Lehrkräftegesundheit – Impuls „Resilienz“

© Dr. Thomas Hanstein

Wenn Sie auf die Arbeits-/Lebensbedingungen in der Pandemie zurückschauen:

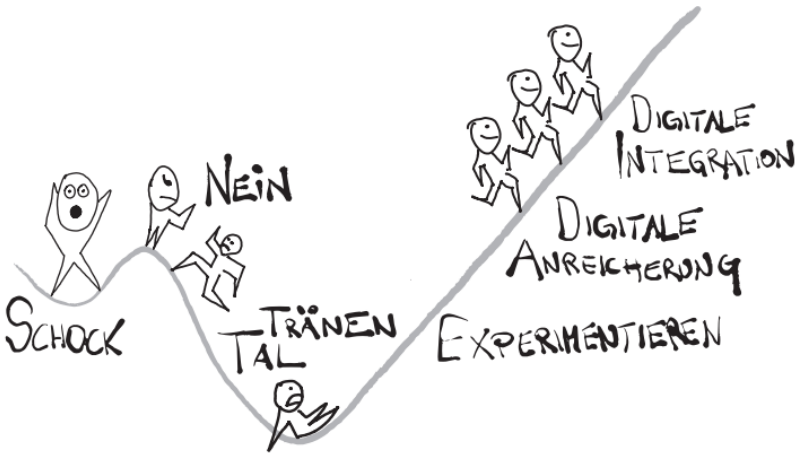
Impulsfrage:
Welche Aspekte haben sich wie verändert?
Wie sind Sie damit umgegangen?

B	**Belief**	Glaube/Religion/Spiritualität, Überzeugungen, Werte
A	**Affects**	verbaler und nonverbaler Ausdruck von Gefühlen
S	**Social**	soziale Aspekte wie Teil einer Gruppe/Familie zu sein sowie Unterstützung durch diese zu erhalten
I	**Imagination**	Phantasie, Kreativität, Humor, Kunst, Musik, Literatur, geleitete Phantasien/Träumerei
C	**Cognition**	Informationen suchen, Fakten klären, Schlüsse ziehen, Probleme lösen, Planungen angehen
Ph	**Physical**	Aktivitäten, Bewegung, Sport, Arbeiten, Spielen, Essen, Trinken, Schlafen, muskuläre Relaxation

www.dguv.de/lug

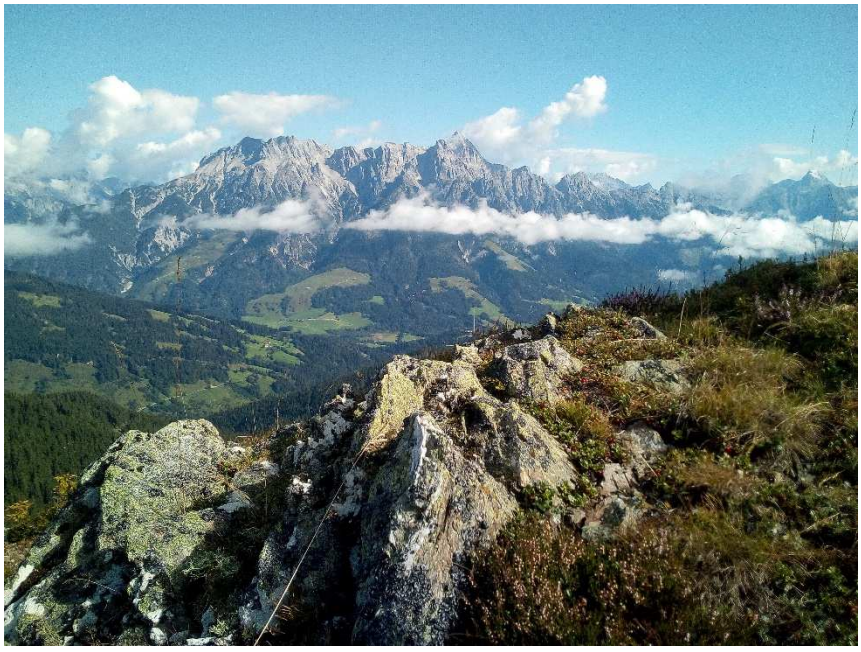
Wenn Sie auf die Zeiten von „Homeschooling“ zurückschauen:

Impulsfrage:
Mit welchen Gefühlen schauen Sie zurück?
Inwiefern hat die Kurvenerfahrung Ihre Arbeit verändert?



Hanstein, Th.; Lanig, A. (2020b): Digital Lehren – Das Homeschooling-Methodenbuch. Baden-Baden, Tectum. Seite 86

Was / wer hat Ihnen in Ihren dunkelsten Momenten …



… eine neue Perspektive verschafft …

… Sie aus dem Tunnelblick geführt …

… und Sie (die Situation / die Welt) mit neuen Augen sehen (lernen) lassen?

Vertiefung

(bei weiterem Interesse)

Hier finden Sie einige **Aufsätze** von mir zum Thema.

Welches Thema spricht Sie **intuitiv** am meisten an?

https://www.coaching-hanstein.de/aufsaetze.php

Outplacement: „Modell für potenzial- und ressourcenorientierte Personalentwicklung“

Antinomien: „Lehren und Lernen mit (und in) Widersprüchlichkeiten“

Biografische Lebensthemen: „Krisenbedingte Neuorientierung im Coaching“

Vulnerabilität: „Neuartige Herausforderung der aktuellen Zwanziger Jahre“

Hybride Schule: „Ein Credo für Reflexion statt (nur) Funktionalität“

Bedarfsgerechte Weiterbildung: „Coaching als Unterstützung schulischer Transformation“

Spirituelles Selbstmanagement: „Spirituelle Kompetenz in mediatisierten Welten“

Kollaps-Coaching: „Mit veränderten Haltungen aus der Krise“

Spiritualität: „Innere Arbeit am eigenen Selbst“

Online-Coaching: „Ein Plädoyer für neue Räume im schulischen Unterstützungssystem“
(dieser Artikel stammt aus dem Jahr **2017**)

Gern können wir zu diesen Themenbereichen weiter im Gespräch bleiben.

Meine **Monografien** finden Sie hier:

https://www.coaching-hanstein.de/buecher.php