

Titel

| | |
|-----------------------|--|
| Thema: | Gesundheitscoaching - Modul 2: Persönliche Einstellungen: Identität und Identifikation |
| Veranstaltungsnummer: | 42N280103 |

Inhalt/Beschreibung

| | |
|--|---|
| Beschreibung und didaktische Gestaltung: | <p>Sie möchten sich und Ihrer Gesundheit etwas Gutes tun? Sie sind bereit, sich in einer kleinen Gruppe von Pädagog*innen (aus unterschiedlichsten Schulen) über das Thema Gesundheit und gesunde Beziehungsgestaltung auszutauschen und zu beratschlagen? Das "Gesundheitscoaching - gesundheitsförderliche Beziehungsgestaltung nach dem Freiburger Modell" bietet Ihnen im Rahmen von sechs aufeinander aufbauenden Terminen (Modulen) hierfür einen geeigneten Raum.</p> <p>Jedes Modul besteht aus einem thematischen Impuls durch die Referenten für Schulpsychologie, zu dem die Gruppe miteinander in den Austausch kommt. In einem zweiten Teil berät sich die Gruppe - moderiert nach der Methode der lösungsorientierten kollegialen Fallberatung - zu jeweils einer schulischen Sequenz, die Sie als Teilnehmende einbringen können. Gerahmt werden die Termine durch das Kennenlernen und Austesten verschiedener Übungen für Achtsamkeit und Entspannung.</p> <p>Die Module basieren inhaltlich auf dem von Psychiater Prof. Dr. Joachim Bauer entwickelten und evaluierten "Lehrer-Coaching nach dem Freiburger Modell". Hiernach werden die Themen Beziehung, soziale Unterstützung und Identität als zentral für Lehrgesundheit betrachtet. Zur Förderung einer resilienten Lehrkraft geht es um die Auseinandersetzung mit der eigenen beruflichen Rolle und den persönlichen Einstellungen. Da der Beruf als Lehrer*in ganz klar ein Beziehungsberuf ist, verfolgt das Gesundheitscoaching insbesondere das Ziel, Beziehungsqualität zu reflektieren, zu stärken und zu pflegen. Gelingende Beziehungen bspw. im Klassenraum fördern das Unterrichtsgeschehen, das Wohlbefinden von Schüler*innen und Lehrkraft und nicht zuletzt die physische Gesundheit auf Dauer.</p> <p>Dementsprechend werden die nachfolgenden Themen im Gesundheitscoaching zu den gelisteten Terminen behandelt:</p> <p>25.01.2024 Schnuppermodul: Kennenlernen des Gesundheitscoachings, der Teilnehmenden und Referenten 22.02.2024 Modul 1: Neurobiologie, Beziehungserfahrungen und Gesundheit 21.03.2024 Modul 2: Persönliche Einstellungen: Identität und Identifikation 24.04.2024 Modul 3: Beziehungsgestaltung zu Schüler*innen 22.05.2024 Modul 4: Beziehungsgestaltung zu Eltern 05.06.2024 Modul 5: Spaltungstendenzen vs. Kollegialer Zusammenhalt 15.08.2024 optional: Abschlussmodul: Resümee und der weitere Weg</p> <p>Zeit jeweils: 14:00-17:00 Uhr Ort jeweils: Landratsamt Kyffhäuserkreis - Gesundheitsamt, Edmund-König-Straße 7, 99706 Sondershausen</p> <p>Wichtig im Umgang miteinander sind uns: Vertraulichkeit innerhalb der Gruppe, Wertschätzung und respektvoller Umgang miteinander, Ressourcen- und Lösungsorientierung, Kontinuität der Gruppe (Teilnahme an möglichst allen Terminen).</p> |
|--|---|

Teilnehmende des vergangenen Gesundheitscoachings berichten:

„Die Veranstaltung vermittelte das Gefühl ‚Jetzt geht es einfach mal um mich und mein Wohlbefinden.‘ Die Dozenten sind uns Teilnehmenden offen, zugewandt und empathisch begegnet. Damit haben sie uns direkt abgeholt. Nach jeder Veranstaltung konnte ich entspannt, etwas ‚aufgeräumt‘ und gestärkt nach Hause fahren.“

„Ich habe einen neuen Blick auf die Beziehungen zu Kolleg*innen und Schüler*innen erhalten und dadurch ein zum Teil entspannteren Umgang mit herausfordernden Situationen gewonnen.“

„Das Gesundheitscoaching hat ein bewusstes Nachdenken über die eigene Rolle als (Lehr-)Person, auch im Umgang mit Schüler*innen, Eltern und Kolleg*innen bewirkt. Zudem habe ich die ein oder andere Achtsamkeitsübung in meinen Alltag integriert.“

„Gut gefallen haben mir die vertrauensvolle Atmosphäre, der konstruktive und wertschätzende Austausch in der Gruppe sowie der fachliche Input zu vielen Alltagsthemen.“

Bei Fragen zum Gesundheitscoaching wenden Sie sich bitte an die Referenten im Schulpsychologischen Dienst:

Maximilian Reimers (Maximilian.Reimers@schulamt.thueringen.de; +49 36074 37-589)

Stephan Klein (Stephan.Klein@schulamt.thueringen.de; +49 36074 37-575)

Schwerpunkte/Rubrik:

Pädagogengesundheit

Allgemeine Informationen

| | |
|------------------------|---|
| Fächer / Berufsfelder: | - fächerübergreifend |
| Zielgruppen: | - Fachlehrer |
| Schularten: | - Berufsbildende Schule, Gymnasium, Regelschule, Thüringer Gemeinschaftsschule, Grundschule |
| Veranstaltungsart: | Einzelveranstaltung |
| Gültigkeitsbereich: | schulamtsbezogen |
| Leitung: | Stephan Klein, Staatliches Schulamt Nordthüringen* Maximilian Reimers, Staatliches Schulamt Nordthüringen |
| Dozenten: | Stephan Klein, Staatliches Schulamt Nordthüringen* Maximilian Reimers, Staatliches Schulamt Nordthüringen |

Weitere Hinweise

| | |
|-------------------------------|---|
| Hinweis für Teilnehmer/innen: | Wesentlicher Charakter des Gesundheitscoachings bildet der Austausch in einer festen und beständigen Gruppe aus bis zu 12 Lehrkräften; daher ist eine kontinuierliche Teilnahme (an möglichst allen sechs Terminen) am Gesundheitscoaching Voraussetzung. Das Schnuppermodul am 11.01.2024 bietet Ihnen die Möglichkeit, das Gesundheitscoaching und die anderen Teilnehmenden kennenzulernen; am Ende dieses Termins bitten wir Sie um eine feste Entscheidung hinsichtlich Ihrer Teilnahme am Coaching. |
|-------------------------------|---|

Anbieter

| | |
|--------------------|---|
| Anbietername: | Staatliches Schulamt Nordthüringen |
| Anbieteranschrift: | Franz-Weinrich-Straße 24, 37339 Leinefelde-Worbis |
| E-Mail-Adresse: | poststelle.nordthueringen@schulamt.thueringen.de |
| Telefon: | 036074/37500 |

Termin

| | |
|---------|--------------------------------|
| Termin: | 21.03.2024 14:00 bis 17:00 Uhr |
| Dauer: | 4 Zeitstunden |

Veranstaltungsort

| | |
|--------------------|--|
| Veranstaltungsort: | Landratsamt Kyffhäuserkreis - Gesundheitsamt, Edmund-König-Straße 7, 99706 Sondershausen |
|--------------------|--|