

NETZWERK LEHRKRÄFTEBILDUNG

Programm Wintersemester 2025/26

Lehrkr«ftegesundheit

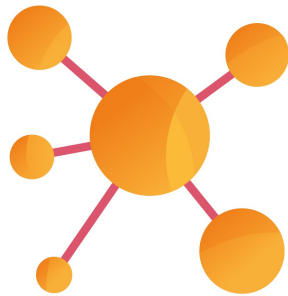
- | | |
|------------|---|
| 29.10.2025 | Schwierige Gespr«che konstruktiv f«hren
<i>Gabriele Ullrich, Kommunikations- und Konfliktmanagementtrainerin, Faustlos-Trainerin</i> |
| 12.11.2025 | Die Stimme – täglich im Einsatz und doch kaum beachtet
<i>Elisa Krüger, klassische Sängerin und Lehrbeauftragte</i> |
| 10.12.2025 | LehrKräfte – Präventives Stressmanagement für (angehende) Lehrer:innen
<i>Uli Wunderlich, Gesundheitscoach für Schulen und Lehrkräfte</i> |
| 14.01.2026 | Stress lass nach! – Wie gehe ich mit Herausforderungen um?
<i>Christine Dirauf, Staatliche Schulpsychologin, Mitglied im Team "LehrKraftStärken" der Schulberatungsstelle Unterfranken</i> |
| 21.01.2026 | Zeit im Griff: Strategien für Lehrkräfte und Studierende
<i>Kirstin Mayr, Coach für mentale Kompetenz</i> |

Das „Netzwerk Lehrkräftebildung“ ist eine Fortbildungsinitiative des Lehrstuhls für Grundschulpädagogik und Grundschuldidaktik der Universität Würzburg. Das Fortbildungsangebot richtet sich an alle interessierten Lehrkräfte, Lehramtsanwärter/-innen sowie Studierende mit dem Ziel, die universitäre Lehre und Forschung mit der Schulpraxis zu verbinden und die jeweils unterschiedlichen Perspektiven miteinander zu vernetzen.

Das Wichtigste in Kürze:

- | | |
|------------|---|
| Ort: | Die Fortbildungen finden im WS 2025/26 entweder in Präsenz in Raum 03.106, Wittelsbacherplatz 1 oder über Zoom statt. |
| Beginn: | Alle Veranstaltungen beginnen in der Regel um 16:00 Uhr
c.t. = 16.15 Uhr |
| Anmeldung: | Die Anmeldung erfolgt per E-Mail an
netzwerklehrkraeftebildung@uni-wuerzburg.de |





NETZWERK LEHRKRÄFTEBILDUNG

Schwierige Gespräche konstruktiv führen

Mittwoch, 29.10.2025
16:00 – 18:00 Uhr c.t.

Klar und verständlich zu kommunizieren ist ein wesentlicher Aspekt Ihrer Arbeit als Lehrer/in. Egal ob mit Schüler/innen, Eltern oder Kollegen/innen: Oft haben Ihre Gesprächspartner andere Ansichten und Interessen als Sie und Sie fühlen sich angegriffen oder verletzt. Konflikte scheinen vorprogrammiert.

In diesem Seminar bekommen Sie Methoden und Impulse an die Hand, mit denen Sie Gespräche lösungsorientiert führen können.

Sie lernen, wie Sie auch in herausfordernden Momenten souverän bleiben und diese meistern können. Dabei werden praxisnahe Strategien vermittelt, die sich im Schulalltag anwenden lassen.

Ziel ist es, Ihre kommunikativen Kompetenzen zu stärken und professionell mit Konfliktsituationen umzugehen.

