



Nadja Badr und Siegfried Seeger

Schlüsselstellen

**zur Förderung der Lehrgesundheit
mit Praxiseinblick**

René Wyttenbach

**Rektor des Berufsbildungszentrums
Dietikon**

Prozesse gut und gesund steuern

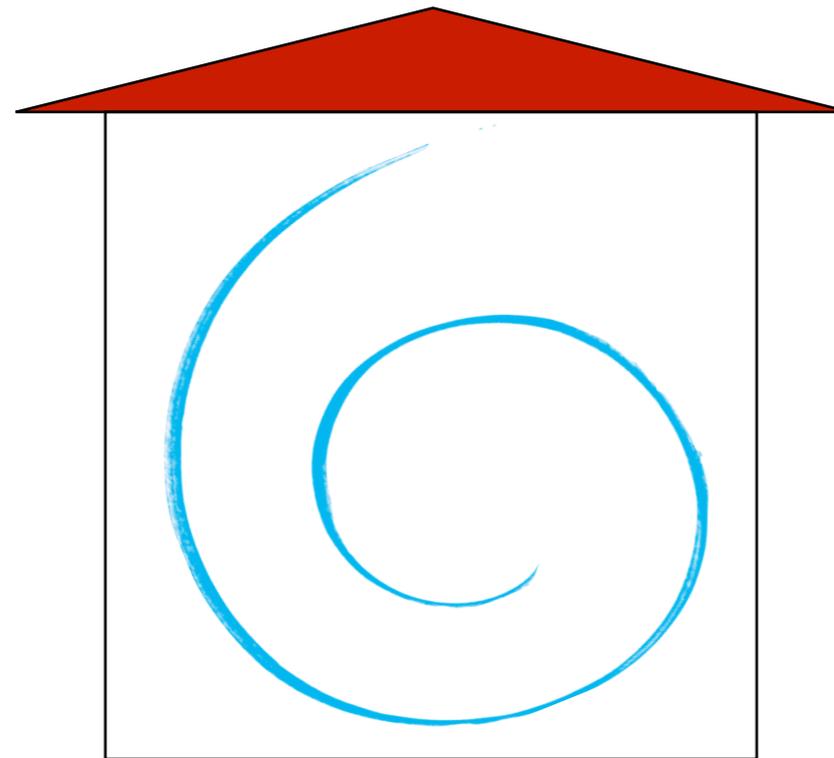
(z.B. SL / Schulprogramm: PE, UE, OE)

Verbesserung/Aktualisierung

Ist-Analyse



(z.B. AVEM/ABC-L)



Planung

(z.B. Pädagogischer Tag)

Durchführung

(z.B. KESS-Gruppen)

Überprüfung

(z.B. Jahresgespräche)



BZD – konkretes Vorgehen

1. Vorbereitungsgespräch mit Schulleitung / Steuergruppe
2. Information Team
3. Ausfüllen Fragebogen (ABC-L und AVEM)
4. Persönliche Rückmeldung an Einzelpersonen,
Gesamtrückmeldung an Schulleitung und Prozessbegleitung
5. 2- tägiger Anlass mit dem Gesamtteam
6. Weiterführung, Umsetzung

