

Georg Feifel (Aktion Humane Schule)

## **Stress lass nach!**

Tagung in der Evangelischen Akademie Tutzing bei München (28./29.10.09)

Zu seiner 10.Tagung hatte das Tutzinger Netzwerk für Schule und Lehrer zu einem brisanten Thema eingeladen. Die breit angelegte „Potsdamer Studie zur Lehrbelastung“ (2000-2006) unter Leitung des Psychologieprofessors Dr. Uwe Schaarschmidt hatte nachgewiesen, dass ein beträchtlicher Teil der Lehrer/-innen das Gefühl habe, ausgebrannt und verbraucht zu sein. Psychisch bedingte und organische Erkrankungen würden zunehmen (chronische Kopfschmerzen, Rückenbeschwerden, Schwindel, Depressionen). Etwa 60 % der Lehrer/-innen würden in der Gefahr leben, psychosomatisch zu erkranken. Besonders anfällig dafür sei die Altersgruppe zwischen 46 und 55 Jahren. Noch häufiger als Männer treffe es die Frauen.

Besorgniserregend sei auch die Tendenz, dass bereits jüngere Lehrkräfte zu der Risikogruppe gehörten. Und Prof. Dr. Ludwig Haag (Uni Bayreuth) meinte, dass Studierende für das Lehramt noch nie so unter Druck gestanden hätten wie gegenwärtig (nach Einführung des Bachelor-Studienganges). Die Klinik Roseneck am Chiemsee erfährt seit Jahren einen wachsenden Zulauf von Lehrern/-innen, die am „Burn-out-Syndrom“ leiden. Ihr Chefarzt Prof. Dr. med. Andreas Hillert sprach im Zusammenhang mit der Arbeitsbelastung der Pädagogen sogar pointiert vom „Höllensjob Schule“.

68 % der Bevölkerung seien der Meinung, dass der Lehrerberuf härter geworden sei. Die gesellschaftliche Anerkennung dagegen sei trotzdem mangelhaft. Zur Risikogruppe gehören Pädagogen, die oft am eigenen Idealismus und Perfektionismus zerbrechen. Er beobachtete bei ihnen auch selbstisolierendes Grübeln und mangelnde soziale Unterstützung. Prof. Ludwig Kahlert vom Lehrstuhl für Grundschulpädagogik (Uni München) meinte, dass bei Grundschullehrern/-innen noch der Gewissenskonflikt bei der Selektion anlässlich des Übertritts an weiterführende Schulen hinzukomme. Die Erwartungshaltung der Eltern und das Leiden der Verlierer werden als Druck und gesundheitliche Belastung empfunden.

Auf die Frage, wie es dazu komme, dass hochmotivierte Pädagogen sich durch den beruflichen Stress im Übermaß belastet fühlen, meinte Prof. Schaarschmidt: „Rund zwei Dritteln der Lehrer/-innen mangelt es an Widerstandsressourcen, Ausgeglichenheit und Spaß an der Arbeit.“ Es seien aber nicht nur unzureichende persönliche Voraussetzungen, die krank machen können, sondern auch die Bedingungen des Berufs selbst: Strukturbedingte Faktoren wie große Klassen, bürokratische Hürden, hohe Stundenverpflichtung und im Eiltempo verordnete Reformen. Von den Lehrkräften aller Schularten wurden aber auch problematisches Schülerverhalten wie mangelnde Lernbereitschaft, Hyperaktivität und Konzentrationsstörungen als besonders belastend erlebt.

Im Fokus der Tagung stand deshalb die Frage, „welche präventiven Maßnahmen – individuell und strukturell – dazu beitragen können, die Widerstandsfähigkeit von Lehrern gegenüber den berufsspezifischen Belastungen zu stärken und die Freude

an der pädagogischen Berufung zu erhalten“, denn psychische Gesundheit ist „eine unverzichtbare Voraussetzung für die erfolgreiche Ausübung des Lehrerberufs“ (Schaarschmidt).

