

**Lehrergesundheitstag der Schulberatungsstelle Oberbayern-Ost
am 16.02.2019 in Bad Aibling
Workshop-Angebote**

<p>Workshop 1: (für Schulleitungen, Beginn: in Runde 1, Fortsetzung: in Runde 2) Lehrergesundheit: eine (undankbare bis unmögliche) Zusatzaufgabe für die Schulleitung?</p>	
<p>Formal sind Vorgesetzte nicht zuletzt auch dafür zuständig (und „verantwortlich“), dass die ihnen „Unterstellten“ ihre Arbeit ohne gesundheitliche Gefährdung durchführen können. Wie soll bzw. kann das angesichts der alltäglichen Belastungen im Schulalltag funktionieren? Dass Vorgesetzten nicht selten die unangenehme Aufgabe zukommt, disziplinarisch tätig zu werden und Mitarbeiter quasi kraft Amtes zu kränken, ist die eine Seite der Medaille. Dass Vorgesetzte andererseits durch Lob und Anerkennung führen sollen, ist selbstverständlich. Anhand des Modells der „beruflichen Gratifikationskrisen“ wird der Einfluss der Arbeit auf Lebens- und Arbeitszufriedenheit und darüber hinaus auf psychische und körperliche Gesundheit fassbar. In einer Studie wurde deutlich, dass u. a. Selbstwertschätzung einen eigenen, relevanten Beitrag zur Vorhersage u.a. depressiver Beschwerden leistet. Hiervon ausgehend geht es im Workshop um die Frage, wie einerseits Kollegialität (bzw. ein „kollegialer Führungsstil“) und andererseits Selbstwertschätzung gefördert werden kann.</p>	<p>Referent: Prof. Dr. Dr. A. Hillert</p>
<p>maximale Teilnehmerzahl: -</p>	

<p>Workshop 2: (für Lehrkräfte, Beginn: in Runde 1, Fortsetzung: in Runde 2) Ein Workshop zum Erholen</p>	
<p>Arbeitszeit braucht Zeit für Erholung. Denn nur wer gesund und im Vollbesitz seiner Kräfte ist, kann auch im Beruf leistungsfähig sein und bleiben. Was bedeutet Achtsamkeit in diesem Zusammenhang und wie etabliere ich sie in meinem Alltag? Was bedeutet Erholung und wie erhole ich mich richtig? Diese Fragen werden im Workshop geklärt und durch Übungen vertieft.</p>	<p>Referentin: Phoebe von Sey- erl (staatl. Schul- psychologin im Schulamtsbezirk Traunstein, AGIL- Trainerin)</p>
<p>maximale Teilnehmerzahl: 10</p>	

Workshop 3: (für Lehrkräfte) Die Herstellung von „Pädagogicin“	
<p>Man nehme als Ausgangsperson einen vitalen homo pädagogicus, der über ein einzigartiges pädagogisches Gen verfügt. Dann versuche man, dieses Gen zu entschlüsseln, zu isolieren und schließlich zu kopieren, um es einer aufgeschlossenen Zielperson zur Verfügung zu stellen. Die Vorgehensweise ist ressourcen-, klima-, aber nicht spaßneutral: Ausgangs- und Zielperson sind nämlich identisch. So wie damals das Penicillin die Medizin veränderte, könnte heute das „Pädagogicin“ die pädagogische Landschaft verändern. Wenn Sie jetzt wissen wollen, worum es geht, steht ihnen die Tür offen.</p>	Referent: Dipl.-Theol. Johannes Detten-dorfer (Bera-tungslehrer, Su-pervisor, AGIL-Trainer)
maximale Teilnehmerzahl: 15	

Workshop 4: (für Lehrkräfte) „Nicht die Dinge an sich beunruhigen den Menschen, sondern seine Sicht der Dinge.“ (Albert Ellis)	
<p>Der eine nimmt eine Situation als Problem wahr, der andere als reizvolle Herausforderung, dem dritten ist sie völlig egal. Die Situation ist die gleiche, die Wahrnehmung sehr verschieden. Stress resultiert unter anderem aus dieser Wahrnehmung und gedanklichen Wertung. Ziel des Workshops ist es – auch unter Einbeziehung supervisorischer Methoden, um diese einmal kennenzulernen –, sich exemplarisch mit solchen gedanklichen Wertungen auseinanderzusetzen und nach Wegen zu suchen, über eine veränderte Wertung und Sichtweise auch das eigene Stressempfinden zu reduzieren.</p>	Referent: Alexan-der Geist (staatl. Schulpsychologe, Supervisor / Coach, AGIL-Trainer), Lehrer-gesundheitsbe-auftragter im Schulberatungs-bezirk Obb.-Ost
maximale Teilnehmerzahl: -	

Workshop 5: (insb. für Personalräte, nur in Runde 2) Wiedereingliederung von Lehrkräften – Probleme und Lösungsmöglichkeiten	
<p>Nach einem kurzen Input zum Thema Wiedereingliederung werden konkrete Fälle, die die Teilnehmer/-innen aus ihrer Personalratsarbeit mitbringen, lösungsorientiert besprochen. Dabei geht es um psychologische, institutionelle und rechtliche Aspekte, außerdem um die möglichen Unterstützungsleistungen der Schulberatung (durch Schulpsychologen, Supervisoren).</p>	Referent: Jonas Röthlein (staatli-cher Schulpsycho-loge / Beratungs-reaktor, Supervisor / Coach (BDP), AGIL-Trainer)
maximale Teilnehmerzahl: -	