

Konzept zur  
**Lehrer\*innengesundheit**  
am  
Gymnasium Neue Sandkaul

Fachlehrerin:  
Constanze Leipold

Stand:  
Februar 2023

## Inhaltsverzeichnis

- 1. Gesetzliche Grundlage**
- 2. *Schulische Bedingungen und Ausstattung schulische Rahmenbedingungen zur Gesundheitsförderung***
- 3. Schulische Gesundheitsförderung als Organisationsentwicklung**
  - 3.1 Bedarf
  - 3.2 Fortbildung für die Lehrkräfte
  - 3.3 Maßnahmen zur individuelle Anwendung
  - 3.4 Gemeinsame schulinterne Strukturen zur Lehrergesundheit
- 4. Evaluation der Pädagogischen Tage**
- 5. Zusammenfassung**

### **1. Gesetzliche Grundlage**

Grundlage für das folgende Konzept ist das Schulgesetz für das Land Nordrhein-Westfalen (Schulgesetz NRW-SchulG) und die Empfehlung zur Gesundheitsförderung und Prävention in der Schule vom 15.11.2012 der Kultusminister der Länder in der Bundesrepublik Deutschland.

Grundsätzliche Vorgaben für die Schulen zur Lehrer\*innengesundheit:

Die Schulleiterinnen und Schulleiter tragen die Verantwortung für den Arbeits- und Gesundheitsschutz der Lehrerinnen und Lehrer gemäß § 59 Abs. 8 SchulG: „Die

Schulleiterin oder der Schulleiter ist für die Unfallverhütung, sowie eine wirksame Erste Hilfe und für den Arbeit- und Gesundheitsschutz verantwortlich“.

Gesundheit wird seit der Verabschiedung der „Jakarta Erklärung zur Gesundheitsförderung für das 21. Jahrhundert“ vom 25. Juli 1997 (Weltgesundheitsorganisation/WHO) als ein grundlegendes Menschenrecht verstanden. Gesundheitsförderung wird als lebenslanger Prozess und unverzichtbares Element einer nachhaltigen Schulentwicklung verstanden.

Als Teil der Unterrichtsentwicklung sind vor allem Lehrer\*innen und das sonstige Schulpersonal zur Schaffung guter Lernbedingungen und in der Entwicklung der Qualität der Unterrichtsarbeit verpflichtet.

Schwerbehinderte Lehrkräfte erhalten bei Vorlage des Schwerbehindertenausweises gemäß § 2 Absatz 3 Satz 2 der Verordnung zur Ausführung des § 93 Absatz 2 Schulgesetz Nordrhein-Westfalen (BASS 11-11 Nr. 1) eine Regelermäßigung der wöchentlichen Pflichtstunden.

Die Regelungen für schwangere Lehrerinnen werden laut Gesetz zum Schutz der erwerbstätigen Mutter - kurz: Mutter- schutzgesetz (MuSchG),

Freistellungs- und Urlaubsverordnung Nordrhein-Westfalen (FrUrIV NRW) und die Verordnung zum Schutze der Mütter am Arbeitsplatz (MuSchArbV), die sowohl für tarifbeschäftigte als auch – in weiten Teilen (siehe § 3 Absatz 3 FrUrIV NRW) – für beamtete Lehrerinnen gilt. Diese Verordnung ist auch bekannt unter dem Titel "Mutterschutzrichtlinienverordnung" (MuSchRiV).

Eine Sicherheitbelehrung erfolgt für Fachkolleg\*innen regelmäßig einmal im Halbjahr, sowie die Aufklärung zum Erstellen einer Gefährdungsbeurteilung.

## **2. Schulische Bedingungen und Ausstattung**

Da Gesundheit nicht ausschließlich als eine durch die Vermeidung von Risiken erreichbare Abwesenheiten von Krankheit, sondern auch durch ein möglichst hohes Maß an psychischen, physischen und sozialem Wohlbefinden charakterisiert ist, sind für die gesundheitliche Entwicklung nicht nur die Risikofaktoren, sondern auch Schutzfaktoren von Bedeutung.

Durch das Lehrer\*innenraumkonzept besteht die Möglichkeit, sich in Freistunden zum Arbeiten in eine ruhigere Umgebung zurückzuziehen. Des Weiteren ist durch den Ausbau

des Gebäudes A ein Ruheraum für Lehrer\*innen geplant, der ebenfalls als Rückzugsort dient.

### **3. Schulische Gesundheitsförderung als Organisationsentwicklung**

Denk- und Verhaltensmuster der verfügbaren Ressourcen für menschliches Handeln werden von Organisationen beeinflusst. Damit sind sie ein wichtiger Faktor für die Gesundheitsförderung. Methoden der gesundheitsförderlichen Organisationsentwicklung zielen darauf ab, Gesundheit als Kriterium in Entscheidungsprozessen von Organisationen zu verankern. Strukturen, die Kultur sowie das Kommunikations- und Kooperationsverhalten sollen durch einen geplanten und methodisch kontrollierten Wandel verändert werden, sodass sich die Arbeitsbedingungen humanisieren und die Leistungsfähigkeit und das Wohlbefinden der Arbeitenden steigt.

Die (Unterrichts-) Qualität der Lehrerinnen und Lehrer ist der wichtigste Erfolgsfaktor vom Bildungssystem. Zur Sicherung dieser Qualität ist demnach die Gesundheit der Lehrkräfte von großer Bedeutung.

#### **3.1 Bedarf**

Durch die Evaluation der COPSOC-Studie wurde festgestellt, dass der Wunsch und der Bedarf im Kollegium besteht, sich verstärkt mit der Lehrer\*innengesundheit auseinanderzusetzen. Des Weiteren wurde dieser Wunsch durch Rückmeldungen an Teamtage und Pädagogischen Tagen durch Kolleg\*innen.