In den Berichten aus der Praxis wurden die Forschungsergebnisse bestätigt. Lehrer/-innen müssen für ihre Arbeit mehr Anerkennung erfahren. Der Rektor einer Hauptschule (HS) setzte sich für eine Vertrauenskultur an den Schulen ein. Durch Jahrgangsstufentreffen und Förderung der Zusammenarbeit trage er zur Arbeitsentlastung seiner Lehrkräfte bei. Als Schulleiter sehe er sich in besonderer Verantwortung für ein positives Schulklima. „Er muss nicht alles durchsetzen, was von oben beschlossen wird. Er muss Kollegen entlasten und nicht belasten“.

Er habe auch sicherzustellen, dass Teamarbeit und Supervision zum Alltag werden statt des vielfach noch praktizierten „Einzelkämpfertums“. Jeden Freitag nach Schulschluss gebe es bei ihm einen freiwilligen „jour fixe“, eine Quelle für gegenseitiges Helfen. Eine Hauptschullehrerin, die ihr „burn-out“ überwunden hat, betonte, dass es für sie jetzt sehr wichtig sei, neben der Teamarbeit im Kollegium ihr außerschulisches soziales Netz auszubauen und ihren Interessenhorizont zu erweitern.

Eine Gymnasiallehrerin meinte, da die Lehrer/-innen im allgemeinen harmoniebedürftig seien, würden sie weniger die konstruktive Auseinandersetzung mit Kollegen/-innen suchen, sondern Kritik an höherer Ebene (KM) ansetzen, was oft ins Leere laufe.

Ein Seminarlehrer am Gymnasium zitierte dagegen die Aussage des Vorsitzenden der Jury zum Deutschen Schulpreis: „Die Entwicklung guter Schulen ist eine Abfolge von Regelverletzungen“.

Eine Grundschullehrerin erklärte, sie erlebe viel Stress mit der Schulverwaltung und wenig Offenheit für neue Ideen, sie wolle mehr selber entscheiden.

Prof. Eckard Liebau (Uni Erlangen) gab zu bedenken, dass die Rhythmisierung des Schulalltags für Lehrer/-innen grundsätzlich überdacht werden müsste. Lehrer/-innen mehr in Teams arbeiten zu lassen entlaste die Psyche und koste nichts, eine bessere Raumausstattung für die Schreibtischarbeit an den Schulen erfordere jedoch finanzielle Investitionen.

Dr. Paul Olbrich, Direktor der Akademie für Lehrerfortbildung (vorher Grund- u. Hauptschullehrer, Schulleiter, Schulrat) sah in der abschließenden Podiumsdiskussion einige „Handlungsfelder“ für präventive Maßnahmen zur Lehrergesundheit:

#### 1. Ausbildung:

Viele Studenten/-innen (40%) kämen mit „Belastungsmustern“ (Schaarschmidt) in die Ausbildung. Eignungstests seien zwar rechtlich kein Problem, moralisch aber bedenklich.

Die Studienberatung im 1. Semester müsse verstärkt werden. Prof. Ewald Kiel (Uni München) plädierte für Motivforschung während des Studiums.

Dr. Fritz Schäffer (Seminarlehrer am Gymnasium) machte auf „Selbstprüfungselemente“ aufmerksam, die als Fragebogen im Internet abrufbar seien. Die PH Heidelberg schreibe ab dem 2. Semester einen Praxistag in den Schulen vor (Erhöhung des Praxisanteils während des Studiums!).

Prof. Joachim Kahlert (Uni München) meinte sogar, „den Bolognaprozess auf Lehrerstudenten zu übertragen, ist das Dümme, was man machen kann“, denn Persönlichkeitsentwicklung und praktische Trainingseinheiten seien für angehende Lehrer/-innen unabdingbar.

## 2. Supervision:

Neben dem Ausbau der Teamarbeit kann die Besprechung persönlicher Schwierigkeiten im Schulalltag unter fachlicher Gruppenleitung (Supervisionsgruppen) und in vertrauensvoller Atmosphäre wesentlich zur Erhaltung der psychischen Gesundheit (Psychohygiene) beitragen. Prof. Dr. med. Hillert (Klinik Roseneck) meinte, „Lehrer/-innen, die keine Erfahrungen mit Supervision haben, sind wie Autofahrer ohne Führerschein“.

