

# vbe – Gesundheitstag 2017

## Workshop zur Gesundheitsförderung im Schulkollegium



Die Themen der Arbeitsgruppen:

### Arbeitsgruppe 1 („planen & starten“)

- Theoretisch-plausible **Entwicklung einer Startphase** zum Aufbau einer strukturierten Gesundheitsförderung in einer Schule.

### Arbeitsgruppe 2 („meckern & verhindern“)

- Theoretisch-plausible **Hindernisse beim Aufbau** einer strukturierten Gesundheitsförderung & plausible Lösungsansätze.

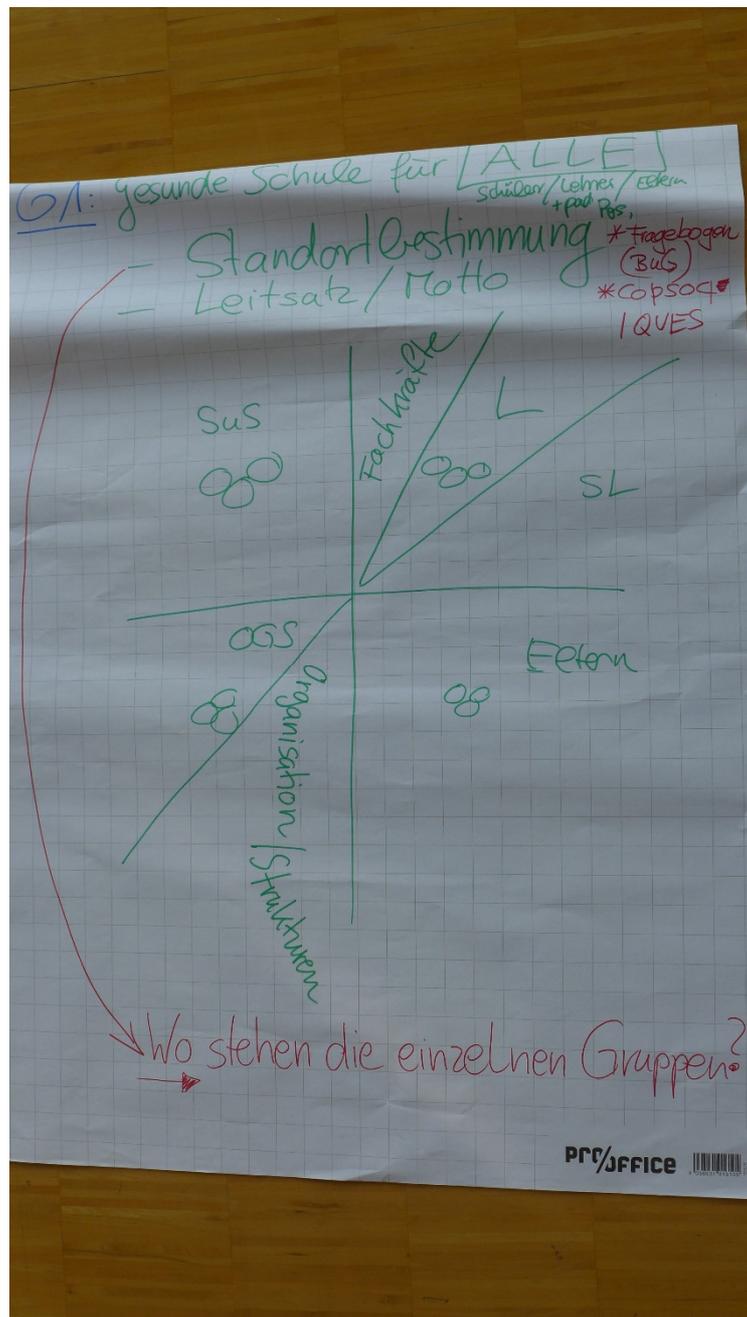
### Arbeitsgruppe 3 („spinnen & machen“)

- Theoretisch-plausible **Maßnahmenpakete** incl. ihrer zeitlich-organisatorischen Integrationsoptionen für Lehrerinnen & Lehrer.

