

Lehrkräfte sind mit einer Vielzahl an Herausforderungen konfrontiert: volle Stundenpläne, schwierige Elterngespräche, große und heterogene Klassen sowie der Spagat zwischen Stoffvermittlung laut Lehrplan und individueller Förderung. Diese sicherlich nicht erschöpfende Liste zeigt, wie wichtig hilfreiche Strategien im Umgang mit Belastungen für das kurz- sowie langfristige Wohlbefinden und die Aufrechterhaltung der Arbeitsfähigkeit im Lehrberuf sind.

Das Präventions- und Interventionsprogramm „Arbeit und Gesundheit im Lehrerberuf“ (AGIL) ist ein wissenschaftlich fundiertes Training, das genau darauf abzielt: die Teilnehmenden darin zu unterstützen, nachhaltige Strategien im Umgang mit Stress, der sich aus den besonderen Herausforderungen als Lehrkraft ergibt, zu entwickeln.

***„Jeder Mensch hat gute Gründe, sich zu überlasten, sonst würde er es nicht tun.“***

Entsprechend dieser Grundhaltung soll in 4 Workshop-Terminen und einer Booster-Sitzung ein Rahmen geschaffen werden, in dem die Teilnehmenden mithilfe von Informationsbeiträgen, Arbeitsblättern sowie praktischen Gruppen- und Einzelübungen dazu eingeladen werden, sich mit ihren eigenen inneren Ansprüchen, Bewältigungsstrategien und Erholungsfähigkeiten im beruflichen Alltag auseinanderzusetzen. Das Training soll es den Teilnehmenden ermöglichen, individuelle und nachhaltige Veränderungspläne im Umgang mit beruflichen Herausforderungen zu entwickeln und schrittweise umzusetzen. Das Programm ist auf 12 Personen ausgelegt und soll schulübergreifend stattfinden.

**Adressaten:** Lehrkräfte aller Schulformen  
**Termine:** 14.02.23, 13.03.23, 18.04.23, 08.05.23 jeweils 9-16 Uhr  
12.09.23 14-16 Uhr  
**Veranstaltungsort:** Kreishaus Steinfurt  
**Ansprechpartnerinnen:** Julia Kleinau (M. Sc. Psychologin), Laura Kätker (M. Sc. Psychologin)

Sie können sich bis zum **15.12.22** über die Internetseite der Schulpsychologischen Beratungsstelle Kreis Steinfurt oder unter diesem [Link](#) anmelden. Für eine erfolgreiche Durchführung des Programmes ist es wichtig, dass sich nur Lehrkräfte anmelden, die alle Termine wahrnehmen können.

Sollten Sie weitere Fragen haben, kontaktieren Sie uns gerne!