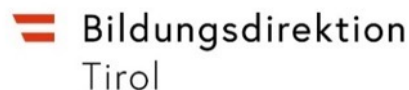




Projekt Lehrer:innen-Gesundheit: Gestärkt für den Schulalltag

Umsetzungsbeispiele, Ergebnisse & Learnings

Webinar • Marlies Kranebitter & Doris Schiestl, 13. April 2021



Wer sind wir?



Mag. Marlies Kranebitter
Projektinitiatorin



Mag. Doris Schiestl
IEGL-Moderatorin



Inhalte ➡ Überblick

Das Projekt

➡ Ausgangslage ➡ Ziele ➡ Projektpartner & -struktur

Konzept & Umsetzung

➡ Grundhaltung, Definition von Gesundheit ➡ Ablauf am Schulstandort ➡ Diagnoseinstrument IEGL
➡ Beispiele Umsetzung, Exkurs Corona ➡ Herausforderungen

Ergebnisse

➡ Externe Evaluation ➡ IEGL Auswertung Projektschulen

Learnings

➡ Die 6 Erfolgs- und Gelingensfaktoren

Das Projekt → Ausgangslage

Problematische Beanspruchungen von Lehrpersonen

- Druck durch unerledigte Aufgaben und immer neue Forderungen und Veränderungen/Reformvorhaben
- Erfordernis ständiger psychischer Präsenz (sich permanent auf verschiedenste Personen und Situationen einstellen müssen)
- eingeschränkte Erholungsmöglichkeiten in der Unterrichtszeit
- Verarbeitung negativer Emotionen (z. T. aus lang anhaltenden konfliktreichen Beziehungen)
- Mangel an Anerkennung und Wertschätzung
- Erleben unzureichender sozialer Unterstützung

Das Projekt ➡ Ziele

- Verbesserte Arbeitsbedingungen an der Schule und gestärkte persönliche Ressourcen im Umgang mit den täglichen Arbeitsbelastungen (Prävention) der Lehrer:innen
- Reduktion der konkreten Belastungen und Beanspruchungen der Beschäftigten an der Schule durch
 - ✓ gemeinsame Schussfolgerungen von Kollegien mit Hilfe von Moderator:innen
 - ✓ Umsetzung von standortspezifischen gesundheitsförderlichen Fortbildungen (SCHILF)

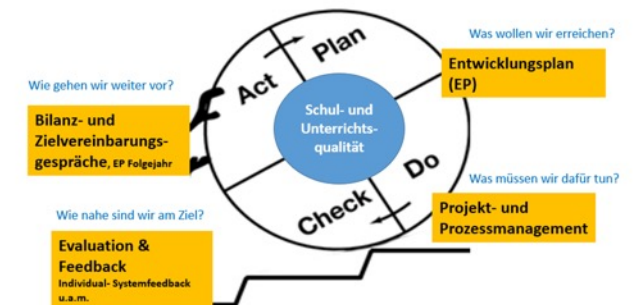
Dauer

Mai 2017 bis Feber 2021 (Weiterführung)

Anzahl Projektschulen

71 Tiroler APS

Einbettung in SQA (QMS)
Zyklus der Qualitätsentwicklung



Das Projekt ➡ Projektpartner & -struktur





WORD Cloud-Umfrage

Was glauben Sie, was hilft uns, gesund zu bleiben?



Umfrage: Was hilft uns, gesund zu bleiben?

Tatsächlicher Rang lt. Metastudien

1. **soziale Unterstützung**
2. **soziale Integration**
3. nicht rauchen
4. aufhören zu rauchen
5. wenig Alkohol trinken
6. Grippeimpfung
7. Sport
8. körperlich aktiv sein
9. kein Übergewicht
10. Medikamente
11. saubere Luft



**Entscheidender Faktor ist
die Zugehörigkeit zu sozialen Gruppen**

Quelle Social Science and Medicine,
10/216/ j.socsimed.2017.12.020, 2018
Dt. Gehirn & Geist 8/2020

Weblink: Die Heilkraft des Wir:
www.spektrum.de/artikel/1740442

Konzept & Umsetzung

➡ Grundhaltung, Definition von Gesundheit

Psychisch gesund ist ein Mensch,

- dem es im Alltag gelingt, sich engagiert und doch entspannt den Anforderungen zu stellen,
- der über eine positive Einstellung zu sich selbst und zu den eigenen Wirkungsmöglichkeiten verfügt,
- der Ziele verfolgt, in seinem Tun Sinn erfahren kann und sich sozial aufgehoben fühlt.



