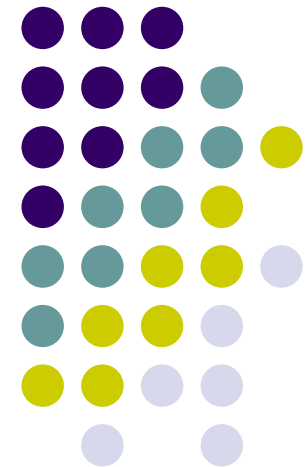


# Beneidenswerte Halbtagsjobber?

Ergebnisse und Schlussfolgerungen aus der  
Potsdamer Studie zur psychischen  
Gesundheit von Lehrerinnen und Lehrern

Uwe Schaarschmidt



## 2 Arbeitsetappen



1. Etappe (2000 – 2003): Analyse der Belastungssituation (genauer: der psychischen Gesundheit)
2. Etappe (2003 – 2006): Unterstützungsangebote zur Verbesserung der Situation

## Was ist psychische Gesundheit?

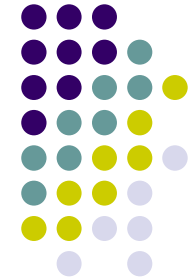


Psychisch gesund ist nach unserem Verständnis ein Mensch, dem es im Alltag gelingt, sich engagiert und doch entspannt den Anforderungen zu stellen, der über eine positive Einstellung zu sich selbst und zu den eigenen Wirkungsmöglichkeiten verfügt, der Ziele verfolgt, in seinem Tun Sinn erfahren kann und sich sozial aufgehoben fühlt.

Diesen Merkmalen wird – bezogen auf das berufliche Leben – mit dem diagnostischen Verfahren **AVEM** entsprochen.

# Indikatoren psychischer Gesundheit

Merkmale arbeitsbezogenen Verhaltens und Erlebens aus 3 Bereichen



## Arbeitsengagement

- Bedeutsamkeit der Arbeit
- Beruflicher Ehrgeiz
- Verausgabungsbereitschaft
- Perfektionsstreben

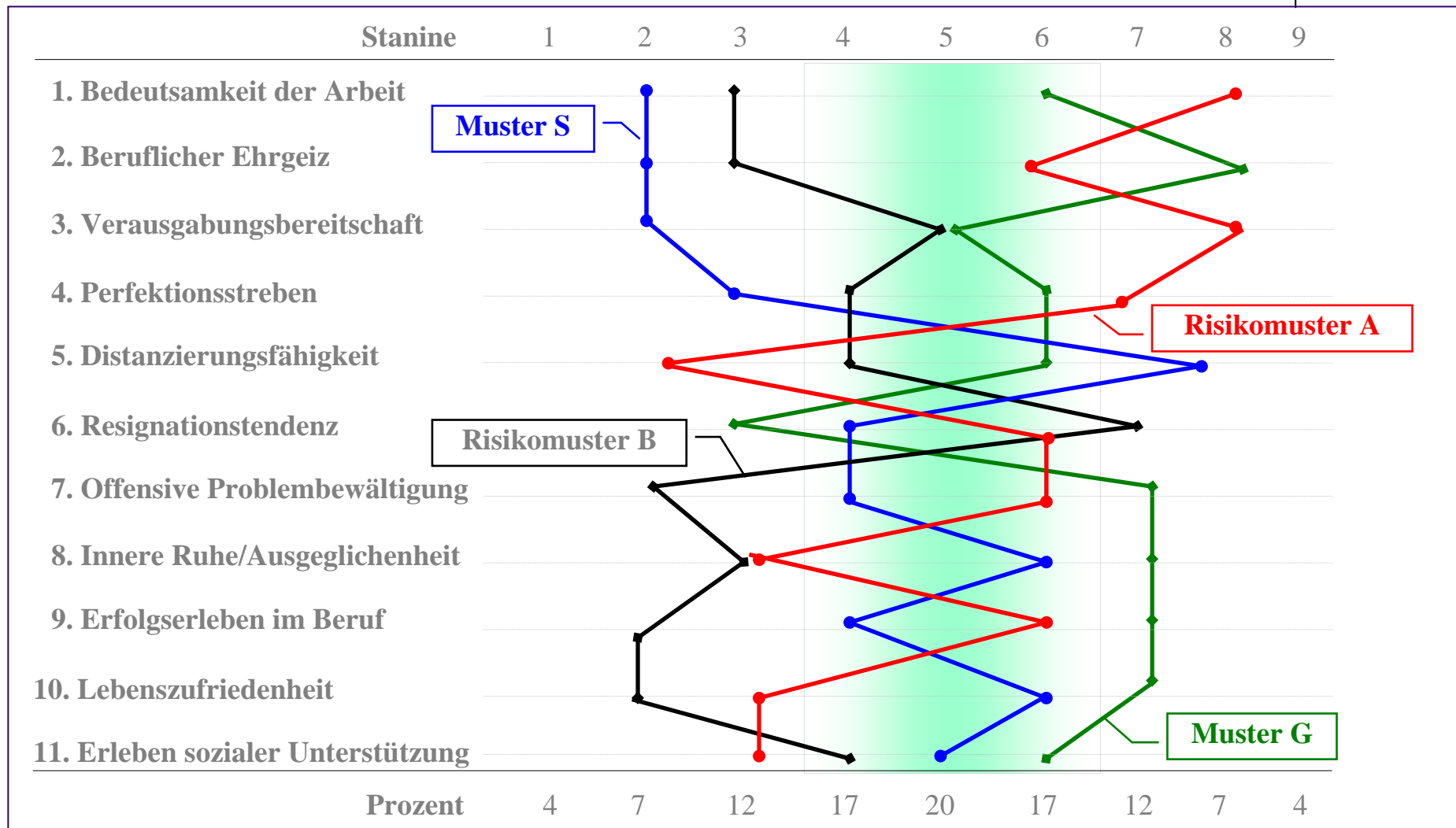
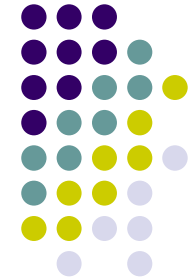
## Widerstandskraft

- Distanzierungsfähigkeit
- Resignationstendenz
- Offensive Problembewältigung
- Innere Ruhe und Ausgeglichenheit

