



© contrastwerkstatt – stock.adobe.com

Präventionskatalog für die Schulen in Sachsen-Anhalt

Arbeits- und Gesundheitsschutz fördern



Wir fördern Gesundheit.



I. VORWORT

„Ein Spaziergänger begegnet einem Waldarbeiter, der hastig und mühselig damit beschäftigt ist, einen bereits gefällten Stamm zu zersägen. Der Spaziergänger tritt näher heran, um zu sehen, warum der Holzfäller sich so abmüht, und fragt: ‚Ihre Säge ist ja total stumpf. Wollen Sie die nicht einmal schärfen?‘ Darauf stöhnt der Waldarbeiter erschöpft auf: ‚Dafür habe ich keine Zeit – ich muss doch sägen!‘“

nach Lothar J. Seiwert

Sehr geehrte Schulleiterinnen und Schulleiter,
sehr geehrte Lehrerinnen und Lehrer,
sehr geehrte pädagogische Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter,

fühlen auch Sie sich durch das vorangestellte Zitat angesprochen? Seit 2014 sind wir vom Ministerium für Bildung mit der arbeitsmedizinischen und arbeitssicherheitstechnischen Betreuung der Beschäftigten an Schulen in öffentlicher Trägerschaft im Land Sachsen-Anhalt beauftragt. Täglich erleben wir dabei einen kleinen Ausschnitt Ihres schulischen Alltags. Wir wissen um die Anforderungen an Schulleitungen, Lehrkräfte und pädagogische Mitarbeiter/-innen, die aufgrund ihrer sozialen, emotionalen, formalen sowie motivationalen Komplexität und Widersprüchlichkeit häufig zu Belastungen werden können.

Wie gut ist es dann, das Ende des Zitats nicht das Ende der Geschichte sein zu lassen, sondern für einen Moment aus dem Strom des Arbeitsalltags auszusteigen. Unser Angebot an Sie ist das gemeinsame Innehalten – sei es mit einer differenzierten Standortbestimmung durch die Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastung, durch Workshops, Supervisionen oder individuelle Einzelcoachings. Nehmen Sie sich die Zeit – mit festem Boden unter den Füßen läuft es sich leichter!

Wir nehmen unseren Auftrag sehr ernst. Der persönliche Austausch mit Ihnen ist uns dabei ein wichtiger Gradmesser für unser Engagement in den Gremien mit dem Landesschulamtsamt und dem Ministerium für Bildung.

Im Jahr 2021 blicken wir auf einen Weg zurück, den wir seit sieben Jahren gemeinsam gehen, und möchten uns an dieser Stelle für Ihr entgegengebrachtes Vertrauen bedanken. Wir haben unser Präventionsangebot für Sie überarbeitet, um die Bedarfe und aktuellen Entwicklungen der Schulpraxis noch passgenauer abzubilden. Das Ergebnis finden Sie auf den nachfolgenden Seiten.

Wir freuen uns auf eine weiterhin gute Zusammenarbeit und stehen Ihnen gern mit Rat und Tat zur Seite!

Ihr Partner für Arbeits- und Gesundheitsschutz

II. VORSTELLUNG MEDICAL AIRPORT SERVICE GMBH

Die Medical Airport Service GmbH (kurz: MAS) ist ein bundesweiter Dienstleister für Arbeitsmedizin und Arbeitsschutz. Wir arbeiten für unsere Kunden als interdisziplinäres Team von Arbeitsmedizinern*, Sicherheitsfachkräften, Psychologen, Pädagogen, Sportwissenschaftlern, Ernährungsberatern und weiteren Disziplinen eng und ganzheitlich zusammen.

Gemeinsam mit dem Landesschulamt, Vertretern des LISA, des Personalrats, der Schwerbehindertenvertretungen, der Gleichstellungsbeauftragten sowie der Unfallkasse haben wir in den drei Bereichen unserer Dienstleistung folgendes Beratungsangebot entwickelt:

ARBEITSMEDIZIN	PRÄVENTIONS- MASSNAHMEN	ARBEITSSICHERHEIT
Die gesetzlichen Grundlagen in allen Bereichen bilden das Arbeitsschutzgesetz, das Arbeitssicherheitsgesetz sowie die Durchführungsverordnung DGUV V2.		
<ul style="list-style-type: none"> • Arbeitsmedizinische Sprechstunde • Arbeitsmedizinische Vorsorge • Arbeitsmedizinische Beurteilungen von Gefährdungen und Belastungen an Lehrerarbeitsplätzen • Realisierung des Mutterschutzgesetzes • Arbeitsmedizinische Beratungen im Rahmen des betrieblichen Eingliederungsmanagements • u. v. m. 	<ul style="list-style-type: none"> • Präventionsworkshops zu Themen wie Stressbewältigung, Burnout-Prophylaxe, gesunde Ernährung, Rückengesundheit, gesunder Umgang mit der Zeit, Resilienz, salutogene Führung • Beratung und Begleitung zu schulischem Gesundheitsmanagement • Psychosoziale (auf Wunsch anonyme) Beratung in Krisen • Psychologische Sprechstunden • u. v. m. 	<ul style="list-style-type: none"> • Sicherheitstechnische Begehung Ihrer Schule • Sicherheitstechnische Beurteilung von Gefährdungen und Belastungen an Lehrerarbeitsplätzen • Messungen von Klimabedingungen, Lärm, Akustik und Beleuchtung • Ableitung von Maßnahmen und Aufbau einer Arbeitsschutzorganisation • Umsetzung des Gefahrstoffmanagements und der Brandschutzorganisation • u. v. m.
Kontaktdaten		
<p>Kristin Gordian Betriebsärztin Zentrum Magdeburg Tel.: 0391 559908-60 E-Mail: arbeitsmedizin-md@medical-gmbh.de</p>	<p>Zentrale Koordinierungsstelle Tel.: 06105 3413 190 E-Mail: gesundheitsmanagement@medical-gmbh.de</p>	<p>Steffen Heger Fachkraft für Arbeitssicherheit Teamleitung Sachsen-Anhalt Tel.: 0391 55686-300 E-Mail: s.heger@medical-gmbh.de</p>

*Aufgrund der besseren Lesbarkeit wird nachfolgend die männliche Form verwendet. Alle Formen weiblichen und diversen Geschlechts sind stets gleichermaßen gemeint.

III. BUCHUNGSINFORMATIONEN

Sie finden im vorliegenden Katalog Veranstaltungen der Primärprävention, Folgemaßnahmen nach der Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastung sowie Formate für akute bzw. anlassbezogene Bedarfe.

Die Buchung der Maßnahmen oder die Teilnahme an Veranstaltungen ist für jeden Teilnehmer sowie für jede Schule kostenneutral. Alle Kosten werden über den zentralen Rahmenvertrag gedeckt.

Bitte wenden Sie sich zur Anmeldung Ihrer Bedarfe bzw. zur Buchung an unsere zentrale Koordinierungsstelle:

Tel.: 06105 3413 190 (Montag bis Freitag 08:00 bis 14:00 Uhr)

E-Mail: gesundheitsmanagement@medical-gmbh.de.

Auf den folgenden Seiten stellen wir Ihnen im Detail unsere Maßnahmen vor. Wir kommen zu Ihnen an die Schule, und Sie können je nach Bedarf mit Teilen des Kollegiums oder mit dem Gesamtkollegium die gewünschten Themen bearbeiten. Je Thema liegt die Mindestteilnehmerzahl bei 8 Teilnehmern und die maximale Teilnehmerzahl bei 20 Personen.

Die Buchung der Angebote kann sehr flexibel und bedarfsorientiert erfolgen. Das Ziel des Ministeriums durch die Beauftragung der MAS ist nachhaltiger Gesundheitsschutz, der nicht durch einmalige und kurze Maßnahmen garantiert werden kann. Wir beraten Sie gern, welche Maßnahmen im Entwicklungsprozess hin zu einem angemessenen Gesundheitsschutz empfehlenswert für Sie wären.

