

Andrea Hutmacher-Schönhoff ◦ Dipl.-Psychologin ◦ Supervisorin (DGSv)

An der Hengelbirke 2
49219 Glandorf
info@ahs-supervision.de
www.ahs-supervision.de

Begleitendes Coaching

Beratungsmethode zur Förderung der Lehrergesundheit

Ausgangsfrage ► Wie kann es Lehrkräften gelingen, sich engagiert und gelassen den hohen Anforderungen des heutigen Schulalltages zu stellen, den eigenen Handlungsspielraum auszuschöpfen, ohne sich dabei auf Dauer zu erschöpfen?

Was ist „Begleitendes Coaching“? ► Das „Begleitende Coaching“ ist eine nondirektive Beratungsmethode, die belastende Situationen fallbezogen bearbeitet, die Ressourcen der Lehrkräfte stärkt und die Balance zwischen Anforderungen des Schulalltags und individuellen Bewältigungsmöglichkeiten fördert.

Grundlagen ►

- **Salutogenese**
- **Stressbewältigung**
- **Interne und externe Ressourcen**

Zielsetzung des „Begleitenden Coachings“ ► ist die Bewältigung beruflicher Anforderungen des Schulalltages zu professionalisieren und damit die Gesundheit als Zustand von körperlichem und psychischem Wohlbefinden von Lehrkräften zu stabilisieren und zu erhalten.