

Die Potsdamer Lehrerstudie im Überblick

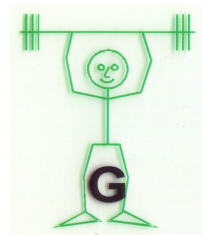
Lehrerinnen und Lehrer sind keineswegs beneidenswerte Halbtagsjobber. Vielmehr üben sie einen der anstrengendsten Berufe aus. Das betrifft speziell die psychischen Belastungen, die dieser Beruf mit sich bringt. Mit der Potsdamer Lehrerstudie, die wir im Auftrage und mit Unterstützung des Deutschen Beamtenbundes und seiner Lehrgewerkschaften durchführten, sollten Beiträge zur Verbesserung der Belastungssituation und damit vor allem der psychischen Gesundheit in dieser Berufsgruppe geleistet werden.¹

Die Arbeiten, die im Dezember 2006 abgeschlossen wurden, gliederten sich in zwei Etappen. Die erste Etappe (2000 – 2003) galt der differenzierten Analyse der vorgefundenen Belastungssituation und der dafür verantwortlichen Bedingungen. In die Analyse war auch der Vergleich mit anderen Berufen eingeschlossen. Aufbauend auf diesen Ergebnissen ging es in der zweiten Etappe (2003 – 2006) darum, Maßnahmen zu erproben und darauf gegründete Unterstützungsangebote auszuarbeiten, die zu einer Belastungsreduktion führen können.

Insgesamt nahmen an beiden Abschnitten der Studie rund 16000 Lehrerinnen und Lehrer aus dem gesamten Bundesgebiet sowie ca. 2500 Lehramtsstudierende und Referendare teil. Darüber hinaus waren (in der ersten Etappe) etwa 1500 Lehrerinnen und Lehrer aus anderen Ländern sowie annähernd 8000 Vertreter anderer Berufe zu Vergleichszwecken mit einbezogen.

Ergebnisse der ersten Etappe (2000-2003)

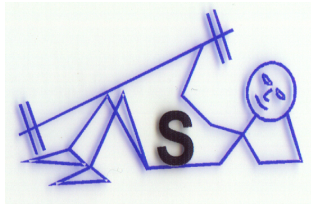
Die Analyse wurde auf der Grundlage einer umfassenden, in anonymisierter Form durchgeführten Fragebogenerhebung erstellt. Es wurden dabei Einschätzungen zu unterschiedlichen Aspekten der Arbeit und Belastungsindikatoren auf mehreren Ebenen erfasst. Insbesondere galt es, ein differenziertes Bild der psychischen Gesundheit der Lehrerinnen und Lehrer zu erhalten. Als die wichtigsten Indikatoren dienten uns dabei die persönlichen Muster des arbeitsbezogenen Verhaltens und Erlebens. Sie zeigen an, ob und in welchem Ausmaße die Auseinandersetzung mit den Arbeitsanforderungen in gesundheitsförderlicher oder gesundheitsgefährdender Art und Weise geschieht. Es werden vier Muster unterschieden (Näheres dazu vgl. Schaarschmidt, 2005):



Muster G

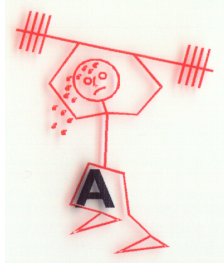
Dieses Muster ist Ausdruck von Gesundheit und Hinweis auf ein gesundheitsförderliches Verhältnis gegenüber der Arbeit. Es ist durch stärkeres, doch nicht exzessives berufliches Engagement, höhere Widerstandsfähigkeit gegenüber Belastungen und positive Emotionen gekennzeichnet. Es steht außer Frage, dass Lehrer mit diesem Muster über die günstigsten Voraussetzungen verfügen, um erworbenes Wissen und Können sowie pädagogische Überzeugungen und Absichten wirksam umzusetzen.