## Emotionen

- Erfolgserleben im Beruf
- Lebenszufriedenheit
- Erleben sozialer Unterstützung

# 4 Muster arbeitsbezogenen Verhaltens und Erlebens

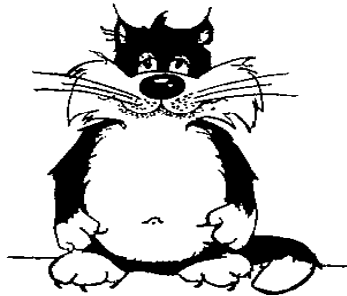


# 4 Muster arbeitsbezogenen Verhaltens und Erlebens

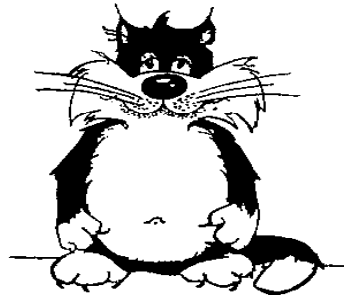


## Muster G

Engagement, Widerstandsfähigkeit, positives Lebensgefühl



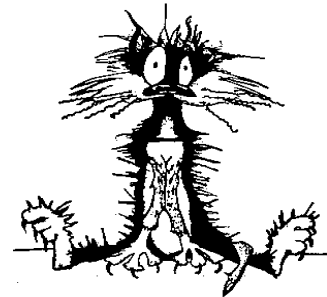
BEFORE WORK



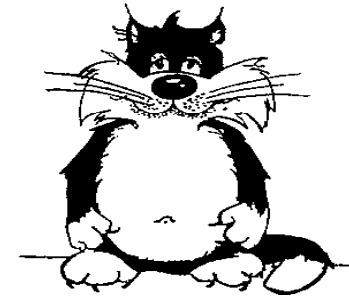
AFTER WORK

## Muster S

Schonungstendenz



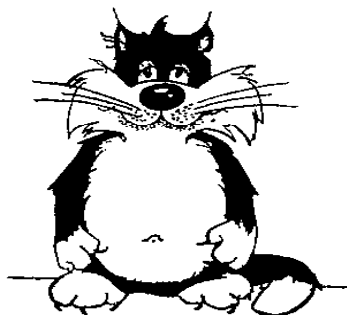
BEFORE WORK



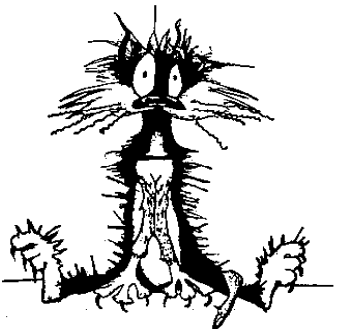
AFTER WORK

