

Gerüstet für den Schulalltag?

Uwe Schaarschmidts Untersuchungen zur
Lehrergesundheit

**Schulleitertagung 18. / 19. Nov. 2009
in Heiligkreuztal**



Uwe Schaarschmidt (Hrsg.)

Halbtagsjobber? Psychologische Gesundheit im Lehrerberuf –
Analyse eines veränderungsbedürftigen Zustandes, BELTZ
2005?

Uwe Schaarschmidt, Ulf Kieschke (Hrsg.)

Gerüstet für den Schulalltag. Psychologische
Unterstützungsangebote für Lehrerinnen und Lehrer, BELTZ
2007.

Internetauftritt:

www.abc-1.de

www.fit-fuer-den-lehrerberuf.de

www.coping.at/AVEM.htm



Aufbau der Potsdamer Lehrerstudien (2005²)

Befragung von 17.000 Lehrern zur psychischen Gesundheit
in drei inhaltlichen Bereichen

- 1. Arbeitsengagement**
- 2. Widerstandskraft**
- 3. Emotionen**

mit Hilfe von 66 Items und 13 Dimensionen (1998 / 2001)



1. Inhaltlicher Bereich: **Arbeitsengagement**

zeigt Sinnerleben, aktive
Lebenseinstellung und Erholungsfähigkeit.

Aspekte:

- subjektive Bedeutsamkeit der Arbeit
- Ehrgeiz
- **Verausgabungsbereitschaft**
- Perfektionsstreben
- **Distanzierungsfähigkeit**



2. Inhaltlicher Bereich: **Widerstandskraft**

zeigt Problemlösefähigkeit und
Widerstand gegen Belastungen.

Aspekte:

- Resignationstendenz bei Misserfolgen
- offensive Problembewältigung
- **innere Ruhe**
- Zuversicht
- Vertrauen in die eigenen Möglichkeiten



3. Inhaltlicher Bereich: **Emotionen**

zeigt das Erleben sozialer Unterstützung
(für Frauen besonders wichtig).


Aspekte:

- Erfolgserleben im Beruf
- Lebenszufriedenheit
- Gefühl sozialer Unterstützung
- stabiler Hintergrund



Typisierung

- Je nach Ausprägung der Aspekte der drei inhaltlichen Bereiche werden Typenprofile erstellt.
- Die meisten Rückmeldungen der Lehrkräfte zeigen Mischtypen, aber ermöglichen doch eine Zuordnung.
- Der Übergang von einem Typus zum anderen ist wichtig für die Unterstützungsmaßnahmen (Schaarschmidt 2007).



I. Typisierung: G Gesundheit

Ergebnisse in den 3 inhaltlichen Bereichen:

1. Arbeitsengagement

Deutliche, nicht exzessive Ausprägung von

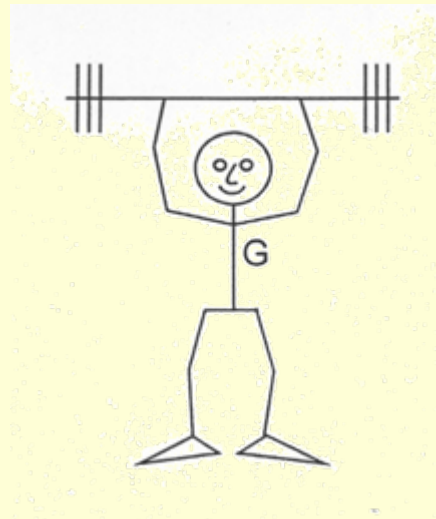
- Arbeitseinsatz
 - am stärksten: beruflicher Ehrgeiz
- Mittlere, leicht erhöhte Ausprägung
- subjektive Bedeutsamkeit der Arbeit
 - Verausgabungsbereitschaft
 - Perfektionsstreben

