

## Handout: Belastungen im Lehrerberuf

### Quellen:

1. [www.dbb.de/dbb-beamtenbund-2006/3151\\_3629.php](http://www.dbb.de/dbb-beamtenbund-2006/3151_3629.php)
2. [www.pr.uni-freiburg.de/pm/2008/Lehrer\\_Bauer-Studie](http://www.pr.uni-freiburg.de/pm/2008/Lehrer_Bauer-Studie)

**Ausgangslage:** Der Lehrerberuf ist entgegen vieler Meinungen keineswegs ein beneidenswerter Halbtagsjob! Der Lehrerberuf ist einer der anstrengendsten Berufe, der viele psychische Belastungen mit sich bringt.

### Die Potsdamer Lehrerstudie:

Insgesamt nahmen 16000 Lehrer und 2500 Lehramtsstudierende und Referendare aus ganz Deutschland teil.

### Zwei Etappen:

- 1) 2000-2003: Analyse der Belastungsindikatoren

**Ziel:** Einblick in ein differenziertes Bild der psychischen Gesundheit der Lehrer.

- 2) 2003-2006: Unterstützungsangebote, um die problematische Gesundheitssituation zu verbessern

**Ziel:** Erprobung und Entwicklung von Interventionsprogrammen und Erfassungsinstrumenten → Prävention und Gesundheitsförderung durch:

1. Analyse und Gestaltung von Arbeitsbedingungen und Arbeitsabläufen
2. Unterstützung der Teamentwicklung und Führungsarbeit an der Schule
3. Berufsbegleitende- und vorbereitende Intervention durch Gruppentraining und individuelle Beratung

Unterstützung bei der Gewinnung geeigneten Lehrernachwuchses

### Ergebnisse der Potsdamer Lehrerstudie:

- Im Vergleich zu anderen Berufen ist das **wünschenswerte G-Muster** (Gesundheit: hohes, aber nicht überhöhtes Engagement, Belastbarkeit und Zufriedenheit) **sehr gering** (17%), die **Risikomuster A** (Selbstüberforderung: exzessive Verausgabung und verminderte Erholungsfähigkeit, Einschränkung der Belastbarkeit und Zufriedenheit) **und B** (Resignation: reduziertes Engagement bei geringer Erholungs- und Widerstandsfähigkeit, Unzufriedenheit und Niedergeschlagenheit) **hingegen mit je 30% sehr hoch**.
- Es gibt dabei **keinen entscheidenden Unterschied zwischen der Schulform oder der Region**
- Jedoch zeigen sich in Bezug auf das Geschlecht nennenswerte Unterschiede: **Allgemein ist der Anteil der Frauen in den Risikogruppen A und B höher**
- **Je höher das Alter, desto größer sind auch die gesundheitsgefährdenden Arbeitsanforderungen (auch dies gilt besonders für Frauen)**
- Es zeigen sich allerdings auch schon ungünstige Voraussetzungen vor Berufsbeginn: Der Anteil der **Lehramtsstudierenden und Referendaren** liegt im **Risikomuster B** bei

**25%**, im **S-Muster** (Schonung: reduziertes Engagement, Ruhe und Gelassenheit sowie relative Zufriedenheit) bei **ca.30%**.

- Als ausschlaggebende **Faktoren** werden **das Verhalten schwieriger Schüler, große Klassen und hohe Stundenzahlen** genannt.

### Die Lehrer-Bauer-Studie:

Insgesamt nahmen 949 Gymnasial- und Hauptschullehrer teil.

In der Studie wurden die drei Bereiche **ERI** (Stress), **MBI** (Belastung, Anstrengung) und **GHQ** (psychische Gesundheit) untersucht.

### Ergebnisse der Lehrer- Bauer- Studie:

- die meisten Lehrer gehen in den Vorruhestand aufgrund **psychosomatischer Erkrankungen** (1990:50%, 2006: 24%), im Vergleich zu anderen Berufen ist die Rate sehr hoch
- **hohe Anstrengung** und **geringe Anerkennung** sind wichtige Indikatoren der Gesundheitsgefährdung
- besonders **verbale Beleidigungen** seitens der Schüler (vor allem in den höheren Altersklassen) und **Beschwerden** seitens der Eltern belasten die Lehrer
- **Positives Feedback** der Schüler und Eltern, aber auch **Unterstützung** der Kollegen und Schulführung beeinflussen die Gesundheitszustände der Lehrer positiv
- **Private Umstände**, wie z.B. eigene Kinder und eine stabile Partnerschaft beeinflussen die Gesundheit positiv
- Die Gesundheit der Frauen ist stärker gefährdet, Männer weisen häufig psychosomatische Erkrankungen auf und leiden besonders unter „depersonalization“(MBI)
- Neben verbalen Beleidigungen ist auch die **körperliche Gewalt** im Schulalltag ein großes Problem
- Im Vergleich zum Gymnasium spielt der Faktor der emotionalen Erschöpfung bei **Hauptschullehrern** eine große Rolle
- allgemein beeinflussen in dieser Studie Faktoren wie Alter, Geschlecht, Schulform und Klassengröße die Gesundheit weniger, **entscheidender sind Faktoren wie das positive/negative Feedback und die Unterstützung der Schüler, Eltern und Kollegen.**

### Eigene Lösungsansätze:

Um das Gesundheitsbild der Lehrer zu verbessern, muss:

- eine gegenseitige Unterstützung zwischen Lehrern und Eltern, aber vor allem unter den Lehrern stattfinden.
- Der Unterricht so gestaltet werden, dass Lernen in einem angenehmen Arbeitsklima möglich wird
- der Lehrer/die Lehrerin im Umgang mit schwierigen psychologischen Situationen besser geschult werden (insbesondere auch schon in der Lehrerausbildung)
- ein Anti-Aggressionsprogramm für Lehrer und Schüler organisiert werden.