COPING

Psychologische Diagnostik
und Personalentwicklung



Quellen der Beanspruchung im Lehrerberuf

Rahmenbedingungen	Schulische Verhältnisse	Lehrperson selbst
Stundenverpflichtung & Arbeitszeitverteilung	Führung des Kollegiums	Pädagogische und didaktische Fähigkeiten
Personalausstattung, Rechtsform der Anstellung	Verteilung der Aufgaben	Haltungen & Einstellungen zu Arbeit und Beruf
Entlohnung	Organisation der Arbeit	Persönliche Arbeitsweise
Baulich-räumliche Ausstattung	Unterricht und außerunterrichtliche Arbeit	Psychische & physische Belastbarkeit
Finanzielle Mittel	Klima im Kollegium	Gesundheitszustand
Pensionsregelung & Möglichkeiten zur Altersteilzeit ...	Arbeit mit den Eltern ...	Familie und soziales Umfeld ...
(teilweise gesetzliche) Vorgaben	Von der Mitwirkung von Schulleitung und Kollegium abhängig	

Schlussfolgerung

Wir nehmen unsere Gesundheit selbst in die Hand.



Konzept & Umsetzung

➔ Ablauf am Schulstandort

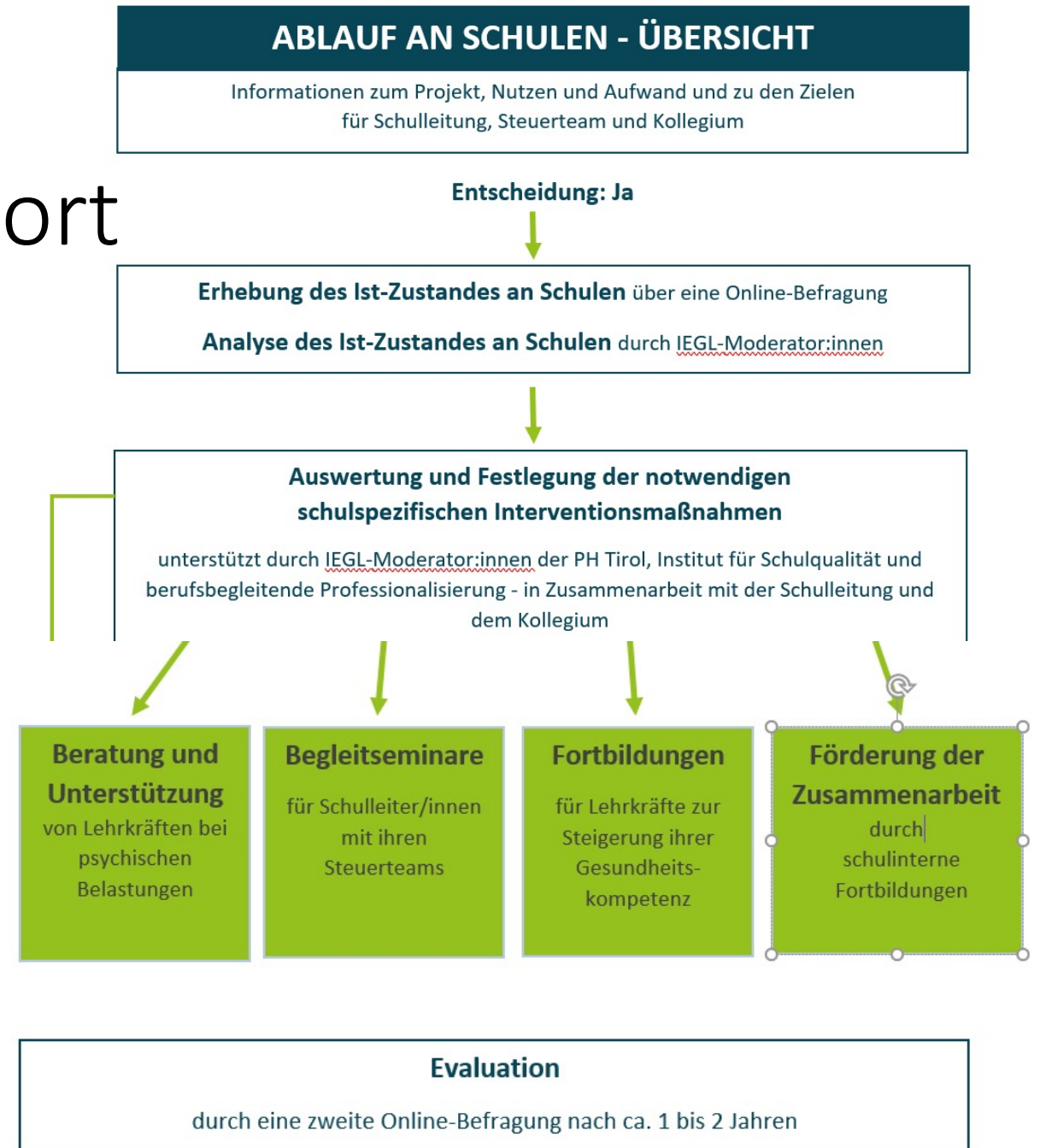


Gesund durch das Schuljahr -
Wir unterstützen Sie dabei

Konzept & Umsetzung

➔ Ablauf am Schulstandort

Fördermaßnahmen



Ablauf am Schulstandort

➡ Konkrete Schritte

1. Erstgespräch mit Schulleitung
2. Sensibilisierungsphase Kollegium durch SL & Team
3. **Pädagogische Konferenz:** Projektvorstellung und Abstimmung Kollegium