### Arbeitsgruppe 4 („beteiligen & fordern“)

- Theoretisch-plausible Vorgehensweise zur **Integration** der Schulleitung(en), Kollegen/Kolleginnen, Eltern, Schüler, andere ...

Die Ergebnisse der Arbeitsgruppen via Flip-Chart und Präsentation:



# G1 Zeitschiene

● Leitsatz ist vorhanden

/// Instrumente der Standortbestimmung auswählen

- IQES ? Screening
- BUG J
- Copsoq
- Fragebogen

/// Welche Fragestellung ist für die Schule relevant ?

/// Bestandsaufnahme vorhandener Ressourcen

/// Definieren eines "Handlungsfeldes"

● Leitsatz wird daraus entwickelt

Zeit

- Raum schaffen  
für Interessenten

Zwang

- in Konferenz  
Thema Gesundheit  
einplanen

fehlende Räume

Altersstruktur

- Fortbildungstag

kein Konsens

- etwas gemeinsam  
unternehmen

Überlastung  
Schulleitung

- sinnvolle Aufgaben-  
verteilung

mercure.com

wechselnde  
Kollegien

Projektgruppe

Konzept erstellen  
mit Zeitvorgabe  
ausprobieren

Geld

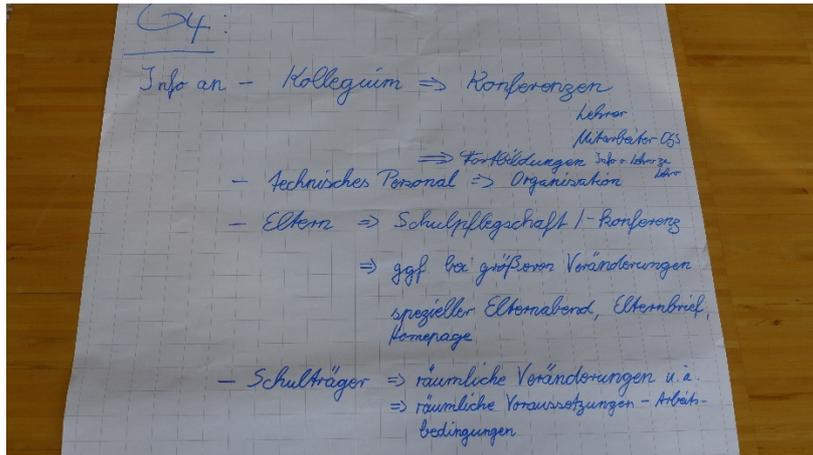
evaluieren

Sponsoren  
Wettbewerbe

63:

„Bewegte Pause“ in Schullaufzeit  
integrieren (Zeit anteilig aus Unterrichtszeit  
und Pausenzeit)

- evtl. in Lehrerkonferenz integrieren
- ⇒ koordiniert durch Einzelperson (Funktionsstelle?)  
oder Arbeitsgruppe
- wöchentliche Bewegungs-/Entspannungseinheit  
im Nachmittagsunterricht; eingeleitet durch akk.  
Signal; evtl. mit Musik durch Lautsprecheranlage
- Anreize des Dienstherrn (z.B. <sup>oder Rückvergütung</sup> Stundenermäßigung)  
für Gesundheitskurse nach pers. Neigung
- Sportraum/Duschen f. Lehrer



## Auszug Bachelorthesis auf Teilnehmerwunsch:

### Zielsetzung der Arbeit

- Identifikation vorhandener Ressourcen und Anforderungen/ Belastungen des Schulalltags
- Untersuchung der Auswirkungen von (nicht-) funktionierender Kommunikation auf den Schulalltag sowie auf das Wohlbefinden der Lehrkräfte
- Ableitung von Konsequenzen der empfundenen Einflüsse für das Gelingen des Schulalltags und der Gesundheit der Lehrkräfte
- Entwicklung möglicher Empfehlungen zur Gesundheitsförderung

