Belastung und Belastungsverarbeitung im Lehrberuf

Autor(en): **Grossenbacher, Silvia**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Schweizer Schule**

Band (Jahr): **83 (1996)**

Heft 2: **Arbeitsplatz Schule : mit Belastungen fertig werden**

PDF erstellt am: **26.04.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-527261

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Silvia Grossenbacher

Belastung und Belastungsverarbeitung im Lehrberuf

Was sagt die Wissenschaft?

Die Frage nach Zufriedenheit und Belastungen im Arbeitsalltag von Lehrerinnen und Lehrern beschäftigt die Erziehungswissenschaft immer wieder. Der folgende Artikel gibt eine Übersicht zu Forschungsarbeiten, die in den letzten 10 Jahren bei der Schweizerischen Koordinationsstelle für Bildungsforschung in Aarau gemeldet wurden.

Schon lange ein Thema

Im Rahmen des von der Erziehungsdirektorenkonferenz (EDK) lancierten Forschungsprojektes «Situationsüberprüfung der Primarschule (SIPRI)» befasst sich ein Teilprojekt mit dem Thema Lehrerbelastung. *Benno Thoma* fasste Untersuchungen zusammen, die zwischen 1970 und 1985 in der Schweiz durchgeführt worden waren. Der Bericht zeigte auf, dass Lehrpersonen im allgemeinen mit ihrem Beruf zufrieden waren. Der Umgang mit jungen Menschen, die Selbständigkeit in der Berufsausübung und die abwechslungsreiche Tätigkeit wurden als Vorteile genannt. Als negative Aspekte im Lehrberuf tauchten auf: psychische Belastung und Angespanntsein, die hohe Verantwortung und die Schwierigkeit, Beruf und Privatleben trennen, «abschalten» zu können. Als Belastungen kamen Stoff- und Leistungsdruck, Selektionsfunktion und Notengebung und das Verhalten von Schülern und Schülerinnen zur Sprache. Als relativ problemlos empfanden vor allem routinierte Lehrkräfte das Verhältnis im Kollegium und die Beziehungen zu den Eltern.

Einzelkämpfertum und Verunsicherung als Stressfaktoren

Unterstützt vom Nationalfonds und der Zürcher Erziehungsdirektion untersuchte Ende der 80er Jahre eine *Forschungsgruppe unter der Leitung von Gertrude Hirsch* «Wege und Erfahrungen im Lehrberuf». In die Studie einbezogen wurden 120 Lehrerinnen und Lehrer der Sekundarstufe I im Kanton Zürich. Sie schilderten in ausführlichen Gesprächen ihren Berufswahlentscheid, ihren Einstieg ins Berufsleben, Höhen und Tiefen im Arbeitsalltag und die Entwicklung ihrer Berufskompetenzen. Die Forschungsgruppe fasst im Schlussbericht die Selbstdarstellung der Lehrpersonen wie folgt zusammen:

«Erstens: Lehrer verstehen sich als Einzelkämpfer. Sie halten die Lehrerbildung rückblickend selten für ein entscheidendes Element in ihrem beruflichen Lernprozess. Sie vertrauen auf ihre pädagogische Begabung, ihren Einsatzwillen oder den Rat der Kollegen.

Zweitens: Lehrer fühlen sich mit ihrer Schulklasse schicksalhaft verbunden. Veränderungen im Verhältnis zu den Schülern bestimmen verschiede-

ne Phasen der Lehrerbiographie, prägen Höhe- und Tiefpunkte, geben Anlass, besorgt dem Älterwerden im Beruf entgegenzublicken.
Drittens: Lehrer sind in ihrem Selbstwertgefühl verunsichert. Sie haben selten den Eindruck, dass die Öffentlichkeit anerkennt, was sie zu leisten haben. Sie sehen vor allem ihre älteren Kollegen oftmals in einem ungünstigen Licht. Von sich selbst zeichnen sie aber ein positives Bild» (Hirsch u.a., 1990. S. V).