Bedingung für Teilnahme mind. 80 % Zustimmung
4. **Fragebogen zur Analyse** der Verhältnisse und der Beanspruchung
5. **Pädagogischer Tag**
Gemeinsames Erarbeiten von Gestaltungs- und Fördermaßnahmen
6. **Maßnahmenplanungs-Workshop** mit Schulleitung und Steuerteam
7. **SCHILF** - Umsetzung maßgeschneiderter gesundheitsförderlicher Angebote -
Unterstützung durch BVAEB, KUF und Land Tirol

Konzept & Umsetzung

➔ Diagnoseinstrument IEGL

Diagnose: IST-Stand-Erhebung

IEGL Inventar zur Erfassung von Gesundheitsressourcen im Lehrerberuf

Der Fragebogen



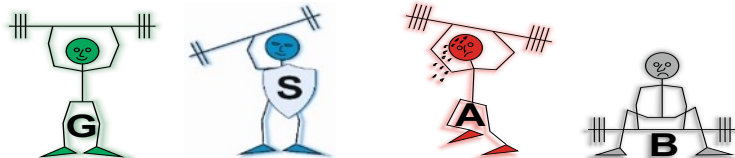
COPING

Psychologische Diagnostik
und Personalentwicklung



Analyse des Beanspruchungserlebens und der Arbeitsverhältnisse mittels IEGL

Personenbezogen			Bedingungsbezogen
AVEM	BESL	KF-S/F	ABC-L
• Engagement • Widerstandskraft • Lebensgefühl	• Psychophysische Beschwerden und Beeinträchtigungen	• Unterstützung • Transparenz • Mitgestaltung • Wertschätzung	• Arbeit mit Schülern & Eltern • Organisation & Kooperation • Äußere Arbeitsbedingungen • Schulbezogene Arbeit zu Hause
Berufliche Bewältigungsmuster	Belastungssymptome	Führungsverhalten	Faktoren, die durch Kollegium & SL selbst beeinflusst werden können
Beratung & Training			Arbeitsgestaltung



