



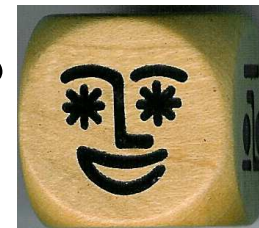
gesund_für die Region

Wie geht es uns Lehrerinnen und Lehrern?

So?



Oder so?



Tagung des Landesprogramms *Bildung und Gesundheit* am 7.11.2012 in Münster



Eröffnung

Herr Regierungspräsident Prof. Dr. Reinhard Klenke

Im aktuellen Schuljahr legt das Landesprogramm Bildung und Gesundheit den Schwerpunkt noch einmal ausdrücklich auf das Thema „Lehrergesundheit“. Die heutige Veranstaltung ist der Startpunkt. Die Schulen im Landesprogramm leisten dabei Pionierarbeit.

Ich hoffe, dass Sie viele Anregungen mitnehmen und umsetzen können und dass andere Schulen sich an ihren Erfahrungen orientieren können.





Grußwort der Träger des Landesprogramms

Frau Andrea Jakob-Pannier
Barmer GEK

BARMER
diegesundexperten

Ministerium für
Schule und Weiterbildung
des Landes Nordrhein-Westfalen

BKK Landesverband NRW



AOK Rheinland/Hamburg
AOK Westfalen-Lippe



Unfallkasse
Nordrhein-Westfalen



Tagesüberblick

Herr Walter
Schmalenstroer

Regionalkoordinator „Bildung
und Gesundheit“,
Bezirksregierung Münster

Tagung des Landesprogramms Bildung und Gesundheit



„Lehrergesundheit“

7. November 2012 – 10 bis 16 Uhr

Das Thema Lehrergesundheit ist von großer Wichtigkeit für die Lehrkräfte, Schülerinnen und Schüler und die Gesellschaft. Einerseits gebietet es die Fürsorgepflicht und die Menschlichkeit, die Gesundheit von Lehrerinnen und Lehrern stets im Blick zu haben und sich hierfür einzusetzen.

Darüber hinaus ist der Focus auf Lehrergesundheit auch wichtig für eine gute und qualitativ hervorragende Bildungsarbeit von Schulen. Verschlissene und ausgebrannte Lehrkräfte können wohl kaum einen positiven Beitrag für Bildung und Erziehung leisten, - dazu fehlt ihnen die Kraft. Wir brauchen gesunde Lehrkräfte, damit unsere Schulen leistungsfähig bleiben. Die Bezirksregierung Münster ist diesen Gedanken zutiefst verpflichtet.



Programm:

09:30 Uhr Stehkafee

10:00 Uhr Programmbeginn

Moderation: Walter Schmalenstroer
(BuG-Regionalkoordinator)

10:05 Uhr Grußwort

Regierungspräsident Prof. Dr. Reinhard Klenke

10:20 Uhr Grußwort der Träger

Andrea Jakob-Pannier (Barmer GEK)

10:40 Uhr Pantomime

10:50 Uhr Vortrag

Dr. Birgit Nieskens, Leuphana-Universität Lüneburg:
Lust auf Schule statt Frust an der Schule? Wege zur
Lehrergesundheit in der guten gesunden Schule

11:50 Uhr Aussprache

12:15 Uhr Mittagspause

13:15 Uhr Arbeit in Arbeitskreisen
(inkl. Kaffeepause)

15:30 Uhr Abschlussplenum

15:50 Uhr musikalischer Ausklang

16:00 Uhr Ende der Veranstaltung



Pantomime

Koordinatorenteam des
Landesprogramms
„Bildung und Gesundheit“
Bezirksregierung Münster

In Form von Paketen, die der Lehrerin Susanne Severin (links) von Walter Schmalenstroer (rechts) angereicht werden, wurde das vielfältige Aufgabenfeld eines Lehrers und die damit einhergehende Belastung dargestellt. Neben dem Kerngeschäft Unterricht gab es Konferenzen, Dienstbesprechungen, Korrekturen, Klassenleitung, Exkursionen, Elternsprechtag, Praktikumbetreuung und vieles mehr; letztlich war alles nicht mehr zu bewältigen.





Lust auf Schule statt Frust an der Schule? Wege zur Lehrergesundheit in der guten gesunden Schule

Frau Dr. Birgit Nieskens
Leuphana-Universität Lüneburg





Plenum



Regierungspräsident
Prof. Dr. Reinhard Klenke
(Mitte) hörte gemeinsam
mit Monika Appler (links)
und BUG-
Landeskoordinator
Winfried Köhler dem
Vortrag von Dr. Birgit
Nieskens zu

gesund_für die Region



Blick ins Plenum





Mittags- pause



gesund_für die Region



Arbeitskreise nach der Mittagspause

- 1 Schulleitungshandeln für mehr Lehrergesundheit –
Aspekte für eine gesundheitsfördernde Führung
Frau Dr. Nieskens, Universität Lüneburg
- 2 **Konfliktmanagement**
Frau Dr. Eck, Schulpsychologie Münster
- 3 **Achtsamkeit und Stressbewältigung**
Frau Rupprecht, Universität Lüneburg
- 4 **Lehrergesundheit aus Sicht eines Arztes**
Herr Dr. Pawelczik, EOS-Klinik
- 5 **Vorstellung des Landesprogramms**
„Bildung und Gesundheit“
Herr Schmalenstroer, Bezirksregierung Münster



