

ERFOLGREICH DURCH DIE KRISE

STARKE STRATEGIEN FÜR SCHWERE ZEITEN

Jeder Mensch erlebt hin und wieder eine Krise. Kleinere, aber auch größere, die einen so richtig aus der Bahn werfen können. Auch die Corona-Pandemie hat zu einer schweren Disruption in nahezu allen Lebensbereichen geführt und dabei zu unterschiedlich starken Herausforderungen geführt. Auch im Hinblick auf Bildung stehen wir vor einschneidenden Veränderungen. Gerade in solchen Situationen sind Lehrkräfte gefragt, die ihren Schüler*innen Halt geben. Um diesen geben zu können, braucht man selbst einen guten Stand. Nun leiden insbesondere Lehrer*innen aufgrund komplexer Tätigkeitsanforderungen und hohen beruflichen Belastungen überdurchschnittlich häufig unter psychischen Belastungen (z.B. Käser & Wasch, 2011), die mit einer erhöhten Zahl von Burn-outs in Korrelation steht.

Deshalb sollten Lehrer*innen frühzeitig Wege finden, um sich im Umgang mit Krisen, Veränderungen und Belastungen bereits im Vorfeld und möglichst dauerhaft zu stärken, oder anders gesagt: Sich eine hohe Resilienz anzueignen, um eine psychische und soziale Widerstandskraft zu entwickeln (Bobek, 2002).

Im Vortrag werden zunächst typische theoretische Merkmale einer Krise und dem damit verbundenen Stress dargestellt, bevor Aspekte zur Resilienz thematisiert und mit Lösungsmöglichkeiten, bestehend aus gesunder Bewegung, guter Ernährung und einer starken Haltung, erläutert werden.

Frau Dr. Daniela Worek erwarb an der Goethe-Universität das Lehramt an Grundschulen mit den Fächern Sport, Englisch und Deutsch. Später ergänzte sie dies mit dem Lehramt an Hauptschulen und Realschulen sowie dem Lehramt an Gymnasien. Im Oktober 2010 qualifizierte sie sich darüber hinaus als systemische Beraterin.

Während des Referendariats promovierte sie am Institut für Sport und Sportwissenschaft am Karlsruher Institut für Technologie über das Thema „Determinanten des Drop-outs im Tennis“. Neben mehreren Auslandsaufenthalten mit Studien- und Praxiszusammenhängen, unter anderem an der Universität Oahu, Hawaii, war sie tätig in Schule, Studienseminar, Staatlichem Schulamt, bei der Kultusministerkonferenz und im Hessischen Kultusministerium sowie in verschiedenen Bereichen dessen nachgeordneter Behörde, unter anderem als Sachgebietsleiterin für die „Anerkennung internationaler Lehramtsabschlüsse“. Bis Februar 2016 war sie Bundesratsbeauftragte für Gremien der Lehrerbildung in der Europäischen Kommission.

Derzeit ist sie in der Task-Force des Hessischen Ministeriums des Innern und für Sport zur Bewältigung der Corona-Pandemie tätig und vertritt zudem Deutschland in ENTEP (European Network on Teacher Education Policies) auch Leiterin des Gremiums.

Besondere Stärke: Bildungspolitische Leitungserfahrungen auf nationaler und internationaler Ebene

Schwerpunkte: Umgang mit Veränderungsprozessen und Krisenmanagement, Bildung und Digitalisierung, Internationalisierung und Diversität in der Lehrer*innenbildung, Systemische Beratung, Fachdidaktik Englisch

