

## 2

### Meine Balance finden – Supervision online

Die hohen Herausforderungen verlangen von uns Lehrerinnen und Lehrern ein Übermaß an Flexibilität und Stabilität, Einsatz und Belastbarkeit ab. Wenn es zu viel wird, schwinden oft still und leise Begeisterung für den Beruf, Gesundheit und auch wichtige Elemente des Privatlebens.

Supervision und Coaching bieten Möglichkeiten der Reflexion des Gewesenen und Ausblick auf Kommendes.

Themen wie Einüben von Achtsamkeit und Selbstfürsorge, das (Neu-) Entdecken individueller Grenzen, Kommunikation in schulischen Kontexten unter dem Aspekt der Rollenklarheit, Fokussieren, Perspektivwechsel und Umgang mit Belastungssituationen.

Wir bieten eine monatliche Supervisionsgruppe online für Lehrer und Lehrerinnen an. Die Verabredung gilt jeweils für ein laufendes Schuljahr.

Die Gruppengröße ist auf maximal 6 Teilnehmende begrenzt. Diese Veranstaltung findet in Kooperation mit dem Ev. Schulreferat Leverkusen statt.

- Leitung:** Schulreferentin Hanna Sauter-Diesing,  
Supervisorin DGSv, Coach DGfC,
- Termine:** Mittwoch, 12.2., Donnerstag, 6.03., Donnerstag  
10.04., Donnerstag 22.05., Donnerstag 5.06.2025
- Zeit:** 16:45 – 19:00 Uhr
- Ort:** Zoom
- Zielgruppe:** Lehrende aller Schulstufen
- Hinweis:** Kosten pro Halbjahr: 80 Euro
- Anmeldung:** **möglichst sofort,**  
**spätestens bis 10. Februar 2025**  
schulreferate@evkkv.de  
unter Angabe der Schule und Anschrift