

**Tagung des Landesprogrammes Bildung und Gesundheit NRW für die
Bezirksregierung Arnsberg "Bleib umfassend gesund! Marathonlauf Schule"
25. September 2024**

Workshoprunde I

Workshop 1 (Prof. Kevin Dadaczynski)

Schulleitung in der schulischen Gesundheitsförderung: Perspektiven und Ansatzpunkte

Es gilt als hinlänglich belegt, dass hinter einer guten Schule auch eine gute Schulleitung bzw. ein gutes Leitungsteam steht (Steuergruppen u. erweiterte Schulleitungen). Dies gilt auch für die schulische Gesundheitsförderung, jedoch sind die unterschiedlichen Rollen und Leitungsperspektiven selten Gegenstand der Handlungspraxis. Dieser Workshop richtet sich in erster Linie an Schulleitungen und Personen mit Leitungsfunktion. Neben der Rolle, die Führung in der schulischen Gesundheitsförderung einnimmt, wollen wir uns auch mit der Belastungs- und Gesundheitssituation der Schulleitung beschäftigen.

Prof. Dr. Kevin Dadaczynski ist seit 3/2018 Professor an der Hochschule Fulda im Fachbereich Gesundheitswissenschaften. Er war u.a. 2016 bis 2018 stellvertretender Referatsleiter bei der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) und 2013 bis 2016 stellvertretender Leiter des Zentrums für Angewandte Gesundheitswissenschaften der Leuphana Universität Lüneburg

Workshop 2 (Sabine Barth)

Werte-Arbeit in der Schule und im Unterricht

Nach Einführung in das Thema Werte und in das Seerosen-Modell entdecken die teilnehmenden Lehrpersonen Gestaltungsmöglichkeiten für die Klassenregeln sowie Handlungsspielräume im Rahmen ihres Classroom Managements. Die Teilnehmenden setzen sich mittels Impulsen und kurzen Übungen mit den eigenen Werten sowie ihrer Lehrerpersönlichkeit auseinander und reflektieren ihr damit korrelierendes Denken und Handeln. Die Werte-Erziehung im Unterricht fördert das Verständnis füreinander und das Lernen im Miteinander. Sie unterstützt den Aufbau einer lernförderlichen Beziehungskultur und fördert die Resilienz der Lernenden. Der Einsatz der SkillUp-Ressourcenkarten ergänzt diesen Prozess. Die Teilnehmenden erhalten im Rahmen des Workshops ein Methodenrepertoire zur Umsetzung der Werte-Arbeit im facheigenen Unterricht und reflektieren ihre Erfahrungen.

Sabine Barth ist Vorstandsmitglied und Trainerin von SkillUp e. V. und unter anderem Präventionsbeauftragte des ZSL (Zentrum für Schulqualität und Lehrerbildung) Fortbildnerin und Fachberaterin (FBU), Koordination Expertenteam Demokratiebildung, Schulkunst-Teams u. BK Sek I für das ZSL, Regionalstelle Schwäbisch Gmünd

Workshop 3 (Kerstin Sayock)

Resilienz im Schulalltag – Widerstandsfähig auch in stürmischen Zeiten

Für Lehrerinnen und Lehrer ist Resilienz im Schulalltag eine wichtige Kompetenz, die dabei hilft, gelassener mit den Herausforderungen des pädagogischen Alltags, wie etwa individuellen Verhaltensauffälligkeiten einzelner Kinder und Jugendlicher oder mit klassendynamischen Prozessen umzugehen. Der Schlüssel der inneren Widerstandsfähigkeit liegt in jedem Menschen selbst. Diesen Schlüssel gekonnt zu benutzen ist Ziel dieses Workshops. Dafür werden Sie diverse alltagstaugliche Methoden kennenlernen, diese direkt gemeinsam erproben und deren Wirkung reflektieren. Mit neurobiologischem Hintergrundwissen und vor allem praktischen Übungen wird die Entwicklung der eigenen Resilienz unterstützt sowie Ideen und Anregungen für die Resilienzförderung innerhalb des pädagogischen Alltages geboten.

Kerstin Sayock ist Trainerin bei schule-kann-mehr.com und bietet Fortbildungen für Lehrpersonen zu Resilienz in Schule, Herausforderndem Verhalten von Schüler: innen, konfrontative Pädagogik und Elterngespräche in der Schule an.

Workshop 4 (Ingo Piszczala)

Weniger ist mehr - Mit minimalem Aufwand die eigene Lehrergesundheit stärken

"Weniger ist mehr" zielt darauf ab, Lehrpersonen Werkzeuge und Strategien an die Hand zu geben, um ihre Gesundheit und ihr Wohlbefinden zu fördern. Durch die Reduzierung von Überflüssigem und die Fokussierung auf das, was wirklich zählt, können Lehrpersonen ihren Alltag bewusster und stressfreier gestalten. Thematisiert werden: Definition und Bedeutung des Minimalismus im pädagogischen Kontext, die Vorteile von weniger Material und Ressourcen im Unterricht und auch Techniken zur Reduzierung von Stress im Lehreralltag. Einfache Achtsamkeitsübungen für den Schulalltag, Methoden zur effektiven Priorisierung von Aufgaben und Strategien für einen besseren Umgang mit Zeitdruck finden ebenso Berücksichtigung wie die Reduzierung der Bildschirmzeit, die digitale Entgiftung und die Nutzung von analogen Methoden zur Unterstützung der Lehrergesundheit. Gemeinsame Übungen zur Entspannung und Selbstfürsorge wie auch die Reflexion und der Austausch von Erfahrungen und Best Practices werden ihren Platz haben.

Ingo Piszczala ist Inhaber der Schul-Werkstatt (Recklinghausen) und Spezialist für Gesundheitsthemen. DVNLP-Lehrtrainer, systemischer, energetischer und provokativer Coach sowie Master of Training and Development (MTD)