Ein Tag im Zeichen der Lehrergesundheit

11.06.2026 | 11:58 von allg. Beitrag

#-



Am Montag, den 11. Mai 2026, gestaltete das Kollegium des Hans-Küng-Progymnasiums ein ganz besonderes Programm. An diesem Tag standen kein Regelunterricht und ausnahmsweise auch nicht die Schüler*innen im Zentrum. Leitgedanke des Tages war es, wie ein gesunder und ausgeglichener Lehreralltag möglich ist, der zwischen intensivem Unterricht, Korrekturen und Strukturaufgaben noch Erholungsphasen erlaubt. Der Gesundheitstag begann deshalb zunächst einmal mit einem gesunden und leckeren, vom Personalrat organisierten, Obstfrühstück.

Der weitere Tagesverlauf griff einen Schwerpunkt auf, welcher bewusst nicht die typischen erholsamen und ablenkenden Momente nach Schulende (im Rahmen des privaten Umfeldes am Feierabend) reflektierte. Vielmehr ging es darum, wie im Schulalltag vor Ort, mit Hilfe von Rücksichtnahme, gegenseitigem Respekt, bewusster sprachlicher Kommunikation und Raum für Bedürfnisse, eine gesundheitswirksame Arbeitsatmosphäre entstehen kann – und langfristig bleibt.

Dafür ging es mit Hilfe von gruppenpädagogischen Impulsen in spielerische, herausfordernde und immer nur in Gruppen lösbare Situationen. Einige Impulse kannte das Kollegium bereits vom Anwenden mit

Klassen, umso spannender war es jedoch, sich selbst in der aktiven Rolle zu erleben. Weitere Impulse schulten sowohl das aktive Zuhören als auch das Aha-Erlebnis, wenn man ausführlich Sprechzeit für Gedanken bekommt. Besonders die Partnerübung “Walk & Talk“ fand hier großen Anklang.

Mit diesen Erlebnissen, egal ob energiegeladen, humorvoll, jedoch bisweilen auch andächtig, gehen wir mit frischer Motivation in die Abschlussphase des Schuljahres und bedanken uns bei allen, die zum Gelingen des Tages beigetragen haben!

Ein ganz besonderer Dank gilt Tom Filbrandt und seinem Team, welches uns mit viel Expertise lehrreiche Reflexionen und Kommunikationswege vermittelt hat. Die Organisation EOS (https://eos-erleben.de/) legen wir Bildungseinrichtungen deshalb gerne ans Herz.

Einen Kommentar schreiben