2. Widerstandskraft

Am stärksten ausgeprägt

- offensive Problembewältigung
 - innere Ruhe Widerstandsfähigkeit
- am wenigsten: Resignation

I. Typisierung: G Gesundheit



3. Emotionen

höchste Werte bei:

- berufl. Erfolgserleben
- Lebenszufriedenheit
- erlebte soziale Unterstützung



II. Typisierung: **S** Schonung

1. **Arbeitsengagement**

Geringste Ausprägung

- Bedeutsamkeit der Arbeit
- beruflicher Ehrgeiz
- Verausgabungsbereitschaft
- Perfektionsstreben

Stark vorhanden ohne starkes Engagement

- Distanzierungsfähigkeit

2. **Widerstandskraft**

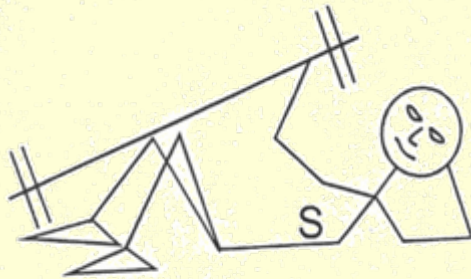
Niedrig ausgeprägt ist

- Resignationstendenz

Stark vorhanden:

- innere Ruhe
- Widerstandsfähigkeit gegen Belastung

II. Typisierung: S Schonung



3. Emotionen

Niedrig ausgeprägt ist

- berufliches Erfolgserleben eher hoch ausgeprägt
- positives Lebensgefühl
- relativ hohe Lebenszufriedenheit

Es liegt ein Motivationsproblem vor als Folge von

- Schutzfunktion
- Unterforderung



III. Typisierung: Risikomuster A - überhöhtes Engagement

1. Arbeitsengagement

Starke Ausprägung von

- Bedeutsamkeit der Arbeit
- Verausgabungsbereitschaft
- Perfektionsstreben

besonders wenig ausgeprägt

- **Distanzierungsfähigkeit**

2. Widerstandskraft

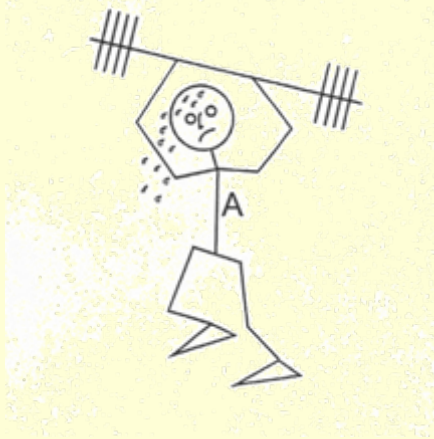
Ziemlich hoch ist

- Resignationstendenz

Niedrig ausgeprägt ist

- **innere Ruhe**
- Widerstandsfähigkeit gegenüber Belastung

III. Typisierung: Risikomuster A - Überhöhtes Engagement



3. Emotionen

Schwach ausgeprägt ist

- Lebenszufriedenheit
- Erleben sozialer Unterstützung

Gefährlich ist die Kopplung von überhöhtem Engagement mit negativen Emotionen. Es könnte eine Gratifikationskrise sein.

IV. Typisierung: Risikomuster **B - Resignationstendenz**

1. **Arbeitsengagement**

Niedrige oder gar sehr niedrige Ausprägung von

- Bedeutsamkeit der Arbeit
- beruflicher Ehrgeiz
- Distanzierungsfähigkeit (Unterschied zu **S**)