## Risikomuster A

Selbstüberforderung und negative Emotionen



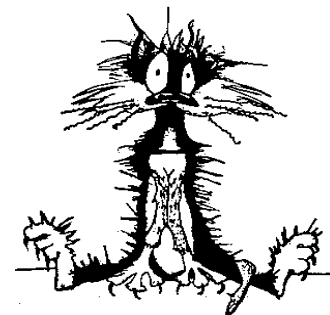
BEFORE WORK



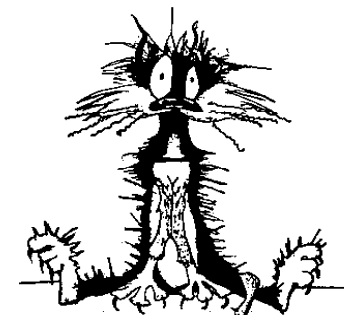
AFTER WORK

## Risikomuster B

Erschöpfung und Resignation

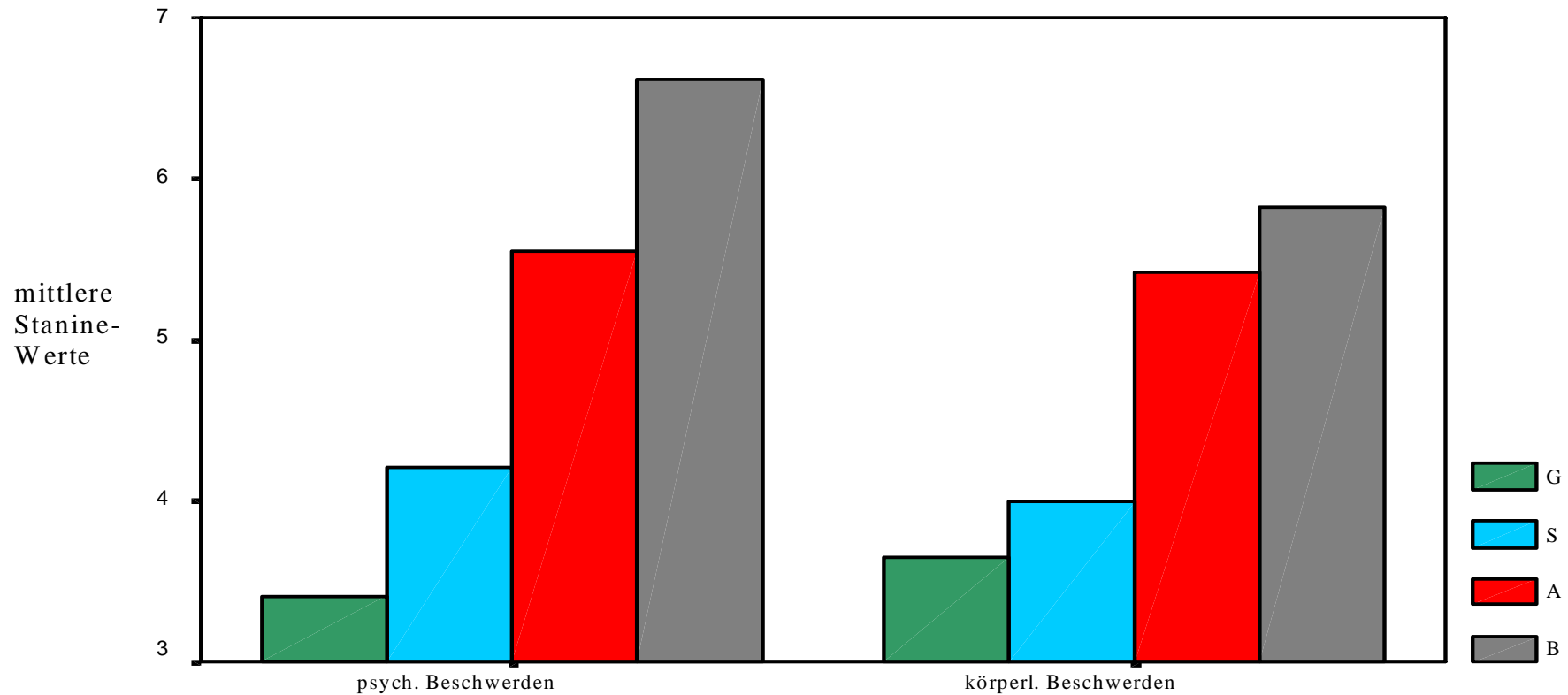


BEFORE WORK

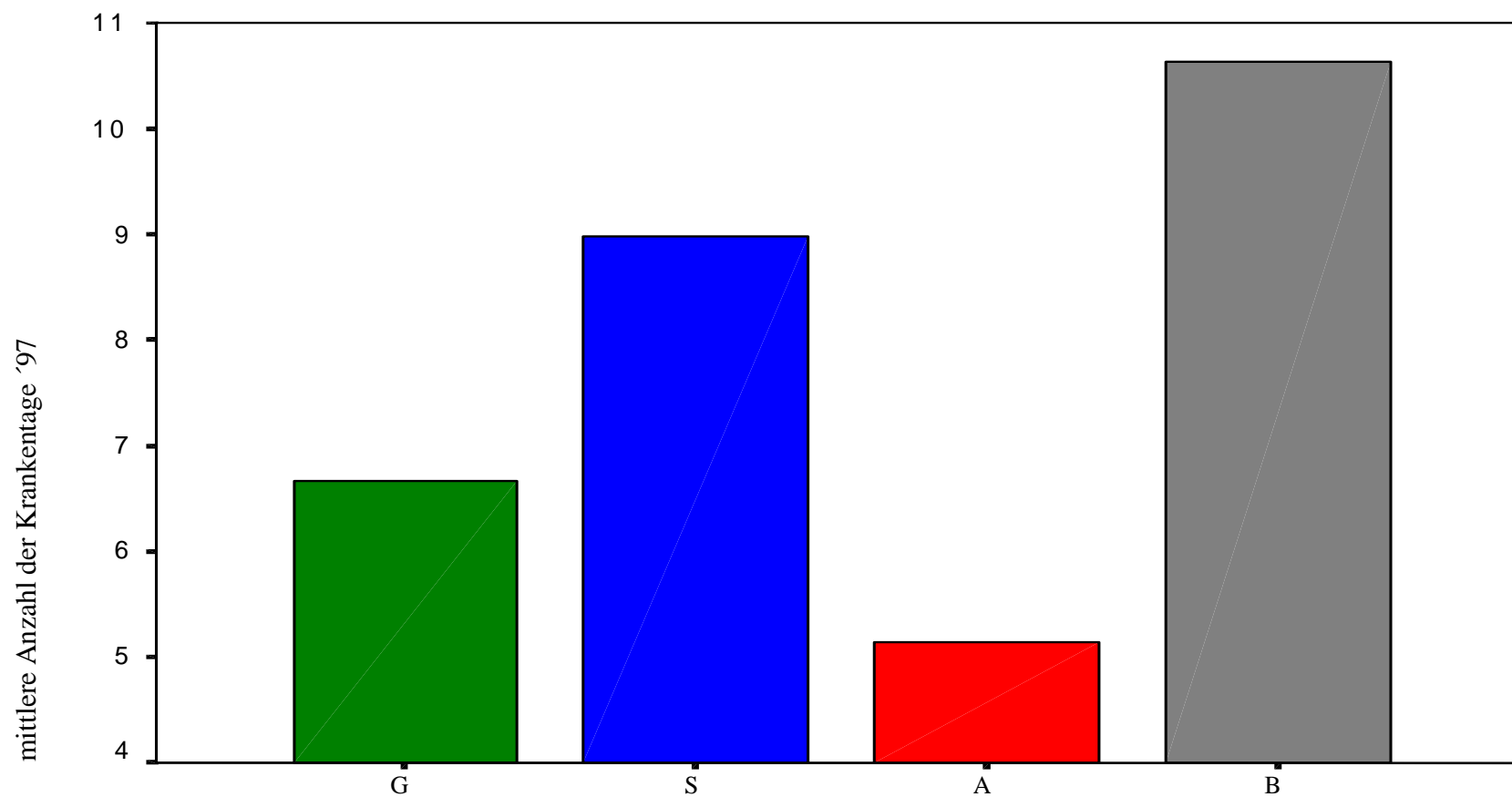


AFTER WORK

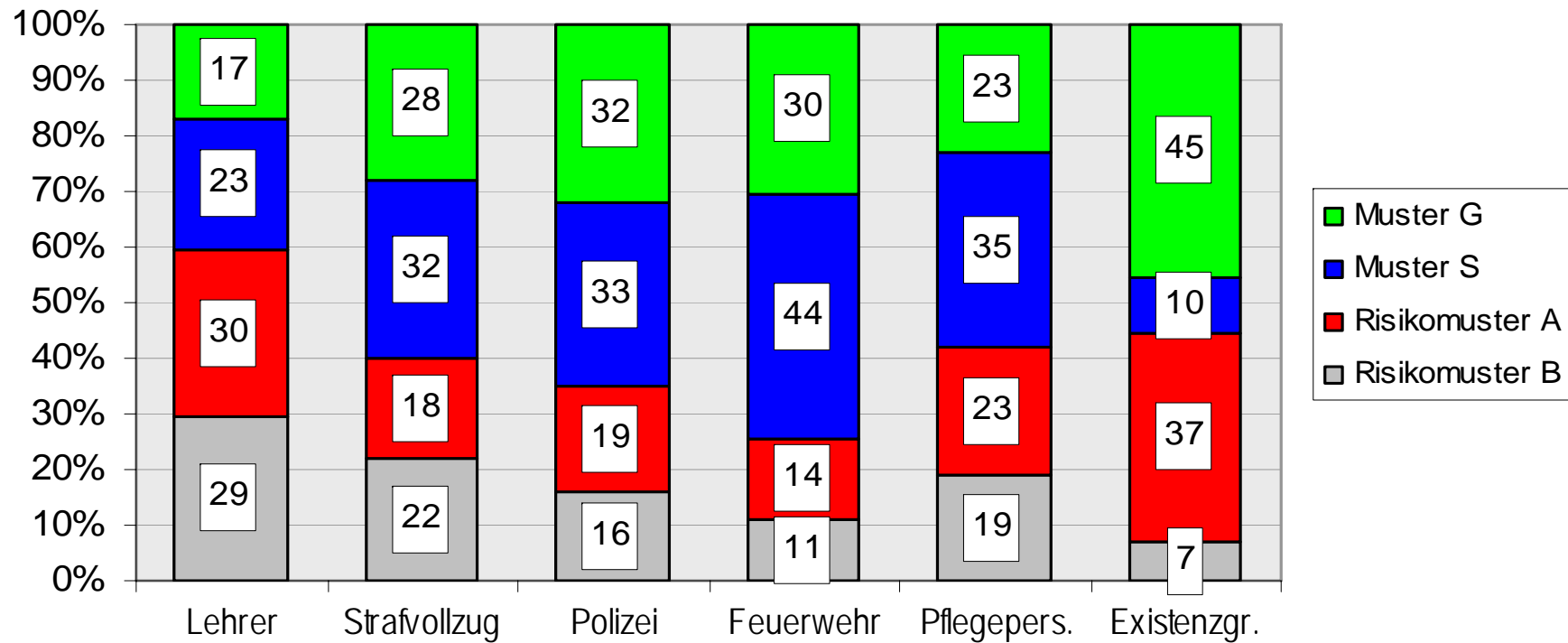
# Beeinträchtigung des Befindens und körperliche Beschwerden im Zusammenhang mit den 4 Mustern



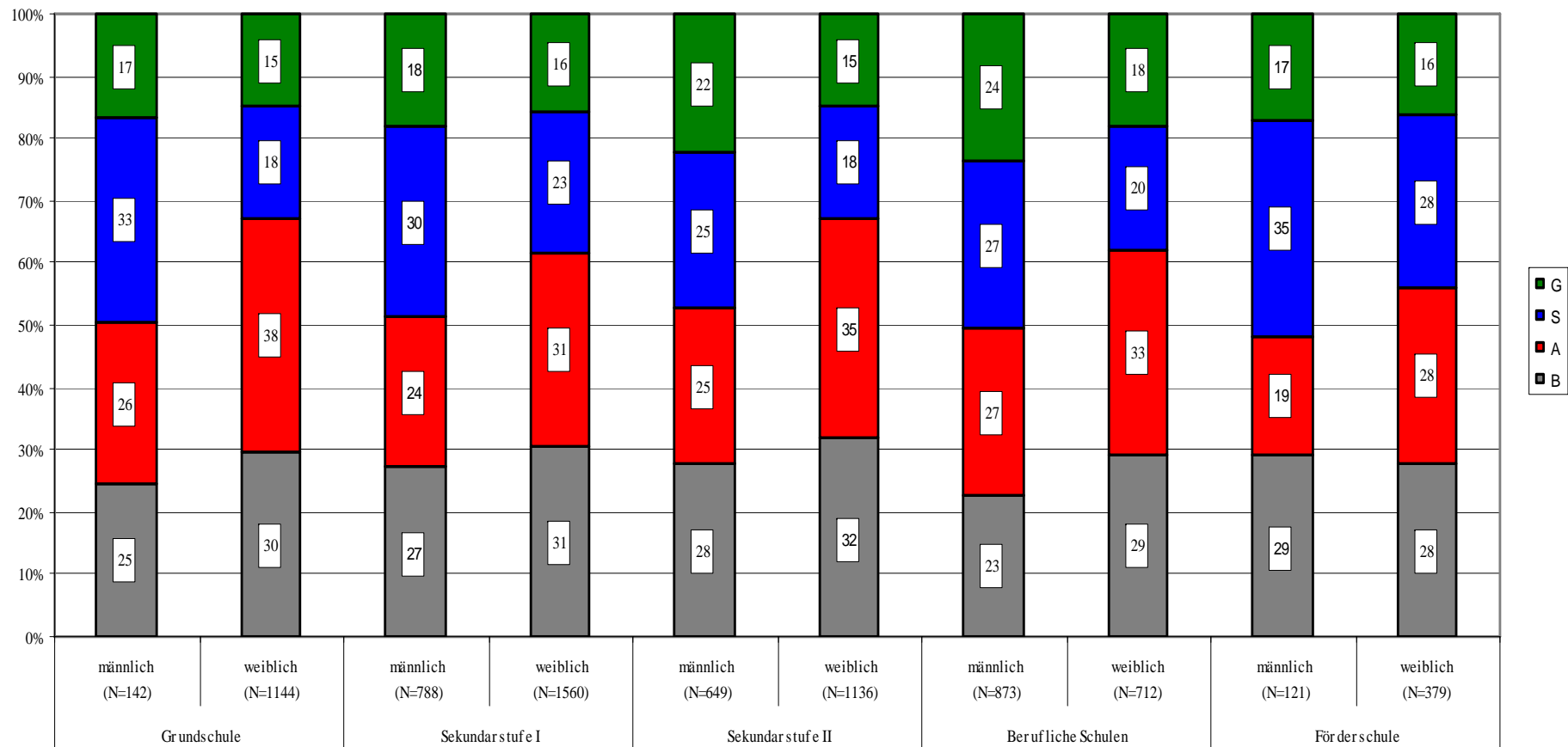
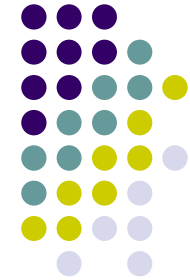
# Zahl der Krankentage während eines Schuljahres im Zusammenhang mit den 4 Mustern