Schritte im Buchungsprozess:

1. Wir beraten Sie zu passenden Themen und Durchführungsmöglichkeiten unter der zentralen Kontaktmöglichkeit.
2. Nach Festlegung der Themen, Termine etc. erhalten Sie eine Beauftragung, die die vereinbarten Veranstaltungen gegenseitig bestätigt. Gleichzeitig erhalten Sie Teilnehmerlisten und Feedbackbögen mit der Bitte um Vervielfältigung entsprechend den Teilnehmerzahlen, die standardmäßig nach den Veranstaltungen von den Teilnehmern ausgefüllt werden. Gern erstellen wir Ihnen Teilnahmebescheinigungen.
3. Der durchführende Referent bzw. ein Teamer, im Falle eines Referententeams, kontaktiert Sie zwecks organisatorischer Detailabsprachen rechtzeitig vorher. Sie sprechen dort Ankunftszeit, Treffpunkt, besondere Wünsche, benötigte Technik etc. gemeinsam ab. Die Arbeitsmaterialien bringen die Referenten jeweils mit.
4. Am Tag der Durchführung wird ein Schulstempel zur Abzeichnung der Leistungsdokumentation benötigt.
5. Nach Durchführung jeder Veranstaltung erhalten Sie eine digitale Dokumentation inkl. Fotoprotokollen. Auf Wunsch senden wir Ihnen Teilnehmerbescheinigungen zu.

Wir freuen uns auf Ihre Kontaktaufnahme!

Ihr Team der MAS



Informationen zur Leistungsdokumentation der Maßnahmen

In der nachfolgenden Tabelle sind die je nach Buchung zu dokumentierenden Leistungsstunden ersichtlich. Wir prüfen zentral, ob Ihre Buchung bestätigt werden kann, erstellen eine Beauftragung entsprechend der gebuchten Leistung und führen diese wie vereinbart durch. Eine Ausnahme stellt die psychosoziale Beratung dar, die auf Wunsch anonym erfolgen kann. Für diese Leistung wird keine Beauftragung erstellt. Sie können diese Beratung unkompliziert bei uns anmelden und einen Termin vereinbaren.

ART DER MASSNAHME	LEISTUNGSDOKUMENTATION
Coaching für Schulleiterinnen und Schulleiter vor Ort	Halber Beratertag, 5 Stunden
Coaching für Schulleiterinnen und Schulleiter im arbeitsmedizinischen Zentrum, telefonisch oder online	2 Stunden
Psychosoziale Beratung im arbeitsmedizinischen Zentrum, telefonisch oder online	2 Stunden
2-stündige Maßnahme inkl. Auftragsklärung, Vorbereitung, Dokumentation, Nachbereitung	6 Stunden
3-stündige Maßnahme inkl. Auftragsklärung, Vorbereitung, Dokumentation, Nachbereitung	8 Stunden
4-stündige Maßnahme inkl. Auftragsklärung, Vorbereitung, Dokumentation, Nachbereitung	10 Stunden
6-stündige Maßnahme inkl. Auftragsklärung, Vorbereitung, Dokumentation, Nachbereitung	12 Stunden
8-stündige Maßnahme inkl. Auftragsklärung, Vorbereitung, Dokumentation, Nachbereitung	16 Stunden

Legende der Buchungsmöglichkeiten



4-stündiger
Workshop



6-stündiger
Workshop



8-stündiger
Workshop



individuelle
Vereinbarung

V. Maßnahmen für anlassbezogene oder akute Bedarfe		08	Buchungsmöglichkeit	
1. Individuelle Beratung zur Belastungsbewältigung und Ressourcenstärkung	08			
2. Supervision bei akuten Anlässen	09			
3. Mediation	10			
VI. Maßnahmen zur Prävention oder als Folgemaßnahmen nach der Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastung		11	Buchungsmöglichkeit	
A. Rubrik: Mental stark und methodisch Kompetent				
1. Coaching für Schulleiterinnen und Schulleiter	11			
2. Coachingsprechstunde für das Kollegium	12			
3. Grundlagen der Resilienz	12			
4. Kompetentes Stressmanagement	13			
5. Gesunder Umgang mit der Zeit	13			
6. Ressourcenorientiertes Selbstmanagement – mithilfe des Züricher Ressourcen Modells (ZRM®)	14			
7. Gesunder Umgang mit Konflikten	14			
8. Wertschätzende und klare Kommunikation	15			
9. Supervision	15			
B. Rubrik: Fit im Team				
1. Professioneller Umgang mit Herausforderungen durch kollegiale Beratung	16			
2. Ressourcenorientierte Teamentwicklung mithilfe des ZRM®	17			
3. Gelingende Zusammenarbeit im Team	17			

Legende der Buchungsmöglichkeiten



4-stündiger
Workshop



6-stündiger
Workshop



8-stündiger
Workshop



individuelle
Vereinbarung

C. Rubrik: Gesunde Schule

1. Gesundes Führen – Salutogene Schulleitung	18	 
2. Umgang mit psychisch erkrankten Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern	18	 
3. Suchtprävention	19	 

D. Rubrik: Physisch topfit*

1. Gesunder Rücken	20	 
2. Stimmt die Stimme?	21	
3. Richtiges Heben und Tragen	21	 
4. Ergonomische Bewegungen am Arbeitsplatz	22	

VII. Informationen zur Grundlage unserer Arbeit und zu unseren Dienstleistungen	23
---	----

Kontakt	26
---------	----

* ausschließlich als Folgemaßnahmen nach der Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastung buchbar



V. Maßnahmen für anlassbezogene oder akute Bedarfe



© stock.adobe.com

1. INDIVIDUELLE BERATUNG ZUR BELASTUNGSBEWÄLTIGUNG UND RESSOURCENSTÄRKUNG



Erleben Sie viel Druck in der Schule?
Haben Sie das Gefühl, dass Ihnen alles über den Kopf steigt?
Ist etwas vorgefallen, das Sie stark belastet?
Fühlen Sie sich aus dem Gleichgewicht gebracht oder haben Sie resigniert?
Wünschen Sie sich Beratung und Unterstützung?

Hintergrund:

Der Arbeitsalltag in Schulen ist stark herausfordernd und kann schnell zu einer großen Belastung werden, mit der man allein nicht mehr zurechtkommt. Im Rahmen der arbeitsmedizinischen Betreuung durch die MAS steht Ihnen ein Team von Beratungsexperten zur Verfügung. Dort können Sie, gern auch anonym, Ihre Anliegen besprechen und Hilfe erhalten.

Zielgruppe: Lehrkräfte, pädagogische Mitarbeiter

Termine: zeitnah möglich

Hinweis: Das Beratungsgespräch kann im arbeitsmedizinischen Zentrum, telefonisch oder online erfolgen.



© Coloures-Pic - stock.adobe.com

2. SUPERVISION BEI AKUTEN ANLÄSSEN



Hintergrund:

Im Schulalltag treffen eine Vielzahl von Personen mit divergenten Erwartungen, individuellen Hintergründen und Affektlagen aufeinander. Da sind Störungen in der Kommunikation vorprogrammiert. Neben dem zentralen Auftrag zur Wissensvermittlung und Qualifizierung von Schülerinnen und Schülern tritt für Lehrkräfte die hochkomplexe Aufgabe auf, diese Gemengelage angemessen zu bewältigen und zu steuern. Dass diese Aufgabe mitunter die eigenen Kräfte und die Kräfte des Teams übersteigen kann, ist dabei nicht verwunderlich.

Doch wann und wo können belastende Erfahrungen geteilt sowie Resilienzen als Team aufgebaut werden? Wo können Störungen in der Kommunikation und bereits bestehende Konflikte angesprochen werden? Wie können diese aufgeklärt und gemeinsame Lösungen entwickelt werden?

