

Informationen und Tipps für die Schulleitungen

„Wie soll ich mich bei einem Burnout einer Lehrperson
verhalten?“

Schule Bassersdorf

Inhalt

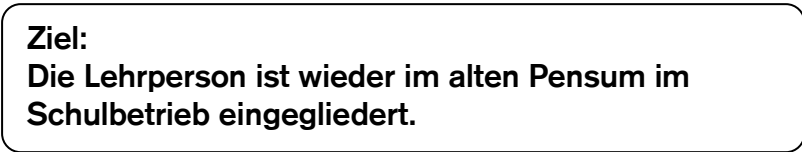
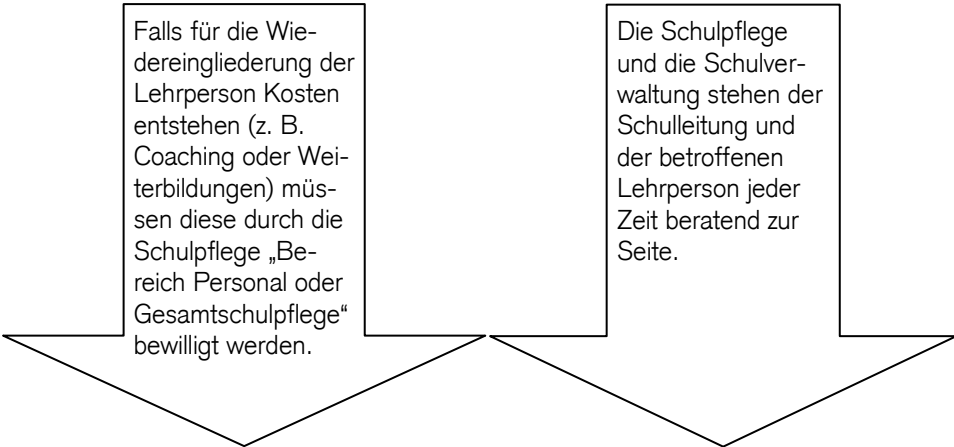
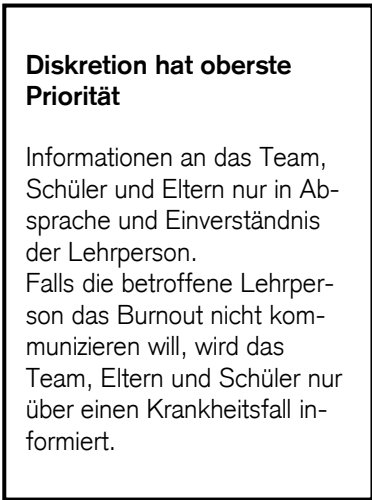
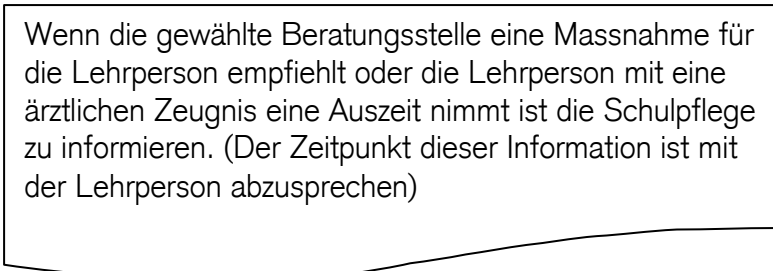
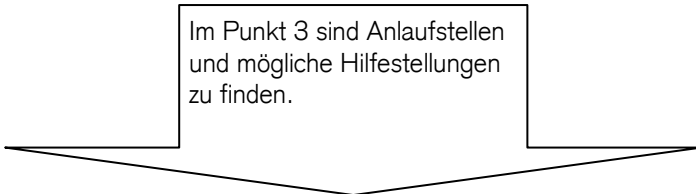
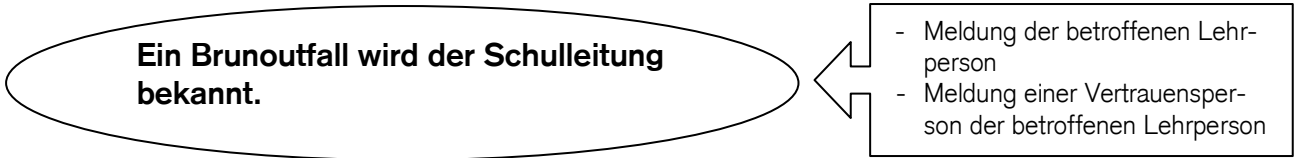
1. Vorwort / Prävention	2
2. Arbeits- und Informationsablauf	3
3. Wenn ein Fall von Burnout auftaucht	4
3.1 Mögliche Vorgehensweisen.....	4
3.2 Adressen von professioneller Hilfe	6

1. Vorwort / Prävention

Die Arbeitsgruppe hat sich intensiv mit der Thematik befasst. Das prioritäre Ziel ist es Burnouts zu vermeiden. Burnouts können vermieden werden, wenn frühzeitig individuelle Hilfestellungen geleistet werden können. Um den Bedarf solcher Hilfestellungen rechtzeitig festzustellen, muss das ganze Lehrerteam auf die Anzeichen sensibilisiert werden. Mit regelmässigen Veranstaltungen zum Thema von externen Beratern wird das Lehrpersonal zukünftig auf die Thematik aufmerksam gemacht. Diese Veranstaltungen werden nach Bedarf von den Schulleitungen organisiert und durchgeführt.

