

Meine Arbeit basiert auf

erprobten Konzepten für Lehrer-Burnout-Prävention neueren Datums (Uwe Schaarschmidt, Joachim Bauer), auf einem systemischen Verständnis von Schule, auf langjähriger Erfahrung als Supervisorin und nicht zuletzt auf meiner Überzeugung, dass die Sorge um die eigene Gesunderhaltung nicht noch mehr Arbeit bringen soll, sondern mehr Entlastung.

Helga Daniels

Zertifizierte Supervisorin, Institut für Humanistische Psychologie Köln • Zertifizierte Psychodrama-Leiterin, Moreno-Institut Stuttgart • Weiterbildungen u.a. in Systemischer Strukturaufstellung • 10 Jahre „spiegelndes“ Improvisationstheater (Playback-Theater)

Diplom-Pädagogin • Grundschul-Lehrerin • Erfahrung als Supervisorin und Moderatorin in pädagogischen Arbeitsfeldern • Langjährige Berufserfahrung in der Erwachsenenbildung

Mitglied der Deutschen Gesellschaft für Supervision (DGSv) – Mitglied im Netzwerk Schule und Supervision Rhein Ruhr der DGSv

Weitere Angebote für pädagogische Berufe: Kommunikation und Kooperation in schulischen Teams, Teamentwicklung; Kooperation Schule und außerschulische Partner in der Offenen Ganztagsgrundschule; Einzel- und Gruppensupervision

Helga Daniels

Supervision | Coaching | Training

Cäsarstraße 78 - 50968 Köln
fon + fax 0221 - 469 10 42
www.helga-daniels.de
post@helga-daniels.de

Gegen Stress und Burnout

Fünf Bausteine für Freude, Gesundheit und Professionalität im Lehrerberuf



Coaching-Gruppe Lehrergesundheit

für Lehrerinnen und Lehrer
aller Schulformen

Wenn Sie daran interessiert sind

- präventiv etwas gegen ein „Ausbrennen“ zu tun
- mit Grenzsituationen besser umgehen zu können
- aus der „Einzelkämpfer-Rolle“ in einen kollegialen, beratenden Austausch zu kommen

... dann sind Sie in dieser Gruppe richtig!

Ihr Nutzen könnte so aussehen:

„Ich weiß eigentlich, was mir gut tut. Jetzt kann ich das auch endlich wirklich in meinen Wochenablauf integrieren.“

„Ich gehe wieder mit mehr Energie in die Schule!“

„Wenn mal wieder was passiert, was mich früher total gestresst hätte, kann ich jetzt besser reagieren. Ich habe mehr Handlungsmöglichkeiten zur Verfügung.“

„Zu Hause kann ich besser Beruf und Privatleben trennen.“

Die fünf Bausteine sind fünf thematische Schwerpunkte mit jeweils zwei Doppelstunden. Jeder Baustein wird mit einem Impulsreferat eingeleitet, es wird also auf einen bestimmten Ausschnitt der Arbeit fokussiert. Welche Erfahrungen die TN damit haben und was zur Verbesserung und Entlastung führen kann, das wird in der jeweils zweiten Doppelstunde intensiv erarbeitet. Hier kommen Methoden des Coachings zum Einsatz.

Die fünf Bausteine sind

- Einführung ins Thema Lehrergesundheit
- Persönliche Einstellung zum Beruf
- Beziehungsgestaltung zu Schülern
- Beziehungsgestaltung mit Eltern
- Beziehungsgestaltung mit Kolleginnen und Kollegen

Mit Rücksicht auf volle Stellen und Stundenpläne ist die Coaching-Gruppe Lehrergesundheit konzipiert auf monatlich nur einen Termin, insgesamt 10 Doppelstunden, auf etwa ein Jahr verteilt.

Einführungsabend: 15. Jan. 2009

weitere Termine jeweils donnerstags 19-21 Uhr

8 - 10 Teilnehmerinnen und Teilnehmer

Kosten für die 10 Termine 220,- € vom Finanzamt als Weiterbildung anerkannt und steuerlich absetzbar

Wenn Sie interessiert sind, rufen Sie mich einfach an! Eine ausführliche Beschreibung finden Sie auch auf meiner Website.

Leitung:

Helga Daniels, Supervisorin DGSv und Coach, Dipl.-Pädagogin

Weitere Termine auf Anfrage

Ziele setzen – Chancen nutzen!