

IRIS Selbstreflexion – Fragebogen zur Unterstützung beim Umgang mit Belastungen

Ansichtsexemplar

Dieser Fragebogen ist ein Ansichtsexemplar. Um die Umfrage zu erstellen und einen oder mehrere der Bausteine auszuwählen, loggen Sie sich mit Ihrem Account bei IRIS Selbstreflexion ein.

Unterstützung beim Umgang mit Belastungen

Dieser Aspekt misst, inwieweit Seminarteilnehmende sich durch das Seminar auf Belastungs- und Stresssituationen im späteren Berufsleben vorbereitet fühlen. Im Fokus stehen dabei die Vermittlung von Kenntnissen der Belastungs- und Stressforschung und praktischen Hinweisen zum Umgang mit Stress und Belastungen sowie die Entwicklung und Nutzung von Möglichkeiten der Arbeitsentlastung.

Inwieweit treffen die folgenden Aussagen zu?	Trifft überhaupt nicht zu	Trifft eher nicht zu	Trifft eher zu	Trifft voll und ganz zu	Kann ich nicht beurteilen
Die Veranstaltungen von Frau Fuchs haben mir geholfen, mit schwierigen beruflichen Situationen umgehen zu können. (Anwärterinnen/Anwärter) Meine Veranstaltungen haben den Anwärterinnen und Anwärtern geholfen, mit schwierigen beruflichen Situationen umgehen zu können. (Seminarleitung)					
Die Veranstaltungen von Frau Fuchs haben mir geholfen, berufliche Belastungssituationen rechtzeitig zu erkennen. (Anwärterinnen/Anwärter) Meine Veranstaltungen haben den Anwärterinnen und Anwärtern geholfen, berufliche Belastungssituationen rechtzeitig zu erkennen. (Seminarleitung)					
Die Veranstaltungen von Frau Fuchs haben mir geholfen, verschiedene Bewältigungsstrategien anzuwenden. (Anwärterinnen/Anwärter) Meine Veranstaltungen haben den Anwärterinnen und Anwärtern geholfen, verschiedene Bewältigungsstrategien anzuwenden. (Seminarleitung)					

Die Veranstaltungen von Frau Fuchs haben mir geholfen, Unterricht effizient und zeitsparend vorzubereiten. (Anwärterinnen/Anwärter) Meine Veranstaltungen haben den Anwärterinnen und Anwärtern geholfen, Unterricht effizient und zeitsparend vorzubereiten. (Seminarleitung)					
Die Veranstaltungen von Frau Fuchs haben mir geholfen, in belastenden Situationen kollegiale Beratung als Hilfe einzuholen. (Anwärterinnen/Anwärter) Meine Veranstaltungen haben den Anwärterinnen und Anwärtern geholfen, in belastenden Situationen kollegiale Beratung als Hilfe einzuholen. (Seminarleitung)					
Die Veranstaltungen von Frau Fuchs haben mir geholfen, vorhandene Unterstützungsmöglichkeiten zu nutzen (kollegiale Beratung, Supervision, ...). (Anwärterinnen/Anwärter) Meine Veranstaltungen haben den Anwärterinnen und Anwärtern geholfen, vorhandene Unterstützungsmöglichkeiten zu nutzen (kollegiale Beratung, Supervision, ...). (Seminarleitung)					

Herausgeber:

Landesinstitut Brandenburg für Schule und Lehrkräftebildung (LIBRA)
14974 Ludwigsfelde
Tel.: 03378 209-0
<https://libra.brandenburg.de>

Genderdisclaimer:

Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichermaßen für alle Geschlechter: männlich, weiblich und divers (m/w/d).

Hinweis:

Die hier vorgestellten Fragen wurden vom Institut für Schulqualität des Landes Berlin e.V. entwickelt.

Hinweis zur Lizenz:

LIBRA 2025, CC BY-NC-ND 4.0, verfügbar unter
<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/legalcode.de>