Medieninformation

Landesamt für Schule und Bildung

Ihr Ansprechpartner
Clemens Arndt

Durchwahl
Telefon +49 371 5366 505
Telefax +49 371 5366 491

clemens.arndt@
lasub.smk.sachsen.de*

04.09.2023

Pilotprojekt zur Lehrkräftegesundheit an sächsischen Schulen startet

3. Korrektur

Das Pilotprojekt zur Lehrkräftegesundheit zwischen dem Landesamt für Schule und Bildung (LaSuB) und dem "Zentrum für Lehrer:innenbildung und Schulforschung" (ZLS) der Universität Leipzig wurde beschlossen! Dieses ermöglicht kostenlose Achtsamkeitskurse in 30 sächsischen Schulen und wird begleitet durch eine wissenschaftliche Evaluation. Das Angebot umfasst einen Basiskurs (Mindful Teachers Program - MTP), um Lehrerinnen und Lehrern Grundlagen der Achtsamkeit zu vermitteln. Ergänzt wird er fakultativ mit einer Zukunftswerkstatt, die die Haltung in konkrete Themenfelder der Schule, wie Kommunikation, Gremienarbeit und Gesundheitsfürsorge integriert. Beides wird direkt in den Schulen von einem sachsenweiten Trainerinnen- und Trainerteam angeboten. Die ersten MTP-Kurse sollen bereits nach den Herbstferien 2023 starten, die Bewerbung zur Teilnahme sollte bis Mitte Oktober über das Schulportal erfolgen. Die Laufzeit des Pilotprojekts ist zunächst bis Dezember 2024 begrenzt. Die Kurse werden vom am ZLS angesiedelten Projekt »Achtsamkeit in der Bildung und Hoch-/Schulkultur« (ABiK) durchgeführt.

»Wir sind sehr erfreut, dass diese Kooperation zustande gekommen ist,« äußert sich der Gesundheitsmanager der Stabsstelle für Arbeitsschutz und Gesundheitsmanagement des LaSuB, Sebastian Siegert. »Nachdem bereits einzelne Schulen die MTP-Kurse im Rahmen der Betrieblichen Gesundheitsförderung eigenständig organisiert und durchgeführt haben und wir positive Rückmeldungen dazu erhalten hatten, wollten wir dies für weitere Schulen anbieten und wissenschaftlich begleiten lassen. Mit dem Pilotprojekt haben wir nun die Möglichkeit die Kurse an weiteren 30 Schulen durchführen und evaluieren zu lassen.«

Den Teilnehmerinnen und Teilnehmern werden im MTP-Basiskurs meditative Übungen vermittelt, die einen heilsamen Umgang mit

Hausanschrift:
Landesamt für Schule und Bildung
Reichenhainer Str. 29 a
09126 Chemnitz

https://
www.lasub.smk.sachsen.de

* Kein Zugang für verschlüsselte elektronische Dokumente. Zugang für qualifiziert elektronisch signierte Dokumente nur unter den auf www.lsf.sachsen.de/eSignatur.html vermerkten Voraussetzungen.

persönlichen Stressoren und globalen Krisensituationen etablieren sollen. Der Kurs fördert die Wahrnehmung der eigenen psychologischen Haltungs- und Handlungsmuster. Dies ermöglicht die konkrete Auseinandersetzung mit eigenen Strukturen und Verhaltensweisen.

Das trägt einerseits zur Entwicklung der grundlegenden Ressourcen des Lehrberufs, wie Reflexionsfähigkeit, Empathie, Authentizität, Humor, Stressresilienz und Impulsdistanz bei und kann andererseits zu einem bewussteren Verhalten sowohl mit den eigenen Ressourcen (»Stressbewältigung«) als auch der Umwelt gegenüber führen.

»Lehrerinnen und Lehrer prägen die Schulkultur, so haben die bereits an vier Schulen durchgeführten Kurse insbesondere die Atmosphäre im Kollegium grundlegend verändert«, ergänzt Susanne Krämer, Leiterin des ABiK-Projekts.

Im Anschluss des MTP-Kurses kann im nächsten Schritt das Teaching Mindfulness Program (TMP) besucht werden. Dieser Aufbaukurs wird in der Lehrkräftefortbildung angeboten und vermittelt Übungen, Struktur und Gelingensbedingungen, um Achtsamkeit schulform- und altersangemessen an Schülerinnen und Schüler weiterzuvermitteln.

Der Direktor des ZLS, Alexander Biedermann, ist ebenfalls erfreut über die Kooperation mit dem Landesamt für Schule und Bildung und bekräftigt: »Es ist unsere Aufgabe, Lehrerinnen und Lehrer für eine lebenslange Berufstätigkeit zu befähigen. Der kompetente Umgang mit Komplexität, Ambiguität und Stress ist dabei eine Schlüsselqualität, die sicherlich von persönlichen Dispositionen abhängt, aber eben auch ein Stück weit trainiert werden kann. Die MTP-Kurse stellen hierfür ein wirkungsvolles Instrument dar und sind allen Kolleginnen und Kollegen an Schulen zu empfehlen."

Weitere Informationen zum Angebot und zur Anmeldung erhalten Sie über unsere Webseite.

Links:
ZLB der Universität Leipzig