¹ Vgl. auch www.dbb.de (Lehrerbelastungsstudie)



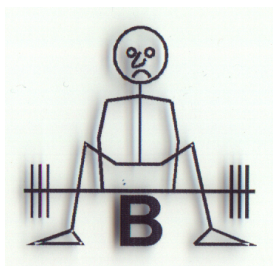
Muster S

Hier charakterisiert die Schonung das Verhältnis gegenüber der Arbeit (als ein möglicher Hinweis auf ungenügende Herausforderungen und/oder berufliche Unzufriedenheit). Charakteristisch ist geringes Engagement bei wenig Auffälligkeiten in den übrigen Bereichen. Zwar zeigt dieses Muster in der Regel kein gesundheitliches Risiko an, doch im Lehrerberuf dürfte es (mehr als in manch anderen Berufen) ein ernstes Hindernis für erfolgreiche Arbeit sein, kommt es hier doch verstärkt auf eigenaktives und engagiertes Handeln an.



Risikomuster A

Entscheidend ist hier, dass hohe Anstrengung keine Entsprechung in einem positiven Lebensgefühl findet: Das Bild ist durch überhöhtes Engagement bei verminderter Widerstandsfähigkeit gegenüber Belastungen und eher negative Emotionen gekennzeichnet. Das Gesundheitsrisiko besteht in der Selbstüberforderung. Lehrer dieses Typs sind oftmals ihrer hohen Einsatzbereitschaft wegen besonders geschätzt. Doch ist abzusehen, dass auf Dauer die Kraft nicht ausreicht, den Belastungen des Berufs standzuhalten. Nicht selten ist mit dem Übergang zum folgenden Risikomuster B zu rechnen (Burnout-Prozess).



Risikomuster B

Bei diesem zweifellos problematischsten Muster sind permanentes Überforderungserleben, Erschöpfung und Resignation vorherrschend. Das Profil weist überwiegend geringe Ausprägungen in den Merkmalen des Arbeitsengagements, deutliche Einschränkungen in der Widerstandsfähigkeit gegenüber Belastungen und (stark) negative Emotionen aus. In seinem Erscheinungsbild entspricht dieses Muster den Symptomen in den letzten Stadien eines Burnout-Prozesses. Klar ist, dass bei stärkerer Ausprägung des Musters B der Betroffene kaum (noch) ein guter Lehrer sein kann. Die verbliebene Kraft reicht dazu nicht aus. Sie wird aufgewendet, um irgendwie „über die Runden“ zu kommen.

Wie stellt sich nun die Situation im Lehrerberuf dar? Sie lässt sich zusammenfassend in folgenden Punkten beschreiben:

- Im *Vergleich mit anderen Berufsgruppen* zeigt sich, dass für die Lehrerschaft die ungünstigste Musterkonstellation besteht. Auf der einen Seite ist der Anteil des wünschenswerten G-Musters sehr gering (17%), auf der anderen kommen die Risikomuster A und B außerordentlich häufig vor (mit je 30%). Vor allem mit dem hohen Anteil des durch Resignation und Erschöpfung gekennzeichneten B-Musters hebt sich die Berufsgruppe der Lehrer deutlich von den anderen ab.
- Ein Vergleich nach den *Regionen* innerhalb Deutschlands lässt erkennen, dass landesweit kritische Beanspruchungsverhältnisse vorliegen, d.h. regionale Unterschiede nur wenig zu Buche schlagen.
- Auch für die *Schulformen* können keine nennenswerten Unterschiede ausgemacht werden.
- Sehr deutlich treten allerdings Abhängigkeiten vom *Geschlecht* hervor. Die Geschlechtsunterschiede fallen dabei immer zum Nachteil der Frauen aus. Für sie liegen durchgehend die höheren Anteile in den Risikomustern vor (sowohl in A als auch in B).
- Eine Betrachtung nach dem *Alter* lässt erkennen, dass eine progressive Verschlechterung der Beanspruchungssituation über die Berufsjahre stattfindet, wobei diese Tendenz noch sehr viel mehr für die Frauen als für die Männer gilt.
- Einbezogen wurden auch *Lehramtsstudierende* und *Referendare* (Anwärter auf das Lehramt). Für beide Gruppen gilt, dass der Anteil des Risikomusters B (je 25%), vor allem aber der des S-Musters (mit 31 bzw. 29%) hoch ist. Damit zeigen sich ungünstige Voraussetzungen bereits vor Berufsbeginn.