Referentin:

Gabriele Ullrich

Kommunikations- und Konfliktmanagementtrainerin,
Faustlos-Trainerin

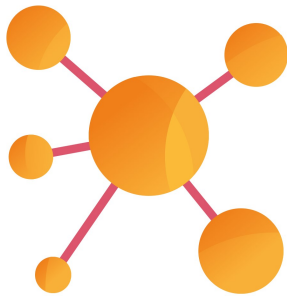
Veranstaltungsort:

#WueOnline (Zoom-Link erhalten Sie nach der
Anmeldung)

finanziert aus
Studien-
zuschüssen

Anmeldung bis Freitag, 24.10.2025

per Mail an: netzwerklehrkraeftebildung@uni-wuerzburg.de



NETZWERK LEHRKRÄFTEBILDUNG

Die Stimme – täglich im Einsatz und doch kaum beachtet

Mittwoch, 12.11.2025
16:00 – 18:00 Uhr c.t.

Egal, welche fachliche oder pädagogische Ausrichtung oder Unterrichtsmethode – ohne Stimme geht in der Schule nichts.

Ganz selbstverständlich benutzen Lehrer:innen sie, um zu erklären, zu beraten, zu loben, zu tadeln, u. v. m. Doch im Zentrum der Betrachtung steht die Stimme selbst dabei nie. Kaum jemand kümmert sich um dieses Basis-Werkzeug – (zumindest) solange es gesund ist und einfach funktioniert.

Die Veranstaltung will genau hier ansetzen:

Neben einem Einblick in die physiologischen Gegebenheiten sollen auch die eng mit der Stimme verbundenen Bereiche Artikulation, Tragfähigkeit, Körpersprache und Präsenz thematisiert werden – ebenso wie potentielle Gefahren, aber auch oft verkannte Chancen im schulischen Kontext.

Darüber hinaus werden kurze Praxisphasen integriert, in denen einfache, alltagstaugliche Übungen gezeigt und gemeinsam ausprobiert werden.

Referentin:

Elisa Krüger

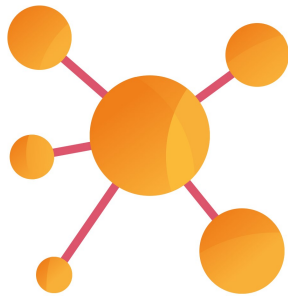
Studienrätin, klassische Sängerin und Lehrbeauftragte

Veranstaltungsort:

Universität Würzburg, Wittelsbacherplatz 1, Raum 03.106

finanziert aus
Studien-
zuschüssen

Anmeldung bis Freitag, 07.11.2025 per Mail an netzwerklehrkraeftebildung@uni-wuerzburg.de



NETZWERK LEHRKRÄFTEBILDUNG

LehrKräfte – Präventives Stressmanagement für (angehende) Lehrer:innen

Mittwoch, 10.12.2025
16:00 – 18:00 Uhr

“Lehr-Kräfte für Lehrkräfte!” – ein Wortspiel, das in seiner Essenz immer mehr an Bedeutung gewinnt. Der Lehrberuf erfüllt einen – er füllt einen aber auch. Und manchmal ist dann das Fass voll und der Akku leer.

Damit es erst gar nicht so weit kommt und um den stetig wachsenden Herausforderungen im (Schul-)Leben kraftvoll und gelassen entgegenzutreten, sind Resilienz und ein gutes Stressmanagement vonnöten.

In diesem Workshop wird es deshalb darum gehen, wie durch präventives Handeln Struktur für Klarheit sorgt und dadurch Entspannung schafft, welcher Umgang mit Stress mental-emotional förderlich ist und wie der Körper als Stresslöser genutzt werden kann.

Im Anschluss treten wir in einen offenen Austausch, in dem Fragen beantwortet werden und auf individuelle Schilderungen eingegangen wird.

Bitte mitbringen: Stift & Papier; wenn möglich: (Fitness-/Yoga-)Matte

Dauer: 120 Minuten. Die Veranstaltung beginnt pünktlich um 16:00 Uhr

Referent:

Uli Wunderlich

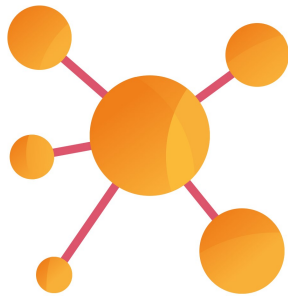
Gesundheitscoach für Schulen und Lehrkräfte

Veranstaltungsort:

Universität Würzburg, Wittelsbacherplatz 1, Raum 03.106

finanziert aus
Studien-
zuschüssen

Anmeldung bis Freitag, 5.12.2025 per Mail an netzwerklehrkraeftebildung@uni-wuerzburg.de



NETZWERK LEHRKRÄFTEBILDUNG

Stress lass nach! – Wie gehe ich mit Herausforderungen um?