Gesundheitsförderung am BZD



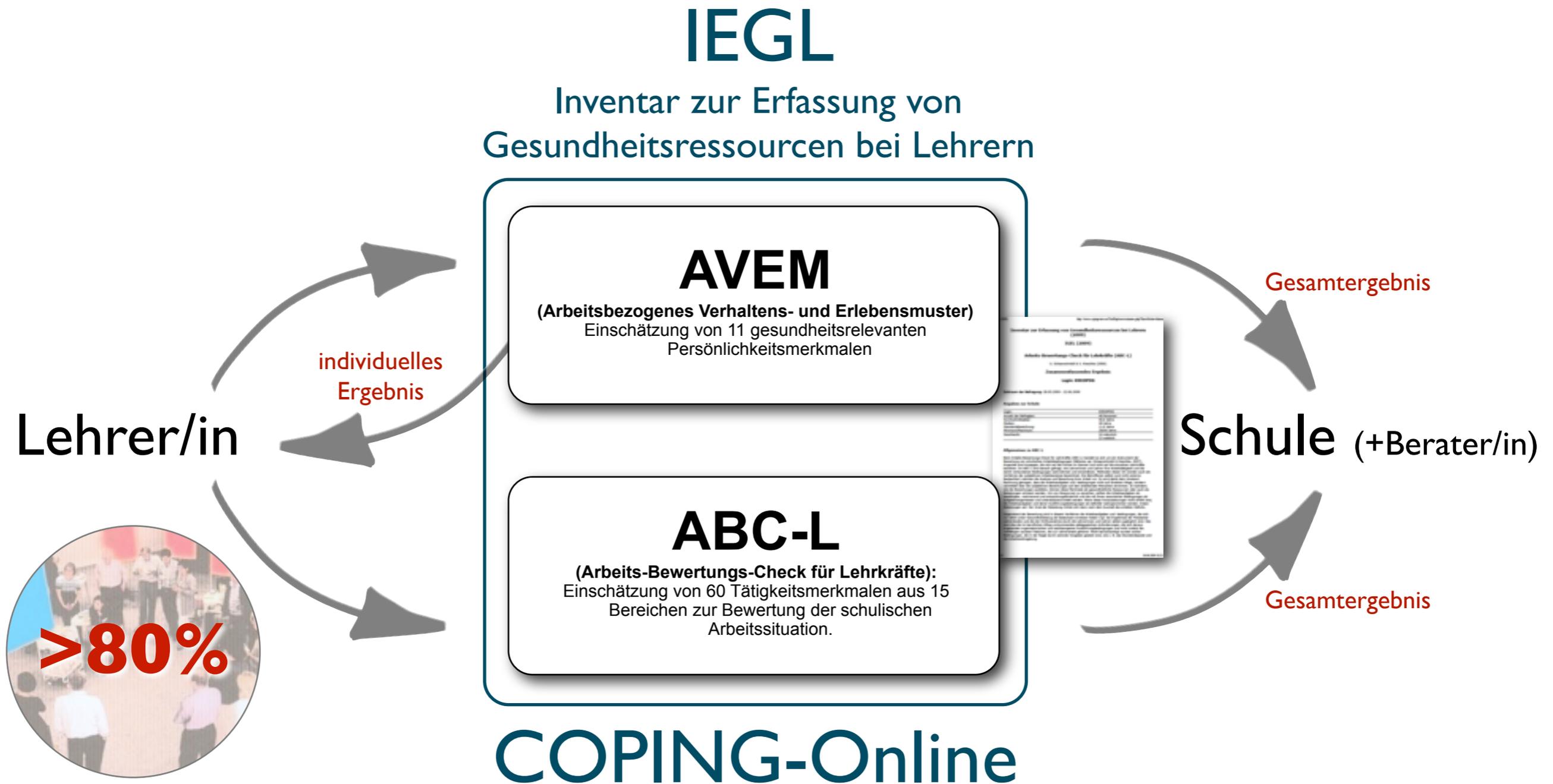
Gesundheit und Wohlbefinden

- Ist uns wichtig am BZD!
- fester Platz in der Schulentwicklung
- permanente Themen zur Gesundheit in den Jahreszielen
- Schwerpunktthema für die SJ 2012/13 und 2013/14