- Als die am stärksten *belastenden Bedingungen* werden von den Lehrkräften aller Schulformen problematisches Schülerverhalten, zu große Klassen und eine zu hohe Stundenzahl genannt.
- Mit ebenso großer Übereinstimmung sehen die Lehrerinnen und Lehrer das Erleben sozialer Unterstützung im Kollegium und durch die Schulleitung als die wichtigste *entlastende Bedingung*.

Einen umfassenden Überblick zum ersten Abschnitt der Studie gibt die folgende Publikation: Schaarschmidt, U. (Hrsg.) (2005). Halbtagsjobber? Psychische Gesundheit im Lehrerberuf – Analyse eines veränderungsbedürftigen Zustandes. Weinheim. Beltz-Verlag.

Ergebnisse der zweiten Etappe (2003-2006)

Generell weisen also die in der ersten Arbeitsetappe gewonnenen Ergebnisse auf eine problematische Gesundheitssituation hin. Wir wollten und konnten uns jedoch nicht damit begnügen, eine prekäre Situation aufzuzeigen. Angezielt war nun im Weiteren, Unterstützungsangebote auszuarbeiten, die geeignet sind, den als veränderungsbedürftig erkannten Zustand überwinden zu helfen. Diese Bemühungen machten den Inhalt der Arbeiten in der zweiten Etappe aus. Konkret ging es uns dabei um die Entwicklung und Erprobung von Interventionsprogrammen und Erfassungsinstrumenten sowie die Ableitung und Begründung von Gestaltungsempfehlungen. Insgesamt handelt es sich also um Leistungen im Interesse der Prävention und Gesundheitsförderung. Sie wurden als Angebote so konkret und praxisnah aufbereitet, dass sie in der Organisation der schulischen Arbeit, der Lehrerausbildung, der Lehrer- und Schulleiterfortbildung, der Berufsorientierung für Abiturienten und nicht zuletzt der psychologischen und medizinischen Betreuung von Lehrerinnen und Lehrern unmittelbar umgesetzt werden können.

Im Wesentlichen lassen sich diese Leistungen in folgenden 4 Schwerpunkten zusammenzufassen:

1. Analyse und Gestaltung von Arbeitsbedingungen und Arbeitsabläufen

Es werden hier Empfehlungen abgeleitet, die insbesondere das Ziel verfolgen, über eine veränderte Gestaltung und Organisation der schulischen Arbeitsbedingungen und des Lehrerarbeitsstages bessere Voraussetzungen für Entspannung und Regeneration der Kräfte zu schaffen. Grundlage der Aussagen ist u. a. ein Vergleich des Gesundheitsstatus von Lehrerinnen und Lehrern aus verschiedenen schulischen Organisationsformen (u. a. Vormittagsschule - Ganztagschule) und die Erfassung von Beanspruchungsverläufen über den Tag und die Woche mittels einer zusätzlich eingesetzten Tagebuchmethodik.

Um die Lehrerinnen und Lehrer an den Schulen zu befähigen, die Analyse und Bewertung ihrer Arbeitsbedingungen vor Ort vorzunehmen und daraus Schlussfolgerungen für die Gestaltung und Organisation des schulischen Alltags abzuleiten, wird im Weiteren ein dafür geeignetes Verfahren vorgestellt (ABC-L = Arbeitsbewertungs-Check für Lehrerinnen und Lehrer). Dieses Instrument ist von uns in den letzten drei Jahren entwickelt und erprobt worden. Es kann an jeder beliebigen Schule aus eigener Kraft eingesetzt werden. Das Verfahren ermöglicht es, die erhaltenen Einschätzungen mit Normen zu vergleichen, die für die jeweilige Schulform gewonnen wurden. Somit ist eine solide Basis für die Ableitung und Begründung von Veränderungsnotwendigkeiten gegeben.

