



## Antrag zur Vorlage bei der Schulleitung

<b>Titel:</b>	Stark starten - Bildung gesund gestalten! Ein Präventionsprogramm für Berufseinsteigerinnen und Berufseinsteiger in Schulen (Modul 2)
<b>Nr.:</b>	KVEC.19.50.193R
<b>Kontakt:</b>	Gisela Spille E-Mail: info.kompetenzzentrum@uni-vechta.de
<b>Dauer:</b>	k.A.
<b>Anfang:</b>	10.12.2019 , 09:00 Uhr
<b>Ende:</b>	10.12.2019 , 17:00 Uhr
<b>Anmeldeschluss:</b>	09.11.2019
<b>max. Teiln.:</b>	24
<b>min. Teiln.:</b>	8
<b>Kosten:</b>	kostenlos
<b>Adressaten</b>	Lehrkräfte aller Schulformen, auch Quereinsteiger*innen, in den ersten 5 Berufsjahren im Schuldienst
<b>Beschreibung</b>	<p>Der Berufseinstieg nimmt als Anfangsphase eine Schlüsselstellung in der berufsbiografischen Entwicklung von Lehrkräften ein. Es bildet sich die berufliche Identität mit den Beurteilungstendenzen, Wahrnehmungsmustern und personenspezifischen Routinen als Ergebnis einer Kompetenzentwicklung während der beruflichen Sozialisation heraus.</p> <p>Gleichzeitig beginnt die Gesundheitsprävention mit dem Einstieg ins Berufsleben ab dem ersten Arbeitstag. Es ist von Bedeutung, für eine berufslebenslange Gesundheit die eigenen Gewohnheiten auf resilientes Verhalten hin zu überprüfen. Gesundheitsrisiken sind zu entdecken und in</p>

gesundheitsförderndes Verhalten zu überführen.

**Termine:**

**09. + 10.12.2019 (Übernachtung)**

**18.02.2020**

**16.03.2020**

**05. + 06.05.2020 (Übernachtung)**

**28.09.2020**

**04.11.2020**

**22. + 23.02.2021 (Übernachtung)**

**18.03.2021**

**19.05.2021**

**21.06.2021**

**22. + 23.09.2021 (Übernachtung)**

Die Veranstaltungsreihe ist modular aufgebaut und umfasst die folgenden thematischen Schwerpunkte:

1) Rolle und Haltung als Lehrkraft

Die professionelle Rolle als Lehrkraft will genauso erlernt werden wie die Methodik und Didaktik des Lehrens und des Lernens. Der Lernprozess findet jedoch im Unterrichtsraum mit Schülerinnen und Schülern statt. Die kommunikative Präsenz einer Lehrkraft wird gesteuert durch interne Prozesse. Die Selbstattribuierung, eigene Glaubenssätze und Kontrollüberzeugungen sind entscheidend für die Selbst- und Fremdwahrnehmung. Das Verhalten einer Lehrkraft spiegelt das Ergebnis dieser internen Prozesse nach außen und ist damit Ausdruck der sozialen und kommunikativen Kompetenzen. Die Lehrkraft übernimmt damit die Leitungsrolle im Klassenraum.

2) Kooperationsstrukturen in Schule

Lehrkräfte sind meistens allein mit ihren Schülerinnen und Schülern im Klassenraum. Als Teil eines Kollegiums wird an sie in der Schule von heute eine hohe Erwartung gestellt. Lehrkräfte sollen im Kollegium zusammenarbeiten und gemeinsam ihre Schule weiterentwickeln. Leitbild, Schulprogramm und vielfältige Kooperationsstrukturen stehen oft auf der Tagesordnung. Um die Chancen zur eigenen und kollektiven Resilienz zu nutzen, sollten Lehrkräfte die Möglichkeiten zur Einflussnahme auf ihren Arbeitsplatz im System Schule kennen und nutzen.

### 3) Die Arbeit in multiprofessionellen Teams

Die Zeiten der Einzelkämpfer in Schule sollten vorüber sein. Die komplexen Aufgaben in der Schule wie Inklusion, Integration von Geflüchteten, Ganztagsunterricht und nicht zuletzt Digitalisierung stellen Lehrkräfte vor neue Herausforderungen. Diese Aufgaben lassen sich gesundheitsschonend letztendlich nur in multiprofessionellen Teams umsetzen. Beratungslehrkräfte, Schulsozialarbeit, Förderschullehrkräfte, Schulbegleitungen wirken im täglichen Unterrichtsgeschehen mit und sind Teil des Schulkollegiums. Für ein gelingendes Zusammenwirken sind die Kooperationsstrukturen zu klären und proaktiv mit Leben zu füllen.