Die Supervision ist ein Beratungsverfahren für berufliche Zusammenhänge, das den passenden Rahmen für diese Fragen bieten kann.

Inhalte:

Inhalte der Supervision mit akutem Anlass sind hauptsächlich Störungen, die den Arbeitsalltag dominieren und die Arbeitsfähigkeit der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter beeinträchtigen.

Mögliche Anlässe einer Supervision können sein:

- Störungen in der Kommunikation innerhalb des Kollegiums
- Störungen in der Kommunikation zwischen Schulleitung und Kollegium
- Kollektive Erschöpfung und Resignation

Zielgruppe: Lehrkräfte, pädagogische Mitarbeiter, Schulleitungen

Termine: zeitnah möglich

Hinweis: Es können drei Supervisionstermine in Folge gebucht werden. Ab dem 4. Termin muss ein Genehmigungsverfahren durchlaufen werden.



© stock.adobe.com

3. MEDIATION



Hintergrund:

Konflikte entwickeln sich, wenn zwei Personen oder auch Personengruppen nicht mehr in der Lage sind, die für sie bedeutsamen Angelegenheiten miteinander zu klären. Die Gründe dafür sind so vielfältig wie die miteinander interagierenden Personen. Allen Konflikten gemein bleibt, dass Missverständnisse, Vorwürfe, Beleidigungen und Kränkungen die Beziehungen derartig belasten, dass eine zielführende Kommunikation kaum noch möglich ist. Am Ende leidet nicht nur die Arbeitsfähigkeit der Beteiligten, sondern die Zusammenarbeit im gesamten Team ist beeinträchtigt.

Doch wie kann die Arbeitsfähigkeit wiederhergestellt werden? Wie können Konflikthintergründe analysiert werden und individuelle Bedürfnisse Beachtung finden? Wie kann an gemeinsamen Lösungen gearbeitet und zukünftiges Konfliktpotenzial frühzeitig erkannt werden?

Die Mediation ist ein Verfahren zur Vermittlung in Konflikten, die den passenden Rahmen zur Bearbeitung dieser Fragen bieten kann. Ein allparteilicher Mediator unterstützt die Konfliktparteien darin, Klarheit in ihre Situation zu bringen und eigenverantwortlich

wortlich eine ihnen angemessene Lösung für ihr Konfliktfeld zu finden.

Mögliche Anlässe einer Mediation können beispielsweise Konflikte auf den folgenden Ebenen sein:

- innerhalb des Kollegiums
- zwischen Schulleitung und Kollegium
- innerhalb der Schulleitung
- ...

Zielgruppe: Lehrkräfte, pädagogische Mitarbeiter, Schulleitungen

Termine: zeitnah möglich

Hinweis: Es können drei Mediationstermine in Folge gebucht werden. Ab dem 4. Termin muss ein Genehmigungsverfahren durchlaufen werden.



© nyul – stock.adobe.com

VI. Maßnahmen zur Prävention oder als Folgemaßnahmen nach der Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen

A. RUBRIK: MENTAL STARK UND METHODISCH KOMPETENT



© contrastwerkstatt – fotolia.com

1. COACHING FÜR SCHULLEITERINNEN UND SCHULLEITER



Hintergrund:

Der Arbeitsalltag in der Schulleitungsfunktion ist aufgrund der „Sandwich-Position“ besonders herausfordernd. Wie die voranstehenden Themen erläutern, bedarf es einer guten Selbstfürsorge einerseits sowie gesundheitsorientiertes Führungsgeschick und Leadership-Kompetenz andererseits. Das persönliche Coachingangebot richtet sich, je nach Anliegen, in beide Richtungen und unterstützt Sie im Einzelsetting in Ihrer Professionalisierung.

Zielgruppe: Schulleiterinnen und Schulleiter

Termine: nach Absprache, Vorlaufzeit ca. 8 Wochen

Hinweis: Eine Coachingsitzung kann vor Ort an der Schule, in einem der arbeitsmedizinischen Zentren (Magdeburg oder Halle), telefonisch oder online erfolgen.



© stock.adobe.com



2. COACHINGSPRECHSTUNDE FÜR DAS KOLLEGIUM

Hintergrund:

Lehrkräfte sind in ihrer täglichen Arbeit einer Vielzahl von Belastungen ausgesetzt, denen sie sich als „Einzelkämpfer“ stellen müssen. Oft fehlt darüber hinaus die Zeit, um über Problemlagen zu reflektieren. Eine andauernde Überlastung kann langfristig zu chronischem Stress führen und in ernsthaften körperlichen und mentalen Folgeerscheinungen resultieren.

Unsere Coachingsprechstunden bieten Kolleginnen und Kollegen die Möglichkeit, sich in Einzelgesprächen bezüglich ihres individuellen Anliegens beraten und unterstützen zu lassen.

Inhalte:

Die Inhalte des Coachings richten sich nach dem persönlichen Beratungsbedarf. Mögliche Anlässe eines Coachings können sein:

- Körperliches und emotionales Erschöpfungserleben
- Erreichen einer stimmigen Work-Life-Balance
- Konflikte mit Kolleginnen und Kollegen oder Vorgesetzten
- Schwierigkeiten im Umgang mit Schülerinnen und Schülern oder Eltern

Zielgruppe: Lehrkräfte, pädagogische Mitarbeiter

Termine: nach Absprache, Vorlaufzeit ca. 8 Wochen

Hinweis: Die Einzelgespräche finden nacheinander statt. Die Sitzungsdauer beträgt in der Regel 60 Minuten.



© pressmaster - stock.adobe.com



3. GRUNDLAGEN DER RESILIENZ

Hintergrund:

Sie müssen im Alltag Stress, Konflikte, Krisen und Mehrfachbelastungen bewältigen? Wer diesem Druck ständig schutzlos ausgesetzt ist, kann fatale Folgen spüren. Der eine fühlt sich wie ein Hamster im Rad, der sich abarbeitet und dennoch nicht von der Stelle kommt. Der andere hat ständig das Gefühl, am Rande der Erschöpfung zu stehen. Nun gilt es, den negativen und erschöpfenden Auswirkungen Positives entgegenzusetzen. Nur so erreichen Sie wieder einen Zustand des Wohlbefindens. Auf innere Stärke zurückzugreifen und optimistisch flexible Lösungen anzustreben, zeichnet einen resilienten Umgang mit Druck aus.

Ein Stehaufmännchen ist ein passendes Symbol für das Resilienzprinzip. Ziel der Veranstaltung ist es, durch entsprechende Impulse bewusst die eigenen Widerstandskräfte zu aktivieren.

Inhalte:

- Einstieg: Was ist Resilienz?
- Annehmen, was ist, und eine optimistische Perspektive entwickeln
- Vertrauen in die eigene Wirksamkeit haben
- Achtsam sein und mit Energien haushalten
- Verbunden sein und Unterstützung holen
- Ziel fokussieren und Zukunft gestalten
- Handlungsorientierte Lösungen entwickeln und umsetzen

Zielgruppe: Lehrkräfte, pädagogische Mitarbeiter

Termine: nach Absprache, Vorlaufzeit ca. 8 Wochen

Hinweis: Das komplette Resilienztraining umfasst eine Dauer von zwei Ganztagesveranstaltungen bzw. drei 6-stündigen Veranstaltungen. Bei kürzeren Buchungswünschen werden die Inhalte nach Absprache reduziert. Wir empfehlen jedoch die Wahrnehmung des kompletten Programmes.