2. Unterstützung der Teamentwicklung und Führungsarbeit an der Schule

Die Ergebnisse der ersten Etappe ließen einen engen Zusammenhang von gesundheitlicher Situation und sozialem Klima im Kollegium erkennen. Dort, wo wir die günstigeren Beanspruchungsverhältnisse feststellten, fanden wir fast ausnahmslos auch ein gutes soziales Kli-

ma vor. Die Einflussnahme auf die Teamentwicklung und das Teamklima an der Schule war deshalb ein weiterer Schwerpunkt unserer Arbeiten. Es wurde zu diesem Zweck ein Interventionsprogramm entwickelt, das im Kern eine Veranstaltung mit dem Kollegium vorsieht, in der das Arbeitsklima und Fragen der täglichen Zusammenarbeit in einer moderierten Diskussion und in Gruppenarbeit erörtert werden. Im Ergebnis werden Schlussfolgerungen zur Teamentwicklung und Führungstätigkeit festgehalten, deren Umsetzung in weiterführenden Beratungsgesprächen mit der Schulleitung unterstützt wird. Die Evaluation des Modells erbrachte Resultate, die einen klaren Nutzen im Sinne gesundheitsförderlicher Entwicklungen innerhalb der betreffenden Kollegien ausweisen. Das Modell kann in der erprobten und evaluierten Form zur Umsetzung empfohlen werden. Es setzt die Zusammenarbeit über die Dauer eines halben Jahres voraus.

Unter dem Gesichtspunkt des sozialen Klimas und der Teamentwicklung ist der Dreh- und Angelpunkt die Tätigkeit der Schulleitung. Es ist demzufolge zu erwarten, dass über die Qualifizierung der Schulleitungen in ihrer Führungsarbeit eine wesentliche Ressource der Beanspruchungsoptimierung und Gesundheitsförderung erschlossen werden kann. Deshalb haben wir auch ein Trainingsprogramm für Schulleiter entwickelt. Es soll zwei Zielstellungen genügen: Die Schulleiter sollen zum einen bei der Wahrnehmung ihrer Aufgaben in der Personal- und Teamentwicklung, zum anderen aber auch in Bezug auf ihre eigene Person (i. S. eines gesundheits- und persönlichkeitsförderlichen Verhaltens) unterstützt werden. Es bietet sich an, dieses Programm in der Aus- und Fortbildung der Schulleiter, aber auch bei deren individueller Betreuung zu nutzen.

3. Berufsbegleitende und –vorbereitende Intervention durch Gruppentraining und individuelle Beratung

Bereits im Ergebnis der ersten Arbeitsetappe wurde aufgezeigt, dass über die Intervention durch Training und individuelle Beratung Gesundheit, Leistungsfähigkeit und Leistungsbereitschaft gefördert werden konnten. Zugleich wurde deutlich, dass in Bezug auf derartige Interventionsmaßnahmen ein sehr differenziertes Angebot gefordert ist, das unterschiedlichen Problemlagen und Bedürfnissen Rechnung trägt. Von dieser Erkenntnis ausgehend wurde bei der Fortführung der Arbeiten besondere Aufmerksamkeit der Entwicklung eines modular aufgebauten Trainingsprogramms geschenkt, das es ermöglicht, entsprechend den Bedürfnissen und Erwartungen der Teilnehmer differenzierte Schwerpunkte zu setzen. Es kann damit der spezifischen Situation unterschiedlicher Zielgruppen Rechnung getragen werden. Demzufolge wurde es sowohl bei Lehramtsstudierenden als auch bei Referendaren und Lehrern erprobt. Dabei erwies sich das Training als geeignete Möglichkeit, die Widerstandsfähigkeit gegenüber den berufsspezifischen Belastungen sowie die Problembewältigungs- und sozial-kommunikativen Kompetenzen nachhaltig zu verbessern. Es kann damit ein wirksames Interventionsprogramm zur Stärkung des gesundheitsförderlichen Umgangs mit beruflichen Anforderungen übergeben werden.

Im Sinne der Forderung nach einem differenzierten Interventionsangebot wurde auch die Arbeit an dem Konzept für die individuelle Beratung weitergeführt. Unsere Erfahrungen hatten immer wieder gezeigt, dass bei stark ausgeprägten Risikokonstellationen die individuelle Beratung gegenüber dem Training in einer Gruppe vorzuziehen ist. Auch für diese Fälle kann nun ein Programm bereitgestellt werden. Es unterstützt die betreffenden Personen dabei, sich ihrer Kompetenzen und Ressourcen (wieder) bewusst zu werden, Selbstvertrauen neu zu gewinnen und Anforderungen nicht nur als Probleme, sondern auch als bewältigbare Aufgaben zu erleben und in Angriff zu nehmen.

