



# Zufriedener und gesünder im Schulalltag

## Supervision & Coaching für Lehrkräfte

Der heutige Schulalltag erfordert von Leitung und Lehrkräften zunehmend mehr Kompetenzen. Die beruflichen Belastungen sind oft vielfältig – hinsichtlich der Erwartungen des Systems und der Eltern ebenso wie in puncto Beziehung zu den Schülern. Allzu häufig bleiben so die eigenen Vorstellungen und Wünsche sowie nicht zuletzt der einstige Idealismus auf der Strecke.

Supervision und Coaching können dazu beitragen, die Freude am Lehrerberuf zu erhalten oder wiederzugewinnen. Im Zentrum steht die Reflexion und Klärung beruflicher, aber auch den Beruf beeinflussender persönlicher Anliegen; zudem können schwierig wirkende Aufgaben und Entscheidungsprozesse vor- und nachbereitet werden. Alle Inhalte unterliegen absoluter Vertraulichkeit.

### Konkret unterstützen Supervision und Coaching:

- die Entwicklung individueller Handlungsstrategien in schwierig erscheinenden Situationen
- die Umsetzung gemeinsam definierter Ziele
- die Klärung von Konfliktsituationen und die Erarbeitung von Lösungswegen
- das (Wieder-)Entdecken eigener Ressourcen und Stärken
- die Weiterentwicklung persönlicher Fähigkeiten
- die Kommunikations- und Reflexionskompetenz
- die Klärung von Rollenerwartungen
- die Zusammenarbeit im Team und Verbesserung des allgemeinen Arbeitsklimas
- die Qualitätssicherung an der Schule
- die persönliche Stressresistenz und damit den Erhalt der eigenen Gesundheit

Neben dem Angebot für Einzelsupervision und -Coaching in meiner Praxis in Starnberg begleite ich gerne eine Supervisionsgruppe an Ihrer Schule. Bewährt hat sich eine feste Gruppe von mind. 4 – 5, max. 10 Personen, die sich während des Schuljahrs alle 6 bis 8 Wochen zu einer ca. 2-stündigen Supervision treffen. Möglich ist auch eine Gruppe von Lehrkräften aus unterschiedlichen Schulen in meinen Praxisräumen.

### Regelmäßige Supervision ist die beste Burnout-Prophylaxe!