

BEZIEHUNGSZEIT

Coaching-Gruppen
für Lehrpersonen

Neue
Gruppen
ab Herbst
2026!



Wie sind die Coaching-Gruppen entstanden?

Entwickelt wurde das Programm an der Universitätsklinik Freiburg (Baden- Württemberg), dies unter der Leitung von Prof. Joachim Bauer. Die Grundidee ist, die Gesundheit von Lehrpersonen und Schulleitungen **durch Stärkung der Beziehungskompetenz** zu schützen. Wissenschaftliche Untersuchungen konnten z.B. zeigen, dass sich Schwierigkeiten der Beziehungsarbeit im Klassenzimmer negativ auf die Lehrer:innen-Gesundheit auswirken.

Was geschieht in den Coaching-Gruppen | Präventionsprogramm?

Der inhaltliche Schwerpunkt der Coachinggruppen liegt in der Stärkung der Beziehungskompetenz. Die Coachinggruppen vertiefen in sechs Sitzungen folgende **Inhalte**:

1. **Gemeinsamer Start**
Beziehungserfahrungen und ihre Auswirkungen auf die Gesundheit:
Neurobiologische Basisinformationen
2. **Persönliche Einstellung:**
Die Bedeutung von Identität und Identifikation
3. **Beziehungsgestaltung mit Schüler:innen:**
Die Bedeutung der Balance zwischen Empathie und Führung
4. **Beziehungsgestaltung mit Eltern:**
Gemeinsam für das Kind | Elterliche Motivlagen
5. **Beziehungsgestaltung und Zusammenhalt innerhalb des Kollegiums:**
Spaltungstendenzen versus Kollegialität
6. **Gemeinsamer Abschluss | Evaluation**

Neben einem kurzen theoretischen Input zum jeweiligen Thema nimmt eine strukturierte Fallarbeit (mit der Balint-Methode) den **Hauptteil der Sitzungen** ein. Zusätzlich werden verschiedene Entspannungs- und Achtsamkeitsübungen erlernt und angewendet.



Wer führt dieses Präventionsprogramm durch?

Die **Moderation der Gruppen** übernehmen approbierte **psychologische Fachpersonen des Zentrums für Systemische Beratung und Therapie** (www.zsb-bern.ch). Diese wurden in einem speziellen Moderatorentaining mit dem Manual vertraut gemacht. Die Kursplanung- und Administration läuft über Thomas Hofer, www.hofer-krippendorf.ch

Wer kann am Programm teilnehmen?

Das Angebot richtet sich an alle **Lehrpersonen öffentlicher Schulen** und Kindergärten im Kanton Bern. Die Teilnahme ist auch **für Schulleiter:innen** geeignet.

Wie lange dauert das Programm und wo findet es statt?

Die Kurse | Module finden innerhalb der Schulzeit, jedoch **außerhalb der Unterrichtszeit** statt (Ort: ZSB, Stadt Bern). Die Dauer erstreckt sich über jeweils **6 Sitzungen à 120 Minuten** (in der Regel eine Sitzung je Monat).

Wie gross sind die Gruppen?

Jede Gruppe besteht aus mindestens **6 und maximal 12 Teilnehmer:innen**. Die Teilnehmer:innen wahren – wie auch die Moderator:innen der Gruppen – strikte Vertraulichkeit.

Was habe ich von einer Teilnahme?

Die wissenschaftliche Begleitevaluation des Programms des Universitätsklinikum Freiburg (Baden Württemberg) zeigt, dass Teilnehmende Ihre **Gesundheit verbessern**, indem Sie Ihre Kompetenz im Bereich der beruflichen Beziehungsgestaltung verbessern.

Welche Kosten entstehen im Falle einer Teilnahme?

Die Teilnahme an den Coaching-Gruppen kostet **CHF 480**.

Interessiert?

Weitere Informationen sowie konkrete Kursdaten ab Herbst 2026 erhältst du von: info@hofer-krippendorf.ch (leitet keine Gruppen, nur Organisation).