

**Zeitschrift:** Schweizer Schule  
**Herausgeber:** Christlicher Lehrer- und Erzieherverein der Schweiz  
**Band:** 75 (1988)  
**Heft:** 2: Privatschulen  
  
**Rubrik:** [Impressum]

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 11.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Umgang mit schulischer Belastung

Schulische Belastung bei Lehrern und Schülern wird individuell sehr unterschiedlich erfahren, und mannigfaltig sind auch die Reaktionen darauf. Wie entstehen überhaupt Belastungen, die zu Leidensdruck führen? Wie werden sie wahrgenommen und wie gehen Lehrer und Schüler damit um?

Das März-Heft versucht, Licht in diesen Bereich zu bringen, der von vielen nur zu gerne tabuisiert oder verdrängt wird.

**Benno Thoma** zeigt auf, was man heute über die vielfältigen Ausprägungen und Ursachen schulischer Belastung weiss, wie einzelne Lehrer mit ihren Belastungen umgehen und was aus einer Vielzahl von Situationen für einen produktiven Umgang mit Belastungen gelernt werden kann. – Ein erprobtes Modell zur Analyse von Belastungen wird von **Benno Thoma** und **Kurt Utzinger** vorgestellt. Es bietet dem einzelnen Lehrer oder auch einer Lehrergruppe eine Hilfe zur Selbsthilfe an. – **Norbert Landwehr** beschreibt Voraussetzungen und Merkmale eines Unterrichts, der negative Belastungen möglichst nicht aufkommen lässt. – Und schliesslich schildern Lehrer, wie sie mit ihren Schülern deren Belastungen zu einem Thema des Unterrichts gemacht haben und wie sich dabei der Umgang mit belastenden Situationen für alle Beteiligten verändert hat.

Das März-Heft erscheint am 9. März.

### Redaktion «schweizer schule»

Dr. Leza M. Uffer, Hofmatt 22, 6332 Hagendorn,  
Telefon 042 - 36 20 08

### Redaktionskommission

Prof. Dr. Heinz Moser, Erziehungswissenschaftler,  
Redaktor beim «Schweizerischen Beobachter»,  
Herracherweg 36, 8610 Uster

Thomas Bachmann, lic. phil., Pädagogische Arbeitsstelle,  
Erziehungsdepartement des Kantons St. Gallen,  
Museumsstrasse 39, 9000 St. Gallen

Dr. Joe Brunner, Amt für Unterrichtsforschung und  
-planung, Sulgeneckstrasse 70, 3005 Bern

Peter Sieber, lic. phil., Tiefmoos, 8499 Sternenberg

### Verantwortliche Herausgeber

Brunner Druck AG, Arsenalstrasse 24, Postfach,  
6010 Kriens

Christlicher Lehrer- und Erzieherverein der Schweiz,  
CLEVS, Sekretariat, Schiltmatthalde 15, 6048 Horw

### Administration

Adressänderungen, Abonnemente, Einzelnummern  
usw.: Administration «schweizer schule»,  
Brunner Druck AG, Arsenalstrasse 24, Postfach,  
6010 Kriens, Telefon 041 - 41 91 91

### Abonnementspreis

Schweiz: jährlich Fr. 68.– (12 Nummern);  
Ausland (inkl. Porto): jährlich Fr. 77.–  
Postcheckkonto: 60 - 7103-9, Brunner-Druck AG,  
Zeitschrift «schweizer schule», Kriens  
Abbestellungen haben nur dann Rechtskraft, wenn sie bis  
zum 1. Dezember des Vorjahres bei der Administration  
eintreffen. Nichtbezahlung des laufenden Abonnements  
gilt nicht als Abbestellung.

### Inseratenannahme

Eduard Egloff AG, Inseratenverwaltung  
6311 Allenwinden ZG, Telefon 042 - 21 33 62/21 33 63  
Sachbearbeiterin: Brigitte Egloff

### Tausch- und Rezensionsexemplare

sind an die Redaktion zu senden. Für nicht angeforderte  
Rezensionsexemplare übernimmt die Redaktion keinerlei  
Verpflichtungen.

### Redaktionsschluss

Jeweils am 10. des Vormonats.

### Adressen der Autoren

**Franz Michel**, Institut Minerva, Scheuchzerstrasse 2,  
8006 Zürich; **Prof. Dr. Heinz Moser**, Herracher-  
weg 36, 8610 Uster; **Martin Näf**, Schäferweg 69,  
4057 Basel; **Dr. Bruno Santini**, Arbeitsstelle für  
Bildungsfragen, Hirschengraben 13, Postfach, 6002  
Luzern; **Heinrich Wiesner**, Schriftsteller, Im Pfeiffen-  
garten 39, 4153 Reinach.