

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

2.

Zeit - Raum schaffen
für Interessenten

Zwang - in Konferenz
Thema Gesundheit
einplanen

fehlende Räume - Fortbildungstag

Altersstruktur - etwas gemeinsam
unternehmen

kein Konsens - sinnvolle Aufgaben-
verteilung

Überlastung
Schulleitung

mercure.com

wechelnde
Kollegien

Geld

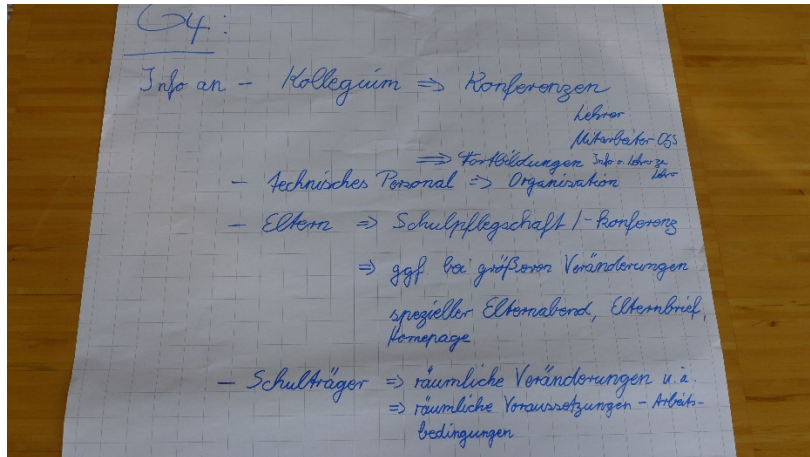
Projektgruppe
Konzept erstellen
mit Zeitvorgabe
ausprobieren
evaluieren

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. ^{oder Rückvergütung} 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