**Anregungen für Formulierungshilfen**

**Baustein 1: Förderung der LehrerInnen-Gesundheit unter den besonderen Aspekten der alltäglichen psychosozialen Belastungen/Beanspruchungen und der begleitenden Zielsetzung der Förderung der SchülerInnen-Gesundheit**

1. **Ausgangssituation**

*Wird von der antragstellenden Schule individuell formuliert.*

Zum Beispiel:

*Ausgangssituation ist ein hohes Belastungsempfinden der Kolleginnen und Kollegen unserer Schule durch innere (herausfordernde SuS, fehlende zeitliche Ressourcen, etc.) und äußere Faktoren (Corona-Pandemie, Flutereignis, Krieg, etc.). Sowohl die Ergebnisse des letzten BuG-Standortbestimmung haben für unsere Lehrkräfte einen hohen Grad an Belastungsempfinden aufgezeigt. So ist beispielsweise im BuG-Standortbestimmung in der Dimension 8 im Punkt "Gesundheit und Wohlbefinden der Lehrpersonen" eine Abnahme der Zufriedenheitswerte festzustellen.*

*Zunehmender Stress in der Schule und im Alltag, hohe Anforderungen bei der Arbeit und zu wenig Ausgleich zum Arbeitsleben können die Psyche negativ beeinflussen. Negative Erfahrungen, die einen Menschen lange belasten, führen ebenfalls dazu, dass die mentale Stärke Risse bekommt.*

*Die Corona-Pandemie hat in den letzten Monaten immer wieder unbekannte Situationen mit sich gebracht, welche von den MitarbeiterInnen der Schule gemeistert werden mussten/müssen. Die positive Einstellung konnte, laut einer schulinternen Umfrage, nicht immer beibehalten werden, denn die Krisensituation hat nicht nur eine sehr hohe Arbeitsbelastung mit sich gebracht, sondern auch Unzufriedenheit erzeugt. Nun gilt es, einen Weg (zurück) zur positiven Einstellung zu finden und in der Krisensituation psychisch gewappnet zu sein.*

**2. Einbettung ist Schulprogramm**

Zum Beispiel:

*Als BuG-Schule sind wir der Grundannahme, dass Bildung und Gesundheit einander bedingen.*

*Die Zusammenhänge von Gesundheitsförderung, Prävention und Bildungsqualität werden innerhalb der Persönlichkeitsentwicklung sehr deutlich.*

1. **Inhaltliches Vorhaben**

Zum Beispiel:

*Arbeitsverdichtung, Leistungsverdichtung und psychische Erkrankungen - Schutzmechanismen gegen psychische Erkrankungen kennenlernen.*

*Inhaltlich liegt der Fokus auf dem Thema Resilienz (bspw. Umgang mit beruflichen und persönlichen Sorgen, Homeoffice im familiären Umfeld). Individuelle/aktuelle Themen der Teilnehmenden werden aufgegriffen. Ziel ist es, sowohl praktische, als auch lebensnahe und schnell umsetzbare Übungen zu* *vermitteln, um die oben genannten Herausforderungen/Belastungen zu meistern, wie auch das Empowerment der Teilnehmenden zu stärken.*

1. **Ziele und Zielgruppe**

Zum Beispiel

a) Ziele:

Die Maßnahme soll

* *Schutzmechanismen gegen psychische Erkrankungen kennenlernen und beispielhaft anwenden.*
* *Erhalt und Schaffung von Resilienz*
* *Stressoren erkennen und minimieren.*

b) Indikatoren:

*Die Lehrenden kennen Schutzmechanismen und können diese in Krisensituationen anwenden, um psychische Erkrankungen vorzubeugen oder diesen entgegenzuwirken.*

*Die Lehrenden geben in einer schulinternen Befragung an, dass sie, durch die Anwendung der Mechanismen, ein gemindertes Stresslevel haben.*

*Regelmäßig durchgeführte Befragungen der Lehrkräfte sollen die Notwendigkeit weiterer Maßnahmen anzeigen.*

c) Zielgruppen:

* LehrerInnen
* Sonstiges pädagogisches Personal

**6. Implementation**

Zum Beispiel

* *Die Schulentwicklungsgruppe greift das Thema auf und implementiert das Thema auch zukünftig in den schulischen Kontext.*
* *Durch die Verankerung im Schulprogramm erfolgt eine Verbindlichkeit zur jährlichen Durchführung der Maßnahme*

**7. Bezug zum Leitfaden Prävention**

Zum Beispiel

*Aus dem Leitfaden:*

*Alle an Schule beteiligten Personen (Lehrerinnen und Lehrer, Schülerinnen und Schüler, Mitarbeitende "werden befähigt, ihr physisches, psychisches und soziales Potenzial auszuschöpfen– dies schließt die Stärkung von Resilienz ein– und ihre Selbstachtung zu fördern (Empowerment). Dabei werden zur Förderung von Gesundheit der gesamten Schulgemeinschaft (Kinder und Erwachsene) klare Ziele gesteckt."*