




**Referentinnen und Referenten
der Schulberatungsstelle Oberbayern- Ost
für Vorträge und Fortbildungen im Bereich Stressmanagement**








Die Fortbildungsangebote sind bezogen auf den schulischen Alltag und können verschiedene Schwerpunkte haben z. B. Stressmanagement (Einführung), Work-Life-Balance, Stärken bewusst nutzen, Zufriedenheit steigern, Zeit- und Selbstmanagement, Erholung(-s)pausen finden, Klassenführung. Ein mehrmaliges Fortbildungsangebot zur Förderung der Lehrergesundheit ist AGIL (Arbeit und Gesundheit im Lehrberuf). Schul-/(-art) übergreifende Angebote in diesem Schuljahr finden Sie in FIBS und auf unserer Homepage.

Bei Interesse an einem Vortrag oder einer Fortbildung wenden Sie sich bitte direkt an die Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner auf dieser Liste. Sie sind bei der Wahl der Referentin bzw. des Referenten nicht an den Landkreis Ihrer Schule oder an Ihre Schulart gebunden. Im Rahmen der Auftragsklärung können Sie gemeinsam beraten, welche Inhalte und Formate für Ihre Schule oder für Sie persönlich am passendsten sind.

Bei allgemeinen Fragen können Sie sich auch gerne an lehrergesundheit@sbst.de wenden; diese Emailadresse wird vom Beauftragten für Lehrergesundheit StD A. Geist und von OStRin R. Hub betreut.

Ggf. Bild	Name	Dienstliche E-Mail Angebote	Schulart/ Dienstort
Landkreis Erding und Freising			
	Bauer-Jepure Ruth OStRin, Staatliche Schulpsychologin, Coach (LMU)	ruth.bauer@fosbos-erding.de Stressmanagement/ AGIL, Einzelcoaching	Berufliche Oberschule Erding (ED)
	Brosow Ivonne StRin, Beratungslehrerin	i.brosow@afg-erding.de Stressmanagement/ AGIL, Kollegiale Beratung	Gymnasium Erding (ED)
Landkreis Ebersberg			
	Lauterbach Esther RSLin, Beratungslehrerin	esther.lauterbach@realschule-poing.de Stressmanagement/ AGIL, Kollegiale Beratung	Realschule Poing (EBE)

Landkreis Ebersberg (Fortsetzung)			
	Dorner-Ramelow Susanne Lin, Staatliche Schulpsychologin	sudora@web.de Stressmanagement/ AGIL, Supervision (i. A.)	Mittelschule Vaterstetten (EBE)
Landkreis Rosenheim			
	Klostermeyer Barbara BRin, Staatliche Schulpsychologin	Barbara.Klostermeyer@LRA-Rosenheim.de Stressmanagement/ AGIL, Kollegiale Beratung	Mittelschule Ed- ling, Beratungsrektorin am Schulamt Ro- senheim (RO)
	Blöching Ingrid StDin, Beratungslehrerin, Supervisorin	ingrid.bloechinger@schulen.rosenheim.de Supervision/Coaching/ AGIL	Gymnasium Rosenheim
	Stuhmann Silke StRin, Beratungslehrerin	s.stuhmann@rs-wor.de Stressmanagement/ AGIL, Kollegiale Beratung	Realschule Wolf- ratshausen
Landkreis Miesbach			
	Schäffner Markus StR, Beratungslehrer	schaeffner.markus@gmx.de Stressmanagement/ AGIL, Kollegiale Beratung	Mittelschule Hausham (MB)

Landkreise Altötting und Mühldorf			
	Huber Elisabeth Lin, Staatliche Schulpsychologin	elisabeth.huber@schulpsychologie.gsms-ob.de Stressmanagement/ AGIL, Kollegiale Beratung	Grundschule Burgkirchen (AÖ)
	Kuhl Christian StR, Staatlicher Schulpsychologe	Christian.kuhl@gymnasiumwaldkraiburg.de Stressmanagement/ AGIL, Supervision (i. A. ALP)	Gymnasium Waldkraiburg (AÖ)
Landkreise Traunstein und Berchtesgaden			
	Holfelder Barbara StDin, Beratungslehrerin	b.holfelder@sboost.de Stressmanagement/ AGIL, Kollegiale Beratung	Berufliches Schulzentrum Miesbach (MB)
	Schwarz Bettina StDin, Beratungs- lehrerin	bettina.schwarz@jhg.bayern.de Stressmanagement/ AGIL, Kollegiale Beratung	Gymnasium Traunreut (TS)
	Von Seyerl Phoebe Lin, Staatliche Schulpsychologin	phoebe.vonseyerl@schulpsychologie.gsms-ob.de Stressmanagement/ AGIL, Supervision (i. A. ALP)	Grundschule Traunreut (TS)
	Ullrich Barbara BRin, Beratungslehrerin	ullrich@rs-rupertiwinkel.de Stressmanagement/ AGIL, Kollegiale Beratung, Lehrerstimme, Elterngespräche	Realschule Frei- lassing (BGL)

Auszug aus dem KMS zur Lehrergesundheit

Für **Lehrkräfte, schulische Führungskräfte** und **Schulleitungen** werden an den Staatlichen Schulberatungsstellen regelmäßig Fortbildungen zu verschiedenen Themen angeboten, u. a. **zum Zeit- und Selbstmanagement, zur Gesprächsführung, zur Stärkung der Lehrerpersönlichkeit und der Klassenführung, zur Burnout-Prophylaxe, zum gesundheitsförderlichen Umgang mit Konflikten und beruflichen Belastungen oder zum Ausbau der Führungskompetenzen und zur Teambildung in der erweiterten Schulleitung.**

Ein besonders wirksames Fortbildungsangebot zur Förderung der Lehrer-gesundheit stellt das Präventionsprogramm **AGIL (Arbeit und Gesundheit im Lehrberuf)** dar. Das Training basiert auf der Erkennung und Entschärfung von Stressoren und zielt auf eine Steigerung der Selbstwirksamkeit ab. Die Teilnehmer erwerben langfristig tragfähige Handlungskompetenzen im Umgang mit beruflichen Anforderungen. Die wissenschaftliche Evaluation hat eine hohe und nachhaltige Wirksamkeit des Trainingsprogramms nachgewiesen.

Schulpsychologinnen, Schulpsychologen und erfahrene Beratungslehr-kräfte, die zu AGIL-Trainerinnen und -Trainern ausgebildet worden sind, halten über die Staatlichen Schulberatungsstellen AGIL als **schulinternes und schulübergreifendes Fortbildungsangebot** bereit.

Vgl.: KMS vom 17.05.2021 (IV.9 – BS4305.21 – 6a.500) zur Lehrergesundheit