

Ansprechpartner

Projektleitung Gesundheit Plus

Janet Maischik-Katoll

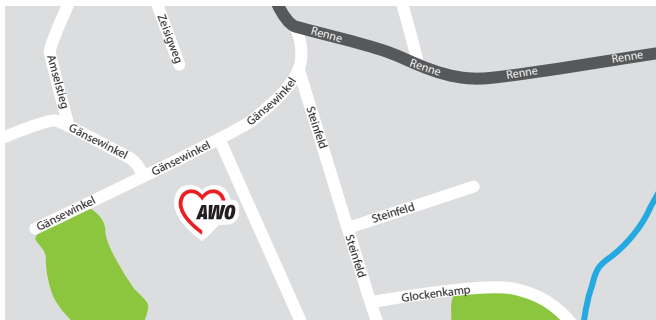
(Sportwissenschaftlerin und -therapeutin, Betriebswirtin)

Telefon.: 0 53 53/ 90 - 1701

E-Mail: janet.maischik-katoll@awo-gesundheit-plus.de

info@awo-gesundheit-plus.de

So erreichen Sie uns



Gesundheit Plus | Vor dem Kaiserdom 10 | 38154 Königslutter



Gesundheit

Rundum stark.

Gesundheit Plus

Gesundheitsförderung
für Lehrkräfte

Ressourcen stärken – Überlastungen vorbeugen

Gesundheit Plus

Vor dem Kaiserdom 10 | 38154 Königslutter

Janet Maischik-Katoll

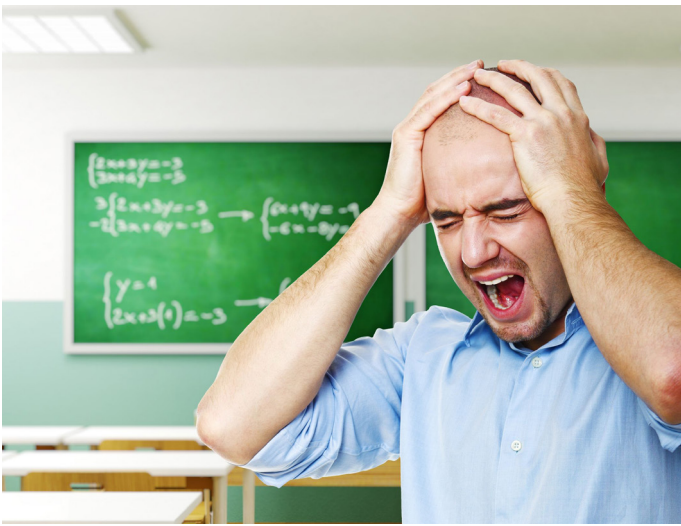
Projektleitung Gesundheit Plus

Telefon.: 0 53 53/ 90 - 1701

E-Mail: janet.maischik-katoll@awo-gesundheit-plus.de

www.awo-gesundheit-plus.de





Psychische Belastungen von Lehrkräften an deutschen Schulen

Die Lehrertätigkeit gehört von jeher zu den Berufen, die in besonderem Maße mit psychischen Belastungen verbunden sind. Gegenwärtig zeichnet sich allerdings eine deutliche Zuspitzung der Belastungssituation ab. Viele Pädagogen leiden unter einem Burnout-Syndrom. Jeder zweite Gymnasiallehrer fühlt sich durch seine Arbeit massiv gestresst. Häufige Unterrichtsausfälle wegen Krankheit und immense volkswirtschaftliche Kosten wegen vorzeitiger Pensionierungen sind die Folge.

Besonders belastend sind Verhaltens- und Leistungsprobleme der Schüler, überzogene Erwartungen und Ansprüche der Eltern, Klassenstärken von bis zu 32 Schülern sowie übergeordnete Verwaltungsaufgaben und mangelnde Unterstützung seitens der Kollegen. Es scheint dringend geboten, der psychischen Gesundheit der Lehrer stärkere Aufmerksamkeit zu schenken.

Unsere Angebote für Sie

Wir von **Gesundheit Plus** sind eine Initiative des AWO Psychiatriezentrum und werden von der AWO Psychiatrieakademie gGmbH getragen. Unser Bestreben liegt darin, Unternehmen und nichtbetriebliche Einrichtungen im Bereich der Betrieblichen Gesundheitsförderung zu unterstützen. Mit unserer Kernkompetenz in der psychischen Gesundheit bieten wir Ihnen bedarfsorientierte Veranstaltungen zu folgenden Themen:

Stressbewältigung & Burnout-Prävention

Umgang mit schwierigen Eltern

Umgang mit psychisch auffälligen Kindern

Gute Nacht – Erholt in den Tag!

Darüber hinaus unterbreiten wir Ihnen gern weitere gesundheitsfördernde Angebote in unterschiedlichen Themenfeldern*.

Unsere Vorteile für Sie

- Expertenwissen und langjährige Erfahrung in verschiedenen Professionen
- Individuelle und flexible Angebote für Ihre betrieblichen Rahmenbedingungen
- Ganzheitliche Maßnahmen zur nachhaltigen Förderung der Gesundheit und Gesundheitskompetenz ihrer Mitarbeiter und Führungskräfte.

* weitere Informationen unter www.awo-gesundheit-plus.de

Bedarfsorientierte Veranstaltungen im Überblick

→ Stressbewältigung & Burnout-Prävention

Ziel ist es, die Teilnehmer für diese Thematik zu sensibilisieren, persönliche Stressoren selbst zu reflektieren sowie Strategien zu verinnerlichen, um frühzeitig erste stressbedingte Belastungssymptome zu reduzieren und chronischen Stress sowie Burnout vorzubeugen.

→ Umgang mit schwierigen Eltern

Ziel ist es, durch die Selbstreflexion persönlicher Kommunikationsstrategien und die Erweiterung individueller Kommunikationsfertigkeiten die Lehrer zu befähigen, im Umgang mit schwierigen Eltern souverän zu bleiben sowie die eigenen Emotionen optimal regulieren zu können.

→ Umgang mit psychisch auffälligen Kindern

Ziel ist es, einen umfassenden Einblick in verschiedene psychische Auffälligkeiten und Störungen von Kindern zu bekommen, Ursachen und Symptome sowie den richtigen Umgang mit Verhaltensauffälligkeiten kennen zu lernen.

→ Gute Nacht – Erholt in den Tag!

Ziel ist es, über das Thema Schlaf zu informieren, Schlafmythen aufzudecken und zu korrigieren sowie die Teilnehmer zu befähigen, mittels mentaler Strategien und Achtsamkeitsübungen den Geist zur Ruhe zu bringen und sich dem Schlaf überlassen zu können.

Wir freuen uns auf die Zusammenarbeit mit Ihnen!