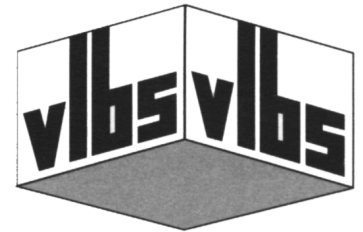


**Verband der Lehrerinnen und Lehrer  
an Berufskollegs in NW e.V.**

vlbs – Ernst-Gnoß-Str. 22 – 40219 Düsseldorf



**Didakta 2007**

**Köln**

**27. Februar 2007**

**Vortrag zum Thema:**

**Lehrerinnen- und Lehrgesundheit**

**Mit:**                    **Dr. Tagrid Yousef**    [yousef@vlbs.de](mailto:yousef@vlbs.de)  
                              **Johannes Jacobs**    [jacobs@vlbs.de](mailto:jacobs@vlbs.de)

## Der Lehrertag – Ein Halbtagsjob oder ein Horrorjob?

### Ausgewählte Ergebnisse von Studien zur Lehrertag

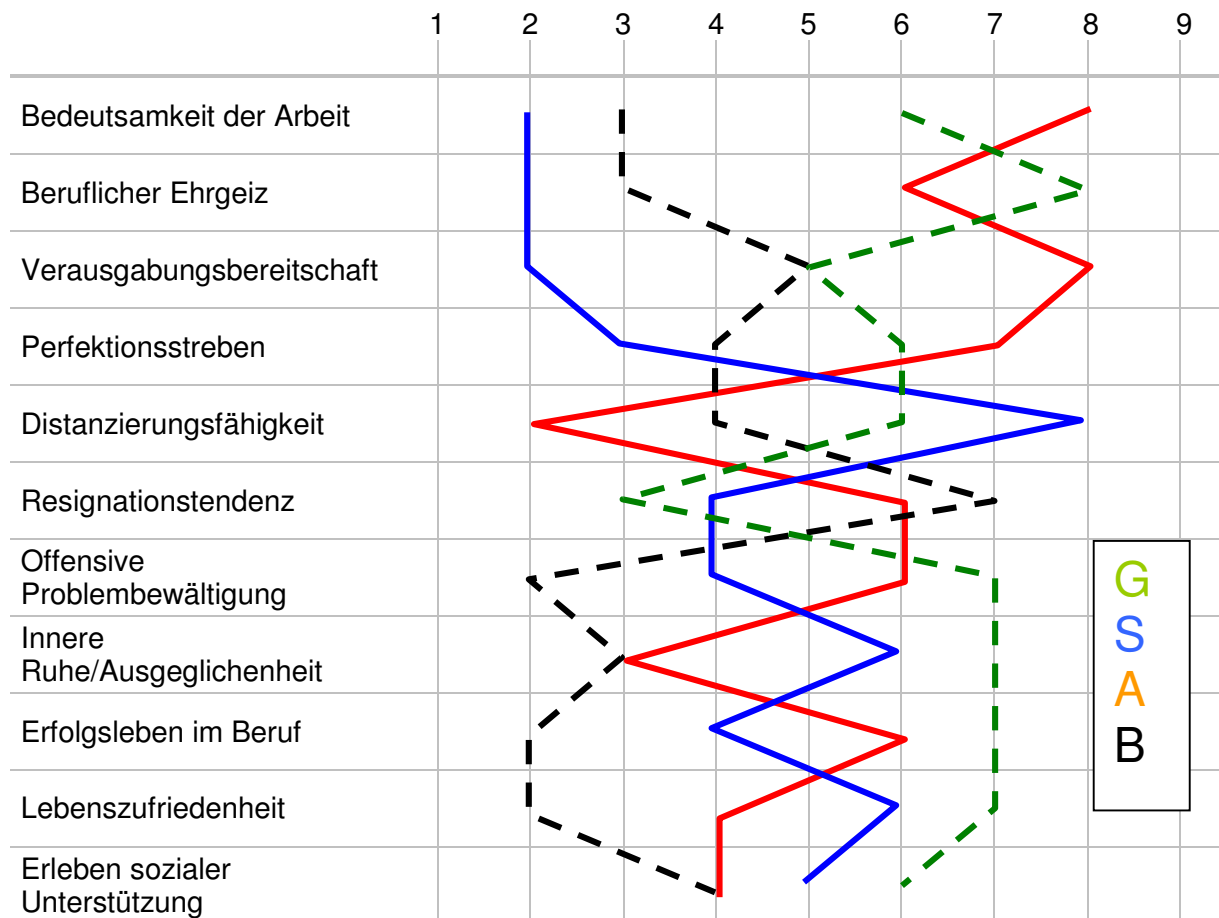
**Dr. Tagrid Yousef (Albrecht-Dürer Berufskolleg, Düsseldorf und Gertrud-Bäumer-Berufskolleg, Duisburg) und Johannes Jacobs (Bezirksregierung Düsseldorf)**

*„Lehrer werden ist nicht schwer –Lehrer sein dagegen sehr.“*

Über diesen Satz mag der eine oder andere vielleicht schmunzeln, aber Betroffene wissen schon lange: Da ist was wahres dran!