© Robert Kneschke – fotolia.com

4. KOMPETENTES STRESSMANAGEMENT



Hintergrund:

Die immer höheren Arbeitsbelastungen erfordern einen kompetenten Umgang mit Stress und eine bewusste Einteilung der eigenen Kräfte. Wenn die Balance zwischen beruflichen Anforderungen und persönlichen Ressourcen nicht mehr stimmt, wirkt sich dies negativ auf das Wohlbefinden und die Qualität der Arbeit aus. Langfristig können zudem Erschöpfungszustände und stressbedingte Krankheiten die Folge sein. Das Wichtigste in dieser Situation ist: Stress frühzeitig erkennen und qualifiziert gegensteuern. Daher ist das Ziel des Workshops, Möglichkeiten aufzuzeigen, welche Ansatzpunkte der Stressbewältigung es gibt, was davon am besten für Sie persönlich geeignet ist und was Sie selbst dafür tun können, um weiterhin Spaß und Freude an Ihrem Beruf zu haben.

Inhalte:

- Was genau ist Stress?
- Physische und psychische Reaktionen bei Stress
- Stressquellen und – fallen aufdecken
- Stress verschärfende Einstellungen erkennen und verändern
- Techniken der mentalen Stressbewältigung erlernen
- Erholung und Entspannung

Zielgruppe: Lehrkräfte, pädagogische Mitarbeiter

Termine: nach Absprache, Vorlaufzeit ca. 8 Wochen



© styf – fotolia.com

5. GESUNDER UMGANG MIT DER ZEIT



Hintergrund:

Zeit zu haben, ist der Luxus unseres Lebens. Denn die Intensität und die Geschwindigkeit des Schulalltags haben zugenommen – und somit auch das Gefühl vieler Lehrerinnen und Lehrer, unter chronischem Zeitmangel zu leiden. Multitasking, die Gleichzeitigkeit vieler Anforderungen, der Wechsel zwischen stark vorderstrukturierter Zeit und freier Zeiteinteilung etc. machen eine Reflexion über das Thema Zeit notwendig, um langfristig einen entspannten Umgang mit der „gefühl“ stets zu knappen Zeit zu leben. Ziel ist es, die eigenen Verhaltensweisen zu reflektieren und mithilfe aktueller Techniken aus dem Zeit- und Selbstmanagement konkrete Strategien für eine gesunde Balance zwischen den unterschiedlichen Lebensbereichen zu entwickeln.

Inhalte:

- Zeitdiebe und Energiequellen identifizieren
- Persönliche Vision eines gesunden Umgangs mit der Zeit
- Konzept der Lebensbereiche in Balance

Techniken aus der Zeitmanagement-Handwerkskiste:

- Ziele finden und definieren, Prioritäten setzen, Zeitplanung und Umgang mit inneren Zeitdieben

Zielgruppe: Lehrkräfte, Pädagogische Mitarbeiter

Termine: nach Absprache, Vorlaufzeit ca. 8 Wochen



© vege – fotolia.com

6. RESSOURCENORIENTIERTES SELBSTMANAGEMENT – MITHILFE DES ZÜRCHER RESSOURCEN MODELLS (ZRM®)



Hintergrund:

Sind Sie in der Lage, Ihre Ressourcen realistisch einzuschätzen und so einzuteilen, dass Sie gut durch den Tag kommen? Mithilfe des Zürcher Ressourcen Modell ist es möglich, eigene Ressourcen zu erschließen und zielgerichtet zu aktivieren. Sie erleben die neuronale Plastizität Ihres Gehirns und können Ihr Selbstmanagement tatsächlich positiv verändern. In festen Gruppen wird in fünf Schritten an den jeweils eigenen Ressourcen orientiert gearbeitet. Ziel ist es – nach einem Theorie-Input zur Motivations- und Gehirnforschung –, anhand Ihrer persönlichen Beispiele Ihre Ressourcen zu erkennen, auszubauen und zielgerichtet zu aktivieren.

Inhalte:

- Bilder und somatische Marker als Ressourcenzugang erkennen
- Ziele handlungswirksam formulieren
- Ressourcenaufbau mental bahnen
- Ressourcenbasiert zielgerichtet handeln
- Unerwünschtes Handeln ersetzen
- Positiven Transfer in den Alltag sichern

Zielgruppe: Lehrkräfte, pädagogische Mitarbeiter

Termine: nach Absprache, Vorlaufzeit ca. 8 Wochen

Hinweis: Die Durchführung benötigt insgesamt 16 Zeitstunden (zwei Ganztagesveranstaltungen, vier 4-stündige Veranstaltungen oder eine Ganztagesveranstaltung und zwei 4-stündige Veranstaltungen). Die maximale Teilnehmerzahl beträgt 12 Personen.



© Minerva Studio – fotolia.com



7. GESUNDER UMGANG MIT KONFLIKTEN

Hintergrund:

Konflikte gehören zum Alltag und sind da, um gelöst zu werden. Auf dem Höhepunkt des Konfliktgeschehens können wir schon auf dem Tiefpunkt der Kommunikationskompetenz angelangt sein. Dies führt zu unangenehmen Gefühlen der Konfliktpartner und möglicherweise zum Kommunikationsabbruch. Wir geraten schnell emotional und kommunikativ zwischen die Fronten aus eigenen Belangen und den Bedürfnissen anderer. Wünsche und Ängste können für unangemessenes Verhalten sorgen, so dass Störungen nicht adäquat bearbeitet werden und unnötig schmerzhaft Kommunikationsprozesse die Folge sind.

Ziel des Workshops ist es, den Umgang mit den eigenen Emotionen und inneren Stimmen zu stärken, um selbst in heißen Kon-

flictsituationen einen kühlen Kopf zu bewahren und kommunikationsfähig bleiben zu können.

Inhalte:

- Verbesserung des theoretischen Wissens über Kommunikationsprozesse
- Reflexion über eigene Verhaltensweisen
- Innere Konflikte aufspüren – Emotionsmanagement
- Konfliktstrategien sowie Fördern und Fordern kooperativen Verhaltens
- Fallarbeit

Zielgruppe: Lehrkräfte, pädagogische Mitarbeiter

Termine: nach Absprache, Vorlaufzeit ca. 8 Wochen



© contrastwerkstatt – stock.adobe.com

8. WERTSCHÄTZENDE UND KLARE KOMMUNIKATION



Hintergrund:

„So war das doch nicht gemeint“ – eine typische Reaktion auf Gesprächssituationen. Der Schulalltag besteht aus Kommunikation, und diese ist anfällig für Missverständnisse. Darüber hinaus stehen im Kontext Schule oftmals schwierige und belastende Gespräche – mit Schülerinnen und Schülern, Eltern, Kollegen oder Vorgesetzten – an, die auf beiden Seiten Stress erzeugen können. Durch das Erlernen und Üben effektiver Gesprächsführungstechniken wird dieser reduziert und die Wahrscheinlichkeit eines positiven Gesprächsverlaufs und -ergebnisses erhöht. Ziel des Workshops ist es, über das eigene Kommunikationsverhalten zu reflektieren und effektive Gesprächsführungstechniken zur Entlastung im Schulalltag kennenzulernen.

Inhalte:

- Grundlagen der Kommunikationspsychologie
- Aktives Zuhören
- Gesprächsführungstechniken, insbesondere gewaltfreie Kommunikation
- Feedback geben – ohne zu verletzen

Zielgruppe: Lehrkräfte, pädagogische Mitarbeiter

Termine: nach Absprache, Vorlaufzeit ca. 8 Wochen



© arahan – stock.adobe.com

9. SUPERVISION



Hintergrund:

Im Schulalltag treffen eine Vielzahl von Personen aufeinander, die das Ziel haben, zu lernen bzw. Lernprozesse zu ermöglichen und zu gestalten. Gleichzeitig treffen mit den Akteuren eine Vielzahl von divergenten Erwartungen, Bewertungen, persönlichen Kommunikationsstilen und Affekten aufeinander. Eingebettet in einen gesetzlichen und institutionalisierten Rahmen, entsteht so eine Gemengelage, deren Bewältigung und Steuerung die hochkomplexe Aufgabe jeder Lehrkraft ist. Doch wo und wann findet eine Reduzierung dieser Komplexität statt? Wo können belastende Erfahrungen geteilt werden? Wo können Probleme analysiert, Hintergründe erhellt und umsetzbare Lösungen entwickelt werden? Die Supervision ist ein Beratungsverfahren für berufliche Zusammenhänge, das den richtigen Rahmen für diese Fragen bieten kann. Zusammen wird reflektiert, wie innere und äußere Anforderungen mit den eigenen Möglichkeiten bzw. den Ressourcen als Team in Einklang gebracht werden können.