2005 wurde in München in einer bundesweit bislang einmaligen Initiative ein Institut für Gesundheit in pädagogischen Berufen“ (IGP) eröffnet. Unter Leitung von Prof. Dr. med. Joachim Bauer (Uniklinik Freiburg) ist eine ganze Palette von Unterstützungsmaßnahmen zur Erhaltung der Lehrergesundheit entwickelt worden, u.a. auch die „Coachinggruppen“. Durch den Aufbau und die Gestaltung von schützenden zwischenmenschlichen Bindungen“ werden Zufriedenheit und Freude am Lehrerberuf gestärkt. „Zwischenmenschliche Beziehungen sind das Medium, in dem sich nicht nur unser seelisches Erleben bewegt, sondern in dem sich auch unsere körperliche Gesundheit bewahren lässt.“

(Lob der Schule, Joachim Bauer, Heyne Tb 2008)

## 3. Schulleitung:

Für ein gesundes Schulklima hat der Schulleiter eine außerordentliche Funktion. „Die fachliche und menschliche Qualifikation muss stimmen“ (K.Wenzel, Präsident des BLLV).

Die Professionalisierung bei Schulleitern sei in Deutschland fünfzehn Jahre hinterher im Vergleich zu anderen Ländern. Die Schulleitung auf Zeit sei beamtenrechtlich kein Problem, meinte Prof. E. Kiel (Uni München), ihre Rolle habe sich jedoch grundlegend geändert. Sie brauche mehr Eigenverantwortung gegenüber Schulamt bzw. KM.

In Frankreich sei die Schulleitung in Verwaltungsaufgaben und pädagogische Leitung aufgeteilt. Ein Schulleiter könne in seiner Rolle als Beurteiler ein „Grundmisstrauen“ im Kollegium verbreiten oder eine „Anerkennungskultur“ aufbauen (H. Wenzel, BLLV). Der Schulleiter sollte Zeit und Raum für schulinterne Lehrerfortbildung (SCHILF) bereitstellen.

In seinem Beitrag „Gerüstet für den Schulalltag. Psychologische Unterstützungsmaßnahmen für Lehrerinnen und Lehrer“ (auch als Buch erschienen) meinte Prof. Schaarschmidt, dass man nicht nur auf die Verbesserung der Rahmenbedingungen warten müsse, sondern dass vor Ort auch weitgehende Möglichkeiten der Arbeitsgestaltung bestünden. Zur Unterstützung der Schulen bezüglich Arbeits- und Organisationsgestaltung wurde eine geeignete Analysemethode entwickelt: der „Arbeitsbewertungsscheck für Lehrkräfte“ (ABC-L). Dieser könne an jeder beliebigen Schule aus eigener Kraft eingesetzt werden und biete konkrete Hilfestellung für Maßnahmen der Teamentwicklung und Qualitätssicherung.

An die politisch Verantwortlichen formulierte er einige Forderungen:

1. die Entwicklung eines praktikablen Systems der Eignungsfeststellung vor dem Studium;
2. eine größere Praxisrelevanz der Ausbildung im Sinne von mehr verhaltens- und situationsnahe Lernen;
3. Aufbau eines Systems der medizinischen und psychologischen Betreuung der Lehrer/-innen;

4. Schaffung überschaubarer, kommunikationsförderlicher Schulstrukturen (kleinere Klassen und Schulen);
5. Qualifizierung der Schulleiter (Personalführung, gesundheitsförderliche Arbeitsgestaltung);
6. eine gezielte Gestaltung der Lehrerarbeitszeit nach zwei Kriterien: Qualität der pädagogischen Arbeit und Gesundheit der Lehrer/-innen.

Der Hoffnung auf baldige Einlösung dieser Forderungen darf man allerdings mit Skepsis begegnen. So meinte Prof. Dr. med. Hillert (Fachmann für „burn-out“ bei Lehrern/-innen), er habe noch nie einen hochrangigen Vertreter der Bildungspolitik auf einer solchen Tagung gesehen !

*(Gerne leiten wir Ihre Leserreaktion an den Autor dieses Artikels weiter:  
info@aktion-humane-schule.de)*