

# Hauptantrag

Titel der Maßnahme	Stressmanagement im Schulalltag zur Unterstützung des Lernerfolges der Schüler/ Schülerinnen
Art der Maßnahme	Maßnahme Phase 2 und 3

## Angaben antragstellende Schule

Schulnummer	122257
Regierungsbezirk	Münster
Name der Schule	Süder Grundschule
Strasse	In der Feige 192
PLZ	45699
Ort	Herten
Schulkontakt Name	Ute Höppner
Schulkontakt Telefon	02366 303880
Schulkontakt Email	u.hoeppner@herten.de
Antragsteller Name	Ute Höppner
Antragsteller Funktion	Konrektorin
Koordinator/in	Andrea Meurer

## Konzeption

Anlass/ Ausgangssituation/ Begründung	Durch wachsende Herausforderungen in der Schullandschaft werden die Anforderungen an die Lehrer und Lehrerinnen immer größer. Als Schule mit hohem Migrations- und Inklusionsanteil und zusätzlich vielen zugeflüchteten Schüler/innen ist die Belastung besonders hoch. Die Lehrer und Lehrerinnen stoßen an ihre Grenzen. Das zeigt sich deutlich in Gesprächen und auch im BuG-Screening. Sie sind auf der Suche nach Möglichkeiten, den Schulalltag ressourcenschonend zu strukturieren, entsprechende Präventionsmaßnahmen kennenzulernen, um langfristig gesundheitsförderlich zu arbeiten und die Schüler/Schülerinnen individuell zu unterstützen.
---------------------------------------	--

## Einbettung in die Schulentwicklung

Einbettung in die Schulentwicklung	Entwicklung/Förderung spezifischer Gesundheitskompetenzen Entwicklung/Förderung einer Kultur der Anerkennung und Kooperation
------------------------------------	---

## Zielgruppe(n) der Maßnahme

Schüler/innen		0
Lehrer/innen	Gesamtes Lehrerkollegium	22
Eltern		0
Sonstiges pädagogisches Personal	Sozialpädagogin	1
andere		0
Nutzen für SuS'	Gesunde Lehrer sind in der Lage guten und gesunden Unterricht in heterogenen benachteiligen Schülerschaften zu erteilen.	

Form der Beteiligung	Steuergruppe und Lehrerrat waren an der Planung beteiligt.
Planung der Beteiligung	Planung und Evaluation

## Ziele und Indikatoren

Ziel 1	Konsens im Kollegium zum achtsamen Umgang miteinander in der Schule.
Indikator 1.1	Entspannteres Miteinander von Schülern und Lehrern.
Indikator 1.2	
Ziel 2	Entschleunigung des Lehreralltags durch interne und transparente Absprachen.
Indikator 2.1	Verringerung der Arbeitsbelastung des Einzelnen.
Indikator 2.2	
Ziel 3	Effektive Teamabsprachen zur Gesundhaltung: Anti-Stress und Anti-Burnout
Indikator 3.1	Reduzierung der persönlichen Arbeitsbelastung.
Indikator 3.2	
Ziel 4	Erhöhung der Wirksamkeit schulinterner Maßnahmen zur Entspannung der Situation.
Indikator 4.1	Annehmbar und nachvollziehbar für den Einzelnen und somit gewinnbringend für das Gesamtkollegium.
Indikator 4.2	
Ziel 5	Systematische Problemlösungen zu schulinternen Sachlagen
Indikator 5.1	Rückgriff auf erlernte Strategien durch die SchiLF