Inhalte:

Die Inhalte der Supervision orientieren sich an der konkreten und einzigartigen Arbeitssituation der Supervisanden. Mögliche Anlässe einer Supervision können sein:

- Kommunikation am Arbeitsplatz
- Zusammenarbeit im Team
- Zusammenarbeit zwischen Schulleitung und Kollegium
- Reflexion über Organisations- und Arbeitsabläufe

Zielgruppe: Lehrkräfte, pädagogische Mitarbeiter

Termine: nach Absprache, Vorlaufzeit ca. 8 Wochen

Hinweis: Es können drei Supervisionstermine in Folge gebucht werden. Ab dem 4. Termin muss ein Genehmigungsverfahren durchlaufen werden.



B. RUBRIK: FIT IM TEAM



© Andrey Popov – stock.adobe.com

1. PROFESSIONELLER UMGANG MIT HERAUSFORDERUNGEN DURCH KOLLEGIALE BERATUNG



Hintergrund:

Kollegiales Coaching – ein strukturiertes Beratungsgespräch in der Gruppe – ist naheliegend und sinnvoll. Und so funktioniert es: Das Anliegen des Beratungssuchenden wird auf eine Schlüsselfrage zugespißt, und auf diese hin erteilen die Kolleginnen und Kollegen aus ihrem Erfahrungs- und Ideenschatz jeweils Rat. Dabei kann das Ratgeben methodisch umfangreich variiert werden. Aus der Summe der Ideen wählt die oder der Beratene die passenden Ratschläge aus. Ziel des Workshops ist die Befähigung der Teilnehmerinnen und Teilnehmer zur selbstständigen Beratungsarbeit nach dieser Methode und damit die Stärkung gemeinsamer sozialer Lösungskompetenzen.

Inhalte:

- Methode nach Kim-Oliver Tietze
- Fokussierung auf die Schlüsselfrage
- Lösungsorientiertes Fragen
- Methoden des Ratgebens
- Spiegeln
- wertschätzendes Feedback
- Durchführung einer Beratung

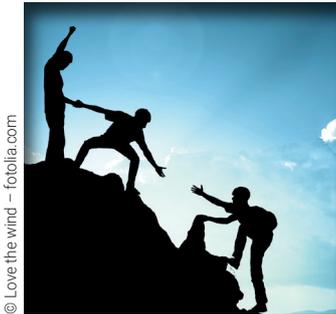
Zielgruppe: je nach Größe des Kollegiums das Gesamtkollegium oder Teilteams aus dem Kollegium

Termine: nach Absprache, Vorlaufzeit ca. 8 Wochen

Hinweis: Zur nachhaltigen Verankerung und Umsetzung der kollegialen Beratung kann das Thema bis zu fünfmal durch einen Moderator unterstützt werden.



© contrastwerkstatt – stock.adobe.com



© Love the wind – fotolia.com

2. RESSOURCENORIENTIERTE TEAMENTWICKLUNG MIT HILFE DES ZRM®



Hintergrund:

Im Team stark sein. Mithilfe des Zürcher Ressourcen Modells ist es möglich, die eigenen Ressourcen und die des Teams zu erschließen und zielgerichtet zu aktivieren. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer erleben die faszinierende neuronale Plastizität ihrer Gehirne und können ihre Motivation, ihre Kooperation und ihre gegenseitige Wertschätzung tatsächlich verändern und ein gemeinsam erarbeitetes Fundament – das Team-Motto – erschaffen.

Ziele des Workshops sind eine gemeinsame Ausrichtung und Haltung für zielorientiertes und motiviertes Arbeiten im Team.

Inhalte:

- Selbstreflexionsphase zur eigenen Motivationslage im Team
- Entwicklung eines gemeinsamen Team-Mottos basierend

auf dem Fundament von bewussten Zielen, sozialen Bedürfnissen und Gefühlen

- Konkrete Ableitungen für den Alltag und die Herausforderungen des Teams
- Erstellung eines Aktionsplans
- Bei Interesse gemeinsame visuelle Darstellung des „Team-Mottos“

Zielgruppe: Lehrkräfte, pädagogische Mitarbeiter

Termine: nach Absprache, Vorlaufzeit ca. 8 Wochen

Hinweis: Die Durchführung benötigt insgesamt 16 Zeitstunden (zwei Ganztagesveranstaltungen, vier 4-stündige Veranstaltungen oder eine Ganztagesveranstaltung und zwei 4-stündige Veranstaltungen) plus ein Vorbereitungstreffen mit der Teamleitung.



© frog – fotolia.com

3. GELINGENDE ZUSAMMENARBEIT IM TEAM



Hintergrund:

Kennen Sie die Bedingungen, unter denen Arbeit gesundheitsförderlich ist? Im Rahmen dieses Workshops erhalten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer grundlegende Kenntnisse zur Gesundheitsprävention am Arbeitsplatz. Dabei stellt sich nicht in erster Linie die Frage: „Was macht krank?“, sondern die ressourcenorientierte Frage: „Was hält gesund?“ Die Arbeitspsychologie weiß: Gute Teamarbeit stellt eine Ressource im Umgang mit Belastungen dar; folglich ist die Sensibilisierung für Themen der Teamentwicklung eine zielführende Gesundheitsprävention. Das Ziel des Workshops besteht darin, persönliche Handlungsoptionen und Entwicklungsthemen des eigenen Teams zu erkennen und deren Umsetzung vorzubereiten.

Inhalte:

- Gesundheitsfördernde Perspektive auf Teams
- Teamdiagnostik als Instrument
- Teamübungen zur Kooperation
- Reflexion über die eigenen Lage im Team
- Entwicklung von Handlungsplänen

Zielgruppe: je nach Größe des Kollegiums das Gesamtkollegium oder Teilteams aus dem Kollegium

Termine: nach Absprache, Vorlaufzeit ca. 8 Wochen



C. RUBRIK: GESUNDE SCHULE



© sdecoret - fotolia.com

1. GESUNDES FÜHREN – SALUTOGENE SCHULLEITUNG



Hintergrund:

Welchen Beitrag können Schulleitungen leisten, um die Gesundheit der Lehrkräfte zu fördern? Wie erkennen Schulleitungen die gesundheitsbedrohliche Entwicklung hin zum Burn-out? Wie können Sie Wertschätzung zeigen, ohne sich anzubiedern? Diese und weitere Fragen werden im Wechsel mit Theorie-Inputs anhand von Beispielen der Teilnehmerinnen und Teilnehmer reflektiert. Ziel des Workshops ist eine Erweiterung des Handlungswissens in Bezug auf gesundheitsfördernde Führung.

