



# StressKIT

StressKompetenz Individuell & in Teams

Vorträge  
Seminare & Workshops  
Individuelles Stressmanagement

## Ständige Erreichbarkeit bei Lehrerinnen und Lehrern – Vortrag (60 min) –

### Inhalte

Grenzen zwischen Lebensbereichen – Flexibilität und Durchlässigkeit

Was ist ständige Erreichbarkeit?

Verbreitung ständiger Erreichbarkeit bei abhängig Beschäftigten und Lehrerinnen und Lehrern

Ursachen und Auslöser von ständiger Erreichbarkeit

Auswirkungen ständiger Erreichbarkeit

Was kann man tun? Betriebliche und individuelle Maßnahmen

### Ziele

Lehrerinnen und Lehrer...

- sind für das Thema Erreichbarkeit sensibilisiert
- kennen die Gefahren ständiger Erreichbarkeit und können ihre eigenen Erreichbarkeitspraktiken hinterfragen
- wissen um die Bedeutung gemeinsamer schulischer Maßnahmen
- wissen, wie man eine gemeinsame Vorgehensweise zum Umgang mit Erreichbarkeit anstoßen kann
- kennen einfache Maßnahmen, um ihre eigene Erreichbarkeit zu reduzieren

 [www.stresskit.de](http://www.stresskit.de)

 [info@stresskit.de](mailto:info@stresskit.de)

 01520 - 4250842