Unterschiedliche Verarbeitungsmuster

Die Erfahrungsberichte der männlichen Lehrkräfte aus der oben zitierten Studie unterzog *Getrude Hirsch* einer Sekundäranalyse. Daraus entwikkelte sie eine Typologie zu «Biografie und Identität des Lehrers». Kurz zusammengefasst sieht die Typologie so aus:

Die Typologie der Lehrkräfte: Stabilisierungstyp, Entwicklungstyp, Diversifizierungstyp, Problemtyp, Krisentyp, Resignationstyp.

Der Stabilisierungstyp wächst dank günstigen Umständen, einem stützenden sozialen Netz und seinem Selbstvertrauen in die Berufsrolle hinein. Er hat gelernt, den Erwartungsdruck abzubauen und ein positives, relativ zufriedenes Verhältnis zum Beruf aufrechtzuerhalten.
Der Entwicklungstyp ist ein von sich überzeugter Lehrer, der auf seine Leistungsfähigkeit baut und aus den Erfolgen seiner Schülerinnen und Schüler Selbstvertrauen gewinnt.
Der Diversifizierungstyp hat nach anfänglichen Schwierigkeiten zu einem positiven Grundverhältnis zum Beruf gefunden, nicht zuletzt weil er sich mehr nach aussen orientierte und Ausgleich im ausserschulischen Bereich sucht.
Dem Problemtyp gelingt es nicht, aus dem Spannungsfeld zwischen hohen Erwartungen an sich und die Jugendlichen und dem real Erreichbaren herauszukommen. Rückhalt findet er vor allem in der Familie und im Kollegium, doch hilft ihm beides nicht, die Verunsicherung als Lehrer zu überwinden.
Der Krisentyp konzentriert sich auf die Schule und den Erziehungsauftrag. Er erwartet viel von sich und ist mit dem Erreichten unzufrieden. Auf fachliche Förderung von aussen vertraut er nicht, sondern zweifelt an seiner Begabung oder macht die «schlechten Zeiten» für alles verantwortlich. Er lebt häufig sozial isoliert.
Der Resignationstyp stammt aus einer Lehrerfamilie und heiratete eine Lehrerin. Seine Herkunft half ihm aber wenig beim Berufseinstieg, und die Ehe scheiterte. Er ist im Hinblick auf seine Berufskompetenz selbstkritisch, unternimmt aber nichts zur Verbesserung seiner Fähigkeiten oder seiner Situation.
Diese Lehreridentitäten sind als idealtypisch (im Sinne Max Webers) zu verstehen. D.h. sie kommen selten «rein» vor. Persönlichkeiten können mehrere Anteile solcher Typen in sich vereinigen. Die Typologie sagt auch nichts aus über die Qualität der Arbeit der Lehrer. Sie gibt lediglich Hinweise auf Verarbeitungsmuster der Berufserfahrung und Bewältigungsstrategien von Belastungen.

Anforderungen vor allem an erzieherische Arbeit steigen

Donat Bräm befragte Oberstufenlehrkräfte zu den veränderten Bedingungen schulischen Arbeitens. Im negativen Sinne verändert haben sich nach

Aussagen der Lehrpersonen die Leistungsvoraussetzungen und die (schriftlichen) Leistungen der Schüler und Schülerinnen. Die allgemeinen Anforderungen vor allem an die erzieherische Arbeit sind deutlich gestiegen, ebenso die Belastung durch administrative Arbeit. Konstatiert werden auch Einflüsse ausserschulischer Unterhaltungsangebote mit negativen Auswirkungen wie Nervosität oder Konsumhaltung. Positiv verändert hat sich nach Meinung der Lehrkräfte die Bereitschaft zur Mitarbeit und das Verhältnis der Schülerinnen und Schüler untereinander. Ihr Umgang sei offener geworden und ihre kommunikativen Fähigkeiten hätten sich verbessert.

Belastung – ein Kündigungsgrund?