Inhalte:

- Zusammenhang zwischen Führung und Gesundheit
- Gestaltung von gesunden Rahmenbedingungen in der Schule
- Gesundheitsförderlicher Führungsstil
- Gesunde Selbstführung
- Multiplikator im Gesundheitsmanagement
- Umgang mit Veränderungen und psychischer Belastung in der Schule

Zielgruppe: Schulleitungsmitglieder

Termine: nach Absprache, Vorlaufzeit ca. 8 Wochen



© ramonespelt - fotolia.com

2. UMGANG MIT PSYCHISCH ERKRANKTEN MITARBEITERINNEN UND MITARBEITERN



Hintergrund:

Führungskräfte werden im Berufsalltag zwangsläufig mit dem Thema „Psychische Erkrankungen“ konfrontiert und wünschen sich oft mehr Sicherheit im Umgang mit psychisch erkrankten Mitarbeitern. Ziel des Workshops ist es, zunächst für die Anzeichen psychischer Krankheiten (z. B. Depression) und deren Auswirkungen auf die Arbeitsfähigkeit zu sensibilisieren. Anhand des H-I-L-F-E-Konzepts werden anschließend Möglichkeiten des angemessenen Umgangs mit den betroffenen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern vorgeschlagen und anhand der eigenen Erfahrungen reflektiert.

Inhalte:

- Informationen zu Anzeichen psychischer Krankheiten
- Auswirkungen auf die Arbeitsfähigkeit
- Gesprächsmethoden
- H-I-L-F-E-Konzept
- Anlaufstellen für professionelle Hilfe

Zielgruppe: Schulleitungsmitglieder

Termine: nach Absprache, Vorlaufzeit ca. 8 Wochen



3. SUCHTPRÄVENTION



Hintergrund:

Die Tasse Kaffee am Morgen, die Zigarette nach dem Essen, das Glas Rotwein am Abend und die Schlaftablette für die Nacht. Sucht- und Genussmittel sind bei vielen Menschen fester Bestandteil des alltäglichen Lebens und werden häufig nicht als Suchtmittel wahrgenommen. Jedoch gilt grundsätzlich: Wer diese konsumiert, kann abhängig werden. Der Gebrauch von Suchtmitteln scheint eine Möglichkeit zu sein, vermeintlich schnelle Entspannung zu erleben. Aber die Versuchung ist groß, dies immer häufiger zu tun, eine Abhängigkeit zu riskieren und damit die Gesundheit in Gefahr zu bringen. Das Ziel des Workshops ist, die Teilnehmerinnen und Teilnehmer für die Themen Abhängigkeit und Drogen zu sensibilisieren und Grundkenntnisse von Suchtmittelkonsum zu vermitteln. Zudem lernen sie, wie man Auffälligkeiten beobachten kann, um daraufhin den Mitarbeiter gezielt ansprechen zu können.

Inhalte:

- Theoretische Grundlagen zu substanzgebundenen (Alkohol, Tabak etc.) und substanzungebundenen Süchten (Internetsucht, Arbeitssucht etc.)
- Abgrenzung von Genuss zu Sucht
- Pflichten der Führungskraft
- Führen eines sogenannten Erstgesprächs
- Informationen über weiterführende Hilfsangebote

Zielgruppe: Schulleitungsmitglieder

Termine: nach Absprache, Vorlaufzeit ca. 8 Wochen



D. RUBRIK: PHYSISCH TOPFIT

(ausschließlich als Folgemaßnahmen nach der Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen buchbar)



© pathdoc - fotolia.com

1. GESUNDER RÜCKEN



Hintergrund:

Verspannungen, ein Ziehen im Rücken, Unwohlsein und Konzentrationsprobleme. Kennen auch Sie diese Phänomene? Dann gehören Sie zu den 85 % der Deutschen, die unter Rückenschmerzen leiden. Dabei sind die Ursachen von Rückenproblemen häufig komplex und vielschichtig. Nicht immer sind die Bandscheiben das größte Problem. Einseitige Belastungen, eine zu schwach ausgebildete Muskulatur sowie muskuläre Disbalancen sind die häufigsten Gründe für das Kreuz mit dem Kreuz. Ziel ist es, Sie für die Hauptursachen von Rückenbeschwerden zu sensibilisieren und gemeinsam effektive Übungen für den Arbeitsalltag zu erarbeiten, die Ihre Muskulatur sowohl stärken als auch entspannen.

Inhalte:

- Wenn der Rücken schmerzt
- Anatomie des gesunden Rückens
- Typische Belastungssituationen der Wirbelsäule
- Starkes Rückgrat: ein Übungsprogramm
- Rückengesundheit aktiv gestalten
- Transfer in den Arbeitsalltag

Zielgruppe: Lehrkräfte, pädagogische Mitarbeiter

Termine: nach Absprache, Vorlaufzeit ca. 8 Wochen

Hinweis: Bei der Buchung als Workshop bitte legere Kleidung oder Sportbekleidung tragen. Damen sollten besser keinen Rock tragen. Bei einem Ganztagesworkshop bitte zusätzlich Matte und Decke mitbringen.



© Marijus - fotolia.com

2. STIMMT DIE STIMME



Hintergrund:

Überhören wir unsere Stimme, beginnt der Körper, sich durch Symptome Gehör zu verschaffen, die das Wohlbefinden beeinträchtigen können. Stimmprobleme bedingen Veränderungen im Bewegungsablauf der Stimmorgane. Intensive Stimmbelastungen führen zu veränderten Bewegungsmustern, die das Muskel-Schleimhaut-System negativ beeinflussen können. Sprechen wird anstrengend, die Stimme klingt heiser, und die Schleimhäute werden anfälliger für Infekte. Ziel des Workshops ist es, die eigene Stimme zu finden, zu pflegen und ihr Gewicht zu geben. Die Vermittlung von täglich praktizierbaren Stimm- bildungstechniken dient der Vorbeugung von Stimmproblemen und der langfristigen aktiven Förderung einer gesunden Stimme.

Inhalte:

- Basiswissen zur Stimm- und Lautbildung
- Wahrnehmungsübungen: Atmung, Lautbildung und Artikulation
- Zusammenhänge zwischen Stimmung, Körperspannung, Atmung, Stimme und Lautbildung
- Vorbeugung und Handling von Stimmproblemen
- Übungen für einen resonanzstarken Stimmklang

Zielgruppe: Lehrkräfte, pädagogische Mitarbeiter

Termine: nach Absprache, Vorlaufzeit ca. 8 Wochen

Hinweis: Dieses Angebot ist ausschließlich als Folgemaßnahme zur Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastung buchbar.



© contrastwerkstatt - stock.adobe.com

3. RICHTIGES HEBEN UND TRAGEN



Hintergrund:

Körperliche Arbeit kann belasten – besonders wenn die Lasten viel wiegen. Durch ein hohes Maß an Kompetenz im Bereich des entlastenden Hebens und Tragens sowie der Stärkung der eigenen Ressourcen können Beschäftigte ihren Rücken schonen. Im Workshop erfahren die Teilnehmer, wie sie selbst Einfluss darauf nehmen können. Zunächst erfolgt ein Überblick über den Aufbau und die Besonderheiten der Wirbelsäule sowie die Gründe für Rückenschmerzen und typische Belastungsmuster. In der Folge werden geeignete Entlastungsstrategien entwickelt, gesundes Heben und Tragen erlernt und gemeinsam mit den Teilnehmern Übungen zur Entlastung und Stärkung der Wirbelsäule zur Vorbereitung spezifischer Belastungssituationen erarbeitet.

Inhalte:

- Unsere wichtigste Stütze – so ist die Wirbelsäule aufgebaut.
- Entstehung von Rückenschmerzen und typische Schmerzbilder
- Entlastungsstrategien für die Wirbelsäule
- Ausgleichsübungen für Zwischendurch

Zielgruppe: Lehrkräfte, pädagogische Mitarbeiter

Termine: nach Absprache, Vorlaufzeit ca. 8 Wochen

Hinweis: Dieses Angebot ist ausschließlich als Folgemaßnahme zur Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastung buchbar.