In den letzten Jahren haben sich immer mehr Studien mit der Thematik auseinandergesetzt, inwieweit spezifische Aufgabenstellungen eines Berufs zur Ausbildung von Krankheiten beitragen. Im folgenden wird nicht die Rede sein von Krankheiten, die z.B. durch Kontakt mit Giftstoffen oder Strahlung usw. entstehen, vielmehr soll hier gezeigt werden, dass in den letzten Jahren immer häufiger festgestellt wurde, dass die Gruppe der Lehrer vermehrt krank werden. Die Krankheit, bekannt unter dem Fachbegriff „*burn-out*“, wurde bereits 1974 von **Freudenberger** <sup>(1)</sup>, einem amerikanischen Psychoanalytiker beschrieben. Es bedeutet soviel wie ausgebrannt sein, kaputt gehen, den Treibstoff verbraucht haben. Er beobachtete dieses Phänomen vor allem bei ehrenamtlichen MitarbeiterInnen in sozialen Einrichtungen: „Aus glühenden Idealisten wurden deprimierte, erschöpfte, misstrauische und leicht reizbare Zyniker.“ Diese Menschen bezeichnet Freudenberger als „Ausbrenner“. So wie Freudenberger haben sich viele andere Institutionen und Arbeitsgruppen mit dem Phänomen des „*burn-out*“ beschäftigt. Aus der Vielzahl der Untersuchungen und Artikel zum Thema Lehrertag und Lehrertag sind nachfolgend einige grundlegende exemplarisch ausgewählt und kurz beschrieben.

Zu eine der wichtigsten Studien der letzten Jahre zählt die **Schaarschmidt Studie** <sup>(2)</sup>. Die unter Schaarschmidts Leitung an der Universität Potsdam durchgeführte Untersuchung wurde im Auftrag des Deutschen Beamtenbundes (dbb) erstellt und beleuchtet psychische und körperliche Beschwerden, die sich aus der Belastung durch den Lehrertag ergeben. Im Zentrum der Studie stand die Erfassung von Merkmalen des Arbeitsengagements, der Widerstandsfähigkeit und der arbeitsbezogenen Emotionen, die in vier Verhaltensmustern gebündelt wurden:



1. Muster **G** (Gesundheit: die Beschäftigten zeigen hohes, aber nicht überhöhtes Engagement. Ihnen wird Belastbarkeit und Zufriedenheit zugeschrieben)
2. Muster **S** (Schonung: dieses Muster ist geprägt durch reduziertes Engagement, Ruhe, Gelassenheit und relative Zufriedenheit)
3. Risikomuster **A** (Selbstüberforderung: die Beschäftigten zeigen exzessive Verausgabung und verminderte Erholungsfähigkeit; die Belastbarkeit und Zufriedenheit ist eingeschränkt)
4. Risikomuster **B** (Resignation: reduziertes Engagement bei geringer Erholungs- und Widerstandsfähigkeit, Unzufriedenheit und Niedergeschlagenheit).

In der Verteilung der Muster auf die gesamte Berufsgruppe stellten die Potsdamer Forscher eine deutliche Häufung bei den Kategorien A und B fest: Lediglich 20% der LehrerInnen wiesen das günstigste Muster (G) auf, wohingegen jeweils rund 30% in der dritten und vierten Gruppe einzuordnen seien – die Tendenz deutete bei den Betroffenen darauf hin, dass sie schon unter dem so genannten Burn-Out-Syndrom litten oder auf dem besten Wege dorthin seien, warnt Schaarschmidt. In keiner anderen untersuchten Berufsgruppe (etwa aus den Bereichen Pflege, Polizei, Feuerwehr, Strafvollzug, öffentliche Verwaltung, ExistenzgründerInnen) sei bislang ein vergleichbar hoher Anteil insbesondere der Kategorie B festgestellt worden.

In einer Studie der **Hardtwaldklinik**<sup>(3)</sup>, wird die Lehrerbelastung in persönlichkeitsabhängige Arbeitsstile unterschieden. Hier wird unter psychoanalytischen Gesichtspunkten eher der Umgang des Einzelnen bezüglich seines Erlebens und Verhaltens gegenüber den Anforderungen betrachtet. Es wird gefragt, warum nicht alle Lehrer „ausbrennen“ und wie es dazu kommt, dass viele Lehrer zufrieden in ihrer Arbeit sind. Laut dieser Studie lassen sich folgende persönlichkeitsabhängige Arbeitsstile unterscheiden: *der egozentrisch-narzisstische Arbeitsstil – der einsam-schizoide Arbeitsstil – der abhängig-depressive Arbeitsstil – der kontrolliert-zwanghafte Arbeitsstil – der vermeidend-phobische Arbeitsstil und der wetteifernd-rivalisierende Arbeitsstil*. Diese Arbeitsstile spiegeln die Lehrerpersönlichkeit wieder.

