

CONTACT

Meer informatie is te verkrijgen bij:

www.help.odl.org

of neem contact op met: **Renate Hahner**

renate.hahner@fim.uni-erlangen.de

HET CONSORTIUM

Innovation in Learning Institute (ILI),
University of Erlangen-Nürnberg,
Duitsland (Coördinator)

SCIENTER CID, Granada, Spanje

Steps, Bologna, Italië

IPAK, Velenje, Slovenië

Schön Klinik Roseneck,
Prien am Chiemsee, Duitsland

**Wszechnica Society of Alternative
Education**, Krosno, Polen

Virenze, Gronsveld, Nederland

OVER HeIP

HeIP is een door de Europese
Commissie gefinancierd
project binnen het Levenslang
Leerprogramma met als doel om
leerkrachten te ondersteunen
bij het omgaan met stress in
verband met het werk door
middel van online-training.



HeIP



Healthy Teachers and Professionals in Education

Lifelong Learning Programme
– Comenius sub-programme – of the European Union



Lifelong
Learning
Programme

ACHTERGROND

Leerkrachten worden dagelijks blootgesteld aan diverse vormen van tijdsdruk: het schoolsysteem en de hiermee gepaard gaande verplichtingen – het werk in de klas en, niet te vergeten, de privé sfeer wat met zich meebrengt het gezinsleven en de hiermee gepaard gaande verantwoordelijkheden maar ook andere dagelijkse beslommeringen.

HeIP is een preventieprogramma dat gebruikmaakt van e-counseling om hiermee leerkrachten in staat te stellen om eigen plannen uit te werken om tot ontspanning te komen. Het programma zal vanaf 2015 beschikbaar zijn..

De methodiek is ontwikkeld door een multidisciplinair team dat preventieplannen heeft onderzocht en verbeterd ter bestrijding van stress-symptomen die kunnen leiden tot burnout en psychische stoornissen.

De methodiek maakt de mensen bekend met alternatieve manieren om aan de slag te gaan en om geleidelijk stress-verhogende denk- en gedragspatronen te vermijden.



“Happiness is a direction,
not a place.”
Sydney J. Harris



DOELSTELLINGEN

Help zal:

1. onderzoeken welke soort preventieve maatregelen momenteel worden toegepast op nationaal en Europees niveau om het risico en de uiting van stress-symptomen (“burnout”) onder leerkrachten te verminderen;
2. de behoeften van de gebruikers analyseren via een enquête onder leerkrachten om hun situatie en hun behoeften te inventariseren;
3. een interactief en aantrekkelijk trainingprogramma op het internet ontwikkelen dat onderwijspersoneel en stagiaires ondersteunt om nog beter te kunnen omgaan met beroepsstress en psychische overbelasting;
4. het programma in 7 talen aanbieden: Nederlands, Duits, Italiaans, Pools, Sloveens, Spaans en Engels;
5. een pilot uitvoeren in tenminste 3 landen om het programma uit te testen en om dat aan te passen aan de behoeften van de doelgroep.