© endostock - stock.adobe.com



4. ERGONOMISCHE BEWEGUNGEN AM ARBEITSPLATZ

Hintergrund:

Ständiges Sitzen oder Stehen, einseitige Bewegungen – die körperlichen Belastungen können vielfältig sein. Oft kommt ein ergonomisch ungünstig eingerichteter Arbeitsplatz zu Hause hinzu, an dem zusätzlich noch stundenlang gearbeitet wird. Kein Wunder, dass viele Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter über Rückenbeschwerden und Verspannungen klagen. Die Maßnahme möchte für ergonomisches Verhalten im Alltag sensibilisieren und helfen, unergonomische Haltungen und Verhaltensmuster zu erkennen.

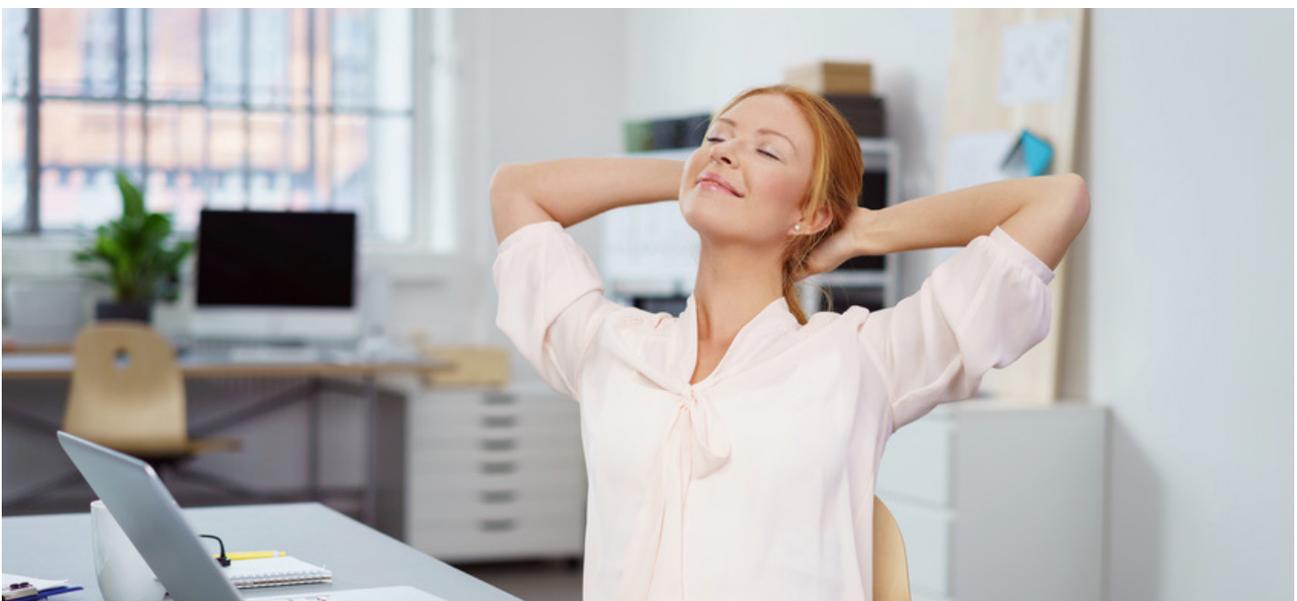
Inhalte:

- Typische Belastungen
- Richtiges Heben und Tragen, Tipps zur Verwendung technischer Hilfsmittel
- Ausgleichsübungen zur Prävention von Verspannungen und Beschwerden
- Ergonomie am Arbeitsplatz

Zielgruppe: Verantwortliche im Gesundheitsschutz, Lehrkräfte, pädagogische Mitarbeiter

Termine: nach Absprache, Vorlaufzeit ca. 8 Wochen

Hinweis: Dieses Angebot ist ausschließlich als Folgemaßnahme zur Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastung buchbar.



© contrastwerkstatt - stock.adobe.com



VII. INFORMATIONEN ZUR GRUNDLAGE UNSERER ARBEIT UND ZU UNSEREN DIENSTLEISTUNGEN

Eine Schule zu führen, heißt, Verantwortung für Abläufe sowie Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zu tragen. Nur durch gesunde und motivierte Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter lassen sich Erfolg und Fortbestand langfristig sichern. Wir unterstützen Sie, dieses Kapital zu verbessern und zu erhalten. Ein professionell organisierter Arbeitsschutz gewährleistet die Einhaltung der gesetzlichen Anforderungen und berücksichtigt die Bedürfnisse Ihrer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter.

Allgemeine Leistungen

Fachkräfte für Arbeitssicherheit und Betriebsärzte haben die Aufgabe, den Arbeitgeber (hier: Kultusministerium, Landes- schulamt, Schulleitungen) und die Arbeitnehmerinnen sowie Arbeitnehmer (hier: Lehrerinnen und Lehrer, Angestellte) in allen Fragen der Arbeitssicherheit, einschließlich der menschengerechten Gestaltung der Arbeit, zu unterstützen. Dabei sollen sie mit betrieblichen Interessenvertretungen zusammenarbeiten.

Folgende Aufgaben der Fachkräfte für Arbeitssicherheit und Betriebsärztinnen und Betriebsärzte sind in §§ 3 und 6 des Arbeitssicherheitsgesetzes geregelt und werden entsprechend angeboten. Fachkräfte für Arbeitssicherheit und Betriebsärztinnen und Betriebsärzte haben insbesondere:

1. den Arbeitgeber und die sonst für den Arbeitsschutz und die Unfallverhütung verantwortlichen Personen zu beraten bei
 - a) der Planung, Ausführung und Unterhaltung von Betriebsanlagen und von sozialen und sanitären Einrichtungen,
 - b) der Beschaffung von technischen Arbeitsmitteln und der Einführung von Arbeitsverfahren und Arbeitsstoffen,
 - c) der Auswahl und Erprobung von Körperschutzmitteln,
 - d) der Beurteilung der Arbeitsbedingungen.

2. die Durchführung des Arbeitsschutzes und der Unfallverhütung zu beobachten und im Zusammenhang damit
 - a) die Arbeitsstätten in regelmäßigen Abständen zu begehen und festgestellte Mängel dem Arbeitgeber oder der sonst für den Arbeitsschutz und die Unfallverhütung verantwortlichen Person mitzuteilen, Maßnahmen zur Beseitigung dieser Mängel vorzuschlagen und auf deren Durchführung hinzuwirken,
 - b) auf die Benutzung der Körperschutzmittel zu achten.

3. darauf hinzuwirken, dass sich alle im Unternehmen Beschäftigten den Anforderungen des Arbeitsschutzes und der Unfallverhütung entsprechend verhalten, sie insbesondere über die Unfall- und Gesundheitsgefahren, denen sie bei der Arbeit ausgesetzt sind, sowie über die Einrichtungen und Maßnahmen zur Abwendung dieser Gefahren zu belehren und bei der Schulung der Sicherheitsbeauftragten mitzuwirken.



Weiterhin haben die Fachkräfte für Arbeitssicherheit:

1. bei der Gestaltung der Arbeitsplätze, des Arbeitsablaufs, der Arbeitsumgebung und in sonstigen Fragen der Ergonomie zu beraten,
2. die Betriebsanlagen und die technischen Arbeitsmittel insbesondere vor Inbetriebnahme und Arbeitsverfahren und vor ihrer Einführung sicherheitstechnisch zu überprüfen,
3. Ursachen von Arbeitsunfällen zu untersuchen, die Untersuchungsergebnisse zu erfassen und auszuwerten und dem Arbeitgeber Maßnahmen zur Verhütung dieser Arbeitsunfälle vorzuschlagen.

Betriebsärzte beraten weiterhin zu:

1. arbeitsphysiologischen, arbeitspsychologischen und sonstigen ergonomischen sowie arbeitshygienischen Fragen, insbesondere des Arbeitsrhythmus, der Arbeitszeit und der Pausenregelung, der Gestaltung der Arbeitsplätze, des Arbeitsablaufs und der Arbeitsumgebung,
2. der Organisation der Ersten Hilfe,
3. Fragen des Arbeitsplatzwechsels sowie der Eingliederung und Wiedereingliederung von Personen mit Behinderung in den Arbeitsprozess.