Indikator 5.2	
Was wurde bisher unternommen, um diese Ziele zu erreichen?	Gespräche (einzelne und im Kollegium) und Abfragen
Welche Kooperationspartner wurden bisher schon einbezogen?	keine
Projektskizze	<p><b>Ziele:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Konsens im Kollegium zum achtsamen Umgang miteinander in der Schule</li> <li>– Entschleunigung des Lehreralltags durch interne und transparente Absprachen</li> <li>– Effektive Teamabsprachen zur Gesunderhaltung: Anti-Stress und Anti-Burnout</li> <li>– Erhöhung der Wirksamkeit schulinterner Maßnahmen zur Entspannung der Situation</li> <li>– Systematische Problemlösungen zu schulinternen Sachlagen</li> </ul> <p><b>Inhalte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Wirkung von Stressoren auf die Mitarbeitergesundheit</li> <li>– Auswirkungen: Stressschädigung und Burnout</li> <li>– Absprachen im Kollegium zu systematischen Problembehandlungen</li> <li>– Deeskalation von Problemsituationen</li> <li>– Sinnvolle und konfliktentlastende Gespräche</li> <li>– Problemlösende Gespräche</li> <li>– Spezielle Fragestellungen</li> </ul> <p><b>Arbeitsform:</b> SchiLf mit Impulsreferat, arbeitsteiligen Gruppenarbeiten und Plenumsdiskussion</p> <p><b>Aktivitäten im Seminar:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Lehrgespräch</li> <li>– Fragerunde</li> <li>– Plenumsdiskussion</li> <li>– Einzelarbeit</li> <li>– Lernpartnerarbeit</li> <li>– Themenzentrierte Halbgruppenarbeit</li> <li>– Praktische Übungen zur positiven Stressbewältigung</li> </ul> <p><b>Maßnahmen zur Verhaltensprävention/Verhältnisprävention:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Themenzentrierte persönliche Vorsatzbildung</li> <li>– Erstellung eines persönlichen Stress-Leitfadens zur Nachhaltigkeit des Lernerfolgs</li> <li>– Absprachen und Vereinbarungen in Teams/ im Kollegium zur Umsetzung der Ergebnisse</li> <li>– Persönliche Verhaltensprotokolle</li> </ul> <p><b>Nachbereitung der Maßnahme möglich durch:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Nachhaltigkeitsreview (Folgeveranstaltung nach ca. 6 – 9 Monaten)</li> <li>– Erstellung von Verhaltensprotokollen; persönliche Führung</li> <li>– Dienstbesprechungen zu Teilthemen</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>–Persönliche Absprachen zwischen den Lehrkräften</li> <li>–Coaching durch Seminarleitung</li> </ul> <p>Sicherung der Übernahme der Inhalte und Methoden in den Schulalltag durch:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>–Absprachen persönlich, im Team und im Kollegium</li> <li>–Etablierung regelmäßiger Evaluationen (schulintern/ persönlich)</li> <li>–Nachhaltigkeitsreviews und Folgeveranstaltungen möglich</li> </ul>
übergeordnete Bezüge	BuG
Beschreibung verhältnisbezogener Maßnahmen	Umsetzung der in der SchiLF erlernten / erfahrenen Maßnahmen.
Den Zielgruppen werden gesundheitsbezogene Informationen und/oder praktische Fertigkeiten, Haltungs-, Entscheidungs- oder Selbstwahrnehmungskompetenzen aus den folgenden Handlungsfeldern vermittelt:	
Bewegung	0
Stressbewältigung	1
Ernährung	0
Sucht	1
Allgemeine Lebenskompetenz	0
andere	0
und zwar	
keine	0
Beschreibung verhaltensbezogener Maßnahmen	Regelmäßige Evaluation, Austausch im Kollegium und der Steuergruppe.
Nachhaltigkeit	Aufnahme der Inhalte ins Schulprogramm

## **Maßnahmenevaluation/ -dokumentation**

Geplant ist eine Begleitevaluation während der Maßnahme zur Optimierung des Angebots während des laufenden Prozesses.	
Geplant ist eine Abschlussevaluation direkt nach der Durchführung zur Beurteilung der unmittelbaren Maßnahmenwirkung.	
Geplant ist eine Evaluation nach einem angemessenen Zeitraum (mind. 6 Wochen) zur Beurteilung der Nachhaltigkeit (langfristige Maßnahmenwirkung).	
Geplant ist eine Dokumentation	

(Mappe, Videos, Fotos,...), in der die Durchführung festgehalten wird.

