

Das Präventionsprogramm umfasst

- 18 Inhaltsmodule
- 15 Fortbildungstage in
- 2 Schuljahren

Die Inhalte des Präventionsprogramms „Stark Starten – Bildung gesund gestalten“ sind modular aufgebaut.

Die pädagogischen und psychologischen Themen werden in abwechselnder Folge angeboten.

Die Kollegiale Beratung läuft parallel zu den anderen Themen fortlaufend mit.

Eine Anmeldung ist nur zu der gesamten Fortbildungsreihe möglich. Versäumte Teile können in einem der nachfolgenden Durchgänge besucht werden.

Start des Programms in den Kompetenzzentren *Aurich, Braunschweig, Hannover, Lüneburg, Vechta*



Haben Sie noch Fragen zu den Inhalten der Fortbildung?

Referat 22
Arbeit und Gesundheit in Schulen
und Studienseminaren
Bernd Deseniß (Projektleitung)
Tel.: 0511 120-7317
E-Mail: Bernd.Deseniss@mk.niedersachsen.de

Informationen und Kontakt

Die Fortbildungen werden von den beteiligten Kompetenzzentren über die regionale Lehrkräftefortbildung angeboten. Anmeldungen sind ausschließlich über die VeDaB – Veranstaltungsdatenbank möglich. www.vedab.nibis.de, Stichwort: Stark Starten

Weitergehende Informationen erhalten Sie von den jeweiligen Fortbildungsbeauftragten:

Kompetenzzentrum Aurich ▶ Start 27.11.2019

Frau Gabi Kleen, Telefon 041 1799-87,
kleen@ostfriesischelandschaft.de

Kompetenzzentrum Braunschweig ▶ Start 11.11.2019

Herr Dr. Frank Walter, Telefon 0531 391-94192
frank.walter.klbs@tu-braunschweig.de

Kompetenzzentrum Hannover ▶ Start 18.11.2019

Frau Susanne Elsner, Telefon 0511 762-5799
susanne.elsner@lehrerbildung.uni-hannover.de

Kompetenzzentrum Lüneburg ▶ Start 05.12.2019

Frau Susanne Werner, Telefon 04131 677-2977
suwerner@leuphana.de

Kompetenzzentrum Vechta ▶ Start 09.12.2019

Herr Dr. Niels Logemann, Telefon 04441 15-552
niels.logemann@uni-vechta.de



Herausgeber

Niedersächsisches Kultusministerium
Referat 22
Arbeit und Gesundheit in Schulen und Studienseminaren
Hans-Böckler-Allee 5
30173 Hannover
www.arbeitsschutz-schulen-nds.de

Gestaltung: tabasco media UG Hannover
Druck: unidruck GmbH & Co. KG Hannover
August 2019



Stark Starten
– Bildung gesund gestalten

Ein Präventionsprogramm
für Berufseinsteigerinnen und
Berufseinsteiger in Schulen



Stark Starten Gesund bleiben

Die Gesunderhaltung der Beschäftigten ist eine der wichtigsten Aufgaben im Betrieblichen Gesundheitsmanagement (BGM).

Dazu zählt es, die Berufseinsteigerinnen und Berufseinsteiger von Anfang an bei den vielfältigen Anforderungen am Arbeitsplatz Schule zu stärken und zu unterstützen.

Gesellschaft und Schule entwickeln sich ständig weiter. Es gibt keinen Stillstand.



- Wie können pädagogisch Tätige die ständigen Herausforderungen des Wandels aufnehmen?
- Welche pädagogischen und psychologischen Strategien können zur Stärkung der persönlichen Resilienz genutzt werden?
- Welche sozialen Beziehungen brauche ich in kritischen Lebens- und Berufsphasen?
- Wie kann ich meine persönlichen Möglichkeiten mit den schulischen Anforderungen proaktiv ausbalancieren?
- Wie kann ich schon jetzt persönliche Kompetenzen im Umgang mit Stress erwerben, damit auch langfristig meine Gesundheit und Lebensqualität erhalten bleibt?

Inhalte des Präventionsprogramms

Pädagogische Inhalte

Kommunikation, Kooperationsstrukturen in Schule, multiprofessionelle Teamarbeit, Haltung und Rolle, Kooperativer Unterricht, Classroom-Management, Selbstevaluation, Umgang mit Störungen und Konflikten, Schulrecht, Krisen & Notfälle, Zusammenarbeit mit Eltern.

Psychologische Inhalte

Selbstwirksamkeit, Haltung und Rolle, Stressbewältigung, Erholung, Distanzierung, Resilienz, gedankliche Flexibilität, Glaubenssätze, innere Antreiber, Selbststeuerung, Emotionsregulierung, Handlungsflexibilität.

Stimmtraining

Sprechverhalten, Analyse von konkreten Sprechsituationen, Praxis der Stimmtechnik, Anatomie des Sprechapparates, Wirkung der Stimme, Rhetorik.

Kollegiale Beratung

Vernetzung, Fallbesprechung, Erfahrungsaustausch, Komfortzone, Entwicklung von Handlungsalternativen.

DER PRÄVENTIVE
GEDANKE STEHT IMMER
IM VORDERGRUND UND
BEGINNT MIT DEM
BERUFSEINTRITT.

Ziele des Präventionsprogramms

- Vorbereitung auf die vielfältigen Anforderungen am Arbeitsplatz Schule.
- Stärkung des eigenverantwortlichen Umgangs mit den eigenen Ressourcen.
- Finden und Achten der eigenen Grenzen.
- Entwicklung von Resilienz: die einwirkenden Anforderungen und Belastungen mit den eigenen persönlichen Möglichkeiten und Ressourcen in Einklang bringen.
- Systematische Reflexion und Bearbeitung der Risikofaktoren.
- Aufbau von angemessenen Coping-Strategien als personale Kompetenz im Umgang mit Stress.
- Langfristig Erhaltung und Verbesserung der Gesundheit und Lebensqualität.