Auch weitere Studien, wie die von **Prof. Bauer (Uniklinik, Freiburg)**<sup>(4)</sup> belegen eindeutig die Überlastung der Lehrkräfte. Bauer und Mitarbeiter haben ermittelt, dass 35% der diensttuenden Lehrkräfte am Burn-Out-Syndrom leiden (43% Frauen, 27% Männer). Ähnlich wie in der Studie von Hr. **Dr. Hagemann (Eschweiler)**<sup>(5)</sup>, beschreibt auch Bauer, dass bei näherer Betrachtung des Arbeitsumfeldes eines Lehrers, Beziehungen einen großen Anteil einnehmen. Denn ein Lehrer ist auf Beziehungen angewiesen, die zwischen Schülern, Eltern, Kollegen stattfinden. Kommt es hier zu einem gestörten Beziehungserleben, so ist das Risiko einer Burn-Out-Entwicklung erhöht. Sowohl Bauer als auch Hagemann plädieren für ein „Abschalten“ und Grenzen ziehen, um sich als Lehrkraft nicht zu verausgaben.

Die Frage die sich nun stellt ist, wie erkenne ich, als EinzelneR die Symptome des „*burn-out*“. In seinem Buch „*Burn-out bei Lehrern*“ differenziert Hagemann drei Bereiche, die davon betroffenen sein können: Körper-Geist-Seele. Jedem einzelnen Bereich sind daher spezifische Störungen zuzuschreiben, die mit dem „*burn-out*“ einhergehen: z.B.

**Geist:** Konzentrationsstörungen – Gedankenkreisen – Interesseverlust - Leistungsverlust etc.

**Körper:** Bluthochdruck - Herzrasen - Sehstörungen - Tinnitus - Hörsturz - Luftnot - verstärkte Neurodermitis etc.

**Seele:** sozialer Rückzug - depressive Grundstimmung mit Motivationsstörungen – Angst – Verlust von Selbstvertrauen etc.

Ist eines dieser Symptome erst aufgetreten, so helfen keine Vitaminkuren, Krankschreibungen oder Urlaub, so Hagemann. Unter diesen Bedingungen ist eine intensive klinisch psychotherapeutisch - medizinische Behandlung notwendig, denn der Mensch hat die Beziehungen zu sich selbst, und seinen sicheren Ort in der Beziehung zu anderen, verloren.

Allen Untersuchungen ist gemeinsam, dass Lehrerinnen und Lehrer eine Belastung im Beruf erfahren, die in der Gesellschaft und auch beim Verordnungs- und Gesetzgeber so nicht wahrgenommen wird. Das Bild über den Lehrerberuf bedarf dringend einer Korrektur, damit die Anforderungen an die Lehrenden richtig eingeschätzt werden können und die Lehrerausbildung und die Lehrerfortbildung geeignet hierauf reagieren können. Nur so kann erwartet werden, dass zukünftig mehr als lediglich 5% der Lehrerinnen und Lehrer das reguläre Pensionsalter erreichen und nicht so viele vorzeitig in den Ruhestand gehen müssen. Erkenntnisse wie mehr Zufriedenheit und Motivation bei den Lehrenden erreicht werden können, gibt es mehr als genug. Wann haben die Verantwortlichen den Mut, hieraus endlich die erforderlichen Konsequenzen zu ziehen?

*Literatur:*

**(1) Freudenberger, H.J.:** Staff burnout; Journal of Social Issues 30, 1974

**(2) Schaarschmidt, Uwe:** Halbtagsjobber? Psychische Gesundheit im Lehrerberuf – Analyse eines veränderungsbedürftigen Zustandes; Beltz Verlag 2004 [ISBN 3-407-32060-4]

**(3) Berger, Peter:** Studie der Hardtwaldklinik unter [www.hardtwaldklinik2.de/burnout/index.html](http://www.hardtwaldklinik2.de/burnout/index.html)

**(4) Bauer, Joachim:** Ein Lehrer kann seine Schüler nicht einfach entlassen, wenn sie ihm nicht passen; aus: Psychologie heute, Januar 2004, S. 34ff

**(5) Hagemann, Wolfgang:** Burn-out bei Lehrern - Ursachen, Hilfen, Therapien; C.H. Beck Verlag 2003 [3-406-50921-5]

**Kolitzus, Helmut:** Das Anti-Burnout Erfolgsprogramm; dtv Verlag 2003 [3-423-34013-4]

**Hillert, Andreas und Marwitz, Michael:** Die Burnout Epidemie oder Brennt die Leistungsgesellschaft aus? ; C.H. Beck Verlag 2006 [978-3-406-53589-5]

Über die angegebene Literatur hinausgehende Ausgangstexte für diesen Artikel:

- Der berufliche Bildungsweg Ausgabe 11/2003: Studien belegen – Deutsche Lehrer sind Schwerstarbeiter im Klassenzimmer
- DBB: Zusammenfassung zur Schaarschmidt-Studie „Lehrkräfte haben höchste Arbeitsbelastung“, [www.dbb.de/dbbInteraktiv/Artikel/DBB/100403\\_113246.htm](http://www.dbb.de/dbbInteraktiv/Artikel/DBB/100403_113246.htm)