Ergebnisse IEGL

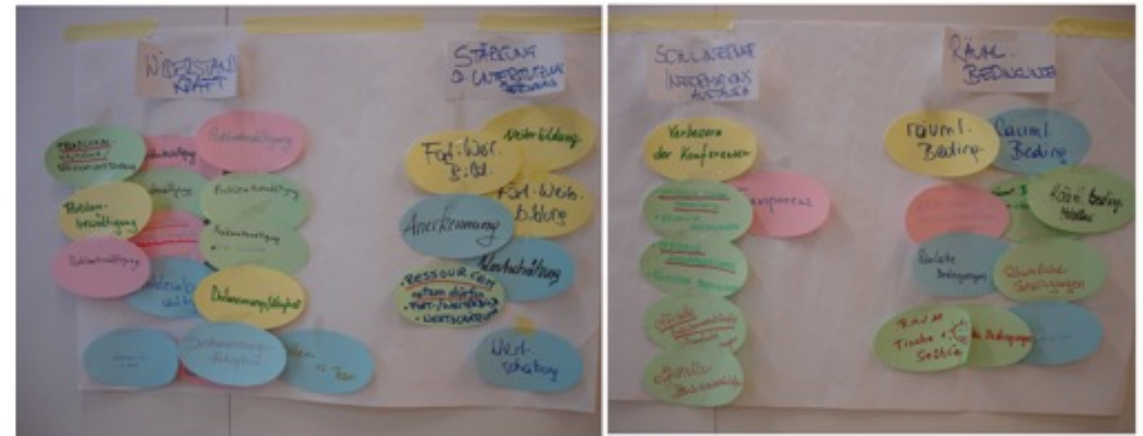
1. Jede teilnehmende Person erhält ihre **persönlichen Ergebnisse** unmittelbar nach Bearbeitung von IEGL.
2. Die Einzelergebnisse werden zu einem **Bericht für die Schule** zusammengefasst.
3. auf **Einzelne** kann im Schulbericht **nicht zurückgeschlossen** werden!
4. Die Schulleitung erhält ein **Führungsfeedback** (nur für sie zugänglich).



Konzept & Umsetzung

➔ Gestaltungs- und Fördermaßnahmen

Pädagogischer Tag



- Die Schlussfolgerungen für die **Arbeits- und Organisationsgestaltung** sind von der Leitung und dem Kollegium selbst zu erarbeiten und umzusetzen, begleitet von externen Moderator:innen

Konzept & Umsetzung

➡ Fördermaßnahmen

Maßnahmen-Workshop



Planung und Durchführung von **individuellen und schulischen gesundheitsfördernder Maßnahmen** mit externer Unterstützung durch BVAEB, KUF und Land Tirol (Freiwilligkeit, keine def. Mindestgruppengröße)



Zahlen und Daten

Schulbeteiligung

Die beteiligten Projektschulen bilden die Bildungslandschaft Tirols im Pflichtschulbereich prozentuell verteilt gut ab.

Schulform	Anzahl	Prozent	Vgl. Tirol
Volksschulen (VS)	51	72%	74%
Mittelschulen (MS)	14	20%	21%
Allgemeine Sonderschulen (ASO)	3	4%	5%
Andere Schulformen (PTS, BAfEP, BSPA)	3	4%	--
Gesamt	71	100%	

Anzahl an Maßnahmen/LV gesamt (BVAEB/Land Tirol/FGÖ/PHT)
davon gesundheitsförderliche Fortbildungen (SCHILF)

653
263



Partizipativ erarbeitete Maßnahmen Beispiele

für maßgeschneiderte Fortbildungen (SCHILF)

Alle Fortbildungen

263 LV

TOP 3

Kategorien	MS	VS	Sonstige	Gesamt
Resilienz	6	61	3	70
Führung	3	29	5	37
Kommunikation	10	23	4	37
Achtsamkeit	5	18	2	25
Bewegung*	1	23	0	24
Teamentwicklung	10	10	4	24
Entspannung	1	15	2	18
Stimmbildung	4	12	0	16
Ernährung**	0	8	1	9

Nach



Partizipativ erarbeitete Maßnahmen Beispiele

für maßgeschneiderte Fortbildungen (SCHILF)

Fortbildungen

Vgl. VS, MS

TOP 3 nach Schulform

	MS		VS
Kommunikation	10	Resilienz	61
Teamentwicklung	10	Führung	29
Resilienz	6	Kommunikation	23
Achtsamkeit	5	Bewegung*	23
Stimmbildung	4	Achtsamkeit	18
Führung	3	Entspannung	15
Bewegung*	1	Stimmbildung	12
Entspannung	1	Teamentwicklung	10
Ernährung**	0	Ernährung**	8

➡ Exkurs Corona



LEHRER:INNEN
GESUNDHEIT
TIROL



pht
PÄDAGOGISCHE
HOCHSCHULE TIROL

Ich bin dafür, dass meine Schule am Programm
„Lehrer/innen Gesundheit im Fokus: Gestärkt für den Schulalltag“
teilnimmt.

