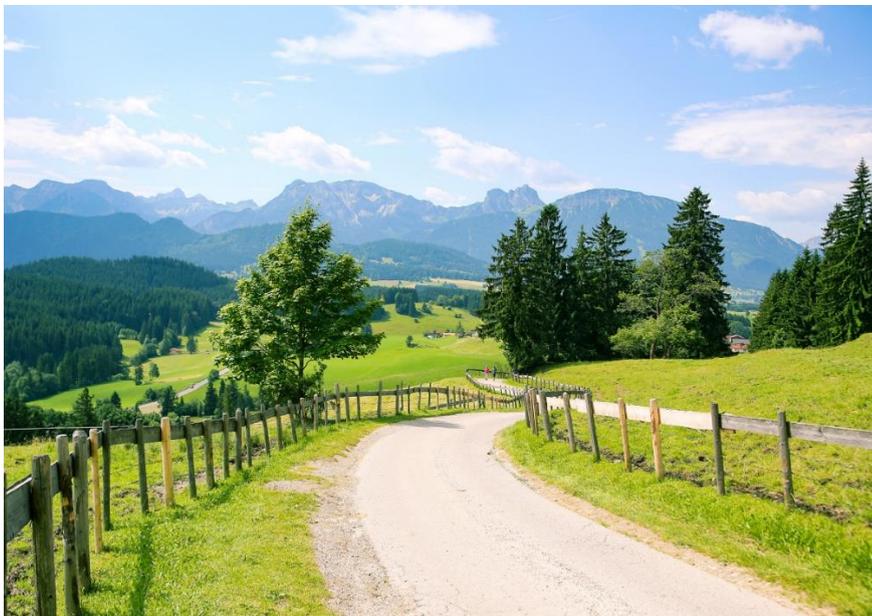




STÄRKEN ERKENNEN – STÄRKEN ENTWICKELN

Das Gesamtprogramm für Sie!



Liebe Kolleginnen und Kollegen, liebe Schulleiter/-innen,

wir freuen uns, Ihnen hier das Gesamtprogramm der Lehrergesundheitswoche im Schulberatungsbezirk Oberbayern-Ost vorstellen zu können.

Die Aktionswoche bietet Ihnen die Möglichkeit, unverbindlich die verschiedenen Angebote des Lehrergesundheitsteams kennenzulernen: Supervision, Coaching, Kollegiale Fallberatung (KFB) und gezielte Präventions-

kurse. Es gibt Angebote, die sich an alle Lehrerinnen, Lehrer sowie schulische Führungspersonen richten, und solche, die auf spezielle Zielgruppen zugeschnitten sind.

Wir würden uns sehr freuen, wenn Sie Interesse für eines oder mehrere Angebote haben und sich anmelden.

Mit herzlichen Grüßen

Alexander Geist

Regionalbeauftragter für Lehrergesundheit, Staatlicher Schulpsychologe, Supervisor (BDP) / Coach

Hinweise
und Kontakt-
daten S. 2

Angebote in
den Lkr. FS,
ED und EBE S. 3

Angebote in
den Lkr. MÜ
und AÖ S. 4

Angebote in
den Lkr. MB
und RO S. 5

Angebote in
den Lkr. TS
und BGL S. 6

Informationen zu den
Angeboten
des Lehrergesund-
heitsteams S. 7
u. 8

genauere Beschreibung, Anmeldung	☛	in FIBS (dort auch Informationen über den/die Referenten/-in bzw. Leiter/-in und genaue Angabe des Veranstaltungsortes mit Adresse)
in FIBS finden	☛	Veranstaltungsnummer im FIBS-Suchfeld eingeben, dann sind Sie direkt bei der Ausschreibung
Anerkennung als Fortbildung	☛	Alle Angebote können als Fortbildung anerkannt werden. Bei der Anmeldung über FIBS besteht auch Dienstreiseunfallschutz und die Fahrtkosten werden erstattet.
Anmeldung ohne FIBS	☛	Falls Sie nicht wollen, dass Vorgesetzte von Ihrer Anmeldung wissen, kontaktieren Sie bitte direkt den Leiter / die Leiterin des Angebots (sh. FIBS-Ausschreibung). Die Teilnahme ist auf diesem Weg möglich. Aber: Es besteht dann kein Dienstreiseunfallschutz, und Reisekosten können nicht erstattet werden.
freie Wahl	☛	Sie sind bei Ihrer Wahl nicht an den Landkreis oder die Region gebunden, in der Ihre Schule liegt. (Ausnahme: die wenigen Angebote, in denen die Zielgruppe örtlich eingegrenzt ist)
Für alle Angebote gilt:	☛	<ul style="list-style-type: none"> • kostenfrei • strikt vertraulich • geleitet von Schulpsychologen/-innen oder Beratungslehrkräften mit umfassenden Zusatzqualifikationen

