

Liebe Interessenten,

derzeit entwickle ich ein Projekt, um das Thema Gesundheit mit Service Learning / Lernen durch Engagement zu verbinden. Meine Ansatzpunkte hierfür sind:

- ☐ SL als gesundheitsfördernde Unterrichtsform (für Lehrer und Schüler)
- ☐ SL als gesundheitsfördernder Beitrag zur Schulentwicklung
- ☐ Zusätzliche Belastungen durch besonderes Engagement beispielsweise bei der SL-Einführung als Anforderung an den einzelnen und die Schule
- ☐ SL-Projekte mit Gesundheitsthemen z.B. Prävention, Achtsamkeit, Stressbewältigung)

Um zu erfahren, wie Sie in Ihrem jeweiligen Bereich die Bedeutung dieser Ansatzpunkte einschätzen, bitte ich Sie um ein paar Minuten Ihrer Zeit, um diesen Fragebogen auszufüllen. Mein Ziel ist es, den Realen Bedarf für eine Verbindung von Gesundheit und Lernen durch Engagement zu ermitteln. Der Fragebogen ist in 5-10 Minuten zu schaffen.

Den ausgefüllten Fragenbogen bitte per Mail als scan oder per Post an mich zurück zu schicken. Weitere Infos unter www.burnout-hilfe-lehrer.de.

Vielen Dank und herzliche Grüße

Wolfgang Hübner

Und los geht's ...

1. Welche gesundheitsfördernden Maßnahmen gibt es an Ihrem Arbeitsplatz (bitte ankreuzen, gerne Details auf die Rückseite schreiben)?

- ☐ Betriebliches Gesundheitsmanagement
- ☐ Einzelne Kursangebote (z.B. Entspannung, Kommunikation, ...)
- ☐ Supervision / Coaching
- ☐ Initiativen der Mitarbeiter (z.B. kollegiale Beratung)

☐ Anderes, und zwar _____

2. Welche Projekte zum Thema Gesundheit haben Sie oder Ihre Kollegen an Ihrem Arbeitsplatz bereits selbst durchgeführt (bitte ankreuzen, gerne Details auf die Rückseite schreiben)?

- ☐ Lernen durch Engagement
- ☐ Andere Projekte mit Schülern
- ☐ Projekte mit Eltern, Fördervereinen u.ä.
- ☐ Projekte im Bereich des betrieblichen Gesundheitsmanagements
- ☐ Von Mitarbeitern privat organisierte Projekte

☐ Andere Projekte, und zwar _____

3. Die Umsetzung welcher Projekte zum Thema Gesundheit könnten Sie sich in Zukunft an Ihrem Arbeitsplatz vorstellen?

Bitte ankreuzen!	auf je- den Fall	eher ja	vielleicht	eher nein	auf kei- nen Fall	weiß nicht
Lernen durch Engagement						
Andere Projekte mit Schülern						
Projekte mit Eltern, Fördervereinen u.ä.						
Projekte im Bereich des betrieblichen Gesundheitsmanagements						
Von mir initiierte sonstige Projekte (z.B. Gesundheitszirkel)						
Andere Projekte, und zwar:						

4. Für welche Themenschwerpunkte können Sie sich LdE-Projekte vorstellen?

Bitte ankreuzen!	auf je- den Fall	eher ja	vielleicht	eher nein	auf kei- nen Fall	Weiß nicht
Bewegung						
Ernährung						
Umgang mit Genuss-/Suchtmitteln						
Stressreduktion / Entspannung						
Gesundheitsgerechter Umgang miteinander (Kommunikation, Konflikte)						
Andere Themen, und zwar:						

5. Welche Maßnahmen für Ihre eigene Gesundheit setzen Sie bereits jetzt regelmäßig um (bitte ankreuzen)?

- ☐ Regelmäßige Bewegung / Sport
- ☐ Bewusste Ernährung und Umgang mit Genuss- und Suchtmitteln
- ☐ Entspannungsübungen (Autogenes Training, Progressive Muskelrelaxation, Meditation u.ä.)
- ☐ Seminare / Weiterbildung (z.B. Stressbewältigung, Kommunikation u.ä.)
- ☐ Gesundheitsgerechter Umgang miteinander (Kommunikation, Konfliktbewältigung)
- ☐ Gesundheits-Beratung / Supervision in der Gruppe
- ☐ Gesundheits-Beratung / Coaching einzeln
- ☐ Andere Maßnahmen, und zwar _____

