

## Präventologen im Porträt: Elisabeth Kröger

Juni 2017



### „Die Fortbildung zur Schulpräventologin hat meinen Horizont erweitert!“

*Elisabeth Kröger ist Realschullehrerin, Präventologin und Schulpräventologin in Höchststadt / Mittelfranken. Sie unterrichtet Musik, Religion und zwischenzeitlich Biologie und interessierte sich schon frühzeitig für das Thema Gesundheit. Ihr langjähriges Know-how als Leiterin des Schulsanitätsdienstes ergänzte sie durch Fortbildungen beim Berufsverband der Präventologen. Heute führt sie regelmäßig Seminare zur Stressreduktion für Lehrer/-innen, Eltern und Schüler durch.*

Ihren Einstieg in das Thema Gesundheit hatte Elisabeth Kröger bereits während ihres Lehramtsstudiums, als sie sich dazu entschloss, nach einer obligatorischen Erste-Hilfe-Ausbildung weiterzumachen und sich zur Sanitäterin fortbilden zu lassen. Seit 2000 unterrichtet sie an der Staatlichen Realschule Höchststadt Musik, Religion und zwischenzeitlich auch Biologie. Außerdem leitet sie dort den Schulsanitätsdienst. „Bei uns verlässt kein Schüler mehr die Schule ohne einen Erste-Hilfe-Kurs!“, erklärt Elisabeth Kröger nicht ohne Stolz.

Den Impuls, ihr Wissen über Gesundheit und Prävention zu erweitern, erhielt sie durch das Gespräch mit einem anderen Präventologen. Nach vielen Jahren im Lehramt fühlte sie sich durch die immergleiche Routine und die steigende Anzahl verhaltensauffälliger Schüler/-innen, den sie nicht immer gerecht werden konnte, etwas frustriert. „Die Fernstudiengänge zur Präventologin und Schulpräventologin haben mir viel Input zum Thema Stressbewältigung gegeben und ich habe verschiedene Methoden kennengelernt, Schülern mit Schulproblemen ganz konkret zu helfen“, sagt die Lehrerin.

Schulstress gezielt vorzubeugen und zu reduzieren sind heute die Schwerpunkte ihrer Arbeit als Schulpräventologin. Vor allem die Hilfe bei Prüfungsangst steht

dabei im Fokus. Seit diesem Schuljahr hat sie dafür auch ein kleines Stundenkontingent durch die Schulleitung erhalten. Damit kann sie beispielsweise in der 10. Jahrgangsstufe Prüfungscoachings durchführen und eine schulpräventologische Sprechstunde für alle Schülerinnen und Schüler anbieten. Darüber hinaus bietet sie Seminare für Kolleginnen und Kollegen sowie Eltern an. „Durch Stressreduktion möchte ich Schülern, Eltern und Lehrern den Schulalltag erleichtern und damit eine natürliche Leistungssteigerung ermöglichen“, erklärt die Pädagogin. Bei Lehrern seien Burnout-Symptome durch die ständig wachsenden Herausforderungen im Schulalltag heute keine Seltenheit mehr. Sie hat sich dadurch mittlerweile nicht nur an ihrer eigenen Schule einen Namen gemacht und ist als Expertin zum Thema Stressreduktion im Schulalltag gefragt. In den nächsten Jahren möchte sie dies weiter ausbauen.

Seit 2014 ist Elisabeth Kröger Mitglied im Berufsverband der Präventologen und möchte sich dort dafür engagieren, dass die Fortbildung Schulpräventologie auch in Süddeutschland angeboten wird. Privat entspannt die Mutter zweier erwachsener Söhne am liebsten im eigenen Garten oder bei der Lektüre historischer Romane und Krimis.