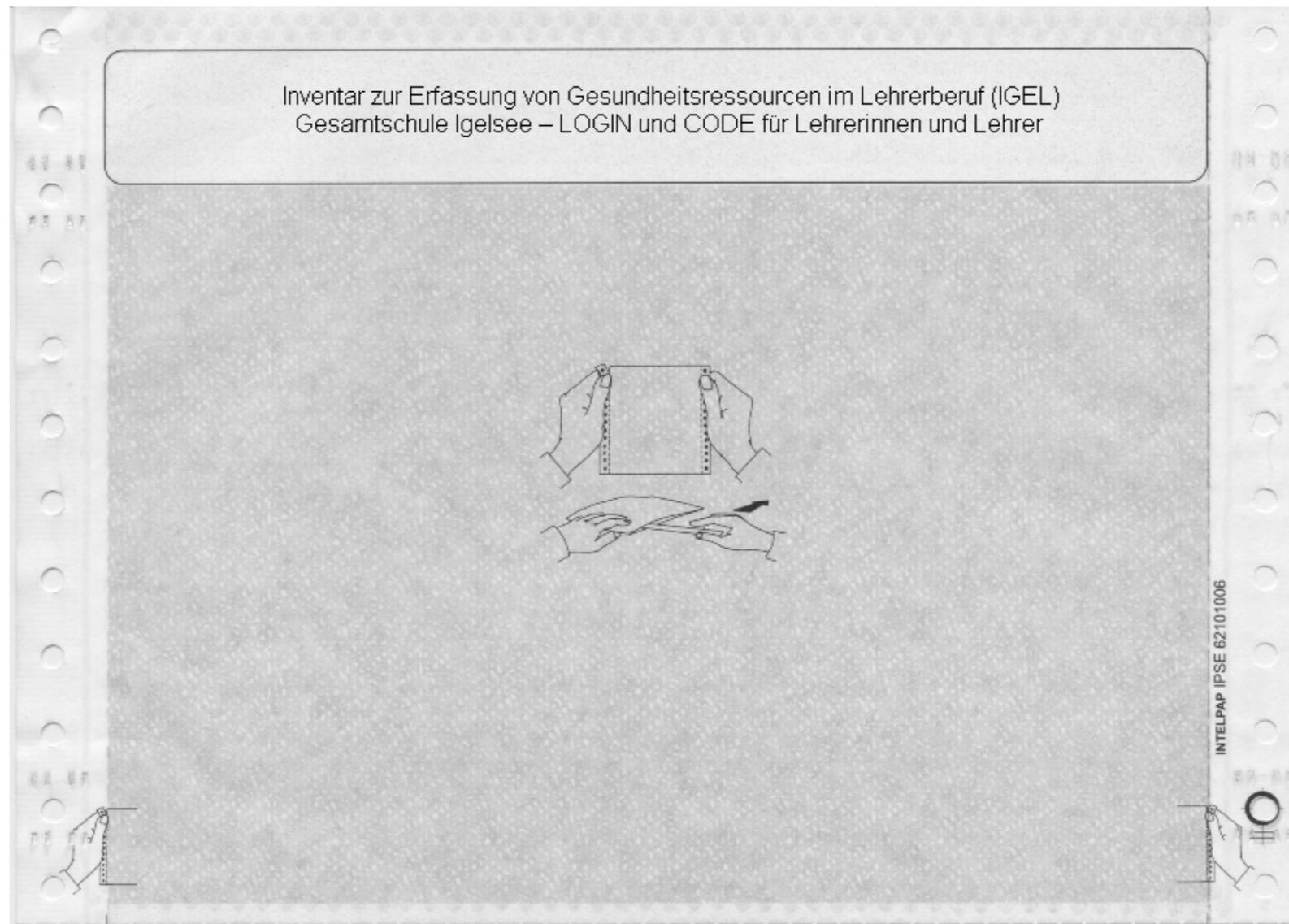
Überlegungen zum Weiterbildungsangebot (SchiLW) im Sept. 2012/13

- Transparente und klare Information an alle Beteiligten des BZD (LP und Verw.)
- Motivation zur Teilnahme an der Umfrage
 - Interesse wecken am Thema/ klare Ziele/ Nachhaltigkeit garantieren)
 - Wahl eines attraktiven Durchführungsortes
- Der Heterogenität am BZD Rechnung tragen
- Motivation zur Teilnahme an der SchiLW – Veranstaltung im Sept. 12 in Morschach
- Nachfolgeprojekte planen und in Aussicht stellen

Analyse: Gesundheit der Lehrer/innen (Bsp.: IEGL)



ganz konkret...



IEGL:

**Login mit persönlichen Code,
individuelle Bearbeitung via Internet,
freiwillige Teilnahme**

Anonymisierung garantiert!

1. Wie sehr trifft es zu, dass der Unterricht ...

	trifft völlig zu	trifft überwie- gend zu	trifft teils/teils zu	trifft überwie- gend nicht zu	trifft über- haupt nicht zu	nicht beurteil- bar
1. störungsfrei und reibungslos verläuft?.....	5	X	3	2	1	?
2. durch alle Schüler mitgetragen wird?.....	5	4	X	2	1	?
3. zu dem Ergebnis führt, das Sie persönlich angestrebt haben?.....	5	X	3	2	1	?