### Ergebnisse – Ressourcen

- Ressourcen steigern die Widerstandskraft gegenüber Belastungen und deren negativen Wirkungen und stärken die Person
  - Positive Wirkung auf den Lehreralltag
- Ressourcen helfen eine gesunde Balance zu schaffen
  - Lehrkräfte sind stabiler, ausgeglichener, gelassener
- Die Schulleitung kann zur guten Arbeitsatmosphäre beitragen und das Aufkommen von Stress vermindern
  - Positives Lebensgefühl, gute Distanzierungsfähigkeit, hohe Widerstandskraft, wenig stressanfällig

## Ergebnisse – Belastungen

- Schlechtere Bewertung der eigenen Arbeitsfähigkeit durch hohe Anforderungen/ Belastungen
  - Antriebslos, ausgelaugt, zerrt an den Ressourcen
- Steigender organisatorische Aufwand, Zeitdruck
  - Eigene Ziele können nicht erreicht werden, Aufgaben scheinen nicht erfüllbar, Stress
- Unregelmäßiger Austausch, nur wenige ausführliche Gespräche, wenig Zeit für Pausen

→ Jedoch: Viele Ressourcen verringern das Beanspruchungserleben

## Ergebnisse – Arbeitsatmosphäre

- Eine gute Arbeitsatmosphäre trägt erheblich zum Gelingen des Schulalltags bei
  - Durch die vorherrschende Offenheit können schulische Anliegen geklärt werden und die Lehrkräfte können sich jederzeit Hilfe holen
- Hohe Unterstützungs- und Hilfsbereitschaft im Kollegium
  - Bereitschaft zum Einspringen und Unterstützen bei Ausfällen
- Ein positives Arbeitsklima innerhalb des Kollegiums fördert die schulische Zusammenarbeit
- Gute soziale Unterstützung geht einher mit weniger Beschwerden
  - Kann sich positiv auf das Stress- und Belastungserleben auswirken

## Ergebnisse – Kommunikation I

- Kommunikation als Arbeitserleichterung, Ermutigung, Entlastung
  - Absprachen, Austausch von Ratschlägen, Zusammenarbeit
  - Offene Gespräche über den Unterricht oder (private) Probleme
- Die Schulleitung kann das Arbeitsklima positiv beeinflussen und die Kommunikation fördern
  - Durch hohe Kommunikations- und Partizipationsmöglichkeiten, Offenheit
  - Durch die eigene Teilnahme und die Förderung der Interaktionen
- Die sozialen Interaktionen können durch die Lehrkräfte selbst mitgestaltet werden
  - Durch Kooperationsbereitschaft und Offenheit dem Kollegium gegenüber

## Ergebnisse – Kommunikation II

- Kollegialer Austausch ist möglich
  - Durch die Bemühungen des Kollegiums um Austausch und Gespräche ist eine gute Kommunikation möglich
- Für das Gelingen des Bildungsauftrags sowie eine gute Arbeitsatmosphäre ist eine hohe Kooperations- und Kommunikationsbereitschaft notwendig
  - Kooperation über Jahrgänge hinweg, Austausch über fachliche Themen und private Anliegen, das Kollegium dient als Ressource, Kooperationsbereitschaft dem Kollegium gegenüber

## Schlussfolgerungen

- In der Kommunikation innerhalb eines Kollegiums liegt großes gesundheitsförderliches Potenzial
- Kommunikation ist beeinflussbar
  - Sie sollte als Ressource und Unterstützung dienen
- Die Kommunikation hilft beim Gelingen des Schulalltags
  - Durch Ratschläge, den Austausch von Material, gemeinsame Lösungen
- Durch die hohe Kommunikations- und Kooperationsbereitschaft sowie die große Offenheit im Kollegium dient dieses als größte Ressource