In den letzten Jahren gewann das Thema Stress, Belastung, Burnout im Lehrberuf medienwirksame Aktualität. Gesundheitsprobleme, Frühpensionierungen oder Ausstiege aus dem Beruf gaben zu Diskussionen Anlass. 1994 liess der Kanton Aargau Kündigungsgründe von Lehrkräften abklären. Hans-Ulrich Grunder und Thomas Bieri widmeten sich der Zufriedenheit in der Schule und mit der Schule. Die Studie ergab, dass Aargauer Lehrpersonen mit ihrem Beruf im allgemeinen sehr zufrieden sind. Das galt auch für jene, die den Job aufgegeben hatten. Vier Fünftel würden ihren Beruf wieder wählen, wenn sie nochmals vor der Wahl stünden. Die Zufriedenheit ist im Schulzimmer am höchsten. Je weiter sich die Arbeit vom eigentlichen Unterrichten entfernt, desto mehr nimmt die Zufriedenheit ab. Unzufriedenheit erwächst nicht primär dem pädagogischen Bereich, sondern hat mit Beziehungen im Arbeitsalltag zu tun. Probleme im Umgang mit Eltern, mit Kolleginnen und Kollegen oder der Schulaufsicht können Unzufriedenheit verursachen. Eine gewisse Rolle spielen auch unmotivierte, disziplinlose Schülerinnen und Schüler. Trotz der hohen Zufriedenheit fühlen sich die Aargauer Lehrerinnen und Lehrer stark belastet. Das führt aber nicht zu Unzufriedenheit, bzw. Unzufriedenheit führt nicht unbedingt zur Kündigung. Nur gerade 15% der Lehrpersonen, die gekündigt haben, taten dies aus Unzufriedenheit. Über 70% kündigten aus privaten Motiven oder weil sie eine andere Herausforderung mehr anzog. Auch wenn Belastungen keineswegs zu Kündigungen führen müssen, plädieren die Autoren der Studie dafür, dass die Belastungen ernstgenommen werden, und für deren Abbau – insbesondere im ausserunterrichtlichen, administrativen Bereich – gesorgt wird. Empfohlen wird auch der Ausbau von Teilzeitstellen und die Stärkung der beruflichen Kompetenzen und der Stressbewältigungsressourcen der Lehrpersonen.

Nur gerade 15% der Lehrpersonen, die gekündigt haben, taten dies aus Unzufriedenheit.

Zufrieden mit der Arbeit trotz Belastung

Grenzübergreifend haben sich *Heinz Jürgen Ipfling, Helmut Peez* und *Erich Gamsjäger* mit der Zufriedenheit von Lehrerinnen und Lehrern auseinandergesetzt. In Bayern, Österreich und der Schweiz haben sie Lehrerinnen und Lehrer zu ihrem Beruf befragt. Drei Viertel aller Befragten würden ihren Beruf wieder wählen. Frauen sind z. T. noch zufriedener mit ihrem Beruf als Männer. Wichtigste Komponente für die Berufszufriedenheit sind pädagogische Gesichtspunkte wie die Arbeit mit Kindern oder der pädagogische Handlungsspielraum, aber auch positive Arbeitsbedin-

gungen in einem guten Schulklima. Lehrerinnen und Lehrer, die ihren Beruf nicht wieder ergreifen würden, nennen dafür standespolitische Gründe wie die Besoldung, mangelnde Aufstiegsmöglichkeiten, Missverhältnis zwischen Einsatz und Erfolg, geringes Prestige, geringe Anerkennung, Probleme mit der Schulaufsicht oder mit den Eltern ihrer Schülerinnen und Schüler. Lehrpersonen an kleineren Schulen in kleineren Ortschaften sind zufriedener als Lehrpersonen an grossen Schulen in grossen Ortschaften. Teilzeitlehrkräfte sind zufriedener als Vollzeitbeschäftigte. In Abhängigkeit vom Dienstalter entwickelt sich die Arbeitszufriedenheit unterschiedlich; für die Schweiz zeigt sich eine kontinuierliche Abnahme. Als Konsequenzen aus der Untersuchung schlagen die Autoren im Sinne der Förderung und Erhaltung von Berufszufriedenheit folgendes vor: die Schaffung angemessener standespolitischer Rahmenbedingungen (z.B. Arbeitszeitentlastung), die Beratung (Individual- und Systemberatung), die Vermittlung und Erhaltung von Kompetenz nicht nur als Fachleute für Fächer sondern auch als Fachleute für Unterricht und Erziehung, die Gewährung eines selbständigen Handlungsspielraumes (mehr Autonomie für die einzelne Schule) und die Pflege der Unternehmenskultur im Sinne der Schul- und Teamentwicklung.