Kontakt	Alexander Geist Regionalbeauftragter für Lehrergesundheit Schulberatungsstelle Oberbayern-Ost Beetzstr. 4 – 81679 München Tel.: 089 / 98 29 55 110 oder 111 Mail: a.geist@sboost.de oder lehrergesundheit@sboost.de	Wenden Sie sich an Herrn Geist, wenn Sie z.B. eine Supervisions- oder KFB-Gruppe suchen oder initiieren wollen, an Ihrer Schule eine Fortbildungsveranstaltung oder Teamcoachingmaßnahme durchführen möchten.
Homepage	www.schulberatung.bayern.de → Schulberatungsstelle Oberbayern-Ost → Ansprechpartner → Lehrergesundheit <i>Hinweis: Die Listen der Teammitglieder und der Veranstaltungen können aus organisatorischen Gründen erst bis Anfang Dezember 2024 aktualisiert werden.</i> https://www.km.bayern.de/ministerium/institutionen/schulberatung/beratungsanlaesse/lehrergesundheit.html	mit Listen der Teammitglieder (gegliedert nach Landkreisen) weitere Informationen, z.B. Erklärungen der Formate Supervision, Kollegiale Fallberatung usw.

Region Nordwest: Landkreise Freising, Erding, Ebersberg

Titel	Termin	Zielgruppe	Veranstaltungsort	FIBS-Nummer
Landkreis Freising				
Kollegiale Fallberatung als Baustein für mehr Zufriedenheit im Beruf kennenlernen	11.11.2024, 14:30-16:30	alle	Neufahrn	A450-0/24/LG24/25-NW-LWKF-006
Herausfordernde Situationen des schulischen Alltags reflektieren und meistern (Supervision kennenlernen)	14.11.2024, 14:30-16:30	alle	Zolling	A450-0/24/LG24/25-NW-LWSU-019
Schnupperkurs AGIL (Arbeit und Gesundheit im Lehrerberuf) - ein Gruppenprogramm zur Stressprävention und Gesundheitsförderung	18.11.2024, 14:00-16:00	alle (im Lkr. Freising)	Freising	A450-0/24/LG24/25-NW-LWAG-022
Landkreis Erding				
Zentralveranstaltung für den Lkr. Erding: Neue Impulse für den Schulalltag! Stärkung durch Kollegiale Fallberatung	15.11.2024, 11:30-13:00	alle	Erding	A450-0/24/LG24/25-NW-LWKF-020
Landkreis Ebersberg				
Schnppersupervision für Lehrkräfte im Landschulheim Elkofen im Rahmen der Lehrgesundheitswoche	04.11.2024, 14:00-16:30	alle	Gra-fing	A450-0/24/LG24/25-NW-LWSU-023
Kollegiale Fallberatung - Professioneller Umgang mit Störungen im Unterricht	13.11.2024, 13:30-16:30	alle	Markt Schwaben	A450-0/24/LG24/25-NW-LWKF-010
„Kennenlernen von Lehrgesundheitsangeboten vor Ort im Landkreis Ebersberg.“	14.11.2024, 14:15-16:00	alle	Vaterstetten	A450-0/24/LG24/25-NW-LWAFO-003