4. Unterstützung bei der Gewinnung geeigneten Lehrernachwuchses

Unsere bisherigen Ergebnisse ließen auch erkennen, dass bei einem nicht geringen Teil der Lehramtsstudierenden problematische Eignungsvoraussetzungen vorliegen (z. B. Einschrän-

kungen in der Widerstandskraft, Defizite in der sozial-kommunikativen Kompetenz und Beeinträchtigung des Selbstvertrauens). Es sollte deshalb schon vor Aufnahme des Studiums die Entsprechung von Eignungs- und Anforderungsprofil stärkere Berücksichtigung finden. Das ist sowohl unter dem Aspekt des beruflichen Erfolgs als auch unter dem der Gesundheit unabdingbar. Beides gehört unlösbar zusammen. Als vom Kandidaten einzubringende Basisvoraussetzungen sind neben emotionaler Stabilität und einer aktiv-offensiven Haltung den Lebensanforderungen gegenüber vor allem Stärken im sozial-kommunikativen Bereich gefordert. Wichtig ist weiterhin, mehr Augenmerk auf die berufsspezifische Motivation zu richten. Ausgehend von diesen Voraussetzungen entwickelten wir ein diagnostisches Verfahren, das es Interessenten für ein Lehramtsstudium ermöglichen soll, sich selbst auf ihre Eignung hin zu beurteilen und die nötigen Schlüsse daraus zu ziehen (Self-Assessment-Verfahren). Das Instrument vermittelt Informationen über die Anforderungen, die der Lehrerberuf an eine Person stellt, und ermöglicht es, die eigenen Voraussetzungen und Erwartungen mit dem Anforderungsprofil abzugleichen. Es soll als Reflexionshilfe Abiturienten bei der Entscheidung für oder gegen den Lehrerberuf unterstützen.

Natürlich sind auch während des Studiums alle Möglichkeiten zu nutzen, die berufliche Eignung zu fördern. In diesem Sinne arbeiten wir gegenwärtig daran, die mit der Studie unterbreiteten Unterstützungsangebote auch für Studierende weiter aufzubereiten. In einem an der Universität Hamburg angebotenen, von der ZEIT-Stiftung initiierten und geförderten Projekt geht es uns darum, das diagnostische Vorgehen mittels „Fit für den Lehrerberuf?!“ mit dem oben erwähnten Verhaltenstraining zu kombinieren. Einbezogen sind Studierende, die gerade ihr Schulpraktikum absolviert haben. Die nach dem Praktikum vorliegenden Erfahrungen sind eine gute Basis, um über die persönlichen Voraussetzungen und den weiteren Entwicklungsbedarf noch gründlicher nachzudenken und daraus gezielte Entwicklungsbemühungen abzuleiten.

Zusammenfassend bleibt festzuhalten: Es werden nun im Ergebnis der Studie auch weitreichende Unterstützungsangebote für Lehrerinnen und Lehrer, Schulleitungen, aber auch für Referendare und Lehramtsstudierende unterbreitet, die der Erhaltung und Förderung von Gesundheit und Leistungsfähigkeit zugute kommen können. Sie finden ihren Niederschlag in dem folgenden Buch: Schaarschmidt U. & Kieschke, U. (Hrsg.) (2007). Gerüstet für den Schulalltag. Psychologische Unterstützungsangebote für Lehrerinnen und Lehrer. Weinheim: Beltz-Verlag.

Die beiden erwähnten Erfassungs- und Beurteilungsinstrumente sind online zu bearbeiten: das Self-Assessment-Verfahren für Interessenten am Lehramtsstudium unter www.fit-fuer-den-lehrerberuf.de, der Arbeitsbewertungscheck für Lehrkräfte unter www.abc-l.de.

Wir sind auch gern bereit, interessierte Schulen und für die Schule zuständige Institutionen und Personen bei einer noch gezielteren Umsetzung der hier unterbreiteten Angebote zu unterstützen.

Prof. Dr. Uwe Schaarschmidt, Projektleiter
em. Professor für Persönlichkeits- und Differentielle Psychologie an der Universität Potsdam
Uwe.Schaarschmidt@uni-potsdam.de