Belastungsbewältigung ist lernbar

Dem Thema Belastung und Belastungsverarbeitung ist eine umfassende Arbeit von *Kathrin Kramis-Aebischer* gewidmet. Sie zeigt in einer Untersuchung an Lehrpersonen aus den Kantonen Luzern und Freiburg das Ausmass der Problematik. Ein Viertel der untersuchten Lehrpersonen zeigen leichte Burnout-Anzeichen und ein weiteres Viertel mittlere bis starke Burnout-Erscheinungen. 45% der befragten Lehrpersonen klagen über andauernde Spannungen, Nervosität und Überlastungsgefühle. Lehrpersonen mit guten Strategien zur Stressbewältigung zeigten sehr deutlich weniger Belastungsempfindungen, weniger Burnout-Erscheinungen, weniger psychische und physische Probleme und wesentlich höhere Berufs- und Lebenszufriedenheit. Aufgrund dieser Ergebnisse hat die Autorin ein Trainingsprogramm entwickelt, das modular aufgebaut ist und den Lehrpersonen die notwendigen Strategien zur Stress- und Belastungsbewältigung vermitteln soll. Die Evaluation des Trainingsprogramms zeigte in allen erprobten Formen (Wochenkurs, Junglehrerinnen- und Lehrerberatung, Kollegiumsberatung) sehr positive Wirkungen auch in der Langzeitperspektive. Die Untersuchung macht deutlich, dass Stress- und Belastungsbewältigung nicht nur am einzelnen Individuum sondern auch an beruflichen Strukturen ansetzen muss und kann. Die Empfehlungen, welche die Autorin zum Schluss formuliert, richten sich entsprechend auf ein Umdenken in der Schulorganisation, der Lehrerinnen- und Lehrerfortbildung und in der Bildungsforschung. Im Zentrum sollen die Personen und ihre Ressourcen, ihr Zusammenspiel, ihre Partizipation und Vernetzung stehen.

Lehrpersonen mit guten Strategien zur Stressbewältigung zeigten wesentlich höhere Berufs- und Lebenszufriedenheit.

Literaturhinweise

Schweizerische Konferenz der kantonalen Erziehungsdirektoren, Projektleitung SIPRI (Hrsg.): Untersuchungen zur Lehrerbelastung. Bern 1986

Donat M. Bräm: Lehrer sein heute – Veränderte Bedingungen schulischen Arbeitens aus der Sicht der Lehrerschaft. Eine quantitative und qualitative Erhebung an der Oberstufe der Stadt Zürich. Forschungsberichte des Pädagogischen Instituts der Universität Zürich, Fachbereich Päd. Psychologie, Prof. Dr. H. Fend, Zürich 1992

Gertrude Hirsch: Wege und Erfahrungen im Lehrerberuf: eine lebensgeschichtliche Untersuchung über Einstellungen, Engagement und Belastung bei Zürcher Oberstufenlehrern. Gertrude Hirsch; Gilbert Ganguillet; Uri Peter Trier; unter Mitarbeit von Heinz Egli und Hans-Ruedi Elmer. Bern, Stuttgart: Haupt 1990

Gertrude Hirsch: Biographie und Identität des Lehrers. Eine typologische Studie über den Zusammenhang von Berufserfahrungen und beruflichem Selbstverständnis. Weinheim: Juventa 1990

Kathrin Kramis-Aebischer: Stress, Belastungen und Belastungsverarbeitung im Lehrberuf. Bern, Stuttgart, Wien: Haupt 1995

Hans-Ulrich Grunder, Thomas Bieri: Zufrieden in der Schule? Zufrieden mit der Schule? Berufszufriedenheit und Kündigungsgründe von Lehrkräften. Bern, Stuttgart, Wien: Haupt 1995

Heinz Jürgen Ipfling, Helmut Peez, Erich Gamsjäger: Wie zufrieden sind die Lehrer? Empirische Untersuchungen zur Berufs(un)zufriedenheit von Lehrern/Lehrerinnen der Primar- und Sekundarstufe im deutschsprachigen Raum. Bad Heilbrunn: Klinkhardt 1995