**Stressmanagement am BoRG Schoren**

Bestandsaufnahme von Maßnahmen, die zur Stressreduktion geeignet sind. Themen und Bereiche, wo Handlungsbedarf wäre. (*work in progress*, Stand Feb. 2020).

**SchülerInnen**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Umgesetzt** | **Teilweise** | **In Planung** | **Offen** |
| Pausenzeiten (Pausen nach jeder Stunde) | Pausenräume (Ausgestaltung, Sitzgelegenheiten, Ambiente) | Klassenspinde (sichere Verwahrung von Unterlagen und Wertsachen entlastet) | Rückzugsmöglichkeit (Ruhebereich) |
| Schulgarten („bewegte Pause“) | Individuelle Lernbegleitung (derzeit ausgesetzt) |  | Angebote im Bereich Stressreduktion (Yoga, autogenes Training) |
| Social Networker (Ansprechperson in Krisensituationen) | *Lernen lernen* (Zeitmanagement, Lerntechniken …) |  |  |
| Schulpsychologin |  |  |  |

**LehrerInnen**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Umgesetzt** | **Teilweise umgesetzt** | **In Planung** | **Offen** |
| Pausenzeiten (mehr Zeit, um Räume zu wechseln) | Lehreraufenthaltsbereich | Neugestaltung Lehreraufenthaltsbereich | Angebote im Bereich Stressreduktion (Yoga, autogenes Training) |
| Arbeitsplätze LL (Trolleys, klar definierte Bereiche) | Einbeziehung *Prevent at Work* |  | Ruheräume |
|  | Supervision für LehrerInnen |  | Bürokratieabbau |

**Cornelia Schwendinger**