Einschätzung der Ergebnisse



Mögliche Gründe

- Flache Hierarchie in der Schulleitung
- Man trifft sich in der Mensa... (kein eigentliches Lehrerzimmer)
- Prinzip der „offenen Türen“; Aussprachemöglichkeiten in MAGs, Zeit nehmen für konstruktive Konfliktlösungen
- Konsequent durchgeführte, systematische Standortgespräche mit Befindlichkeitserhebung
- Gegenseitiges Vertrauen, Wertschätzung und Unterstützung
- „Sensoren“ bei Anzeichen von Burnout, Stress, Unzufriedenheit
- Transparente Kommunikation und klare Information
- Hohe Identifikation der Lehrpersonen mit der Schule
- Verschiedene gemeinsame Anlässe
- Gewährung von Autonomie und Tätigkeitsspielräumen
- Unterstützung und Stärkung der Lehrpersonen im Selfmanagement

Schulinterne Weiterbildung für Lehrpersonen am BZD vom Fr/Sa, 14./15 September 2012 im Swiss Holiday Park in Morschach

Thema: Wohlbefinden und Gesundheit

Geschätzte Kolleginnen und Kollegen

Wir möchten mit der bevorstehenden SchiLW das Thema "Wohlbefinden und Gesundheit" aufgreifen. Dazu laden wir alle Lehrpersonen der Berufsfachschule und der Weiterbildung (Sprachen und HF) sowie alle Verwaltungsangestellten recht herzlich ein.

- Ziel:**
- Interpretation und Auswertung der Ergebnisse aus der Ist-Analyse zur Gesundheit der Lehrpersonen und Verwaltungsangestellten
 - Erkennen der eigenen Erlebens- und Verhaltensmuster und Erarbeiten von Möglichkeiten zur Verbesserung des Wohlbefindens
 - Kennenlernen und Erproben von praktischen Instrumenten und Möglichkeiten im Bereich Entspannung
 - Ziehen von Fazits für die Schule
 - Bestimmen des weiteren Vorgehens und Entwickeln eines Fahrplans für die Zukunft

Fr, 14.9.2012: Zeiten und Angebote

	Nadja	Cathy	Doris	Sigi
11.00 11.30	Interpretation der Schulergebnisse in 4 Gruppen			
11.45 12.30	Interpretation der Einzelergebnisse à 15-20 Min.			
14.00 15.30	Gesundheits- ressourcen hoher A/B- Anteil	Gesundsein Gesundbleiben hoher G- Anteil	Gesundsein Gesundbleiben hoher G- Anteil	Schutz & Schonung hoher S-Anteil
16.00 17.30		Konfliktmuster ♀	Kollegiale Beratung	Konfliktmuster ♂

Sa, 15.9.2012: Zeiten und Angebote

	Nadja	Cathy	Doris	Sigi
08.30 10.00	Einzelberatung	Kollegiale Beratung	Kollegiale Beratung	Konfliktmuster für ♂
Pause				
10.30 12.00	Entspannung	Lebenswelten	Konfliktmuster für ♀	Resilienz für LP mit Teilzeitpensen
Mittagspause				
13.30 15.30	Gesundheitsbezogene Perspektiven für das BZD: KESS & Co (+ SL-Beratung)			
	Fazit und Abschluss			

Erfahrungsbericht aus der SchiLW - Veranstaltung



- Hohe Beteiligung seitens der Lehrpersonen
- Hoch kompetente Moderation und Beratung seitens der Referent/innen und der Suchtpräventionsstelle (supad)
- Breites, zielgerichtetes Angebot für jedes Verhaltensmuster
- Gute Mischung aus Plenumsveranstaltungen und Workshops
- Möglichkeit für individuelle Freiräume (z. B. Nutzen der Anlage)
- Einladender Veranstaltungsort mit vielseitigen Fitness- und Entspannungsmöglichkeiten
- Hohe Nachhaltigkeit durch Folgeprojekte wie z. B...
 - Beratungsgelegenheit im Nachgang zu SchiLW
 - Beratungsmöglichkeit im Nachgang auch für die Schulleitung
 - SchiLW – Veranstaltung zum Thema Mobbing im April 2013
 - Einrichten eines Büros für „kabel“ im Schulhaus
 - Initiierung Projekt „Gesundheitstipps für Lehrpersonen
 - erneute IEGL – Umfrage 2014

Datengestützte Beratung

- massgeschneidert und passgenau -

- 1. Kick-Off-Veranstaltung mit Informationen und Vereinbarungen**
- 2. Ist-Analyse z.B. mit dem Inventar zur Erfassung von Gesundheitsressourcen im Lehrerberuf (IEGL durch coping.at)**
- 3. Moderierte Auswertung der Ergebnisse mit Arbeitsgruppe und Kollegium; Ableitung möglicher Massnahmen zur Verbesserung der Arbeitsverhältnisse in der Schule**
- 4. Bei Bedarf persönliche Besprechung der AVEM-Ergebnisse**
- 5. Festlegung und Realisierung von Massnahmen**
- 6. Ergebnis- und erfahrungsorientierte Beratung der Schulleitung**