

# Gemeinsam stark im Schulalltag

## Teamzusammenhalt als Schlüssel zur Lehrkräfte-Gesundheit

Der Berufsalltag von Lehrkräften ist durch ein hohes Maß an Eigenverantwortung und autonomes Arbeiten vor der Klasse geprägt. Die vielen Anforderungen des Aufgabengebietes als Lehrkraft müssen dabei i.d.R. weitestgehend allein bewältigt werden. Diese Gegebenheiten können das individuelle Stresserleben beeinflussen und zu Erschöpfung und gesundheitlichen Beeinträchtigungen führen. Unter den Herausforderungen des Schulalltages gewinnt daher die Zusammenarbeit und gegenseitige Unterstützung im Team immer stärker an Bedeutung und wird

zur wichtigen Ressource in der Lebenswelt Schule.

Ein starkes Team kann nicht nur die Qualität der pädagogischen Arbeit positiv beeinflussen, sondern auch auf das Entlastungserleben wirken und als Schutzfaktor für die psychische Gesundheit dienen.

Deshalb lohnt es sich, bewusst in den Zusammenhalt und die Zusammenarbeit des Teams zu investieren.



### Den Teamzusammenhalt stärken



Es gibt viele Möglichkeiten, die Zusammenarbeit und das kollegiale Miteinander in Lehrerkollegien gezielt zu fördern – insbesondere durch Maßnahmen, die den Austausch stärken, eine wertschätzende Kommunikation unterstützen und eine gut organisierte Arbeitsteilung ermöglichen.

Während einige teamfördernde Ansätze gut in den täglichen Arbeitsablauf integriert werden können, sollte man sich für einige teamstärkende Maßnahmen proaktiv explizite Zeitfenster nehmen und einplanen. Umfangreichere Vorhaben sollten z.B. im Rahmen der Vorbereitungswoche eingeplant werden.

Die nachfolgenden Tipps sind Beispiele erfolgreicher Teamarbeit aus Schulen in Sachsen-Anhalt zur Nachnutzung innerhalb Ihres eigenen Kollegiums.

## Bewährte Methoden

### für Zusammenarbeit und Austausch



- **Regelmäßige Meetings in Klassenstufen- oder Fachschaftsteams initiieren**, um Unterrichtsmethoden, Materialien und organisatorische Fragen (z. B. Vertretungen) gemeinsam zu besprechen
- **Arbeiten in altersgemischten Teams ermöglichen**, um Lernen voneinander und gegenseitiges Verständnis zu fördern
- **Team-Teaching und kollegiale Hospitationen einführen**, um Methodenvielfalt im pädagogischen Arbeiten zu erhöhen und bewährte Ansätze gezielt einzusetzen – z. B. beim digitalen Lehren und Lernen
- **Schwierige Gespräche im Duo führen, z. B. bei Elterngesprächen**, um Sicherheit und Professionalität zu stärken
- **Kollegiale (Fall-)Beratung nutzen**, um gemeinsam Lösungen für herausfordernde Situationen mit Schüler\*innen zu entwickeln

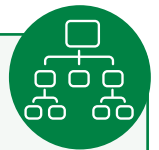


### für Kommunikation und Wertschätzung



- **Klare Kommunikationsregeln im Team vereinbaren**, um respektvollen, transparenten und effizienten Austausch sicherzustellen
- **Positive Erlebnisse im Team bewusst reflektieren**, um Wertschätzung auszudrücken und Motivation zu fördern
- **Offene Phase des Ankommens im Lehrerzimmer etablieren**, z. B. 15 Minuten vor Schulstart bei einem gemeinsamen Kaffee, für einen entspannten Start und ersten Austausch
- **SchilFs und Präventionstage gezielt nutzen**, um teambildende Maßnahmen anzustoßen

### zur Arbeitsorganisation und Arbeitsteilung



- **Verantwortlichkeiten gerecht verteilen**, damit zentrale Organisationsaufgaben, wie Schulfeste oder Klassenfahrten, von mehreren Kolleg\*innen transparent und fair verteilt organisiert werden
- **Persönlichen Stärken der Lehrkräfte bewusst reflektieren und gezielt Möglichkeiten schaffen**, diese im Schulalltag wirkungsvoll einzubringen
- **Digitale Kommunikationsmittel nutzen (z.B. Apps)**, um Absprachen im Team schnell, lückenlos und ohne Missverständnisse zu ermöglichen
- **Partizipation aller Kolleg\*innen ermöglichen**, um gemeinsames Verantwortungsgefühl, Identifikation und eine faire Aufgabenverteilung zu fördern, z. B. mithilfe von Moderationsmethoden

#### Weitere Informationen, Beratung und Hilfestellungen finden Sie hier:

Landesvereinigung für Gesundheit Sachsen-Anhalt e.V., Schwiasaustr. 11, 39124 Magdeburg, Tel.: 0391 2886830, E-Mail: [gesundeschule@lvg-lsa.de](mailto:gesundeschule@lvg-lsa.de)

Der Beratungsservice Gesunde Schule wird gefördert durch das Ministerium für Bildung des Landes Sachsen-Anhalt. Die Landesvereinigung für Gesundheit Sachsen-Anhalt e.V. wird durch das Ministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Gleichstellung des Landes Sachsen-Anhalt gefördert.