

Expert/innenworkshop

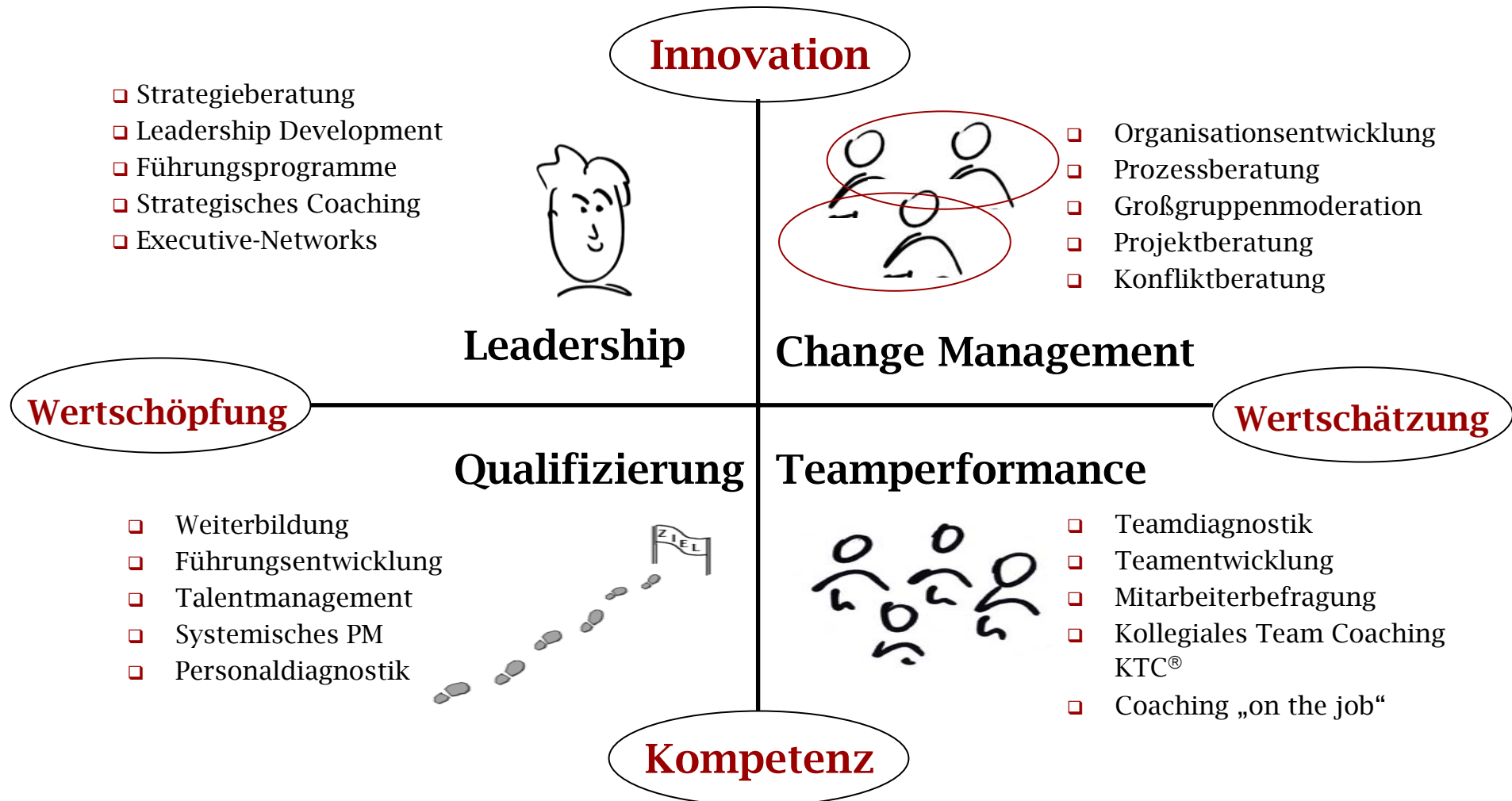
**Von der Stöhnenden zur atmenden Schule - Umgang
mit Stress in der herausfordernden Lehrertätigkeit**