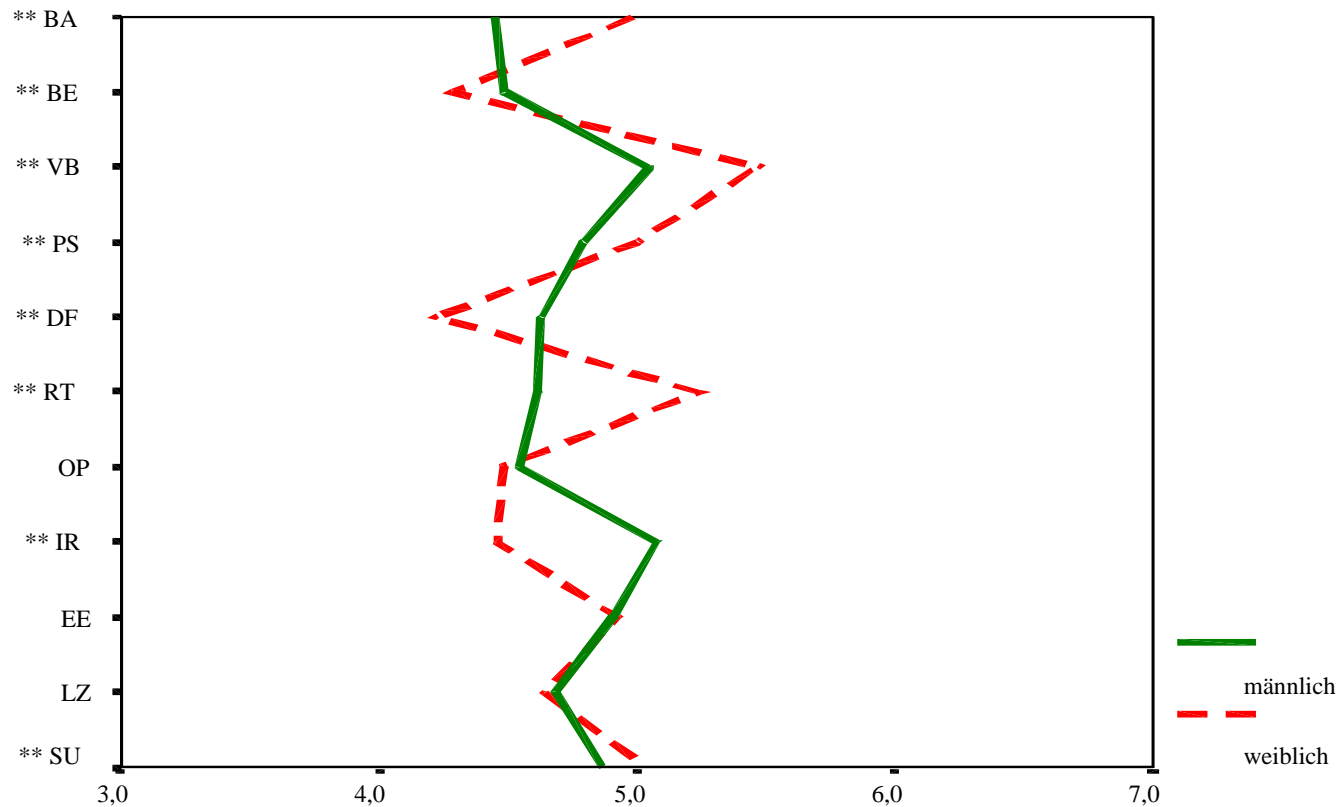
# Muster im Berufsvergleich



# Musterverteilung über die Schulformen bei Unterscheidung nach dem Geschlecht

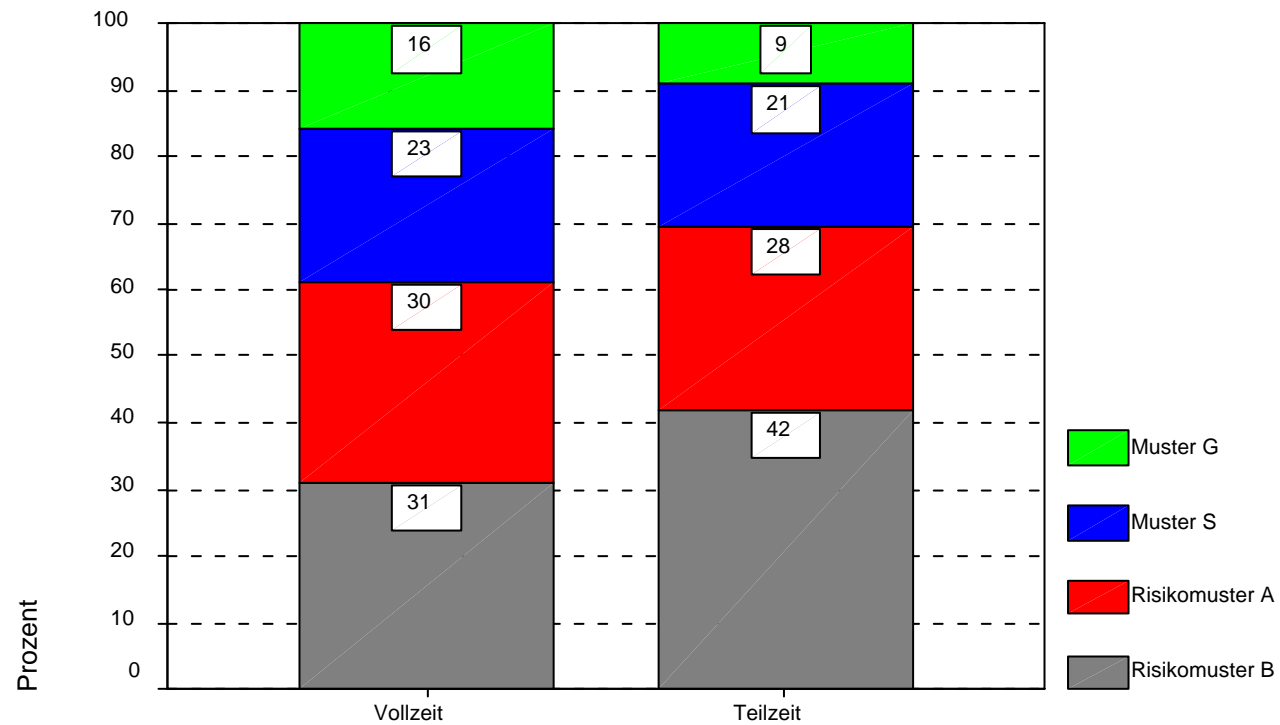


# Mittleres AVEM-Profil der Lehrerinnen und Lehrer (N=7043)

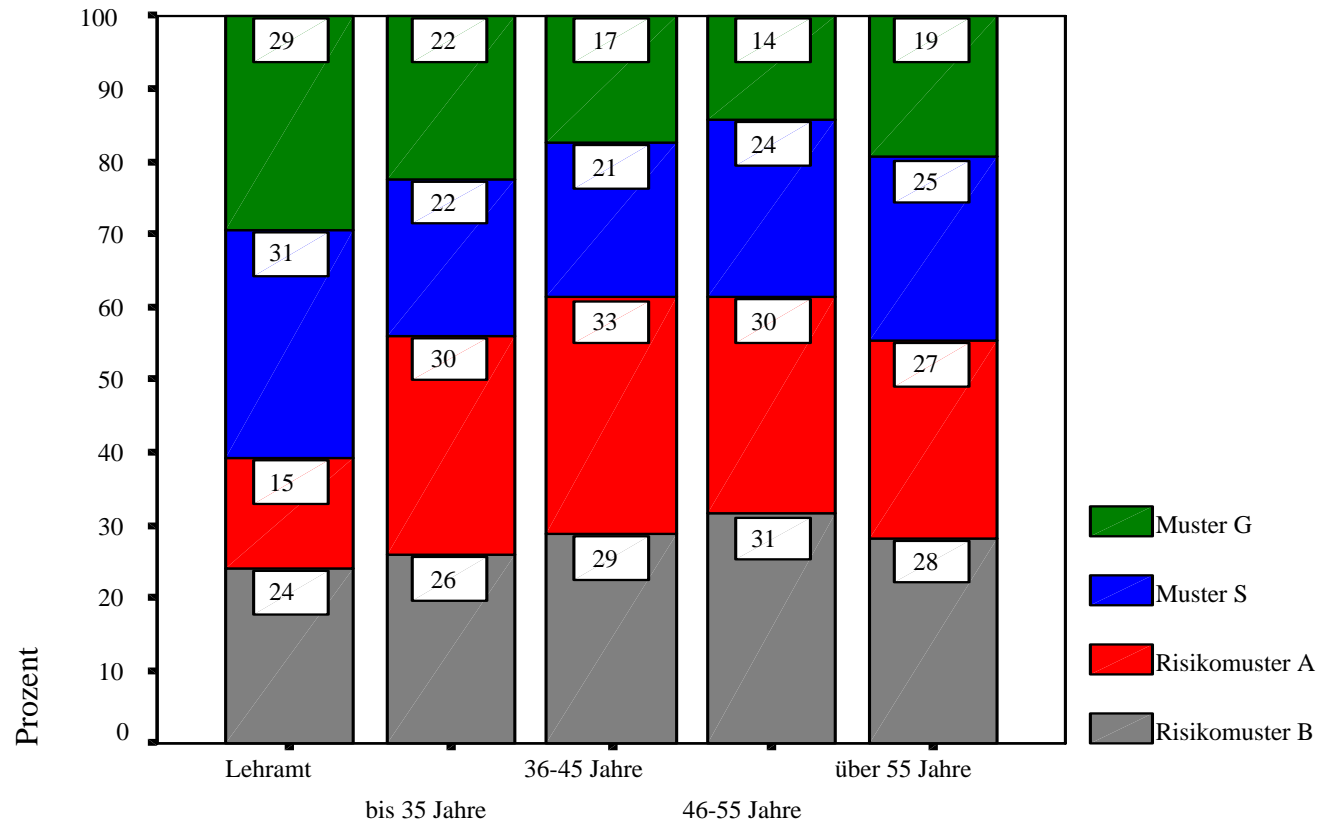


BA: Bedeutsamkeit der Arbeit, BE: Beruflicher Ehrgeiz, VB: Verausgabungsbereitschaft, PF: Perfektionsstreben,  
DF: Distanzierungsfähigkeit, OP: Offensive Problembewältigung, IR: Innere Ruhe und Ausgeglichenheit,  
EE: Erfolgserleben im Beruf, LZ: Lebenszufriedenheit, SU: Erleben sozialer Unterstützung