### 4) Kooperative Unterrichtsentwicklung: Unterricht gemeinsam planen, durchführen und evaluieren

Kooperatives Lehren und Lernen gewinnt zunehmend in der Schule an Bedeutung. Über die Kooperation innerhalb des Kollegiums kommt man zum Teamteaching. Lehrkräfte sollten gemeinsam Unterricht vorbereiten und diesen eventuell auch durchführen, sowie auswerten und evaluieren. Von hier aus lässt sich leicht Kooperatives Lernen in den Unterricht einweben. Auf diese Weise entstehen Qualitätskreisläufe im Kleinen, die im Kollegium im Großen ihre Entsprechung finden. Hierbei geht es nicht nur um Schulqualität, sondern erst einmal über die kollektive Zusammenarbeit um Entlastung für die einzelne Lehrkraft und damit um eine langfristige Gesundheitsförderung für das gesamte Kollegium.

### 5) Agil Arbeit und Gesundheit im Lehrerberuf

„AGIL Arbeit und Gesundheit im Lehrerberuf“ ist ein Trainingsprogramm zur Stressbewältigung und Gesundheitsförderung, das speziell für den Lehrerberuf konzipiert ist. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer erwerben langfristig Handlungskompetenzen, um die eigenen Belastungen im Umgang mit den berufsspezifischen Anforderungen niedrig zu halten. Es werden Handlungskompetenzen auf- bzw. ausgebaut, die dazu beitragen, Ressourcen schonend einzusetzen und das Wohlbefinden und die Lebensqualität zu erhalten und/ oder zu steigern. Neben grundlegenden Informationen über gesundheitsförderliches Verhalten im Lehrerberuf bietet das Training auch die Möglichkeit der Selbstreflexion und -erfahrung. Das bewährte AGIL- Training beinhaltet fünf Bausteine, die im Rahmen von „Stark Starten“ mit anderen für die Berufseinstiegsphase besonders relevanten Themen verknüpft werden. Die Bausteine behandeln das Thema Stress, den Einfluss unserer Gedanken,

Bedeutsamkeit der Erholung, Möglichkeiten kurz- und langfristiger Problemlösung und den Einfluss von Anerkennung. Das Thema Achtsamkeit wird begleitend in jedem Baustein in Übungen aufgegriffen.

#### 6) Kollegiale Beratung

Die Kollegiale Beratung erfährt in diesem Präventionsprogramm einen hohen Stellenwert. Sie fördert die Vernetzung der einzelnen Lehrkräfte untereinander und schafft einen Raum für den angeleiteten kollegialen Erfahrungsaustausch. Die Lehrkräfte erlernen die notwendigen Regeln und Prinzipien der Kollegialen Beratung, um über die Kursfolge hinaus die Gruppe als Kraftquelle und Unterstützung nutzen zu können. Positive soziale Beziehungen sind der wichtigste Prädiktor in der Gesundheitsprävention. Vorgestellt wird das Verfahren nach Tietze, welches mit seinen Methoden leicht zu erlernen ist. Die Kollegiale Beratung zeichnet sich dadurch aus, dass sich alle Teilnehmenden „auf Augenhöhe“ begegnen (und ist somit auch nur geeignet für eine Gruppe, in der keine für die Teilnehmenden relevanten Hierarchie-Unterschiede bestehen) und alle Mitglieder der Gruppe lernen, verschiedene Aufgaben innerhalb der Problembearbeitung zu übernehmen.

So werden drei Effekte mit Kollegialer Beratung erreicht:

- das konkrete Anliegen / Problem wird bearbeitet
- Problemlösestrategien werden entwickelt
- das Herangehen an schwierige Situationen im Schulalltag wird professionalisiert
- der Zusammenhalt der Teilnehmenden untereinander wird gestärkt.

7) Zusammenarbeit mit externen Partnern Schule findet in der Regel in den Klassenräumen zwischen Lehrkräften und Schülerinnen und Schülern statt. In großer Regelmäßigkeit gibt es jedoch auch Kontakt zu außerschulischen Partnern: Eltern, Betriebe, rzten, Institutionen wie Beratungsstellen, Jugendämtern usw. Für eine gelingende Kommunikation ist es notwendig die möglichen Konfliktfelder zu kennen, den Perspektivenwechsel zu üben, verschiedene Strukturen für einen Gesprächsablauf zu berücksichtigen und die Wirkung des eigenen Kommunikationsverhaltens zu erkunden. Im Zentrum dieses Modul steht das Training zur Flexibilität der eigenen Kommunikation.