Region Nordost: Landkreise Mühldorf und Altötting

Titel	Termin	Zielgruppe	Veranstaltungsort	FIBS-Nummer
Landkreis Mühldorf				
Einzel Supervision ausprobieren – Eine Stunde für mich!	11.11.2024, 00:00:00:00	alle	Haag i. Obb.	A450-0/24/LG24/25-NO-LWSU-001
Einzel Supervision ausprobieren – Eine Stunde für mich!	11.11.2024, 00:00-00:00	alle	Mühldorf	A450-0/24/LG24/25-NO-LWSU-002
„Schnupperkurs AGIL – Durch mehr Achtsamkeit weg vom Stress“	13.11.2024, 14:30-16:30	alle	Waldkraiburg	A450-0/24/LG24/25-NO-LWAF0-013
Kollegiale Fallberatung – Schnuppernachmittag im Rahmen der Lehrgesundheitswoche	14.11.2024, 14:00-16:00	alle	Waldkraiburg	A450-0/24/LG24/25-NO-LWKF-015
Supervision als eine Möglichkeit der Entlastung im Umgang mit schulischen Herausforderungen	14.11.2024, 14:30-17:00	alle	Mühldorf	A450-0/24/LG24/25-NO-LWSU-018
Landkreis Altötting				
Was kann ich tun? Wie machen es die anderen? Wo bekomme ich Impulse? Kollegiale Fallberatung als Möglichkeit sich konstruktiv über herausfordernde Situationen im Schulalltag auszutauschen.	13.11.2024, 14:30-16:30	alle	Neuötting	A450-0/24/LG24/25-NO-LWKF-014
Viel zu tun und trotzdem mit Freude Lehrkraft sein – Jetzt Sorge ich für mich! Ich mache AGIL!	14.11.2024, 14:30-16:30	alle	Neuötting	A450-0/24/LG24/25-NO-LWAG-017

Region Südwest: Landkreise Miesbach und Rosenheim

Titel	Termin	Zielgruppe	Veranstaltungsort	FIBS-Nummer
Landkreis Miesbach				
Zentralveranstaltung für den Lkr. Miesbach: Arbeit und Gesundheit im Lehrerberuf – Einführung und kurze Vorstellung des AGIL Programms, der Kollegialen Fallberatung und der Supervision als Bausteine der Lehrgesundheit	13.11.2024, 14:00-16:30	alle	Gmund am Tegernsee	A450-0/24/LG24/25-SW-AG-012
Landkreis Rosenheim				
„Zwischen den Stühlen!“ - Coaching für Konrektorinnen/-innen der Förderschulen im Einzugsbereich Obb.-Süd-Ost – feststehender Teilnehmerkreis/einzelne freie Plätze	12.11.2024, 10:00-12:30	Konrektorinnen/-innen Förderschulen	Rott am Inn	A450-0/24/LG24/25-SW-LWCO-007
Lehrgesundheitswoche RO: „Gesund durchs Schuljahr“, Ein Schnupper-Angebot für Lehrer im Rahmen der Lehrgesundheitswoche Rosenheim	12.11.2024, 14:30-17:00	alle	Stephanskirchen	A450-0/24/LG24/25-SW-LGKF-009
Wir nutzen unsere Schwarmintelligenz! Kollegiale Fallberatung – Austausch über herausfordernde Situationen im Schulalltag	13.11.2024, 14:00-16:30	alle	Stephanskirche	A450-0/24/LG24/25-SW-LWKF-012
Lehrgesundheitswoche RO: „Und wer schaut auf mich?“, Ein Coaching-Angebot für (stellvertr.) Schulleitungen im Rahmen der Lehrgesundheitswoche Rosenheim	15.11.2024, 14:00-16:00	alle	Rott am Inn	A450-0/24/LG24/25-SW-LWCO-021

