeits- und Organisationsgestaltung**
(von Leitung und Kollegium selbst zu ziehen und umzusetzen)
2. **Maßnahmen individueller Förderung**
(setzen externe Unterstützung voraus)

Gestaltung der Arbeitsverhältnisse

Auf der Grundlage der IEGL-Ergebnisse diskutieren Leitung und Kollegium mögliche Konsequenzen für die Gestaltung der Arbeitsverhältnisse an der Schule und legen dafür geeignete Maßnahmen fest.



COPING
Psychologische Diagnostik
und Personalentwicklung

Am häufigsten erörterte Fragen:

Wie gelingt es uns ...

- die **Mitsprache** und **Mitgestaltung** aller zu erreichen?
- **Aufgabenfülle** und **Arbeitsumfang** zugunsten einer Konzentration auf die **Kernaufgaben** zu reduzieren?
- den **Unterrichtstag** so zu gestalten, dass Belastungen reduziert werden?
- ein Klima gegenseitiger **Unterstützung** zu schaffen?

Das Training „Stärkung für die Schule“

... knüpft an den persönlichen Ergebnissen an



COPING
Psychologische Diagnostik
und Personalentwicklung

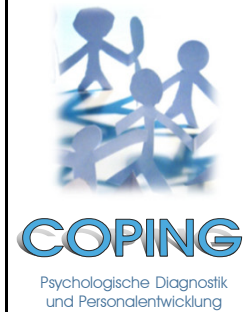
1. Selbstmanagement

- Probleme im Beruf offensiv angehen
- Persönliche Arbeits- und Zeitorganisation verbessern
- Berufliche Ziele setzen
- Berufliches Selbstverständnis klären
- Entspannung lernen

2. Kommunikation

- Probleme klären
- Vermitteln und schlichten
- Konflikte lösen
- Ansprüche durchsetzen

Empfohlene Schritte bei der Arbeit mit dem Programm *Denkanstöße!*

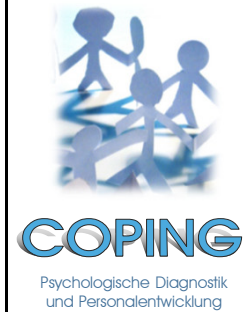


1. Umfassende Information von Leitung und Kollegium, Aufgeschlossenheit schaffen
2. Bearbeitung von IEGL via Internet (mit persönlicher Rückmeldung)
3. Auswertung der Ergebnisse mit der Leitung und im Team, Ableitung von Schlussfolgerungen (bestens geeignet: Pädagogischer Tag!)
4. Durchführung von Gestaltungs- und Fördermaßnahmen, ggf. mit externer Unterstützung
5. Evaluation der Ergebnisse (erneute Bearbeitung von IEGL)

Wichtig:

Begleitung aller Schritte durch eine Moderatorin/einen Moderator

Fragen



1. Welche Voraussetzungen sind erforderlich, damit eine Schule mit Aufgeschlossenheit und Tatkraft in das Programm *Denkanstöße!* starten kann?
2. Welches Aufgaben- und Rollenverständnis von Kollegium und Leitung ist dem Programm angemessen?
3. Wie lässt sich eine hohe Teilnahme an der Befragung erreichen?
4. Wie kann es gelingen, das gesamte Kollegium anzusprechen und in die Auswertung der Ergebnisse einzubeziehen?
5. Wie kann erreicht werden, dass die Lehrer/innen nicht nur über die schulischen Verhältnisse sprechen, sondern auch das Trainingsangebot annehmen, um die für ihre Tätigkeit erforderlichen Fähigkeiten zu weiter zu entwickeln?
6. Was ist erforderlich, um einen kontinuierlichen Prozess an der Schule in Gang zu halten, der von vielen getragen wird?

Hier im Workshop: Zwei Perspektiven

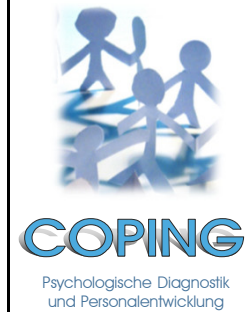
1. Erfahrungen mit der Nutzung von IEGL an einer Schule
(Monika Hack & Nicole Müller)
2. Die Begleitung der Schule aus der Sicht der Moderatorin
(Annette Wagner)



COPING

Psychologische Diagnostik
und Personalentwicklung

Literatur



Schaarschmidt, U. (Hrsg.) (2005). *Halbtagsjobber? Psychische Gesundheit im Lehrerberuf – Analyse eines veränderungsbedürftigen Zustandes.*

Weinheim: Beltz.

Schaarschmidt, U. & Kieschke, U. (Hrsg.) (2007). *Gerüstet für den Schulalltag. Psychologische Unterstützungsangebote für Lehrerinnen und Lehrer.*

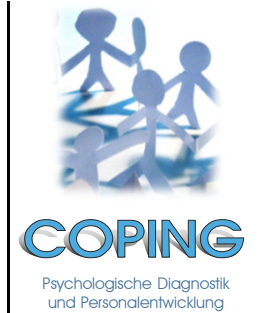
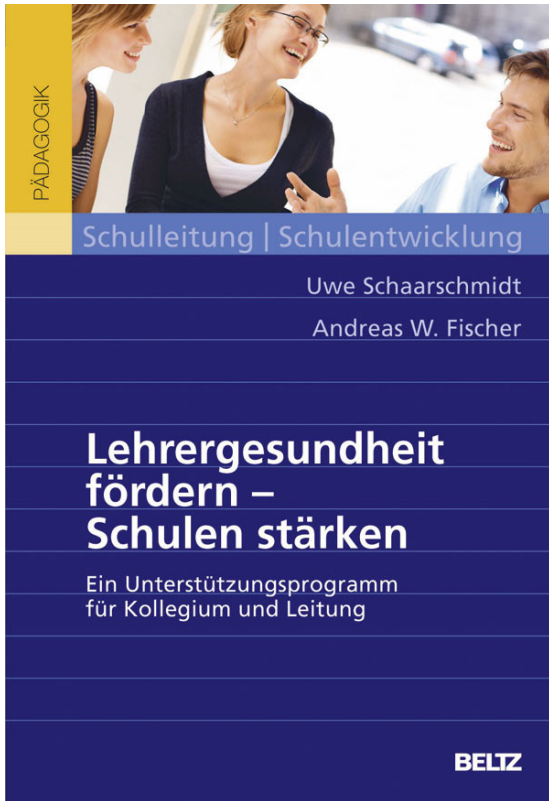
Weinheim: Beltz.

Schaarschmidt, U. & Fischer, A. W. (2012). *Denkanstöße! Ein Beratungsangebot für Lehrerinnen und Lehrer.* In: M. Balliet & U. W. Kliebisch (Hrsg.). *LehrerHandeln.* Schneider Verlag Hohengehren

Schaarschmidt, U. & Fischer, A. W. (2013). *Lehrergesundheit fördern – Schulen stärken. Ein Unterstützungsprogramm für Kollegium und Leitung.*

Weinheim & Basel: Beltz.

Copyright der Bilder S. 5/15: 4teachers.de



www.ichundmeineschule.eu

www.coping.at

office@coping.at

Denkanstöße!



...ein belebendes Unterstützungsangebot für Kollegien und Schulleitungen