Bitte ankreuzen

☐ JA

NEIN |

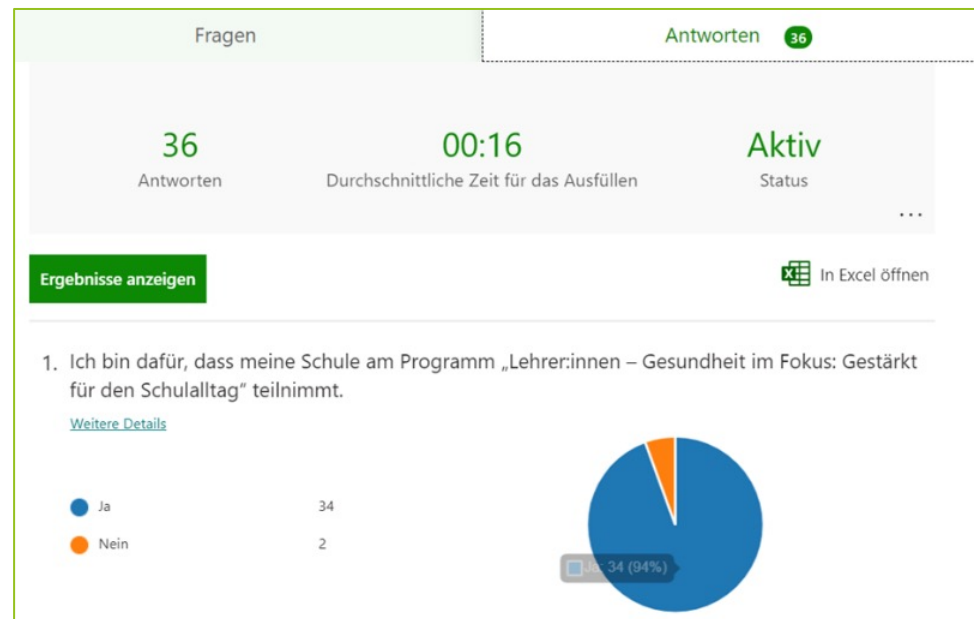
☐

VS MUSTER, 30.11.2019

Virtuelles Abstimmungsergebnis

NEU: Ergänzung im Fragebogen (IEGL 2020)

Merkmal Distance Learning/Teaching

[illegible]

➡ Exkurs Corona

Lehrveranstaltungen virtuell Darstellung nach Schulform

Maßnahmen virtuell gesamt
VS
MS
Sonstige

40
32
3
5

Virtuelle Fortbildungen
(SCHILF)
VS
MS
Sonstige

36
28
3
5

Meine innere Resilienz stärken.
Achtsames Selbstmitgefühl -
Mindful Self-Compassion (MSC)

Online-Kurs

Vortragende: Mag. Jäger Susanne und Martin Moser
8 Einheiten mit 16 Teilnehmer:innen

FIT UND ENTSPANNT IN 1 MINUTE -
Mehr Leistungsfähigkeit und Entspannung für Lehrer:innen

Online-Workshop mit Dr. Hannes Pratscher

Corona: Webinare für Projektschulen

Die Webinare sind aufgrund von Corona entstanden, weil die PH Tirol Lehrveranstaltungen, die im Rahmen des laufenden Hochschullehrgangs „Werteorientiertes Führen – Schulentwicklung, die Gesundheit fördert“ und dem Projekt „Lehrer/innen-Gesundheit: Gestärkt für den Schulalltag“ fix geplant waren, absagen bzw. verschieben musste.



Beispiele:

Menschlich führen in Krisenzeiten - Ermunterung für Schulleiter/innen

mit dem Arzt, Psychologen und Psychotherapeuten Alfred Längle

Das Gestalten von Beziehungen zu Menschen gehört zu den Kernkompetenzen von Pädagoginnen und Pädagogen und schulischen Führungskräften. Was tun, wenn das wichtigste Element – der persönliche Kontakt – wegfällt? Im Interview spricht der Psychotherapeut, Arzt und klinische Psychologe Alfred Längle mit Marlies Kranebitter, der Leiterin des



lit digitalem Stress umgehen - Dr. Markus Felder



Wo sehen Sie die größten Herausforderungen bei einer möglichen Umsetzung am eigenen Standort?





