

SCHULE LEITEN

Stress und Resilienz

Herausgeberin dieser Ausgabe: Christiane von Schachtmeyer

HINTERGRUND

Christiane von Schachtmeyer

Von Stress und Resilienz in der Schule

Eine Orientierung

2

THEMA

Miriam Arnold, Thomas Rigotti, Matthias Nübling,
Hans-Joachim Lincke, Sophie Baeriswyl, Andreas Krause

Engagierte Schulleitungen und Stress

Ein empirischer Blick auf Ressourcen und Resilienz

5

Esther Dominique Klein

Das System stärken

Organisationale Resilienz an Schulen

8

Christiane von Schachtmeyer

Burnout als Folge von Stress?

Erklärungen für Führungskräfte

10

Christiane Canstein

Gesundheit fördern mit Dialog

Burnout-Prävention in Schulen

12

Markus Plesner, Ulrich Prehn

Resilienzbereiche im Schulleitungsteam

Gespräch über systematische Lokalisierung und Stärkung
von Widerstandskraft

15

Christiane von Schachtmeyer

Selbstwirksamkeit durch kohärentes Handeln

Personale Resilienz stärken

18

Christiane von Schachtmeyer

Wer's glaubt, wird selig – oder?

Glaubenssätze als Hindernis zu mehr Resilienz hinterfragen

20

Benjamin Miller

Damit die Seele mitkommt

Ist-Soll-Diskrepanzen für Lösungen nutzen

22

Christiane von Schachtmeyer

Nicht nur auf Probleme schießen!

Mit dem Konzept lösungsorientierender Kommunikation
die Selbstwirksamkeit erhöhen

25

Anne-Katrin Karl

Überzeugung als Manövrierte

Eine Ermutigung, Haltung zu zeigen

28

Marcus Eckert, Eva Schandro

Klinisches Classroom Management

Mit psychischen Störungsbildern im Unterricht umgehen

32

Heike Ott

Schule kooperativ leiten

Agile Ansätze zum selbstgesteuerten Aufgabenmanagement

35

Marina Karp

„Komm mal runter!“

Achtsamkeitstraining für Brennpunktschulen

38

Im Abo enthalten:
**Schule leiten
digital**

So erhalten Sie Zugang
zur digitalen Ausgabe:
<https://fr-vlg.de/sl>

MAGAZIN

Helmut Lungershausen

„Chronischer Lehrkörper-Stress“

Dr. Domopolmonis erklärt das Leiden

40

Ina Stephan

Resilienz bei Lernenden stärken

Aufklärung und Anleitung für die Praxis

42

Jochen Vatter

Gesprächsführung als Leitungsaufgabe

Praxisbuch zum Üben

43

Florian Schröder

Psychische Probleme im Licht des Arbeits- und Dienstrechts

Zwischen Fürsorge und Schutz vor betrieblichen Nachteilen

44

Paul Richter, Stefan Pabst

Bildungsgerechtigkeit an der Schnittstelle zur Hochschule

Begabtenförderung der Studienstiftung des deutschen Volkes

46

Impressum / Vorschau

49

SCHULE LEITEN – SIE MACHEN DAS.

Liebe Leser:innen!

Mitte Juni 2023 kam der Schulleitungsmonitor mit alarmierenden Zahlen heraus: 25 % der Schulleitung spielen mit dem Gedanken, die eigene Schule zu verlassen. (Bei der letzten Umfrage 2017 waren es 18 %.) Und auch für die anderen Befragten sind zuweilen die Belastung und das Arbeitsaufkommen extrem hoch – bei mangelnder Unterstützung. Sie werden das aus Ihrem Alltag kennen. Wir können die Lage an Ihrer Schule nicht verändern. Aber wir können aufzeigen, wie Sie stressige und belastende Situationen besser meistern, gemeinsam mit Ihrem Team und indem Sie eigene Ressourcen wie die des Systems besser nutzen. Resilienz ist, wenn man's trotzdem schafft.

Wir wünschen eine bestärkende Lektüre!
Ihre Redaktion SCHULE LEITEN