

Erfurt, 29. November 2016



Neues Seminar für Thüringer Lehrer: mit Stress und Mobbing besser umgehen

Zur Stärkung der psychischen Gesundheit von Schülern und Lehrern in Thüringen bietet die Barmer GEK und das Thüringer Ministerium für Bildung jetzt das Programm „MindMatters“ an. In einem eintägigen Seminar erhalten Lehrer aus ganz Thüringen vertieftes Wissen und Tipps zum Umgang mit psychischen Belastungen in der Schule. „Im besten Fall wirkt MindMatters wie ein Frühwarnsystem, weil die Wahrnehmung für psychische Alarmsignale gestärkt wird“, sagt **Hermann Schmitt**, Landesgeschäftsführer der BARMER GEK in Thüringen. „Wir alle wollen eine gesunde Schulkultur im Umgang miteinander. Sowohl unter den Schülern als auch den Pädagogen. In Zeiten von Schulburnout und Reizüberflutung brauchen wir deshalb mehr Achtsamkeit. Diesen ganzheitlichen Ansatz verfolgt MindMatters.“

Laut einer Studie des Robert-Koch-Instituts (2013) werden bei jedem fünften Kind (20,2 Prozent) in Deutschland zwischen 3 und 17 Jahren Hinweise auf psychische Störungen festgestellt. „Es ist wichtig, dass Lehrer in die Lage versetzt werden, diesem Trend etwas entgegen zu setzen und dabei auch die eigene Gesundheit im Blick zu behalten. Dabei wollen wir sie unterstützen“, so Schmitt weiter. Das Programm MindMatters vermittelt Kompetenzen im Umgang mit Stress, psychischen Störungen, Trauer oder Mobbing im schulischen Alltag und stärkt die Widerstandsfähigkeit.

„... tagtäglich einer großen psychischen Belastung ausgesetzt“

Erste Resonanzen bei der Schulung zum Auftakt am 16. November belegten den großen Bedarf an Weiterbildung. **Christine Mayer, Lehrerin aus Gera:** „Das Thema Lehrergesundheit steht für alle Beteiligten im Mittelpunkt des Berufslebens, aufgrund vor allem struktureller Bedingungen wie Altersstruktur und Personalzahlen. MindMatters ist sehr gut durchdacht und gibt gute Anregungen zur Umsetzung im Schulalltag.“ Sie wünsche sich mehr solcher Angebote an den Schulen, etwa im Rahmen von Projekttagen, die von Fachleuten angeboten werden. **Lehrerin Rita Heyder, Jena:** „Die anwesenden Lehrer haben sich für diese Weiterbildung angemeldet, da sie

PRESSESTELLE THÜRINGEN

Johannesstraße 164
99084 Erfurt

Robert Büssow

Tel.: 0361 789 52630

Mobil: 0160 90 45 69 66

Robert.Buessow@barmer-gek.de

www.barmer-gek.de/presse-thueringen

 @BARMER_GEK_TH

Die Visitenkarte
als QR-Code:





tagtäglich einer großen psychischen Belastung ausgesetzt sind und die Folgen bei sich selbst und Kollegen beobachten. Auch die zunehmend auftretenden psychischen Probleme bei Schülern waren ein Antrieb. MindMatters bietet eine Vielzahl an Methoden, um vorbeugend oder bei auftretenden Problemen richtig reagieren zu können.“

Für die nächste Fortbildung am **5. Dezember 2016 in Erfurt von 9 bis 16 Uhr in Erfurt** können sich interessierte Lehrer der Sekundarstufe (Regelschulen und Gymnasien) weiterhin anmelden. Weitere Termine – auch für Grundschulen – sind im nächsten Jahr geplant. Informationen erhalten Sie unter www.schulportal-thueringen.de/home

Hintergrund

MindMatters ist ein Kooperationsprogramm der BARMER GEK, der Landesunfallkasse Niedersachsen, des Gemeinde-Unfallversicherungsverbandes Hannover, der Unfallkasse Nordrhein-Westfalen und der Leuphana Universität Lüneburg. In der Fortbildung wird ein umfassendes Programm für Schulen vorgestellt, das im Rahmen des Konzepts der guten gesunden Schule zur Förderung der psychischen Gesundheit von Schülerinnen, Schülern und Lehrkräften beiträgt. Die Arbeits- und Lernbedingungen von Schülerinnen, Schülern und Lehrkräften werden durch den Einsatz von MindMatters-Unterrichts- und Schulentwicklungsmaterialien gezielt verbessert. Weiterführende Informationen im Internet unter <http://www.mindmatters-schule.de>