2. **Widerstandskraft**

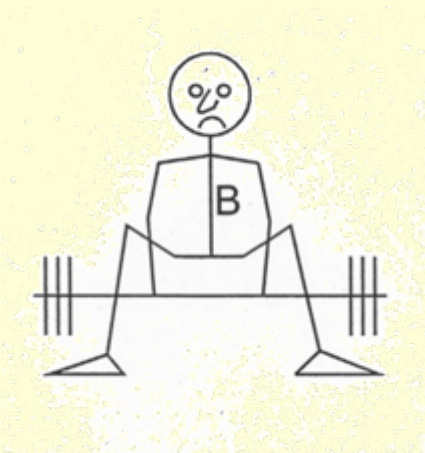
Hoch ist

- Resignationstendenz

Kaum ausgeprägt ist

- offensive Problemlösung
- innere Ruhe

IV. Typisierung Risikomuster **B - Resignationstendenz**



3. Emotionen

Besonders wenig ausgeprägt:

- Erfolgserleben im Beruf
- Lebenszufriedenheit
- Hoffnung


Geringe Belastbarkeit und Niedergeschlagenheit zeigen sich deutlich.

I. Typisierung: Zahlen

			Studierendenschätzung		
G	Gesundheit (1998 → 13 %)	(2001 → 11 %)	40 %	45 %	10 %
S	Schonung (1998 → 30 %)	(2001 → 31 %)	30 %	30 %	40 %
A	Risikomuster (1998 → 31 %)	(2001 → 25 %)	10 %	15 %	30 %
B	Risikomuster (1998 → 25 %)	(2001 → 33 %)	20 %	10 %	20 %

Nach diesen Aspekten hat Schaarschmidt die Formen der psychischen Lehrergesundheit ermittelt.

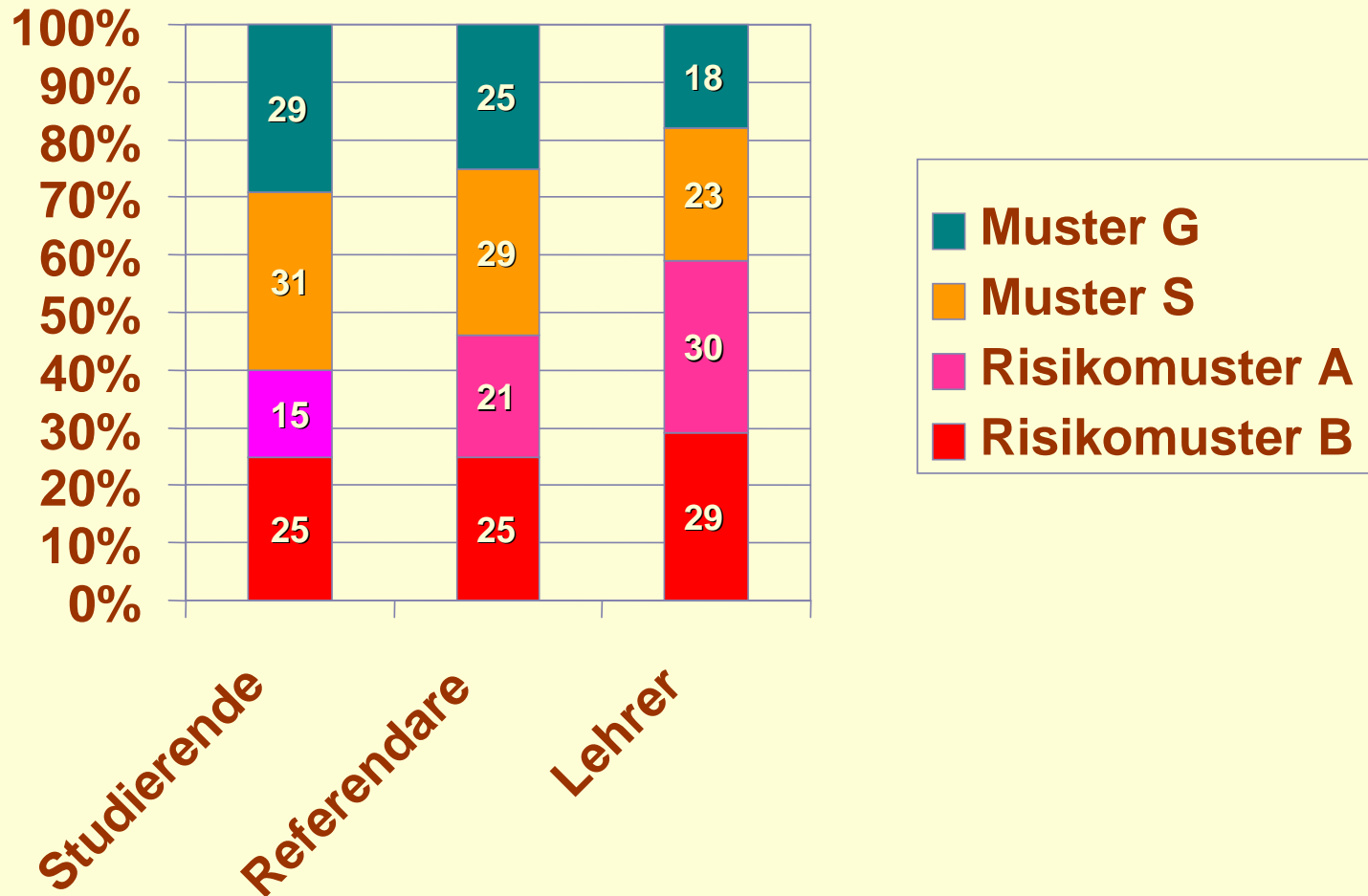
Nur 20 % sind reine **G**, **S**, **A**, **B** – Typen, die meisten Kombinationen sind: **G/S**, **G/A**, **S/B**, **A/B**.