Arbeitskreise

AK 1: Schulleitungshandeln für mehr Lehrer- gesundheit – Aspekte für eine gesundheitsför- dernde Führung

*Frau Dr. Birgit Nieskens (Zentrum für Angewandte
Gesundheitswissenschaften der Leuphana Universi-
tät Lüneburg)*

Im Arbeitskreis soll gemeinsam mit den Teilnehmer-
innen die Rolle der Schulleitung im Themenfeld
Lehrergesundheit erarbeitet werden. Folgende Fra-
gen stehen im Mittelpunkt: Was sind Wege zur För-
derung der Lehrergesundheit und was kann im Alltag
dafür getan werden, dass Lehrkräften die Freude am
Beruf erhalten bleibt? Und was hat das mit der Ge-
sundheit der Schulleitungen zu tun?

AK 2: Konfliktmanagement

*Frau Dr. Linde Eck (Schulpsychologische Beratungs-
stelle Münster)*

Zusammenarbeiten/Zusammenleben in Schule ver-
läuft nicht ohne Konflikte. Wie sie als Chance erkannt
werden können für positive Veränderungen im Sys-
tem Schule, soll in dem Arbeitskreis erarbeitet wer-
den. Dialogisch, kooperativ und lösungsorientiert mit
Konflikten umzugehen, ist das Ziel und trägt ent-
scheidend bei zur Stärkung psychosozialer Gesund-
heit in einem Kollegium. Sie erhalten Informationen,
tauschen Erfahrungen – auch über Stolpersteine –
aus und reflektieren Ihre persönliche und Ihre schuli-
sche Konfliktpraxis.

AK 3: Achtsamkeit und Stressbewältigung

*Frau Silke Rupprecht (Dipl. Pädagogin am Zentrum
für Angewandte Gesundheitswissenschaften der
Leuphana Universität Lüneburg)*

Der Lehrerberuf gilt als einer der beanspruchendsten
Berufe. Daher ist es für Lehrer/innen besonders
wichtig, Ressourcen aufzubauen, die einen gesun-
den Umgang mit Stress und Belastungen unterstüt-
zen. In diesem Workshop bekommen die Teilneh-
mer/innen eine kurze Einführung in das Achtsam-
keitskonzept und probieren ein paar einfache Achtsam-
keitsübungen selbst aus.

AK 4: Lehrergesundheit aus Sicht eines Arztes

*Herr Dr. med. Markus Pawelzik (ärztlicher Direktor
der EOS-Klinik für Psychotherapie in Münster)*

In diesem Arbeitskreis wird über die Bedingungen
unserer Stresskarrieren und damit über erschöp-
fungs-förderliche bzw. erschöpfungs-vermeidende
Lebensweisen informiert. Dabei geht es auch um die
Grundlagen der Stressphysiologie, die psycho-
soziale Programmierung der Stresssysteme. Ge-
meinsam mit den Teilnehmer/innen wird über Mög-
lichkeiten der Stressbewältigung bzw. der Resilienz-
förderung diskutiert.

AK 5: BuG stellt sich vor

*Herr Walter Schmalenstroer (Regionalkoordinator
des Landesprogramms „Bildung und Gesundheit“,
Bezirksregierung Münster)*

In diesem Arbeitskreis sollen Konzept und Arbeits-
weise des Landesprogramms Bildung und Gesund-
heit vorgestellt werden. Dabei wird auch über die
konkrete regionale Arbeit im Bezirk Münster berich-
tet. Dieser Arbeitskreis ist vor allem für Besucher
interessant, die bislang noch wenig über das Lan-
desprogramm wissen und mehr erfahren möchten.



7.11.2012

Münster





Koordinatorenteam
des Landesprogramms „Bildung und Gesundheit“
Bezirksregierung Münster

Musikalischer Ausklang

Das bisschen Schule

4 Takte Vorspiel

Das bisschen Schule
ist doch kein Problem,
das sagt man.
So ein Lehrer
hat's doch sehr bequem,
das sagt man.
Dass ein Lehrer sich trotzdem beklagen kann,
ist unbegreiflich,
das sagt man.

So ein paar Stunden
sind doch halb so wild,
das sagt man,
was für Schüler
ganz genauso gilt,
das sagt man.
Wer über Halbtagsarbeit sich beschweren kann,
der ist ein Faulpelz,
das sagt man.

Und was man oft hört, ist wohl wahr,
das muss ja stimmen, ganz sonnenklar.

Zwischenspiel

Die Korrekturen sind doch schnell gemacht,
das sagt man,
so manche Noten kurz nur überdacht,
das sagt man.
Wovon ein Lehrer da total erschöpft sein kann,
ist unbegreiflich,
das sagt man.

Und was man oft hört, ist wohl wahr,
das muss ja stimmen, ganz sonnenklar.

Zwischenspiel mit Modulation

Die vielen Ferien
sind doch nicht gerecht,
das sagt man.
Man soll wohl glauben, denen geht es schlecht,
das sagt man.
||: dass so ein Lehrer sich noch frühverrenten kann,
ist nicht zu fassen,
das sagt man. :|| (3 x) *BuG-Team BR Münster*