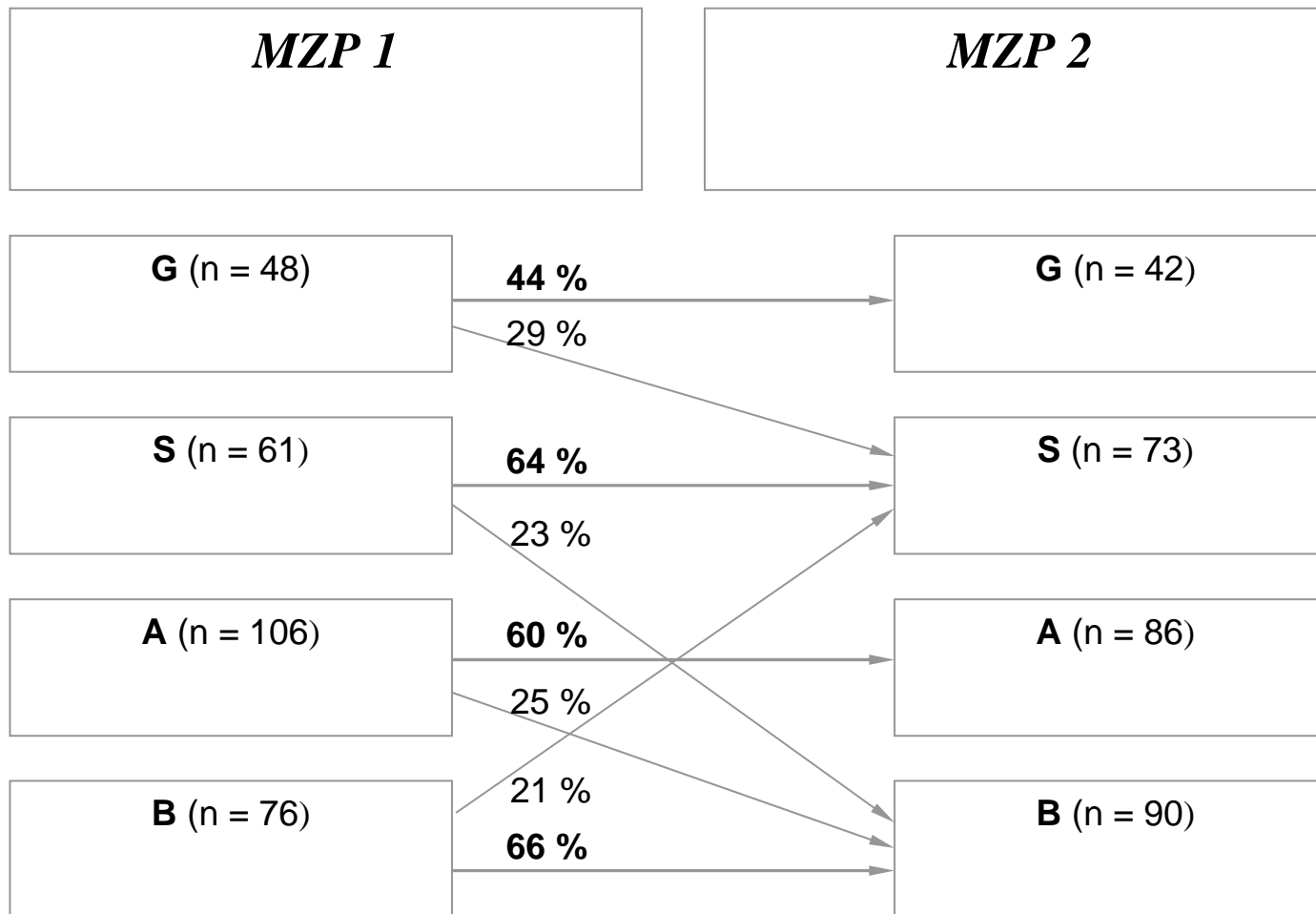
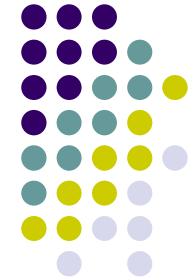
# Musterverteilung bei Vollzeit- und Teilzeitbeschäftigten (N=4181, NRW 2007)



# Musterverteilung der Lehrkräfte im Altersvergleich



# Veränderung in den Mustern (Längsschnittbetrachtung)

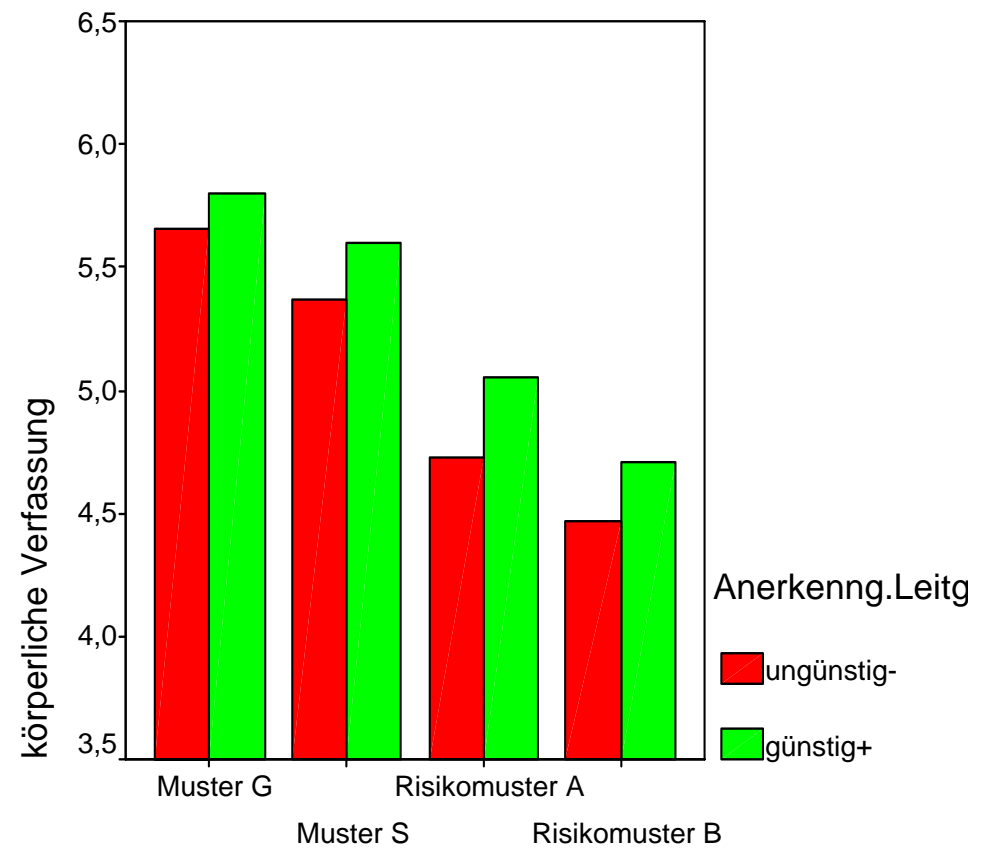
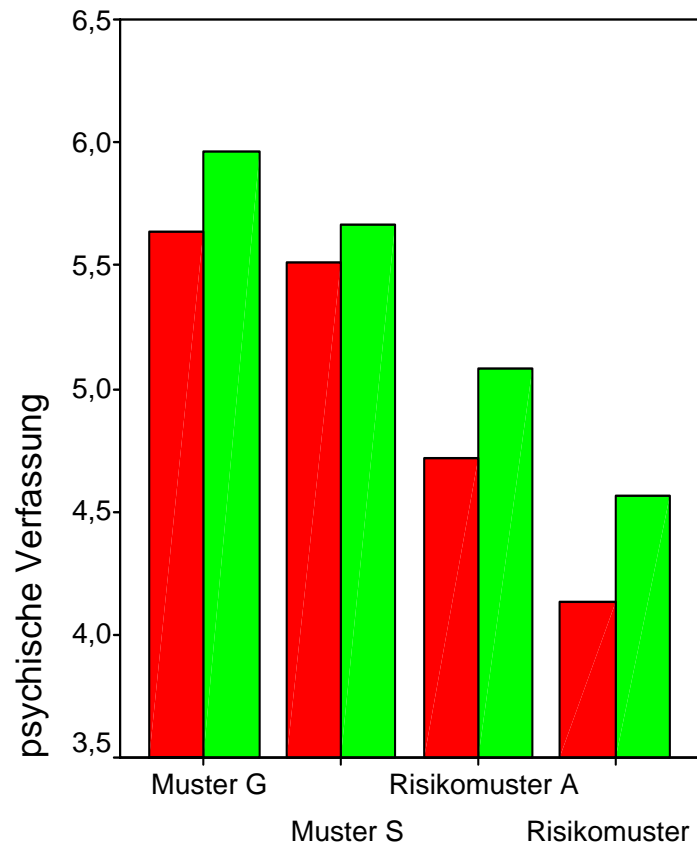