Unsere größten Herausforderungen

➡ Matching und Briefung:

passende IEGL-Moderator:innen

Referent:innen für psychosoziale Gesundheit

➡ Schulleitungen:

Diskrepanz zw. Selbst- und Fremdeinschätzung; Anonymität/Datenschutz

➡ Kollegium:

„keine Rezepte“, aus dem PHT-Programmheft (SCHILF-Katalog) für den eigenen Standort, Gewinn vom partizipativen Erarbeiten erst im Nachhinein

➡ Corona:

Ambition, keine Schule „verlieren“ - gelungen (Stillstand, Wunsch Präsenz)

Learnings

➔ In Anlehnung an die externe Evaluation

DIE 6 Erfolgs- und Gelingensfaktoren

Hohe institutionelle
systemische
Vernetzung - gleiche
Ziele der Partner

1

Schul-
entwicklerischer
Ansatz

2

Hohes Commitment
der Kollegien (80%
Zustimmungsgrenze)

3

Partizipativ
erarbeitete
Maßnahmen

4

Hilfe zur Selbsthilfe

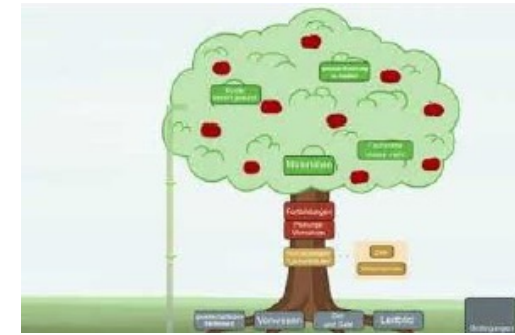
5

Hohe Transfer-
fähigkeit - Flexibilität
Freiwilligkeit

6

Ergebnisse

➔ Externe Evaluation...



www.univation.org



COPING

Psychologische Diagnostik
und Personalentwicklung

**Lehrer/innen-Gesundheit:
Gestärkt für den Schulalltag
Tirol**

(2017-2019)

Ausgewählte Ergebnissen
der Befragungen mit dem
Inventar zur Erfassung von Gesundheitsressourcen
im Lehrerberuf (IEGL)

Evaluation des Projekts „Lehrer/innen-Gesundheit im Fokus“

18. Juni 2020

Zwischenergebnisse der Evaluation - Zusammenfassung -

Stand: 03.12.2019

zuletzt bearbeitet durch: Elitza Uzunova

Folgende Zusammenfassung enthält die wichtigsten Schlussfolgerungen aus dem Zwischenbericht der Evaluation des Projekts „Lehrer/innen-Gesundheit im Fokus“. Diese sind Teil des am 19.11.2019 eingereichten Zwischenberichts und stehen im Zusammenhang mit den dort dargestellten Evaluationsergebnissen.

Zusammenfassung

Das Projekt „Lehrer/innen-Gesundheit im Fokus: Gestärkt in den Schulalltag“ wird seit 2017 an der Pädagogischen Hochschule Tirol umgesetzt. Seine Evaluation startete mit einem Auftragsklärungsworkshop am 08.02.2020. Mit dem vorliegenden Bericht wird die Evaluation nach Erfüllung aller vorgesehenen Leistungen abgeschlossen.



Damit es rund läuft ...

Unterstützende Personen



PHT –

Projektleitung: Marlies Kranebitter & Birgit Streit

Team - Silke Jank, Melanie Nogalo, Inge Leydig



BVAEB - Simone Mende, Verena Frick



COPING - Andreas Fischer



Das wünschen wir Ihnen

Wir nehmen unsere Gesundheit
selbst in die Hand!





Hinweis **bvaeb**

Einladung zum 2. Symposium

„Arbeitsplatz Schule: Gesund lehren,
gesund führen, gesund leben“

Mittwoch, 28. April 2021

14:30 - 17:30 Uhr

**Diese
Veranstaltung
findet online
statt.**

<https://web-event.at/bvaeb-symposium/symposien/tirol>