#### 8) Konflikte und Mobbing

Konflikte sind feste Bestandteile in der Beziehungsgestaltung von

Menschen. Eigene Meinungen und Interessen vertreten, lässt sich oft nicht einvernehmlich regeln. Hier kommt es zu Auseinandersetzungen und Machtkämpfen. Stets sollte eine letztendlich gemeinsame Lösung das Ziel sein. Ein hierzu angemessenes soziales Verhalten mit den entsprechenden Regeln muss von jedem Menschen erlernt werden. Daher sollte jede Lehrkraft sich im Umgang mit Lösungsstrategien für Konflikte trainieren.

Mobbing zeigt sich aktuell häufig im schulischen Kontext und hat immer das Ziel den eigenen Vorteil zu mehren und gleichzeitig Andere zu schädigen. Zu den Aufgaben von Lehrkräften gehört es, Mobbingprozesse in der Schule zu identifizieren, sich dagegen abzugrenzen und diese erfolgreich zu unterbinden. Dies gelingt nur mit einer mehrdimensionalen Mobbingprävention auf der Ebene Lehrkraft, Klasse und Schule.

#### 9) Krisen und Notfälle

Schule ist grundsätzlich ein friedlicher und sicherer Ort. Umso mehr erschüttert es die Menschen in der Schule wenn sie sich mit den Krisen und Notfällen konfrontiert sehen. Im Regelfall besitzen Lehrkräfte keine erprobten Handlungsstrategien für diese kritischen Ereignisse. Die Grundsätze eines angemessenen Krisenmanagements in Schulen sind das zentrale Thema in diesem Modul. Zu einem professionellem Umgang mit Krisen im schulischen Kontext gehören Themen wie Belastungsreaktionen und Traumatisierungen, Psychische Erste Hilfe und Bewältigungsstrategien, Trauerreaktionen bei Kindern und Erwachsenen, schulisches Krisenmanagement sowie Selbstschutz und hilfe für Lehrkräfte.

#### 10) Stimmtraining

Lehrkräfte gehören zu den Berufssprechern. Die Stimme ist das wichtigste Werkzeug für die Unterrichtstätigkeit. Ohne eine zuverlässig funktionierende Stimme ist die Tätigkeit des Unterrichtens nur schwer vorstellbar. Etwa 10% der Berufssprecher erkranken an einer Stimmstörung. Der Verlust einer stimmlichen Leistungsfähigkeit kann somit eine Bedrohung des unterrichtlichen Arbeitens bedeuten. Gerade Lehrkräfte sind hohen Anforderungen an die eigene Stimm- und Sprechfunktion ausgesetzt. Ungünstige stimmliche und sprecherische Merkmale, wie zum Beispiel inadäquate Akzentuierungen, aber auch ein bestimmter Stimmklang, beeinflussen den Erfolg von Kommunikation

massiv. Eine optimale Sprechweise verbessert also das Verständnis beim Empfänger, wie dies Schülerinnen, Schüler, Eltern und Kollegen sein können.

Ziel des Stimmtrainings aus der Perspektive der Prävention ist es, Möglichkeiten für die Teilnehmenden aufzuzeigen und zu erarbeiten, wie sie ihre Stimme belastungsfähig ausbauen, sie in ihrem spezifischen beruflichen Kontext authentisch und damit wirkungsvoll einsetzen können.

Damit soll berufsbedingten Stimmstörungen vorgebeugt werden.

Sprecherzieherische Techniken können die Präsenz im Unterricht verbessern und sich damit positiv auf den Lehrer-Schüler-Kontakt auswirken.

**Zielsetzung** Umfassende Unterstützung und Stärkung junger Lehrkräfte in den ersten Berufsjahren Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer sollen sich nach Absolvierung dieses Präventionsprogramms in ihrer neuen Rolle als Lehrkraft zurechtfinden, ihre Arbeit gut organisieren und die entsprechenden Prioritäten setzen, um ihre Lehrerpersönlichkeit nachhaltig zu stärken. Schulrechtliche Fragestellungen werden durchgängig in allen Modulen besprochen.

**Ort** [St. Antoniushaus Vechta, Vechta](#)

**Schulform** keine Angabe

**Veranstalter** Kompetenzzentrum Universität Vechta

**verantwortlich** Dr. Niels Logemann E-Mail: niels.logemann@uni-vechta.de

**Veranstaltungsteam** Sabine Brinkmann (Leitung)

Dr. Jenny Busch

Christina Kuhlmann

Marianne Spethmann

Dr. Christina Uhlmann

Antrag gestellt von: \_\_\_\_\_

Genehmigung erteilt: \_\_\_\_\_