# Ergebnisse der ersten Etappe



- Berufsvergleich: problematischste Situation für die Lehrerschaft
- Vergleich nach Regionen: landesweit kritische Verhältnisse
- Vergleich nach Schulformen: keine nennenswerten Unterschiede
- Vergleich nach Geschlecht: ungünstigere Konstellationen für Frauen
- Altersvergleich: progressive Verschlechterung mit zunehmendem Alter
- Analyse bei Lehramtsstudierenden und Referendaren: oft ungünstige Voraussetzungen
- am stärksten belastende Bedingungen: schwierige Schüler, große Klassen, hohe Stundenzahl
- wichtigste entlastende Bedingung: Erleben sozialer Unterstützung
- Entwicklung: von allein keine Verbesserung

# Psychische und körperliche Verfassung und Erleben von Unterstützung durch die Leitung



## Ergebnisse der zweiten Etappe



1. Analyse und Gestaltung von Arbeitsbedingungen und Arbeitsabläufen, Entwicklung eines Instruments der Arbeitsbewertung (ABC-L)
2. Programme für Teamentwicklung und Führungsarbeit an der Schule
3. Programme für Gruppentraining und individuelle Beratung bei Lehrern, Referendaren und Lehramtsstudierenden
4. Self-Assessment-Verfahren für die Gewinnung geeigneten Lehrernachwuchses

# Arbeits-Bewertungs-Check für Lehrkräfte

(schafft Vergleichsmöglichkeiten)



# Die 15 im ABC-L erfassten Bereiche



	<b>Bereich</b>	<b>Zahl der Merkmale (Items)</b>
1.	Unterrichten	3
2.	Arbeit mit Schülern über den Unterricht hinaus	3
3.	offizielle Zusammenkünfte im Kollegium	3
4.	Gespräche mit Eltern	3
5.	schulbezogene Arbeit zu Hause	3
6.	Verhalten der Schüler	5
7.	Verhalten der Eltern	3
8.	Klima im Kollegium	4
9.	Verhalten der Schulleitung	7
10.	Schulkultur (Kultur des Miteinander in der Schule)	4
11.	Arbeitsorganisation in der Schule	6
12.	Bereitstellung von Arbeitsmitteln	3
13.	räumliche Bedingungen in der Schule	4
14.	hygienische Bedingungen in der Schule	5
15.	Möglichkeiten der Fort- und Weiterbildung	4

# Arbeits-Bewertungs-Check für Lehrkräfte (ABC-L)

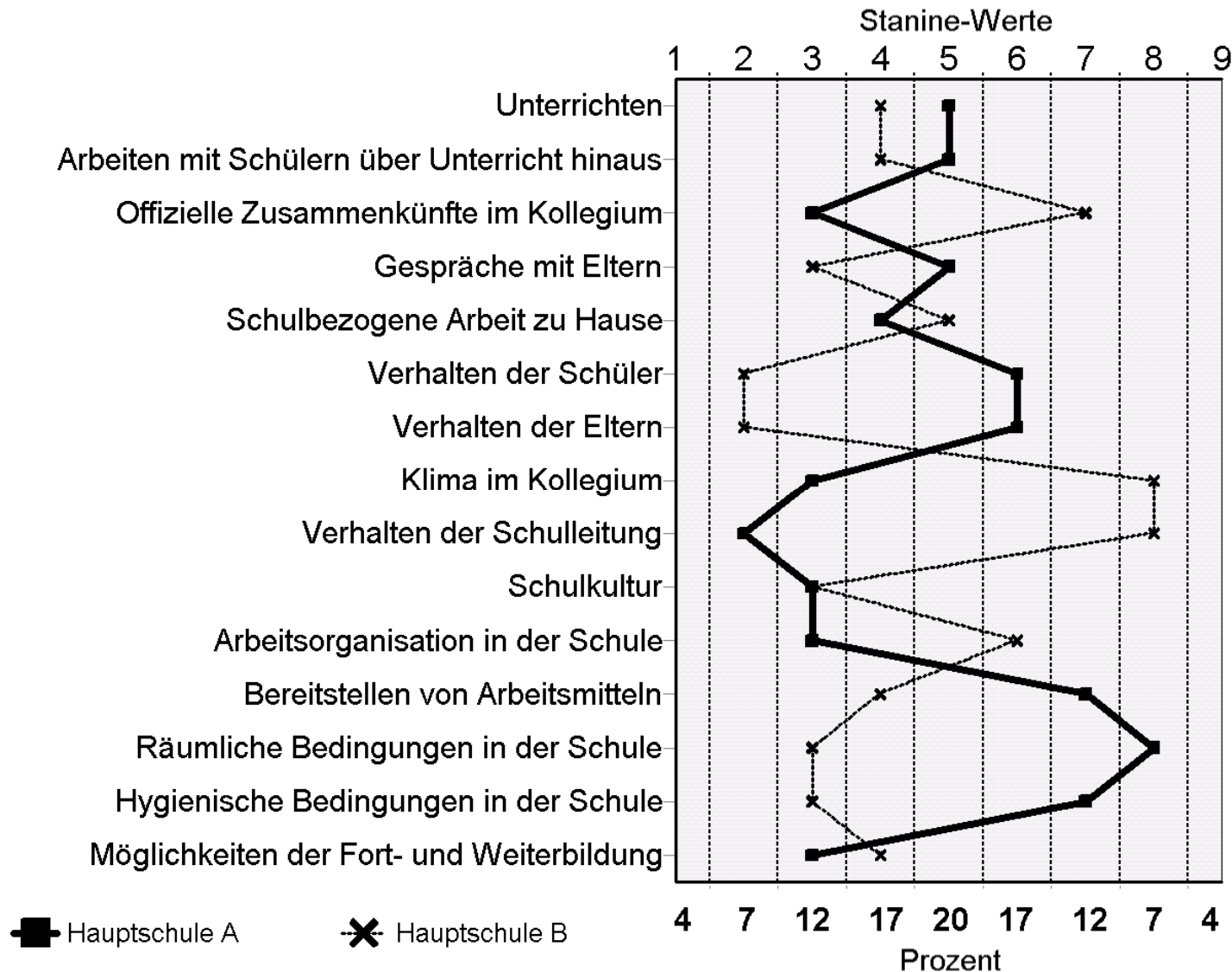
U. Schaarschmidt & U. Kieschke (2006)



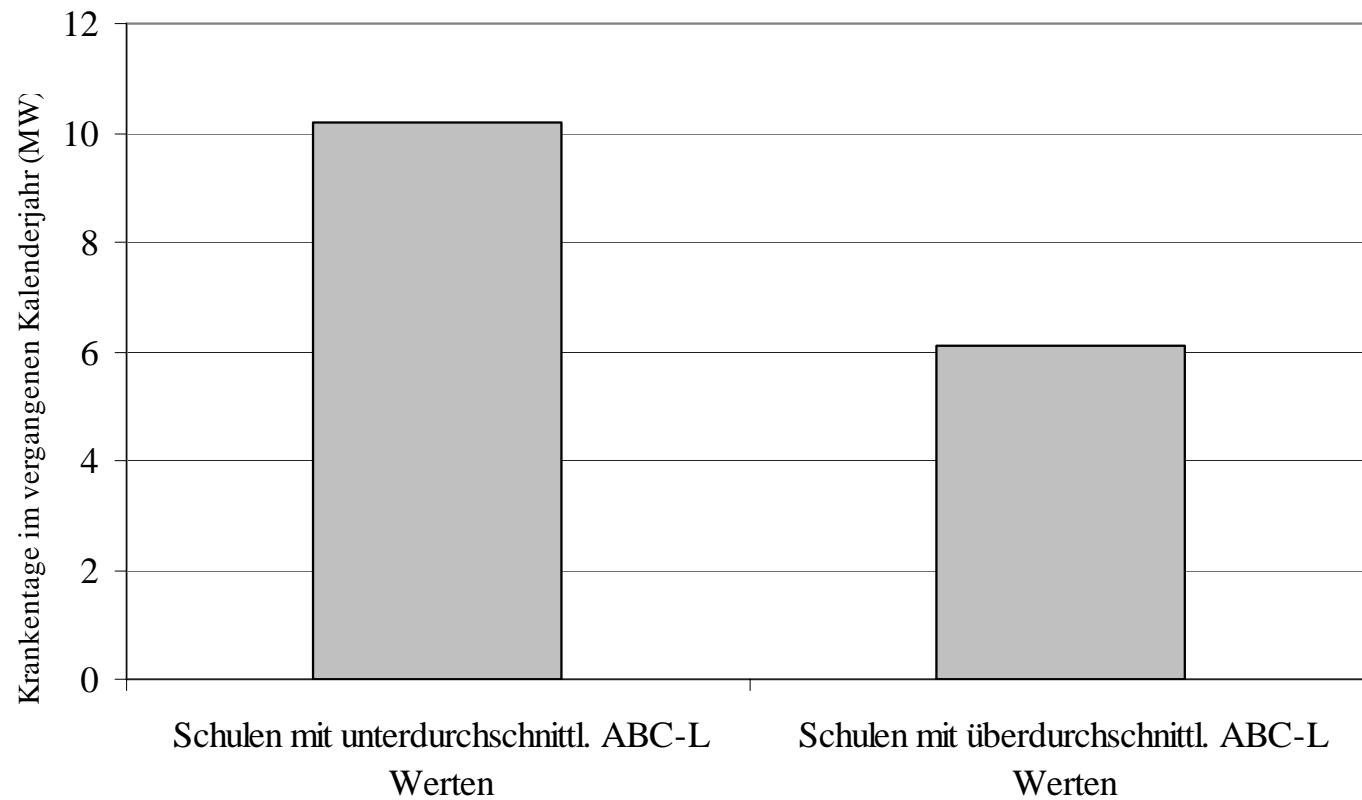
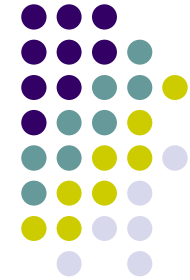
## 8. Wie sehr trifft es zu, dass im Kollegium...