**Vortrag im Rahmen des Projekttag
„Seelische Gesundheit im schulischen Setting:
Impulse zur Lehrer/innengesundheit“**

Wien, 10.12.2007

Prof. Dr. Wilfried Schley

Ganzheitliche Felder der IOS Beratung







**Wie viele
Kalorien braucht
ein Lehrer?**

Illustration



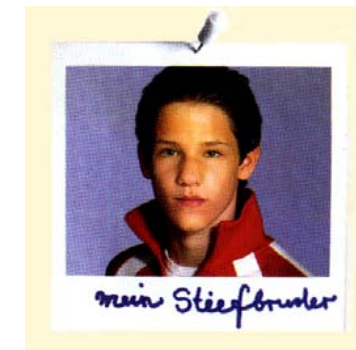
Experiment Familie

**Die neuen
Lebensformen
Die Krisen
Die Chancen
der Kinder**



Experiment Familie

Die neuen
Lebensformen
Die Krisen
Die Chancen
der Kinder

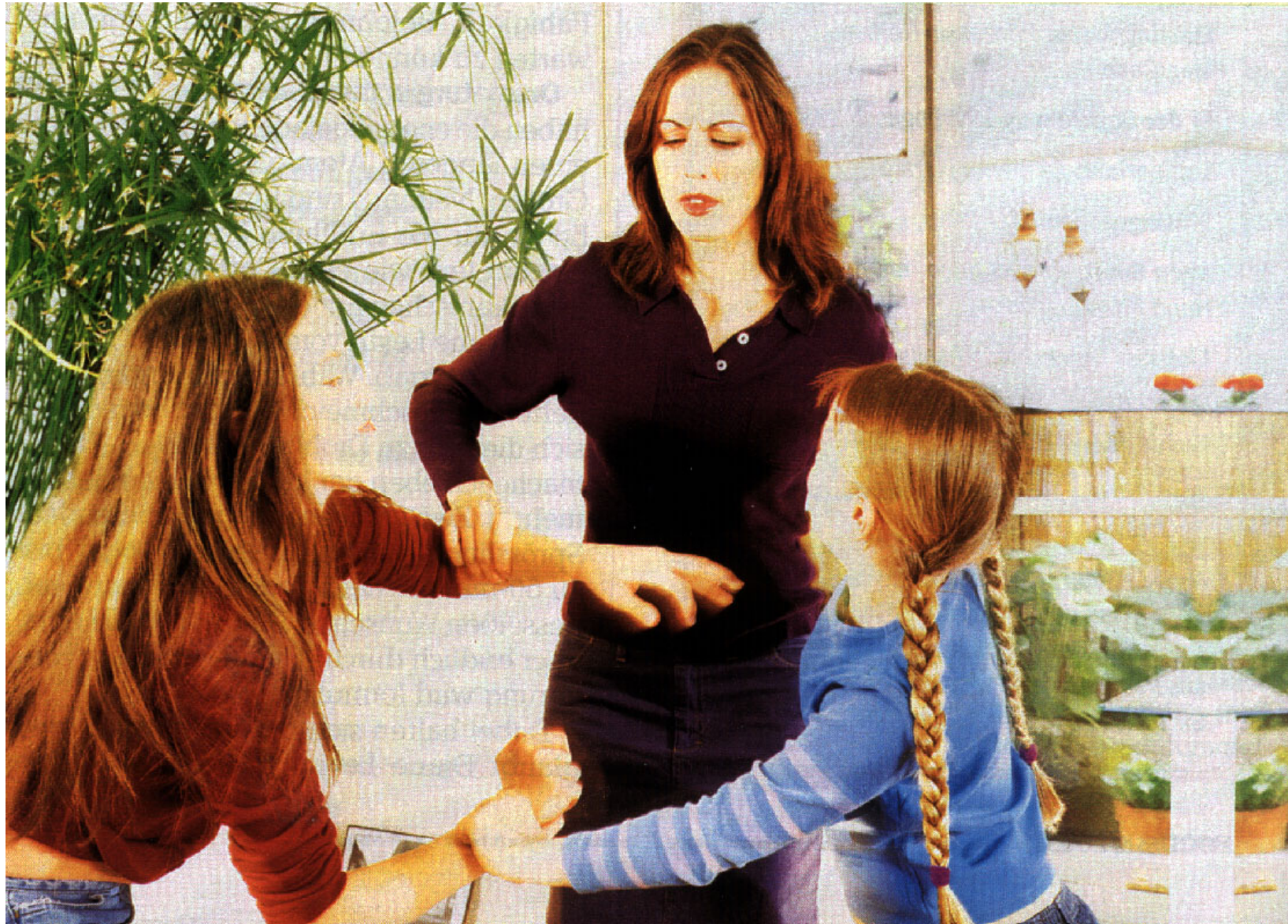




Zwergenaufstand

Kräftemessen mit den Eltern gehört
zu einer gesunden Entwicklung der
Kinder. Schon deswegen geht es in der
Familie nicht immer harmonisch zu

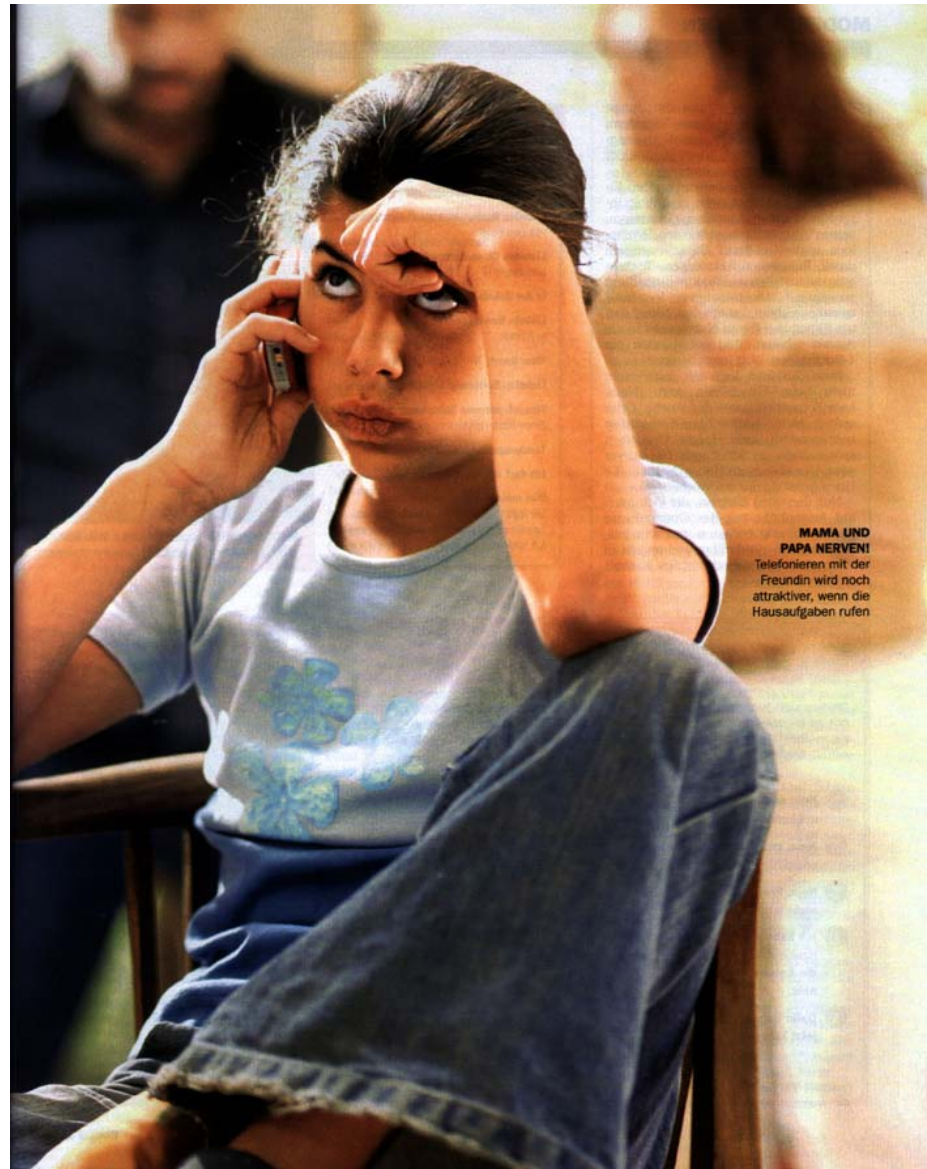




Zur Anzeige wird der QuickTime™
Dekompressor „TIFF (LZW)“
benötigt.