Betriebsärzte haben die Arbeitnehmer zu untersuchen, arbeitsmedizinisch zu beurteilen und zu beraten sowie die Untersuchungsergebnisse zu erfassen und auszuwerten. Sie haben Ursachen von arbeitsbedingten Erkrankungen zu untersuchen, die Untersuchungsergebnisse zu erfassen und auszuwerten und dem Arbeitgeber Maßnahmen zur Verhütung dieser Erkrankungen vorzuschlagen.

Erfahrungsgemäß wurden in der Vergangenheit Betriebsärzte sowie Fachkräfte für Arbeitssicherheit häufig wegen der Beurteilung einer vermuteten Gesundheitsgefahr hinzugezogen. Weitere Anlässe für die Mitwirkung der Betriebsmediziner und Fachkräfte für Arbeitssicherheit sind Fragen der Schulhygiene, der Schulreinigung oder der Belastungen durch Umgebungslärm oder Lärm in der Schule.

Begehungen zwecks Ergründung dieser Fragestellungen werden auf Anforderung der Schulleiterin oder des Schulleiters, ggf. auf Antrag des Personalrats an die Schulleitung, durchgeführt. Eine Begehung beinhaltet Vorbereitung, Begehung vor Ort und Nachbereitung. Sie ist mit der Übergabe eines Begehungsberichts an die Schulleitung abgeschlossen. Die Schulleitung leitet in der Regel Kopien an den Personalrat der Schule weiter.

Gefährdungsbeurteilung

Die Gefährdungsbeurteilung und deren Dokumentation ist eine Aufgabe des Arbeitgebers (§ 6 ArbSchG). Die Betriebsärzte und Fachkräfte für Arbeitssicherheit beraten die Schulleitung bei speziellen Fragestellungen. Zur Gefährdungsbeurteilung gehört auch die Beurteilung der Ergonomie der Arbeitsplätze.

Seit 2013 ist zudem die Integration der psychischen Belastungen in die Gefährdungsbeurteilung gesetzliche Pflicht. Die Beurteilung der psychischen Gefährdungen basiert auf einem standardisierten Verfahren, das von Beraterinnen und Beratern für Arbeitspsychologie der Medical Airport Service GmbH an den Schulen durchgeführt wird.

Mitarbeit im Arbeitsschutzausschuss (ASA)

Zu den Aufgaben der Betriebsärzte sowie der Fachkräfte für Arbeitssicherheit gehört auch die Mitarbeit in den ASA-Sitzungen auf der Ebene des Landesschulamts.



Besondere Aufgaben der Betriebsärzte

Wiedereingliederung

In Einzelfällen ist bei längeren Krankheitszeiten eine allgemeine Vorsorgeuntersuchung zu empfehlen, um so den Betriebsarzt als Ratgeber für Hilfen der Wiedereingliederung hinzuzuziehen. Dieser Hinweis ergibt sich aus § 84 „Prävention“ SGB IX.

Dort heißt es:

„(2) Sind Beschäftigte innerhalb eines Jahres länger als sechs Wochen ununterbrochen oder wiederholt arbeitsunfähig, klärt der Arbeitgeber mit der zuständigen Interessenvertretung im Sinne des § 93, bei schwerbehinderten Menschen außerdem mit der Schwerbehindertenvertretung, mit Zustimmung und Beteiligung der betroffenen Person die Möglichkeiten, wie die Arbeitsunfähigkeit möglichst überwunden werden und mit welchen Leistungen oder Hilfen erneuter Arbeitsunfähigkeit vorgebeugt und der Arbeitsplatz erhalten werden kann (betriebliches Eingliederungsmanagement). Soweit erforderlich, wird der Werks- oder Betriebsarzt hinzugezogen.“

Mutterschutz

Im Falle einer Schwangerschaft hat der Arbeitgeber die Verpflichtung, in einer schriftlichen Beurteilung der Arbeitsbedingungen die geeigneten Maßnahmen festzulegen, durch die besondere berufliche gesundheitliche Risiken für das Ungeborene oder die schwangere Mitarbeiterin ausgeschlossen werden.

Die Betriebsärzte können für die Schulleitung und die schwangeren Beschäftigten in diesem Fall auf Wunsch beratend tätig werden.

Allgemeine Vorsorgeuntersuchungen

Gesetzliche Pflichtvorsorgeuntersuchungen sind für den üblichen Lehrerarbeitsplatz in allgemeinbildenden Schulen nicht vorgeschrieben.

Jeder Arbeitnehmer hat einen Anspruch auf eine allgemeine Vorsorgeuntersuchung durch seinen Betriebsarzt, wenn er eine konkrete Gesundheitsgefahr durch die Arbeitsbedingungen an seinem Arbeitsplatz für sich selbst befürchtet. Lehrerinnen und Lehrer, die nach § 3 ASiG oder nach § 84 SGB IX eine arbeitsmedizinische Untersuchungsleistung bzw. Beratung in Anspruch nehmen, melden sich bei ihrem zuständigen Betriebsarzt nach Absprache mit der Schulleitung an.

Die Schulleitung und die Lehrkraft erhalten eine Bescheinigung über die Teilnahme an der Beratung bzw. Untersuchung. Eine individuelle Beratung oder Untersuchung kann also nicht anonym erfolgen. Jedoch unterliegen die Untersuchungsergebnisse selbstverständlich der ärztlichen Schweigepflicht und bedürfen vor der Weitergabe an den Dienstherrn der schriftlichen Genehmigung durch die Lehrkraft.

Besondere Aufgaben der Fachkräfte für Arbeitssicherheit

Messungen der Nachhallzeiten

Die Akustik spielt in den Schulen eine entscheidende Rolle. Lärm wird dann als besonders belastend empfunden, wenn die Nachhallzeit in den Räumen sehr hoch ist. Das ist dann der Fall, wenn keine oder nur wenige Maßnahmen für eine bessere Akustik umgesetzt wurden. Die Fachkräfte für Arbeitssicherheit können die Nachhallzeiten messen und Empfehlungen zur akustisch günstigen Gestaltung von Klassenräumen und Sporthallen aussprechen und so dazu beitragen, dass sich die Lärmbelastung in den Räumen verringert.

Beratung zu speziellen Themen

Die Fachkraft für Arbeitssicherheit ist fachlich breit aufgestellt. Individuelle Fragestellungen der Lehrkräfte, so z. B. zu Arbeits- und Gesundheitsschutz bei Tätigkeiten mit Gefahrstoffen, in Werkstätten, in Lehrküchen, bei Ausflügen und mit besonderen Personengruppen, können besprochen und mögliche Maßnahmen ermittelt werden.



Kontakt

Wir freuen uns auf Ihre Kontaktaufnahme und die gemeinsame Umsetzung von Maßnahmen für gesunde Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in gesunden Organisationen!

Zur telefonischen Beratung, Planung und Buchung erreichen Sie:



Andrea Korb



Anette Meisinger

Montag bis Freitag in der Zeit von 08:00 bis 14:00 Uhr
unter 06105 3413 190 oder per E-Mail an gesundheitsmanagement@medical-gmbh.de

„Gesundheit ist die Fähigkeit eines Menschen, Herausforderungen aktiv zu begegnen!“

©



Wir fördern Gesundheit.



V. i. S. d. P.: Thomas Barth, Bernd Engel,
Udo Sicker | Geschäftsführung
Hessenring 13 a, Eingang F1 | 64546 Mörfelden-Walldorf
Tel. +49 (0) 6105 3413 130 | Fax +49 (0) 6105 3413 444
vertrieb@medical-gmbh.de | www.medical-airport-service.de