Wir haben noch keine Evaluation oder Dokumentation geplant

ja

## Laufzeit der Maßnahme

Beginn der Maßnahme	14.03.2018
Voraussichtliches Ende	04.07.2018

## Geschätzte Kosten

Anzahl und Art der Belege	eine
für Personal/Honorare	Dr. Rainer Wensing 850.00
ggf. Mehrwert-/Umsatzsteuer	0.00
für Reisekosten Referent*innen	129 km 38.70
für Material	0.00
für sonstige Kosten	0.00
geschätzte Kosten (Gesamt)	888,7
Beantragte Fördersumme	666,53
notwendige Eigenmittel	222,17
Eigenanteil	
Andere Anträge auf Fördermittel?	keine
Kontoinhaber	Süder Grundschule
IBAN	DE55426501500005146659
Bank	Kreissparkasse Vest Recklinghausen
Verwendungszweck	Lehergesundheit

## Geplant: Durchführende/Anbieter der Maßnahme

Lehrer/innen	
nicht-unterrichtendes Personal	
Externe Kooperationspartner	Lehrerakademie im Institut für Verhaltenstraining Dr. Rainer Wensing
andere	nein

## Kontaktdaten Anbieter oder Kooperationspartner/in (1)

Name/Institution	Lehrerakademie im Institut für Verhaltenstraining
Ansprechpartner/in	
Adresse	Kasernenstraße 8
PLZ	48432
Ort	Rheine
Telefon	01702061620
E-Mail	dr.rainer.wensing@t-online.de
Homepage (wenn vorhanden)	
Die Schule hat schon früher mit dem Kooperationspartner zusammengearbeitet	
Wir sind durch das Landesprogramm auf den Kooperationspartner aufmerksam geworden	
Wir wurden auf anderem Wege auf den Kooperationspartner aufmerksam gemacht:	

## Kontaktdaten Anbieter oder Kooperationspartner/in (2)

Name/Institution	
Ansprechpartner/in	
Adresse	
PLZ	
Ort	
Telefon	
E-Mail	
Homepage (wenn vorhanden)	
Die Schule hat schon früher mit dem Kooperationspartner zusammengearbeitet	
Wir sind durch das Landesprogramm auf den	

Kooperationspartner aufmerksam geworden	
Wir wurden auf anderem Wege auf den Kooperationspartner aufmerksam gemacht:	
bei Netzwerkanträgen: Kooperation mit anderen Schulen	

## Beratungshinweise für die Schule

Beratungshinweise für die Schule	<p>Liebe Schulleitungen und Ansprechpartner, bitte ungedingt daran denken, dass nur Anträge genehmigt werden können, wenn alle Dokumente eingereicht sind und die Phase 1 beendet ist.</p> <p>Der Anlass wird deutlich, wurde auch beim Jahresgespräch thematisiert.</p> <p>Die Kurzbeschreibung müsste noch deutlich aufschlussreicher sein.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Welche Aktivitäten sind genau geplant, um die genannten Ziele zu erreichen?</li> <li>2. Die Verhaltens- und Verhältnisprävention muss deutlicher beschrieben werden.</li> <li>3. Wie wird die Maßnahme nachbereitet?</li> <li>4. Wie werden Inhalte und Methoden anschließend in den Schulalltag übernommen?</li> </ol> <p>13.11. BezKuK: ich schließe mich diesen Punkten an. Die Verhältnisprävention wird nicht deutlich genug, dies zeigt sich schon in der Titelformulierung. Konzentrieren Sie sich auf zwei Schwerpunktziele.</p> <p>BezKuK: Titel?,</p> <p>02.02.18 Landeskoordination</p> <p>Der Antrag kann grundsätzlich bewilligt werden. Sollen noch Fahrtkosten einbezogen werden? Dann bitte noch ergänzen (30 ct/km nach Routenplaner oder Bahnticket 2. Klasse). Nachträglich können sie nicht eingereicht werden. In jedem Fall bitte den Antrag wieder absenden und zurück an mich weiterleiten.</p> <p>Es fehlt außerdem noch das Beenden von Phase 1. Dazu muss noch die Frage beantwortet werden, in welchen Jahren bis 2022 das BuG-Screening geplant ist (s. meine Mail dazu, als das Formular Ende Phase 1 bei mir eingegangen ist).</p> <p>MfG, Susanne Severin</p> <p>07.02.18:</p> <p>Phase 1 ist beendet. Der Antrag muss abgesendet werden (Fahrtkosten?).</p> <p>BezKuk: Fahrtkosten sind angegeben</p>
----------------------------------	--