

Inhaltverzeichnis

Zum Start	7
Das Thema: Den Schulalltag gesund bewältigen	7
Zielsetzung	10
Adressaten	11
Aufbau	12
1. Eignungskriterien für den Lehrerberuf	14
Studierunsicherheit und Studierfähigkeit von Abiturienten	14
Motive zur Aufnahme des Lehrerstudiums	15
Lehrerausbildung und Professionalität im Lehrerberuf	16
Reform der Lehrerausbildung	19
Andere Wege in der Lehrerausbildung?	20
Kompetenzbegriff und Kompetenzstruktur	21
Selbsteinschätzungsverfahren für angehende Lehrer	24
Training psychosozialer Basiskompetenzen	28
2. Beanspruchungen und Belastungsreaktionen im Schulalltag	33
Schülerbezogene Belastungen	33
Arbeitszeitbelastung	35
Lärmbelastung	37
Stimm- und Sprechbelastung	43
3. Gesundheit, Gesundheitsverhalten und Krankheit	46
Verständnis von Gesundheit	46
Das Modell der Salutogenese	47
Gesundheitsverhalten von Männern und Frauen	49
Gesundheit und Krankheit von Lehrern	50
4. Gesundheitsförderung durch Verhältnismanagement	52
Gesundheitsförderung durch Organisationsentwicklung	52
Gesundheitsförderung durch Führung und Management	58
Aspekte des Arbeits- und Gesundheitsschutzes in Schulen	68

5. Gesundheitsförderung durch Verhaltensmanagement	71
Primäre, sekundäre und tertiäre Prävention	71
Vorsorgemaßnahmen	72
Lehrergesundheitstage	73
Gesunde Ernährung	74
Bewegung	75
Nikotinabstinenz	76
Stressbewältigung	78
Burnout-Prophylaxe	82
6. Medizinisch/psychologische Rehabilitationsmaßnahmen	89
Arbeitsfähigkeit und Rehabilitation	89
Formale Voraussetzungen für Beihilfeleistungen	90
Ambulante Psychotherapie	91
Stationäre Psychotherapie	93
Symptom- und berufsbezogene Therapieansätze	94
AGIL – Arbeit und Gesundheit im Lehrerberuf	96
7. Schlüsselkriterien für Gesundheit im Lehrerberuf	98
Emotionale Bindung	98
Soziale Unterstützung	98
Wertschätzung	99
Literaturverzeichnis	103

Bedeutung der Symbole



Grundlegendes



Empfehlung



Stolperstein



Zusammenfassung



Weiterführendes