Mittwoch, 14.01.2026
16:00 – 18:00 Uhr c.t.

Als Lehrkraft übt man einen sinnstiftenden Beruf aus, wird aber immer wieder innerhalb und außerhalb des Klassenzimmers vor Herausforderungen gestellt. Jede Lehrkraft benötigt deshalb einen eigenen, individuellen Ressourcen-Pool, um dauerhaft gesund zu bleiben und den Beruf weiterhin mit Freude und Engagement ausüben zu können.

Angebote aus dem Bereich „LehrKraftStärken“ bzw. „Lehrergesundheit“ der Staatlichen Schulberatung stehen allen Kolleginnen und Kollegen im Schuldienst offen. In diesem Workshop sollen die Teilnehmenden einen Einblick erhalten, welche Impulse zur Selbstfürsorge diese Präventionsprogramme enthalten können. Dabei hinterfragen die Teilnehmenden des Workshops ihren eigenen Umgang mit Stress, reflektieren ihre Bewältigungsstrategien und erhalten vielleicht auch die ein oder andere Anregung, um stressige Phasen im Studienalltag gelassener meistern zu können.

Referentin:

Christine Dirauf

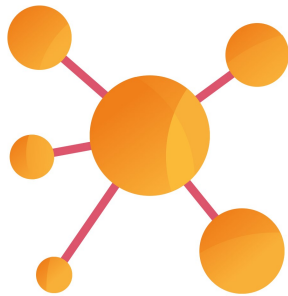
Staatliche Schulpsychologin, Mitglied im Team
„LehrKraftStärken“ der Schulberatungsstelle
Unterfranken

finanziert aus
Studien-
zuschüssen

Veranstaltungsort:

Universität Würzburg, Wittelsbacherplatz 1, Raum 03.106

Anmeldung bis Freitag, 09.01.2026 per Mail an netzwerklehrkraeftebildung@uni-wuerzburg.de



NETZWERK LEHRKRÄFTEBILDUNG

Zeit im Griff: Strategien für Lehrkräfte und Studierende

Mittwoch, 21.01.2026
16:00 – 18:00 Uhr c.t.

Zeitdruck und hohe Anforderungen prägen den Alltag von Lehramtsstudierenden und Lehrkräften. Diese Fortbildung zeigt praxisnahe Wege auf, wie durch klare inhaltliche und zeitliche Strukturen mehr Effizienz und Entlastung entstehen können. Im Fokus stehen Methoden zur Priorisierung (z. B. Pareto-Prinzip, Eisenhower-Matrix), zur Reflexion eigener Zeitdiebe und zur Entwicklung eines ressourcenschonenden Umgangs mit Aufgaben. Ziel ist es, mehr Raum für Ausgleich und Erholung zu schaffen – und damit langfristig die eigene pädagogische Wirksamkeit zu stärken.

Die Teilnehmende lernen, wie sie ihre Unterrichtsvorbereitung oder Studienorganisation strategisch strukturieren können. Sie reflektieren den eigenen Anspruch an Perfektion und entwickeln realistische, alltagstaugliche Lösungsansätze. Die Fortbildung bietet konkrete Tools, um Prioritäten zu setzen und Zeit bewusst für das Wesentliche zu nutzen.

Referentin:

Kirstin Mayr

Coach für mentale Kompetenz

Veranstaltungsort:

Universität Würzburg, Wittelsbacherplatz 1, Raum 03.106

finanziert aus
Studien-
zuschüssen

Anmeldung bis Freitag, 16.01.2026 per Mail an netzwerklehrkraeftebildung@uni-wuerzburg.de