I S

bm:uk Bundesministerium für
Unterricht, Kunst und Kultur



**MAMA UND
PAPA NERVEN!**
Telefonieren mit der
Freundin wird noch
attraktiver, wenn die
Hausaufgaben rufen

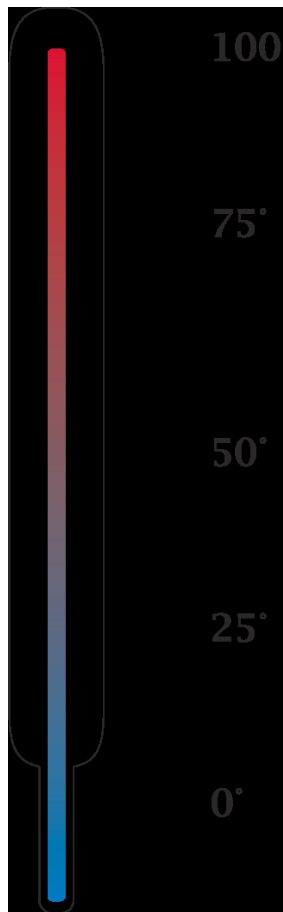
I S

© Institut für Organisationsentwicklung & Systemberatung · Schley & Partner GmbH

Thesen: Stressfaktoren am Arbeitsplatz

- ❑ Niedrige Frustrationsgrenze
- ❑ Geringe Toleranz gegenüber Konflikten
- ❑ Niedriges physisches und mentales Energieniveau
- ❑ Angst in Form von Nervosität, Verspannung im Körper
- ❑ Gefühl, „sich zusammenreißen zu müssen“, um zur Arbeit zu gehen
- ❑ Selbstbeschuldigungen, permanenter Zweifel am eigenen Wert
- ❑ Tendenz, in anderen die „Schuldigen“ zu sehen
- ❑ Tendenz, „sich zu beschweren“
- ❑ Sucht

Skala



Von innen gesteuert, unabhängig, undogmatisch; nuanciertes Gefühlsleben, klare Lebenswerte, hohe Toleranz; gemeinschaftsorientiert und -verantwortlich; Fähigkeit, sich intensiv auf andere einzulassen.

Relativ hohe Differenzierung; niedriger Grad an Verschmelzung; einigermaßen hinreichend definierte und nuancierte Meinungen und Werte; geringere Basis für Projektionen; ständig eine gewisse Angst bei von Konflikten geprägten Stellungnahmen.