	trifft völlig zu	trifft überwiegend zu	trifft teils/teils zu	trifft überwiegend nicht zu	trifft überhaupt nicht zu
ein offenes und vertrauensvolles Klima besteht?	5	4	3	2	1
gegenseitige Unterstützung erfolgt?	5	4	3	2	1
entlastende Gespräche möglich sind?	5	4	3	2	1
gemeinsame Normen und Ziele verfolgt werden?	5	4	3	2	1

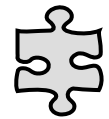
# Auswertungsbeispiele: Hauptschule A & B



# Krankentage in den Schulen mit über- und unterdurchschnittlichen Werten im ABC-L



# Trainingsprogramm



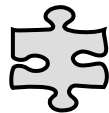
Modul 1: Diagnostik zum arbeitsbezogenen Verhalten und Erleben



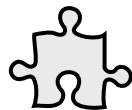
Modul 2: Ursachenanalyse



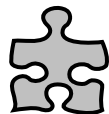
Modul 3: Technik der systematischen Problemlösung



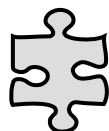
Modul 4: Zeit- und Selbstmanagement



Modul 5: Kommunikation und soziale Kompetenz



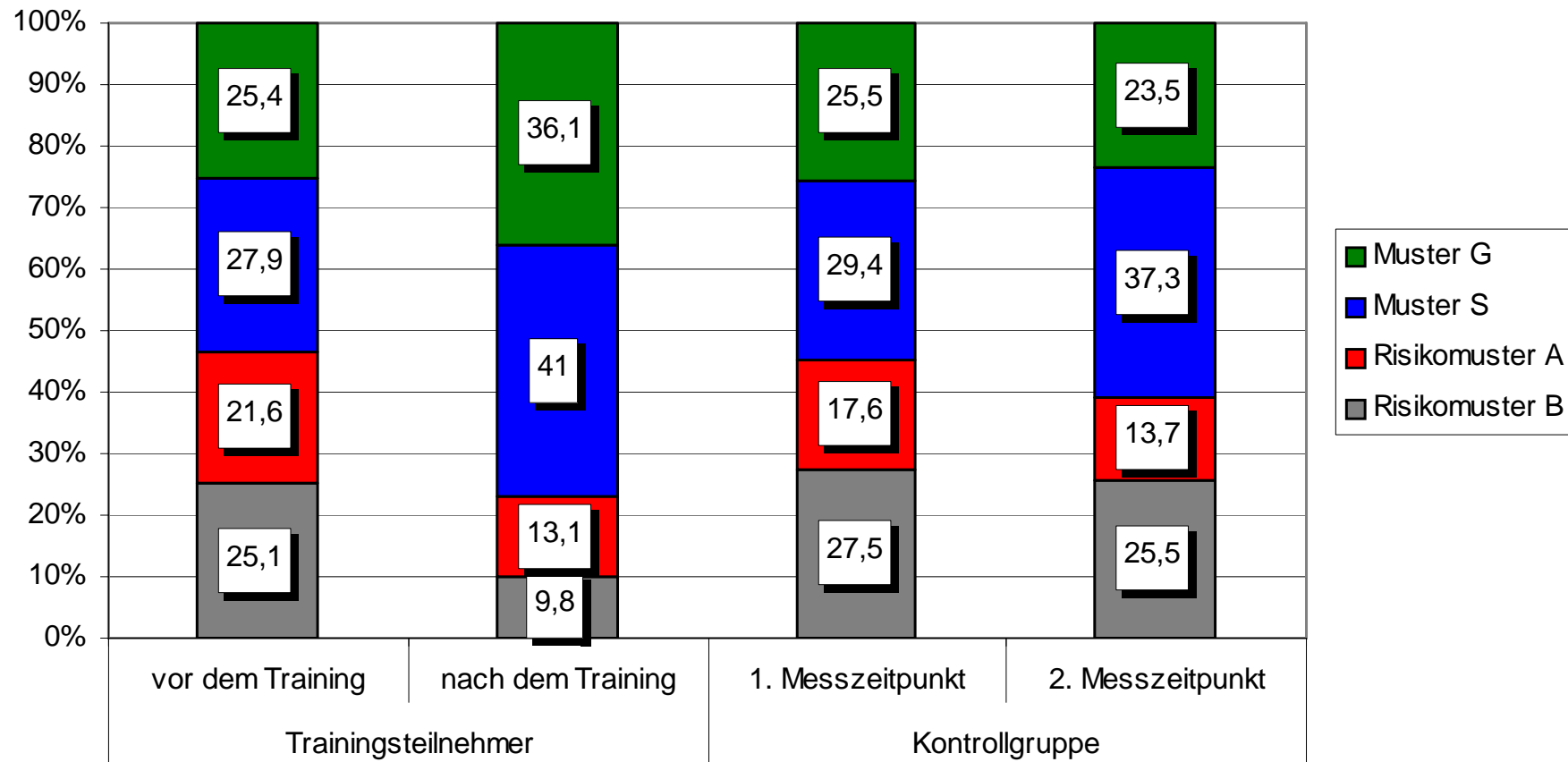
Modul 6: Zielsetzung und Zielplanung



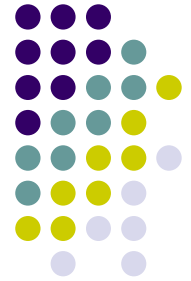
Modul 7: Entspannung

# Musterverteilung vor dem Training und 6 Monate danach (Studierende)

(Vergleich von Trainings- und Kontrollgruppe)



# Fit für den Lehrerberuf?!



Selbsterkundungsbogen zur Überprüfung der persönlichen Eignungsvoraussetzungen und zur Unterstützung von Entwicklungsbemühungen

Susanne Herlt & Uwe Schaarschmidt

# Skalen



1. Freude am Umgang mit Kindern & Jugendlichen
2. Fähigkeit zur offensiven Misserfolgsverarbeitung
3. Verantwortungsbereitschaft
4. Humor
5. Frustrationstoleranz
6. Wissens- & Informationsbedürfnis
7. Stimme
8. Durchsetzungsvermögen in sozial-kommunikativen Situationen
9. Flexibilität
10. Soziale Sensibilität

11. Anstrengungs- & Entbehrungsbereitschaft
12. Didaktisches Geschick
13. Sicherheit im öffentlichen Auftreten
14. Erholungs- & Entspannungsfähigkeit
15. Ausdrucksfähigkeit
16. Stabilität bei emotionalen Belastungen
17. Begeisterungsfähigkeit
18. Freundlichkeit/Warmherzigkeit
19. Fähigkeit zum rationalen Arbeiten
20. Stressresistenz
21. Beruflicher Idealismus



## - Fragebogen für die Selbsteinschätzung -

Susanne Herlt & Uwe Schaarschmidt

Sie denken darüber nach, Lehrer/in zu werden? Mit diesem Fragebogen möchten wir Ihnen ein Verfahren in die Hand geben, das Sie über wichtige Anforderungen im Lehrerberuf informiert und Ihnen gleichzeitig die Möglichkeit bietet, für sich selbst zu beurteilen, inwiefern Sie diesen Anforderungen gewachsen sind. Damit soll Ihnen diese Methode ein Hilfsmittel bei Ihrer Entscheidung sein. Auch soll sie Ihnen ggf. Anregungen für weitere Entwicklung geben.

