

# Aus unserer Abteilung

## Liebe Kolleginnen und Kollegen,

zum Schuljahresschluss dürfen wir Sie über drei Tätigkeitsfelder unserer Abteilung näher informieren: zunächst über ein neues Angebot der Lehrerseelsorge, die im Rahmen von Lehrgesundheit und Stressbewältigung, Achtsamkeit und Spiritualität schrittweise erweitert werden soll (bisher u. a. „Ferienwoche am Bodensee“ bzw. „Ferienwoche in der Wies“), sodann über den gegenwärtigen Stand in der Online-Nutzung unserer RPS-Bibliothek sowie in einem kleinen bebilderten Rückblick über unseren diesjährigen Schulpastoraltag im Kloster Roggenburg.

Bernhard Rößner

## Lehrerseelsorge: Einrichtung eines Burn-out-Telefons



30 Prozent der Lehrkräfte und Erzieher/-innen leiden unter Burn-out und Erschöpfung, die Zahl der Krankheitstage hat sich seit dem Jahr 2000 verdoppelt. Zu diesem Ergebnis kommt ein Gutachten des *Aktionsrates Bildung*, zitiert in einem Artikel der *Süddeutschen Zeitung* vom 8. April 2014 „Studie zu Burn-out bei Pädagogen. Höllenjob Lehrer“. Viele Lehrkräfte leiden unter der Belastung, es fällt ihnen jedoch oft schwer, sich zu outen, zu groß wird die Gefahr eingeschätzt, als Versager eingestuft zu werden. Zwar liegen entsprechende statistische Untersuchungen über Religionslehrkräfte unserer Diözese nicht vor, aber auch aufgrund der Rückmeldungen an die Lehrerseelsorger und die diözesanen Beratungsstellen ist davon auszugehen, dass sich die Situation hier nicht grundlegend unterscheidet.

Mit dem Burn-out-Telefon soll ein anonymes, geschütztes und zugleich niederschwelliges Angebot geschaffen werden, das es betroffenen Lehrkräften in einer Erstkontaktaufnahme erlaubt, über ihr Empfinden zu sprechen, die Situation abzuklären und sich über passende Hilfsangebote zu informieren. Der Anruf bleibt absolut vertraulich, das Angebot ist offen für (Religions-)Lehrkräfte aller Schularten der Diözese Augsburg

Einem Burn-out lässt sich gegensteuern, wenn die Symptome rechtzeitig erkannt und Maßnahmen zur Stressbewältigung ergriffen werden. Am Telefon wird gemeinsam mit den Betroffenen überlegt, was zur Entlastung unternommen werden kann. Je nachdem kann ein Konflikttraining hilfreich sein, eine Suchtberatung, Supervision, psychosoziale Beratung, medizinische Hilfe, eine Psychotherapie oder eine stationäre Maßnahme. Falls jemand eine Psychotherapie benötigt oder einen Klinikplatz, kann die Wartezeit unterstützend begleitet werden. Am Burn-out-Telefon wird eine erste Orientierung und eine fundierte Entscheidungsgrundlage für weitere Schritte angeboten. Es soll schnell, professionell und unbürokratisch unterstützen und ein Bindeglied zu weiteren Hilfsmöglichkeiten sein.

Das Burn-out-Telefon wird angeboten von der Lehrerseelsorge der Diözese Augsburg in Kooperation mit der Ökumenischen Telefonseelsorge Augsburg. In der Erstkontaktaufnahme wird es durchgeführt von der überregionalen *Burn-out-Brücke* in Steinen und unterstützt von der gemeinnützigen Professor-Dr.-Werner-Maaßen-Stiftung, sodass das Beratungsangebot kostenlos ist; die Maaßen-Stiftungs-GmbH ist Mitglied im Deutschen Bundesverband für Burn-out-Prophylaxe und Prävention e. V.

Dr. Brigitte Fuchs, Lehrerseelsorgerin

Fühlen Sie sich erschöpft und ausgebrannt? Befürchten Sie, am Burn-out-Syndrom zu leiden, oder haben Sie vielleicht auch schon Gewissheit darüber?

Die Frage ist: Was nun? Wie einen drohenden Burn-out noch rechtzeitig abwenden? Wie geht es weiter? Wie kann ich das Ausgebranntsein überwinden, wo gibt es eventuell professionelle Hilfe vor Ort?

In diesem Zusammenhang bieten wir Ihnen ein kostenloses und unverbindliches Erstgespräch. Sie können uns Fragen stellen und wir können gemeinsam weitere Schritte besprechen. Das Gespräch ist absolut vertraulich.

So können Sie uns erreichen:

- persönlich am Telefon:  
07627 - 92 38 476  
(dienstags von 16:30-18:30 Uhr)
- jederzeit per Anrufbeantworter, gerne rufen wir Sie zurück, wenn Sie das wünschen
- per E-Mail:  
[beratung@maassen-stiftung.de](mailto:beratung@maassen-stiftung.de)

Nutzen Sie dieses Angebot und sprechen Sie mit uns!  
Wir sind gerne für Sie da!