Um das Lehrerteam in den einzelnen Schuleinheiten zu stärken und zu schulen werden die Schulleiter in Zukunft einen Betrag für Burnout Prävention budgetieren.

2. Arbeits- und Informationsablauf



3. Überblick Hilfestellungen, Massnahmen, Anlaufstellen

3.1 Hilfestellungen und mögliche Massnahmen

Unterstützung im Schulalltag

Time out

Bedingung	Dispensation von Arzt über ganze Zeit	Pflicht
Dauer	mind. zwei Monate	Empfehlung SL
Vermuteter Vorteil	Resetting ausserhalb Schulalltag	
Vermuteter Nachteil	Wiedereinstieg in gleiche Klasse	

Klassenhilfe durch Teilzeit-LP

Bedingung	Teilzeit-Dispensation von Arzt über ganze Zeit	Pflicht
Dauer	mind. 3 Monate	Empfehlung SL
Vermuteter Vorteil	Verbleib im Schulalltag	
Vermuteter Nachteil	Kein völliges Aussteigen und Abspannen	

Klassenhilfe durch Teilzeit-Nicht-LP

Bedingung	Befristet; Präsidialer Entscheid durch SPF	Pflicht
Dauer	mind. 2 Monate	Empfehlung SL
Vermuteter Vorteil	Verbleib im Schulalltag	
Vermuteter Nachteil	Kein völliges Aussteigen und Abspannen möglich	

Begleitende Massnahmen (individuell)

Intensivberatung am Arbeitsplatz an PHZH

Bedingung	Rahmenvertrag, Kostengutsprache durch SPF nötig	
Dauer	3-6 Monate	Gem. Setting
Vermuteter Vorteil	Konkrete Hilfe im Schulalltag, vor Ort (on the job)	
Vermuteter Nachteil	„nur“ Arbeitsplatz bezogen	

Case Management des VSA

Bedingung / Ablauf	Kontaktaufnahme mit Frau Bachmann, 043 259 22 94 unverbindliches Erstgespräch → Setting	
Dauer	Je nach Bedarf	
Vermuteter Vorteil	Kosten werden vom Kanton getragen Konkrete Hilfe im Schulalltag, vor Ort (on the job)	
Vermuteter Nachteil		

Persönliches Coaching (z.B. am IAP, Zürich, Ch. Waser „Schulsupport“, Meilen)

Bedingung	Teilweise Kostengutsprache durch SPF möglich, ev. durch KK	
Dauer	Grundsätzl. unbegrenzt	
Vermuteter Vorteil	Lebenshilfe generell (near the job)	
Vermuteter Nachteil	Hohe Kosten	

Begleitende Massnahmen (kollektiv)**Kurse zum Thema (z.B. „Schule im Schwitzkasten“ am Ausbildungsinstitut Meilen, Ch. Waser „Schulsupport“)**

Bedingung	Kosten müssen ev. bei der Schulpflege abgeholt werden.	
Dauer	Je nach Kurs.	
Vermuteter Vorteil	Wenn mehrere Lehrpersonen teilnehmen sehr anonym.	
Vermuteter Nachteil	Nicht spezifisch für die betroffene Lehrperson angepasst.	

3.2 Adressen von professioneller Hilfe

Anlauf- und Beratungsstellen für Lehrpersonen und Schulleitungen

Pädagogische Hochschule Zürich
Beratung und Schulentwicklung
043 305 50 50
www.phzh.ch/beratung

Volksschulamt des Kantons Zürich
Abklärungen zu Massnahmen bei Burnout
Walchestrasse 21, 8090 Zürich
043 259 22 74
www.vsa.zh.ch

Zürcher Lehrerverband ZLV
Beratungsstelle Zürcher Lehrerinnen- und Lehrerverband
044 317 20 55
www.zlv.ch

Schulgesundheitsdienste der Stadt Zürich
Weiterbildungsangebote zum Thema Burnout für Lehr- und Betreuungspersonen
044 413 88 98
www.stadt-zuerich.ch/sg

Case Management des Schul- und Sportdepartements der Stadt Zürich
044 413 89 33
www.stadt-zuerich.ch/ssd

Case Management des Kantons Zürich
Koordinationsstelle Case Management des Volksschulamtes
043 259 22 94
cm@vsa.zh.ch

Schulsupport AG
Mainaustrasse 30
8008 Zürich
Postfach 379
8034 Zürich
043 499 20 90
043 499 20 99
info@schulsupport.ch

Weitere Informationen im Web

www.lehrerinnengesundheit.ch

burnout im Lehrperuf, Definition, Ursachen, Prävention

www.swissburnout.ch

Infos und Stelbsttest zu Burnout

www.stressnostress.ch

Stressabbau und Stressprävention am Arbeitsplatz. Informationen Massnahmen, Checklisten

www.gesunde-schulen.ch

Informationen zu Lehrergesundheit. Gesundheitsförderung in der Schule

www.kmu-vital.ch

Information und Leitfaden zu Gesundheitszirkeln

www.stadt-zuerich.ch/sg

Auswahl von Literatur zum Thema Burnout in der Schule

Bassersdorf, 29. Mai 2012

Eine Arbeitsgruppe der Schule Bassersdorf

Nicole Schlüssel, Schulpflege

Katja Mullis, Schulpflege

Urs Worni, Schulleiter

Christian Trüb, Schulleiter

Corinne Trösch, Sachbearbeiterin Schulverwaltung