

Programm „Berufseinsteigende Lehrkräfte“ (B·A·D GmbH)

Fit für den Berufseinstieg – Das Programm unterstützt junge Lehrkräfte beim Einstieg in den Schulalltag. Ein neues Kollegium, hoher Erwartungsdruck, Anforderungen durch Schüler und Eltern, sowie das Zurechtfinden in neuen Strukturen sind Themen, die junge Lehrkräfte zu Beginn Ihrer Laufbahn vermehrt belasten. Langfristig kann dies zu Stress oder Burnout-Symptomen führen.

Das Programm soll eine Anlaufhilfe für Berufseinsteiger durch Austausch, fachlichen Input und eine Begleitung bei persönlichen Fragestellungen geben. So sollen berufseinsteigende Lehrkräfte von Beginn an unterstützt werden, um den Einstieg zu vereinfachen. Das Programm bietet durch eine Auftaktveranstaltung die Möglichkeit, Netzwerke von Berufseinsteigern zu knüpfen und einen gemeinsamen Einstieg in das Programm zu finden. Das anschließende Programm ist modular aufgebaut und umfasst jeweils Themenschwerpunkte in den Modulen, die durch einen kollegialen Austausch begleitet werden. Den berufseinsteigenden Lehrkräften steht jederzeit – wie allen Lehrkräften – die Sprech:ZEIT 24 Stunden an 7 Tagen/Woche zur Verfügung. Außerdem werden individuelle persönliche Beratungsgespräche angeboten und helfen gemeinsam mit theoretischem Input, sowie Austausch im Netzwerk, früh die Weichen zu stellen für ein erfolgreiches Verhältnis von Erholung und Belastung.

Jede Veranstaltung für sich wird hinsichtlich ihrer Wirksamkeit zeitnah ausgewertet.

Inhalte des Programms	<ul style="list-style-type: none"> • Auftaktveranstaltung: Netzwerke bilden, Gesundheit erleben durch die präventive Gesundheitsberatung, Impulsvortrag „Gesundheit im Arbeitskontext“; Bedarfsermittlung (akute Themen der Teilnehmenden) für die folgenden Module • Modul: Stressbewältigung • Modul: Bewegung • Modul: Gesprächsführung im Schulalltag/ Stimme/ Konfliktgespräche • Modul: Zeit- & Selbstmanagement im Homeoffice • Modul: Achtsamkeit • Modul: Gesunde Ernährung im Schulalltag • Modul: Grenzen setzen für eine gute Work-Privacy-Balance • Abschlussveranstaltung: Eigene Ziele setzen <p>Alle Module werden durch eine kollegiale Praxisberatung begleitet.</p>
Ablauf	<ul style="list-style-type: none"> • Die Auftaktveranstaltung hat eine Dauer von ca. 6 Std. • Jedes Modul umfasst eine Veranstaltung von 4 Stunden (2 Stunden interaktive Einführung ins Thema, 2 Stunden kollegialer Austausch). • Die Anzahl, Reihenfolge und Frequenz der Module werden in der Auftaktveranstaltung abgestimmt.
Zielgruppe	Berufseinsteigende Lehrkräfte (1.-4. Jahr des Berufseinstiegs) und Seiteneinsteiger aus einem regional festgelegten Bereich, die Gruppen sind schulformübergreifend.
Teilnehmerzahl	6 bis 8 Personen
Veranstaltungsort	In den Räumlichkeiten der BAD Gesundheitszentren Alternativ: können die einzelnen Module auch als Webinar durchgeführt werden.

Technik	Abgeschlossener Raum, Beamer, Leinwand (Projektionsfläche), Bestuhlung nach Bedarf, Flipchart-Ständer inkl. Papier, Stifte, Metaplanwand und Karteikarten
Vorkehrungen bzgl. der Pandemie	<ul style="list-style-type: none"> • Die Mindestanforderungen an Schulungsräume, Reinigung und Hygienemaßnahmen werden zwingend erfüllt. • Körperliche Distanz ist das A und O im Infektionsschutz! Bei der Bestuhlung der verwendeten Räumlichkeiten ist auf einen Abstand von 1,5 bis 2 Metern zwischen den Personen zwingend zu achten. Hierbei sind zusätzlich die Verkehrsflächen zu berücksichtigen. Falls die Anforderungen an die Raumgröße nicht gewährleistet werden kann, muss eine Reduzierung der Teilnehmerzahl erfolgen. Alternativ können die jeweiligen Module auch per Webinar erfolgen. • Alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer des Modules müssen „symptomfrei hinsichtlich Covid-19“ sein, um eine Übertragung zu verhindern. • Eine Teilnehmerliste wird zwingend geführt. Für die Nachverfolgung im Infektionsfall ist diese wichtig. • Die Inhalte der Module bzw. die Auswahl der Übungen wurden so angepasst, dass ein direkter Körperkontakt vermieden wird. • Vor Betreten des gemeinschaftlich genutzten Veranstaltungsraums sollen sich alle Personen die Hände waschen oder alternativ desinfizieren. • Nach dem Musterhygieneplan für Schulen des Landesentrums Gesundheit Nordrhein- Westfalen sollte mehrmals täglich, mindestens 1 x pro Stunde (zusätzlich nach Bedarf und nach der Durchführung von Übungen), eine Stoßlüftung bzw. Querlüftung, durch vollständig geöffnete Fenster, über mehrere Minuten erfolgen. • Wichtig ist den persönlichen „Sicherheitsabstand“ auch vor und nach der Veranstaltung zu wahren.