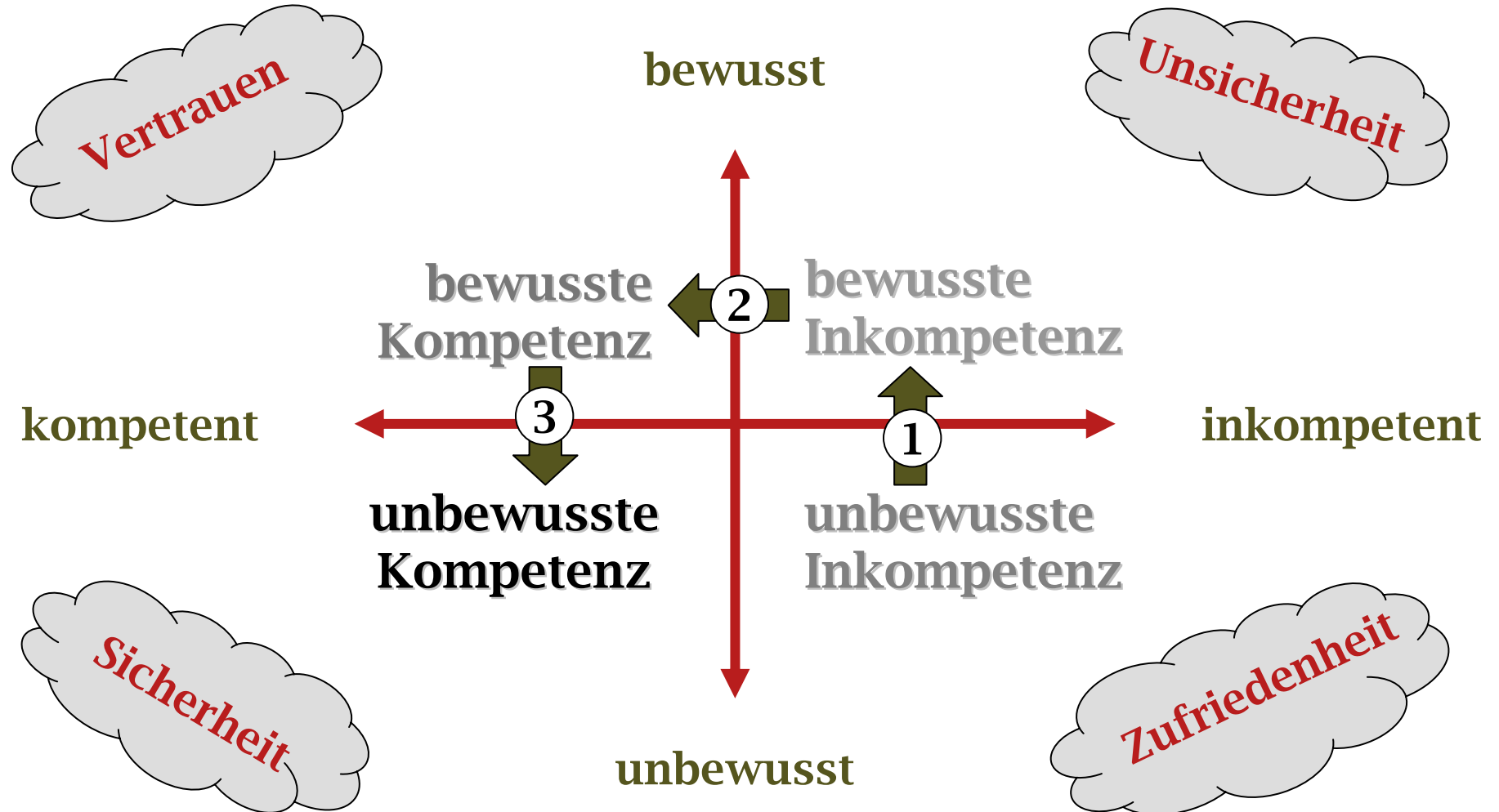
Schwach differenziertes Ich, überwiegend von Gefühlen gesteuert, Abhängigkeit von Harmonie-Disharmonie; fehlende oder niedrige Energie zur Selbststeuerung und zu zielgerichtetem Verhalten; Neigung zur Unterwerfung gegenüber äußeren Autoritäten und Systemen mit simplen, übersichtlichen Weltauffassungen; autoritär oder unterwürfig.

Niedrigste Differenzierung, hohe Verschmelzung (Konfluenz); von Gefühlen gesteuert, vom Umfeld gesteuert häufig ohne Verbindung zu den eigenen Gefühlen. Das Lebensziel besteht in der Vermeidung von Unannehmlichkeiten und Konflikten, häufig über suchtpregende Beziehungen zu anderen.

Modell für den Lernprozess des Menschen

Experte	Intuitive, holistische, synchrone Handlung.
Virtuose	Keine Regeln. Tut, was normal erscheint. Keine Unterbrechung durch analytische Überlegungen.
Erfahrener Ausführender	Jenseits analytischer Rationalität. Versteht und organisiert intuitiv. Entscheidungen werden analytisch gewertet.
Kompetenter Ausführender	Verhalten wird der konkreten Situation angepasst. Kann Prioritäten setzen und analysieren und über Plan und Ziel bewusst entschieden. Interpretation und Urteil gehören zum Handeln. Hat ein „inneres Verhältnis“ zum Ergebnis.
Fortgeschrittener Ausführender	Vom Kontext abhängig. Erkennt relevante Aspekte in relevanten Situationen. Situationen gleichen einander. Versuch und Irrtum ist Methode.
Anfänger	Vom Kontext unabhängig. Gebunden an Lehrbuch, nicht wirklicher Situationen verankert. Handlungen und Ergebnisse stehen in „einem äußeren Verhältnis“ zum Anfänger.

Von der unbewussten Inkompetenz...



„Ich lerne aus den Rückmeldungen anderer.“