#### **3.2 Fortbildung für die Lehrkräfte**

Der gesellschaftliche und berufliche Alltag hat sich in den letzten Jahren durch erhöhtes Tempo, gestiegene Anforderungen und vielfältige Reize stark verändert.

Zum gesunden Umgang mit den täglichen Herausforderungen können sich Lehrer\*innen je nach Bedarf individuell fortbilden. Das Thema „Lehrergesundheit“ wird auch regelmäßig an Pädagogischen Tagen für das ganze Kollegium in den Fokus gestellt.

Im Schuljahr 2020/2021 wurde das Thema „Stimmbildung“ thematisiert, bei dem Atemübungen und Stimmtraining im Mittelpunkt standen.

Im Schuljahr 2021/2022 fand in diesem Zusammenhang ein Tag statt, an dem in einem Modul die „Vermeidung von Stress“ im Mittelpunkt stand, sowie ein Modul zum Thema „Gesunde Ernährung“. Des Weiteren konnten die Kolleg\*Innen auf freiwilliger Basis an

einem Gesundheitscheck in der Praxis „PhysioPlus Sports“ teilnehmen. Im Mittelpunkt stand dabei der Dr. Wolff Bach-Check, sowie eine Bioimpedanzanalyse. Beides wurde in einem nachträglichen Auswertungsbogen analysiert und ein geeigneter Trainingsplan erstellt, um das ggf. bestehende muskuläre Ungleichgewicht auszugleichen.

Weitere mögliche Schwerpunkte für die kommenden Pädagogische Tage zur Lehrer\*innengesundheit könnten folgenden sein:

- Psychoedukation zum Thema Stress und Stresserleben
- Ressourcenorientierter Umgang mit Stress
- Systematisches Belastungsmanagement
- Burn-Out-Prophylaxe
- Achtsamkeitsübungen sowie Entlastungsstrategien
- Rückengesundheit (Kooperation mit Physio Plus)
- Stimmtraining
- Achtsamkeit und Selbstfürsorge
- Wertschätzende Kommunikation mit Kollegen
- Resilienz

### 3.3 Maßnahmen zur individuelle Anwendung

Zur Erhaltung und Förderung der individuellen Lehrergesundheit erlernen die Lehrkräfte Strategien und Maßnahmen zur individuellen Anwendung:

- Selbstmanagement
- Selbstcoaching
- Atmungs- und Entspannungsübungen.

### 3.4 Gemeinsame schulinterne Strukturen zur Lehrergesundheit

Der kollegiale Umgang bzw. das Miteinander am Arbeitsplatz Schule steht im Mittelpunkt. Hierbei können Entlastungspotentiale gewonnen werden, indem Regeln einer wertschätzenden Kommunikation konstituiert werden, Maßnahmen zur Teamentwicklung durchgeführt werden und lösungsorientierte Strategien für Situationen, die für Lehrkräfte eine Belastung darstellen, Anwendung finden. Auch eine gemeinsame aktive Gestaltung von Schulstrukturen, wie z.B. Einrichtung eines gemeinsamen Lehrerzimmers und eine

regelmäßige (Selbst-) Evaluation durchgeführter Projekte zum Thema Lehrergesundheit tragen zu einer erfolgreichen Förderung des Lehrerklimas bei.

Einmal im Monat findet auf freiwilliger Basis in der Turnhalle oder im Freien Lehrer\*innensport statt.

In allen Fächern wird parallel gearbeitet, was eine Arbeitsentlastung für jeden Kollegen und jede Kollegin während des Schuljahres darstellt und wodurch Vertretungsunterricht fachfremd sehr gut durchgeführt werden kann.

Die Unterrichtsverteilung und die Stundenpläne werden so erstellt, dass die Arbeitsbelastung ausgewogen ist. Ein weiteres Augenmerk liegt auf der Gerechtigkeit zwischen Teilzeit- und Vollzeitkräften. Hier wird ebenfalls auf eine ausgeglichene Belastung geachtet.

Durch die Teamtage wird eine gute und regelmäßige Kommunikation zwischen einzelnen Kolleg\*innen und Fachgruppen gewährleistet. Der gemeinsame Austausch ermöglicht eine effektive Zusammenarbeit und zielführende Ergebnisse.

Einmal im Jahr findet ein Lehrerausflug statt, welcher von wechselnden Fachgruppen organisiert wird. Die Gemeinschaft wird so gestärkt und das Miteinander gefördert. Des Weiteren finden in diesem Zusammenhang vor allen Ferien - auf freiwilligen Basis - gemeinsame Abendessen statt.

Die Schulleitung steht für Gespräche jederzeit zur Verfügung und berät und unterstützt bei Problemen oder Fragen.

Des Weiteren kann auch der Schulpsychologische Dienst jederzeit zur Beratung oder Fortbildung herangezogen werden.

#### **4. Evaluation der Pädagogischen Tage**

Eine Rückmeldung durch die Kolleg\*innen zum Pädagogischen Tag ist bereits erfolgt und wird in den folgenden Planungen angepasst. Es erfolgen weitere Umfragen zu möglichen Wünschen der Kolleg\*innen, die als mögliche Schwerpunkte zu den kommenden Fortbildungen umgesetzt werden.

#### **5. Zusammenfassung**

Die Lehrer\*innengesundheit hat am Gymnasium Neue Sandkaul eine wichtige Rolle und hohen Stellenwert. Die Schulleitung ist sehr darauf bedacht, dem Kollegium eine sichere und gute Arbeitsumgebung zu schaffen.