I. Die wichtigsten Erkenntnisse aus der Untersuchung von Uwe Schaarschmidt:


- Berufseinsteiger verschlechtern sich in den ersten 5 Jahren progressiv von **G** zu **A** oder gar **B**.
- Frauen sind besonders gefährdet.
- Offensive Problembewältigung ist unterdurchschnittlich bei Lehrern vorhanden im Vergleich zu Polizei, Feuerwehr, Pflegepersonal, Existenzgründer (45 %), Erzieher, im Sozialamt Tätige.
- Offensive Problembewältigung nimmt bei älteren Frauen aber wieder zu.

Gegenüberstellung der Musterverteilungen für Lehramtstudierende, Referendare und im Beruf stehende Lehrer





Was tun die Kirchen für ihre Religionslehrerinnen und Religionslehrer?



RL-Fortbildungen, um die Lehrergesundheit zu stärken (z. B. Stuttgart und Ravensburg)

- **Ökumenischer Gottesdienst für alle Lehrerinnen und Lehrer im Großraum Stuttgart mit anschließendem Stehempfang**
- Religionspädagogische Arbeitsgemeinschaften
- **Religionspädagogischer Tag**
- Spiritualität und Lehrergesundheit
- **Zeitkompetenz (2 Teile)**
- Feedback-Kultur in der Schule



Spirituelle Angebote für RL, um die Lehrergesundheit zu stärken (Beispiele)

- **Pfade der Stille:
Spirituelle Wanderung im Mittleren Jagsttal**
- **Besinnungstage in Kloster Schöntal**
- **Gott im Alltag (Besinnungstage in Heiligkreuztal)**



Weitere spirituelle Angebote der Diözese Rottenburg-Stuttgart:

- Für alle Lehramtsstudierende: Spirituelle Begleitung (verpflichtend): Missio Information, Einkehrtag: Warum will ich Religion unterrichten? Eine selbst gewählte Veranstaltung aus dem diözesanen Exerzitenkalender, Praktikum in einer kirchlichen Institution (freiwillig).
- Einkehrtage in Assisi (5 Tage) (mit Unterstützung der Sießener Schwestern)
- Auf Antrag: Finanzierung von 10 Stunden spiritueller Einzelbegleitung



DANKE

für Ihre Aufmerksamkeit !