Im Folgenden werden wesentliche Anforderungen an die Person des Lehrers/der Lehrerin beschrieben. Anhand vorgegebener Aussagen können Sie einschätzen, inwieweit Sie sich persönlich diesen Anforderungen gewachsen fühlen. Zur Einschätzung steht Ihnen eine 5stufige Skala mit den folgenden Ausprägungen zur Verfügung:

- Diese Aussage trifft **überhaupt nicht** auf mich zu.
- Diese Aussage trifft **überwiegend nicht** auf mich zu.
- Diese Aussage trifft **teils/teils** auf mich zu.
- Diese Aussage trifft **überwiegend** auf mich zu.
- Diese Aussage trifft **völlig** auf mich zu.

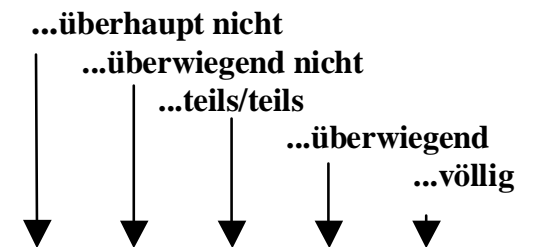
Bearbeiten Sie den Fragebogen zügig und vollständig und bemühen Sie sich um eine möglichst realistische Selbsteinschätzung. Denken Sie daran, dass das Ergebnis ausschließlich für Sie bestimmt ist und Ihnen als Orientierung dienen soll. Ob Sie es dazu nutzen, sich für oder gegen den Lehrerberuf zu entscheiden, liegt letztlich allein bei Ihnen.

# Merkmale 3: Verantwortungsbereitschaft



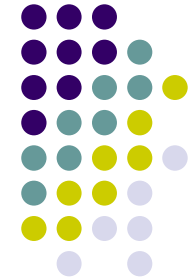
*Der Lehrerberuf setzt voraus, dass man Freude daran hat, sich für andere Menschen verantwortlich zu fühlen und zu engagieren.*

**Wie ist das bei Ihnen?**



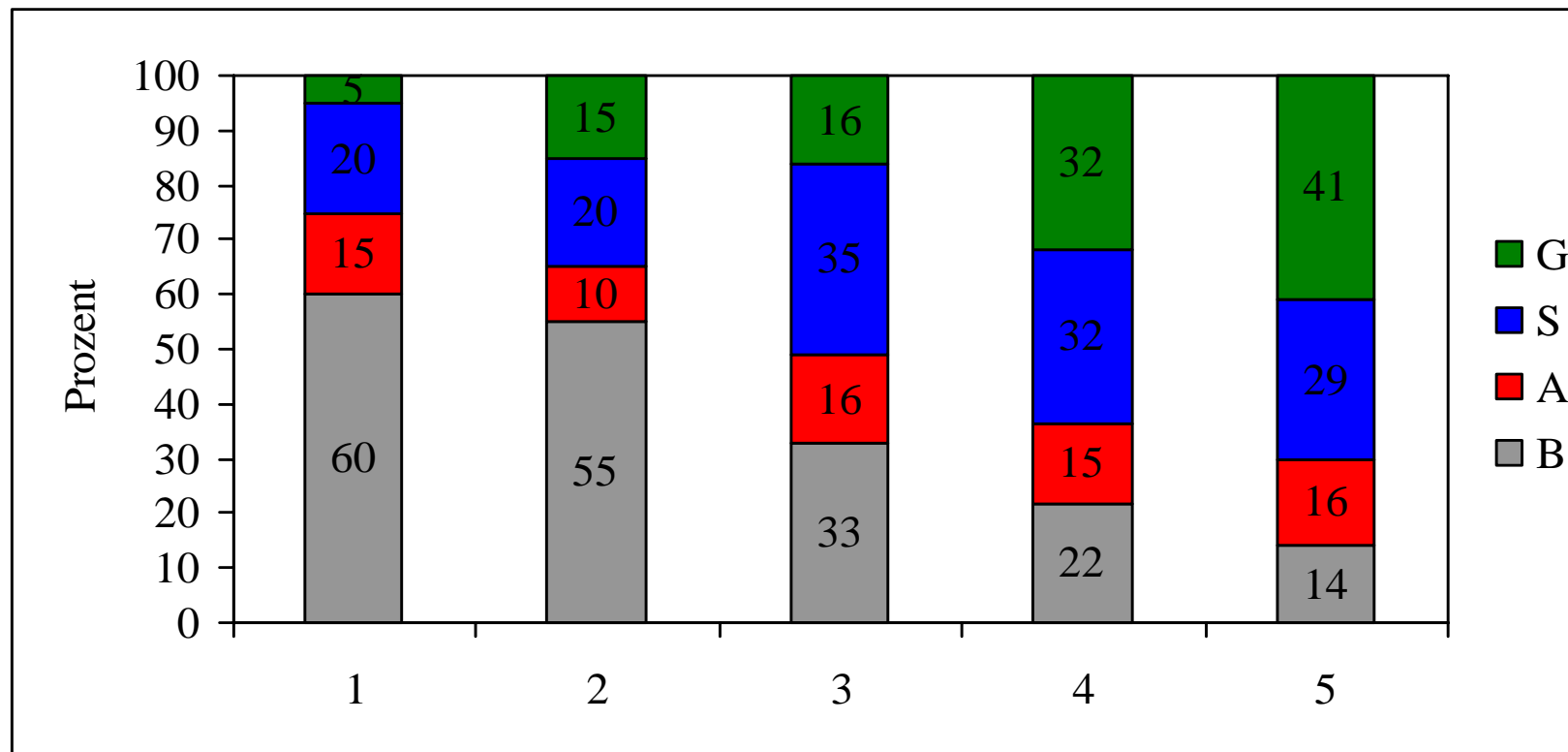
	...überhaupt nicht	...überwiegend nicht	...teils/teils	...überwiegend	...völlig
1. Ich übernehme gern Verantwortung für andere Menschen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Es ist mir zu viel, wenn ich stets noch für andere da sein soll.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Ich setze mich oft für andere ein.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

# Profil eines Lehramtsstudierenden (Ausschnitt)



	Stanine-Wert Prozent	1 4%	2 7%	3 12%	4 17%	5 20%	6 17%	7 12%	8 7%	9 4%
1. <b>Freude am Umgang mit Kindern &amp; Jugendlichen</b> (6) + 1 – 2 + 3	<b>12</b>	3-8	9-10	11	12	13	-	14	-	15
2. <b>Fähigkeit zur offensiven Misserfolgsverarbeitung</b> (12) – 4 – 5 + 6	<b>13</b>	3-9	10	11	12	-	13	14	-	15
3. <b>Verantwortungsbereitschaft</b> (6) + 7 – 8 + 9	<b>10</b>	3-8	9	10	11	12	13	-	14	15
4. <b>Humor</b> (6) + 10 + 11 – 12	<b>13</b>	3-7	8	9	10	11	12	13	14	15
5. <b>Frustrationstoleranz</b> (6) + 13 – 14 + 15	<b>11</b>	3-7	8	9	10	11	12	13	14	15
6. <b>Wissens- &amp; Informationsbedürfnis</b> (6) + 16 + 17 – 18	<b>10</b>	3-8	9	10	11	-	12	13	14	15
7. <b>Stimme</b> (6) – 19 + 20 + 21	<b>14</b>	3-7	8-9	10	11	12	13	14	-	15
8. <b>Durchsetzungsvermögen in sozial-kommunikativen Situationen</b> (6) + 22 – 23 + 24	<b>11</b>	3-8	9-10	11	-	12	13	-	14	15

# Musterverteilung bei Lehramtsstudierenden und Selbsteinschätzung zur Richtigkeit der Berufswahl



1: Ich bin mir sehr unsicher, dass der Lehrerberuf der richtige Beruf für mich ist.

5: Ich bin mir sehr sicher, dass der Lehrerberuf der richtige Beruf für mich ist.

*Wilhelm von Humboldt :*

*„Nie ist das menschliche Gemüt  
heiterer gestimmt, als wenn es  
seine richtige Arbeit gefunden  
hat.“*

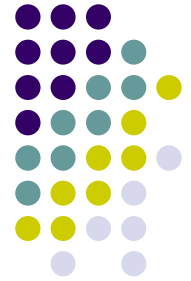


# Schlussfolgerungen für die Bildungspolitik



1. Eignungsfeststellung vor dem Studium
2. größere Praxisrelevanz der Ausbildung
3. System der medizinischen und psychologischen Betreuung der Lehrkräfte
4. kommunikationsförderliche Strukturen (bzgl. Klassen- und Schulgröße)
5. qualifizierte Schulleitungsarbeit (auch in Personalführung)
6. Gestaltung der Lehrerarbeitszeit nach den Kriterien Qualität & Gesundheit

## Arthur Schopenhauer:



Neun Zehntel unseres Glücks beruhen auf der Gesundheit. Mit ihr wird alles eine Quelle des Genusses, hingegen ist ohne sie kein äußeres Gut, welcher Art es auch sei, genießbar.