



# Kompetenzteams NRW

## Kreis Paderborn

Kompetenzteams NRW \* Schulamt für den Kreis Paderborn \* Postfach 1940 \* 33049 Paderborn

An die  
die Kolleginnen und Kollegen  
der Schulen im Kreis Paderborn

**Kompetenzteams NRW**  
Kreis Paderborn

**Dienstgebäude**  
Rathenaustraße 96

**Ansprechpartnerin**  
Alexandra Stadler, Co-Leitung

**Tel.:** 05251/308 4036  
paderborn@kt.nrw.de  
[www.kt.pb.nrw.de](http://www.kt.pb.nrw.de)

Paderborn, den 23.04.2018

### Fortbildungsangebot:

## Lehrer zwischen Anforderungen und Ressourcen – Belastungen positiv bewältigen

Sehr geehrte Damen und Herren,  
liebe Kolleginnen und Kollegen,

nur ein gesunder Lehrer ist ein guter Lehrer! Wer sich selbst und seine Herausforderungen im (Schul-) Alltag wahrnimmt und bewusst mit seinen Ressourcen umgeht, beugt der „inneren Kündigung“ vor und sorgt für Lebensfreude und Wohlbefinden, die sich positiv auf die individuelle Handlungskompetenz, den Unterricht, das soziale Miteinander und die Organisation Schule auswirkt.

Die Fortbildung beschäftigt sich im Sinne des salutogenetischen Ansatzes mit dem Thema Lehrergesundheit. Konkrete Belastungsfaktoren und Krankmacher werden analysiert und verschiedene Stressbewältigungsstrategien vorgestellt. Die Teilnehmer sollen ihren persönlichen Belastungen bewusst begegnen und ihre eigenen Ressourcen einschätzen und achtsam stärken lernen.

Es werden konkrete Möglichkeiten im Umgang mit den vielfältigen Anforderungen des Lehrerberufs erarbeitet bzw. vorgestellt.

*Hinweis: Die Fortbildung ist das Basismodul zum Thema „Lehrergesundheit“. Weitere Module werden in der Veranstaltung vorgestellt und können später als Vertiefung besucht werden.*

\*\*\*\*\*

- Moderatorin:** Simone Rojahn
- Termin:** 19.06.2018 von 09:00 bis 16:00 Uhr
- Ort:** Kreishaus Paderborn, Aldegreverstraße 10-14, 33102 Paderborn, Raum C 00.16 (Nebengebäude)
- max. Teilnehmerzahl:** 15
- Hinweis:** Die Fahrtkosten können nach Rücksprache mit der Schulleitung und auf Antrag an die Lehrerkonferenz aus dem Fortbildungsbudget der Schule erstattet werden.
- Anmeldung:** Die Anmeldung von **max. 2 TeilnehmerInnen pro Schule** erfolgt **bis zum 12.06.2018** ausschließlich auf der Internetseite des Kompetenzteams Paderborn unter [www.kt.pb.nrw.de](http://www.kt.pb.nrw.de).

  
Alexandra Stadler, Co-Leitung Kompetenzteam