Region Südost: Landkreise Traunstein und Berchtesgadener Land

Titel	Termin	Zielgruppe	Veranstaltungsort	FIBS-Nummer
Landkreis Traunstein				
Coaching für Schulleitungen GSMS ***geschlossener Teilnehmerkreis***	07.11.2024, 14:00-16:00	alle	Traunstein	A450-0/24/LG24/25-SO-LWCO-024
Supervision für Supervisor:innen	08.11.2024, 09:00-12:00	alle	Siegsdorf	A450-0/24/LG24/25-SO-LWSU-025
Herausfordernde Elterngespräche meistern	11.11.2024, 14:00-16:00	alle	Traunstein	A450-0/24/LG24/25-SO-LWAFO-005
Kollegiale Fallberatung - Wie geht das?	12.11.2024, 11:00-13:15	alle	Traunstein	A450-0/24/LG24/25-SO-LWKF-008
Kollegiale Fallberatung (KFB) „Schnupperkurs“ – ein Angebot für die Realschulen in Traunstein, Marquartstein und Traunreut ***nur für Lehrkräfte der Realschulen in Traunstein, Marquartstein und Traunreut***	13.11.2024, 13:45-15:15	Lehrkräfte der Realschulen Traunstein, Marquartstein und Traunreut	Traunstein	A450-0/24/LG24/25-SO-LWKF-011
Kollegiale Fallberatung – Kennenlernen und Ausprobieren einer Methode	13.11.2024, 11:00-13:00	alle	Traunstein	A450-0/24/LG24/25-SO-KF-030
Landkreis Berchtesgadener Land				
Kollegiale Fallberatung (KFB) „Schnupperkurs“ – ein Angebot für die Realschulen in Freilassing und Bad Reichenhall	11.11.2024, 13:45-15:15	Lehrkräfte der Realschulen in Freilassing und Bad Reichenhall	Freilassing	A450-0/24/LG24/25-SW-LWKF-004
"Super Durchblick? - Super Vision! - Supervision für alle (mit wenig Theorie und viel Praxis)"	14.11.2024, 14:00-16:30	alle	Bad Reichenhall	A450-0/24/LG24/25-SO-LWSU-016

Beschreibung der Angebote des Lehrer*innen-Gesundheitsteams

Kollegiale Fallberatung für Lehrkräfte

Kollegiale Fallberatung

- ist ein Angebot für alle Lehrkräfte,
- erfolgt in der Regel in festen Gruppen zu regelmäßigen Terminen und
- in vertrauter Zusammensetzung.

Kolleginnen und Kollegen erörtern in diesem systematischen Gruppenverfahren gemeinsam anhand einer vorgegebenen Gesprächsstruktur **konkrete berufliche Fragen und Situationen aus der schulschen Praxis**. Häufig wird dabei ein thematischer Fokus auf das Unterrichtsgeschehen und die Klassenführung gelegt.

Durch das Einbringen vielfältiger Erfahrungen und die gemeinsame Reflexion können auf effektive Weise neue und lösungsorientierte **Perspektiven und Handlungsmöglichkeiten für alltägliche und aktuell herausfordernde schulische Situationen** entwickelt werden.

Zur Moderation kollegialer Fallberatungsgespräche **an Ihrer Schule** können an allen Staatlichen Schulberatungsstellen erfahrene Beratungslehrkräfte sowie Schulpsychologinnen und Schulpsychologen mit einer speziellen Qualifikation in kollegialer Fallberatung angefragt werden.

Da alle Beteiligten zur Verschwiegenheit verpflichtet sind, verbleiben sämtliche Gesprächsinhalte und -ergebnisse innerhalb der Fallberatungsgruppe.

Kollegiale Fallberatungsgruppen

- können **an Ihrer Schule** eingerichtet werden sowie
- schulübergreifend für Kolleginnen und Kollegen von **Nachbarschulen** geöffnet werden und
- bestehen auch zusätzlich an den **Staatlichen Schulberatungsstellen**.



Supervision für Lehrkräfte und schulische Führungskräfte



Supervision ist eine lösungsorientierte Beratungsform zur **Reflexion des beruflichen Alltags**.

Anliegen, Fragestellungen und Erfahrungen können in **Einzel-supervision oder Supervisionsgruppen** für

- Teams von Lehrkräften oder Funktionsträgern,
 - gemischte Gruppen von Lehrkräften gleicher oder verschiedener Schularten sowie
 - Schulleitungsteams
- eingebraucht werden. **Konkrete, aktuelle Situationen** werden aus verschiedenen Perspektiven betrachtet, wobei Variablen wie beispielsweise persönliche Anteile oder die gegebenen Rahmenbedingungen einbezogen werden.

Durch den kreativen Dialog aller Beteiligten unter der Leitung einer Supervisorin oder eines Supervisors werden **Ressourcen aktiviert, Handlungsmöglichkeiten und Sichtweisen erweitert und neue Optionen im Umgang mit beruflichen Herausforderungen** entwickelt.

