



Workshopdokumentation

Workshop 6

Gesund, gut und gerne unterrichten

Der Unterricht bildet das Kerngeschäft einer jeden Lehrperson – entsprechend bedeutsam ist es, ihn salutogen für Lehrende und Lernende zu gestalten. Ziel des Workshops ist es, sich in der Trias von «gesund, gut und gerne» in Bezug auf den Unterricht (neu) zu verorten:

- Gesund unterrichten: Gut für sich selber sorgen und dynamisch balancieren
- Gut unterrichten: Die Lernprozesse der Schüler/-innen unterstützen
- Gerne unterrichten: Den Funken zünden, Feuer entfachen und sich über Gelungenes freuen

Wie dies gelingen kann, wird im Workshop aufgezeigt. Die Teilnehmenden lernen praxisbezogene Erfahrungsfelder zu «gesund, gut und gerne unterrichten» kennen, die zum Austausch über salutogene Unterrichtstools und zur Anwendung in der Praxis anregen.

Dr. Nadja Badr, Fachdidaktikerin für Pädagogik und Psychologie, Gesundheitsressourcetrainerin, Institut für Erziehungswissenschaften, [Universität Zürich](#), Zürich

David Schmocker, Doktorand und wissenschaftlicher Mitarbeiter, Psychologisches Institut, [Universität Zürich](#), Zürich

Station 1: Gesund unterrichten

Grundannahmen

„Gesund unterrichten“ kann gelingen, wenn die Lehrperson...

... die Komplexität des Unterrichts auf das Wesentliche reduzieren und Bildung entfachen.

... persönliche, soziale und institutionelle Ressourcen nutzt und ihre Widerstandskraft stärkt.

...(Selbst-)Wirksamkeit erfährt: durch Lernende, das Kollegium, die Schulleitung und sich selbst.

Übungen

Die Übungen zum Bereich „Gesund unterrichten“ ermöglichen

- eine Auseinandersetzung mit den typischen Arbeitsmustern von Lehrpersonen – insbesondere im Hinblick auf (Selbst-)Wirksamkeitserfahrungen;
- die praxisbezogene Konkretisierung der Merkmale gesunden Arbeitsverhaltens;
- auf den Verlauf des Schuljahres bezogene Analysen hoher/reduzierter Belastungen;
- energiespendende Ideenfindung für „Blaue Stunden“;
- salutogene Wendungen gesundheitsschädigender Eckpunkte „klassischer“ Biographien von Lehrpersonen.

Vorgehen

Wählen Sie zu viert eine oder zwei Übungen aus dem Bereich „Gesund unterrichten“ aus, die Sie während ca. 15' bearbeiten. Die verbleibende halbe Stunde widmen Sie den anderen beiden Bereichen aus der Trias „Gesund, gut & gerne unterrichten“.

Wir – Nadja Badr und David Schmocker – stehen Ihnen sehr gerne bei Fragen oder für Gespräche zur Verfügung!

Um 12.25 Uhr (erste WS-Runde) bzw. um 14.10 Uhr (zweite WS-Runde) treffen wir uns im Raum 2.B02.

Station 2: Gut unterrichten

Grundannahmen

„Gut unterrichten“ kann gelingen, wenn die Lehrperson...

... über ein vertieftes Verständnis von Lern- und Leistungsprozessen verfügt.

... einen zielorientierten, lernförderlichen und flüssigen Unterrichtsverlauf erzeugt.

... wie auch die Schüler/innen vielfältige Kompetenzerfahrungen sammeln können.

Übungen

Die Übungen zum Bereich „Gut unterrichten“ ermöglichen

- vielfältige Auseinandersetzungen mit Gütekriterien von Unterrichtsformen, die das Lernen der Schüler/innen fördern;
- sich exemplarisch zu überlegen, was in einzelnen schulischen Themenbereichen wirklich(!) wichtig ist und was getrost verschoben oder entrümpelt werden kann;
- das Finden von ganz unterschiedlichen Bereichen, in denen Kompetenzerfahrungen gefunden und gesammelt werden können.

Vorgehen

Wählen Sie zu viert eine oder zwei Übungen aus dem Bereich „Gut unterrichten“ aus, die Sie während ca. 15' bearbeiten. Die verbleibende halbe Stunde widmen Sie den anderen beiden Bereichen aus der Trias „Gesund, gut & gerne unterrichten“.

Wir – Nadja Badr und David Schmocker – stehen Ihnen sehr gerne bei Fragen oder für Gespräche zur Verfügung!

Um 12.25 Uhr (erste WS-Runde) bzw. um 14.10 Uhr (zweite WS-Runde) treffen wir uns im Raum 2.B02.

Saluto!

Bereich: Gesund, gut und gerne unterrichten

Workshop 6: Gesund, gut und gerne unterrichten

Station 3: Gerne unterrichten

Grundannahmen

„Gerne unterrichten“ kann gelingen, wenn die Lehrperson...

... für diverse Situationen passende Haltungen findet und Probleme frühzeitig anpackt.

... sich bewusst und freudvoll engagiert – und sich angemessen distanzieren kann.

... Wertschätzung und Anerkennung erfährt.

Übungen

Die Übungen zum Bereich „Gerne unterrichten“ ermöglichen

- die Entwicklung von praxisbezogenen Metaphern/Haltungen, die den Unterrichtsalltag hilfreich dynamisieren und entlasten;
- das Finden von all jenem, wofür man wirklich brennt und all dem, was dieses Feuer aufrechterhält;
- das Sichtbarmachen von Quellen der Wertschätzung und Anerkennung.

Vorgehen

Wählen Sie zu viert eine oder zwei Übungen aus dem Bereich „Gerne unterrichten“ aus, die Sie während ca. 15' bearbeiten. Die verbleibende halbe Stunde widmen Sie den anderen beiden Bereichen aus der Trias „Gesund, gut & gerne unterrichten“.

Wir – Nadja Badr und David Schmocker – stehen Ihnen sehr gerne bei Fragen oder für Gespräche zur Verfügung!

Um 12.25 Uhr (erste WS-Runde) bzw. um 14.10 Uhr (zweite WS-Runde) treffen wir uns im Raum 2.B02.