6. Welche Themenschwerpunkte sind für Sie persönlich besonders wichtig?

Bitte ankreuzen!	sehr wichtig	eher wichtig	mittel-mäßig	eher unwichtig	völlig unwichtig	weiß nicht
Bewegung						
Ernährung						
Umgang mit Genuss-/Suchtmitteln						
Stressreduktion / Entspannung						
Gesundheitsgerechter Umgang miteinander (Kommunikation, Konflikte)						
Andere Themen, und zwar:						

7. Bei welchen Angeboten der Gesundheitsförderung an Ihrem Arbeitsplatz würden Sie aktiv mitmachen (bitte ankreuzen)?

- ☐ Kurse / Vorträge zu Bewegung / Sport
- ☐ Kurse / Vorträge zu Ernährung und zum bewussten Umgang mit Genuss- und Suchtmitteln
- ☐ Kurse / Vorträge zu Entspannungsübungen
- ☐ Kurse / Vorträge zu Stressbewältigung
- ☐ Kurse / Vorträge zum gesundheitsgerechten Umgang miteinander (Kommunikation, Konfliktbewältigung)
- ☐ Gesundheits-Beratung / Supervision in der Gruppe
- ☐ Gesundheits-Beratung / Coaching einzeln
- ☐ Gesundheitsmanagement als Teil der Schul-/Betriebsentwicklung
- ☐ Andere Maßnahmen, und zwar _____

8. Wie bewerten Sie diese Aussagen?

Bitte ankreuzen!	stimmt genau	stimmt eher	halb-halb	stimmt eher nicht	stimmt gar nicht	weiß nicht
LdE ist eine für Lehrer gesundheitsfördernde Unterrichtsform						
LdE ist eine für Schüler gesundheitsfördernde Unterrichtsform						
LdE ist ein gesundheitsfördernder Beitrag zur Schulentwicklung						
LdE stellt für Lehrer eine zusätzliche Belastung dar						
LdE stellt für Schüler eine zusätzliche Belastung dar						

9. Ich arbeite als (bitte ankreuzen)

- | | | |
|--|-----------------------------------|---|
| ☐ Schüler*in | } | Lernstufe/Klasse: _____ |
| ☐ Lehrer*in | | Schulart: _____ |
| ☐ Schulleitung | | Schulgröße (Zahl Schüler*innen) _____ |
|
 | | |
| ☐ Schulverwaltung/Schulamt/Ministerium | | |
| ☐ Schulbegleiter*in | ☐ Selbständig | ☐ in Institution: _____ |
| ☐ Berater*in/Coach/Therapeut*in | ☐ Selbständig | ☐ in Institution: _____ |
|
 | | |
| ☐ Anderer Bereich, und zwar _____ | | |

10. Ich arbeite in (bitte ankreuzen)

- ☐ Deutschland, Bundesland _____
- ☐ Schweiz
- ☐ Österreich
- ☐ woanders, nämlich: _____

Was ich zum Thema Gesundheitsförderung und Lernen durch Engagement auf jeden Fall noch sagen möchte, habe ich auf der Rückseite notiert!

Und nun zurückschicken! Herzlichen Dank! Falls Sie mehr wissen wollen:

- ☐ Da ich über die Ergebnisse der Umfrage informiert werden möchte, nenne ich hier meinen Namen und meine eMail-Adresse*. Ich erhalte dann einmalig eine Mail mit den Ergebnissen

- ☐ Da ich auch weiterhin Informationen zum Thema Gesundheitsförderung in der Schule in Verbindung mit Lernen durch Engagement erhalten möchte, nenne ich hier Namen, Anschrift, Telefonnummer und eMail-Adresse*:

- ☐ Ich bin an einem Austausch interessiert und würde mich über eine Kontaktaufnahme freuen. Dabei geht es mir um folgende Themen:

**Datenschutzerklärung:*

Ihre Daten werden ausschließlich zu den oben von Ihnen angekreuzten Zwecken verwendet und nicht an Dritte weitergegeben. Ich versende nur eMails und diese nur mit der Einwilligung der Empfänger. Dabei nutze ich das Double-Opt-In-Verfahren: Sie erhalten eine E-Mail, in der Sie Ihre Einwilligung bestätigen sollen. Diese Bestätigung ist notwendig, um Sie als Inhaber der E-Mail zu verifizieren. Die Einwilligung wird gemäß den rechtlichen Anforderungen protokolliert. Sie können den Erhalt von eMails jederzeit kündigen. Einen Link dazu finden Sie in jeder eMail.