Supervision ist ein besonders gut geeignetes Instrument zur **Professionalisierung von Lehrkräften** sowie Stellvertreterinnen/Konrektorinnen und Stellvertretern/Konrektoren bzw. Mitgliedern von Schulleitungen mit förderlichen Effekten bei der **Klärung von Aufgaben und Rollen im System Schule sowie der Stärkung der jeweils spezifischen beruflichen Kompetenzen**.

Für Supervision stehen an den Staatlichen Schulberatungsstellen erfahrene Schulpsychologinnen und Schulpsychologen sowie Beratungslehrkräfte mit einer zertifizierten Qualifikation zur Supervisorin oder zum Supervisor bereit.

Coaching für Schulleiterinnen und Schulleiter

Coaching ist eine spezielle lösungsorientierte Form der Supervision für Schulleiterinnen und Schulleiter.

Im **Einzelgespräch** oder im Gespräch in **kleinen Gruppen** mit einem Coach werden Rollenerwartungen, Rollenanforderungen und Führungskonzepte, aber auch konkrete persönliche Fragestellungen aus dem Alltag der Führungskräfte thematisiert – mit der Zielsetzung, die **Identitätsbildung auf Führungsebene** voranzubringen, **eigene Kompetenzen auszubauen**, **Handlungsmöglichkeiten zu erweitern** und damit die **Berufszufriedenheit zu steigern**.

Coaching ist ein besonders gut geeignetes Instrument zur fortlaufenden **Professionalisierung von Schulleiterinnen und Schulleitern**. Rückmeldungen zeigen förderliche Effekte bei der Klärung von Aufgaben und Rollen sowie der **Stärkung der Moderations-, Gesprächsführungs-, Entscheidungs- und Führungskompetenz** sowie die **Förderung von Ressourcen**.

Die Akademie für Lehrerfortbildung und Personalführung (ALP) Dillingen integriert Coaching bereits in die Modul B-Lehrgänge der Schulleiterausbildung. Damit können Teilnehmerinnen und Teilnehmer frühzeitig Erfahrungen mit dem Coaching-Angebot der Staatlichen Schulberatungsstellen machen und mögliche Ansprechpartner persönlich kennenlernen.

Für Coaching stehen den Schulleiterinnen und Schulleitern an den Staatlichen Schulberatungsstellen besonders erfahrene Schulpsychologinnen und Schulpsychologen sowie Beratungslehrkräfte – jeweils mit einer Qualifizierung zum Coach – zur Verfügung.



Fortbildungsangebote für Lehrkräfte, für schulische Führungskräfte und Schulleitungen

Von den Staatlichen Schulberatungsstellen werden im Bereich Lehrer*gesundheits auch regelmäßig Fortbildungen zu verschiedensten Themen angeboten wie z. B.:



- **Zeit- und Selbstmanagement**
- **Gesprächsführung**
- **Stärkung der Lehrerpersönlichkeit**
- **Klassenführung**
- **Stressmanagement**
- **Burnout-Prophylaxe**
- **gesundheitsförderlicher Umgang mit Konflikten und beruflichen Belastungen**
- **Ausbau der Führungskompetenzen**
- **Teambildung in der erweiterten Schulleitung**

Darüber hinaus kombiniert das Präventionsprogramm **AGIL (Arbeit und Gesundheit im Lehrberuf)** mehrere Fortbildungsbausteine und zielt insbesondere auf die Erkennung und Entschärfung von Stressoren und auf eine **Steigerung der Selbstwirksamkeit** sowie die **Entwicklung von Entlastungs- und Erholungsmöglichkeiten** ab.

Individuelle Beratung

Die Mitglieder der *Teams Lehrergesundheit* der Staatlichen Schulberatungsstellen bieten auch individuelle Beratung an. Mögliche Anlässe hierfür können beispielsweise Fragen zur Orientierung und Unterstützung im beruflichen Handeln, in einer beruflichen Krise, bei besonderen Belastungen oder bereits bestehenden Anzeichen eines Überforderungssyndroms, nach einer Krankheit oder im Rahmen einer Wiedereingliederung sein.

