

„Gute gesunde Schule“: Erfolgreicher Lehrgesundheitskongress an der Universität Passau

Landesprogramm organisiert für teilnehmende Schulen gemeinsam mit dem Lehrstuhl für Schulpädagogik eine Fortbildungsveranstaltung

Nahezu 250 Lehrkräfte von 26 Schulen aus den Regionen Passau, Rottal-Inn und Freyung-Grafenau folgten den Einladungen ihrer Regionalkoordinatorinnen Stephanie Reichardt und Heike Sonnleitner und nahmen am letzten Samstag vor den Herbstferien 2015 an einem Gesundheitskongress an der Universität Passau teil.

Bei der Betreuung ihrer Schulen hatten die beiden Regionalkoordinatoren von Passau und Rottal-Inn im Vorfeld festgestellt, dass das Thema „Lehrgesundheit“ vielen Kolleginnen und Kollegen ein großes Anliegen sei. Schnell war klar, dass sie den Vorstellungen und den Bedürfnissen nur gerecht werden könnten, wenn sie sich zu einem größeren Netzwerk zusammenschließen würden. So entstand eine enge Kooperation zwischen den beiden Regionen, dem Kompetenzzentrum für Gesundheitsförderung und Prävention, stellvertretend Sylvia Seider, und vor allem mit dem Lehrstuhl für Schulpädagogik von Prof. Dr. Dr. Norbert Seibert und seiner Hauptverantwortlichen für Lehrgesundheit, Dr. Elke Krauser. Gemeinsam wurde ein umfangreiches und abwechslungsreiches Programm organisiert und angeboten mit folgender Zielsetzung:

Als Hauptziel wurde die Erhaltung und Förderung der physischen und psychischen Gesundheit von Lehrkräften und Schulleitungen im Rahmen ihrer Teilnahme an dem Landesprogramm „Gute gesunde Schulen“ (bis Juli 2017) formuliert.

Die Lehrkräfte sollen mit dem Gesundheitskongress angeregt werden, sich mit dem Thema Lehrgesundheit auseinanderzusetzen. Dabei sollen sie verschiedene Angebote kennen lernen und individuelle Maßnahmen ergreifen, außerdem Strategien kennen lernen, die den ihnen helfen sollen, mit beruflich belastenden Situationen besser/gesünder umzugehen.

Das weitere Vorgehen nach dem Gesundheitskongress soll von Schule zu Schule individuell geplant werden.

Nach einem Frühstücksbuffet mit verschiedensten gesunden Brotaufstrichen, hergestellt von Schülerinnen und Schülern der Wilhelm-Niedermayer-Mittelschule Tittling, ihrer Lehrerin Frau Monika Drexler und der Ernährungsberaterin Frau Edeltraud Plöchinger, referierte Prof. Dr. Dr. Andreas Hillert, Chefarzt der psychosomatischen Klinik Roseneck über das Thema „Burnout“. Er schilderte krankmachende Faktoren im Schuldienst, die sowohl in arbeitsspezifischen Anforderungen und Arbeitsplatzbedingungen, aber auch in fehlenden eigenen Ressourcen liegen können. Den Schwerpunkt seiner Ausführungen legte Prof. Hillert auf das von ihm entwickelte Stress-Bewältigungsprogramm „AGIL“ (Arbeit und Gesund im Lehrerberuf). Anschließend konnten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer 2 Workshops besuchen. Zur Auswahl standen unter anderem Qigong, Yoga, Tai Chi, Nordic Walking, Schnupperkurs Klettern, Progressive Muskelentspannung, Wege zum Nichtraucher, Konfliktkompetenz, Silent Power, Stimmstark im Unterricht, Rhythmus und Bewegung, AGIL, Supervision, Biografiearbeit, Optimierung meiner Stärken und meines Wohlbefindens, Coaching im Dienste der Lehrgesundheit u.v.m. In einer Podiumsdiskussion tauschten sich neben Prof. Dr. Dr. Hillert die Vertreter der staatlichen Schulämter, Schulamtsdirektorin Johanna Buchberger-Zapf und Schulrat Mark Bauer-Opree, der stellvertretende Landrat und Schulamtsdirektor Klaus Jeggle, OStD Hans Käfler vom Kultusministerium, Rektor Erwin Müller von der Katholischen Erziehergemeinschaft KEG, Coach Stefan Schmidt, die beiden Regionalkoordinatorinnen Heike Sonnleitner und Stephanie Reichardt, Direktor Günter Schober von der Gesundheitskasse AOK, Lehrerbildner Prof. Dr. Dr. Norbert Seibert und Dr. Doris Cihlars vom Lehrstuhl für Schulpädagogik über „Lehrgesundheit“ aus. Die Diskutanten waren sich einig, dass Lehrende auch in Zukunft auf ihre Gesundheit selbst achten müssen, dass aber auch der Staat als Arbeitgeber im Rahmen eines betrieblichen Gesundheitsmanagements in die Verantwortung zu nehmen ist, wenn es um die Beseitigung krankmachender Rahmenbedingungen im Schuldienst geht. Am Nachmittag hielt Stefan Schmidt, Coach, Berater und Trainer seinen humorvollen Vortrag „Sollen Können Müssen“. Er betonte dabei, dass die Lehrgesundheit nicht von der Person Lehrer getrennt werden dürfe und dass

es notwendig sei, ein Verhaltens- und Handlungsrepertoire zu entwickeln, das stressmindernd und stabilisierend auf die eigene Persönlichkeit wirke.

Wie wichtig das Thema Lehrergesundheit sowohl in der Politik als auch in der Gesellschaft genommen wird, verdeutlichen die teilnehmenden Ehrengäste MdL Prof. Dr. Gerhard Waschler und die stellvertretende Landrätin von Rottal-Inn Edeltraud Plattner, die ebenfalls bei der Tagung begrüßt werden konnten. Einig waren sich alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer, dass sich Investitionen in präventive Angebote, wie sich dieser Tag darstelle, auf jeden Fall lohne. Die beteiligten Landesprogrammschulen der Regionen Passau, Rottal-Inn und Freyung-Grafenau wollen, angeregt durch diesen Lehrergesundheitskongress, für ihre Schule im Folgenden nun individuelle Konzepte zum Thema „Lehrergesundheit“ erarbeiten und innerhalb ihrer Regionen für die Lehrerinnen und Lehrer Angebote in Zusammenarbeit mit den Regionalkoordinatoren organisieren.

Quelle: angelehnt an den Artikel in der PNP vom 05.11.2015, ergänzt um eigene Passagen