

## **„Bleiben Sie gesund!“**

„Das ist schwierig bis unmöglich.“, antworten viele Kolleginnen und Kollegen, wenn ich Ihnen dies zum Schuljahresbeginn wünsche. Wissenschaftler, die sich aus unterschiedlichen Fachrichtungen seit langem mit diesem Thema beschäftigen, belegen in zahlreichen Studien die spezifischen Belastungen und Gefährdungen des Lehrberufs ebenso eindeutig. Selbst in der Öffentlichkeit herrscht nicht mehr überall die einst weit verbreitete Illusion, Lehrer hätten einen bequemen Job. Die hohe Zahl Burnout gefährdeter Pädagogen und die vergleichsweise hohe Frühpensionierungsrate auf Grund psychischer und psycho-somatischer Erkrankungen sprechen für sich und veranlassten die Staatsregierung ein **landesweites Programm zur Lehrergesundheit** aufzustellen. Freilich werden dadurch allein die Lehrkräfte nicht spontan gesünder oder zufriedener. Doch zumindest stehen nun seit zwei Jahren in jedem Regierungsbezirk mit der Koordination beauftragte SchulpsychologInnen mit weiteren Teammitgliedern an den staatlichen Schulberatungsstellen als Ansprechpartner für Lehrkräfte aller Schularten bereit. Sie organisieren u.a. Fortbildungen und Vortragsveranstaltungen mit präventivem Charakter zum Umgang mit Belastungen, leiten Gesprächsgruppen zur professionellen Reflexion schwieriger beruflicher Situationen, stehen für Einzelgespräche zur Verfügung und können medizinische Hilfe vermitteln ([www.schulberatung.bayern.de/lehrergesundheit](http://www.schulberatung.bayern.de/lehrergesundheit)). Die Nachfrage ist steigend, erfreulich gewachsen ist die Zahl der jüngeren Kolleginnen und Kollegen und der Mitglieder von Schulleitungen, die sich unterstützen lassen möchten. Dabei geht es meist überhaupt nicht um Therapie, sondern vielmehr um das Überdenken des eigenen Lebensstils, von nicht (mehr) realisierbaren Zielsetzungen oder die Lösung eines Konflikts.

Die **„Lehrergesundheit stärken“** war im vergangenen Schuljahr auch das Leitmotiv des **oberfränkischen Schulentwicklungstags**. 500 Lehrkräfte nutzten den unterrichtsfreien Buß- und Betttag, um sich im Rahmen von Fachvorträgen und Workshops mit namhaften Wissenschaftlern und Experten aus dem Bereich der Arbeitsmedizin sowie mit Fachleuten aus Kliniken und anderen gesundheitsrelevanten Institutionen intensiv mit der Thematik auseinander zu setzen und im Hinblick auf eine verbesserte Widerstandsfähigkeit gegenüber berufsspezifischen Belastungen fortzubilden und ihre Kompetenzen zu erweitern. Vertreter aus Wissenschaft, Politik und Schulverwaltung diskutierten auf dem abschließenden Podium die zunehmenden Belastungselemente, die die Zufriedenheit und professionelle Verwirklichung im Lehrberuf mehr und mehr gefährden. So etwa die steigenden Erwartungshaltungen vieler Eltern, den Anpassungsdruck durch die Wirtschaft, den Zeitdruck durch die Erhöhung der Unterrichtspflichtzeiten, die Anordnung regelmäßiger Mehrarbeitszeit zur Kompensation von Unterrichtsausfällen, die Erweiterung der außerunterrichtlichen Aufgaben und die Zuschreibung von Erziehungsaufgaben, die ohne zeitlichen und finanziellen Ausgleich erfolgen müssen, sowie den Zwang zur Umsetzung von „heiß gestrickten Reformen“, der die negative Situation noch verschärft.

**Mögen aus den guten Ideen und Absichtserklärungen bald konkrete Taten folgen!**

Die große Resonanz dieser Tagung machte deutlich, dass die Thematik „Gesundheit am Arbeitsplatz Schule“ „den Nerv“ der Kolleginnen und Kollegen getroffen hat, die oft an ihrer physischen und psychischen Belastungsgrenze arbeiten. Laut Lehrergesundheitsforschung ist ihre Arbeit psychisch und physiologisch härter als die von Polizisten und Ärzten einzustufen. Doch würden Lehrer und Lehrerinnen nur noch einen schonenderen „Dienst nach Vorschrift“ machen, dann würde das Schulsystem vermutlich schlicht zusammenbrechen.

Offenbar war sich schon Humboldt der Brisanz dieses Problemfeldes bewusst, wenn er äußert **„Eine Gesellschaft ist so gut wie sie mit ihren Lehrern umgeht“**. Die meisten Lehrkräfte sind schließlich in den Lehrberuf gegangen, weil sie gern mit Kindern und Jugendlichen

arbeiten, weil sie auch vor größeren Gruppen sprechen können, weil sie eine Leidenschaft für die studierten Fächer haben. Wie eine jüngste Studie des Instituts Allensbach (März 09) besagt, hätten LehrerInnen dank ihrer guten Abitur- und Universitätsabschlüsse, auch auf dem freien Wirtschaftsmarkt realistische Chancen gehabt, doch sie entschieden sich bewusst für die Schule.

Nun treffen sie nicht nur auf **ungünstige Rahmenbedingungen**, sondern auch auf **Situationen, auf die sie nicht vorbereitet sein konnten und die dauerhaft überfordern**.

Einige möchte ich im Folgenden anführen. Nie zuvor befanden z.B. so viele pädagogische Laien aus Medien, in Talkshows und in manchen Elternverbänden über Fähigkeiten von Lehrern, über Unterrichtserfolg und Unterrichtsstoff, nie zuvor wurden hauptsächlich die Lehrer für schwache Schülerleistungen verantwortlich gemacht. Nie zuvor wurde Schule so umfassend als „Reparaturbetrieb“ für Erziehungsdefizite und seelische Verletzungen und Beeinträchtigungen der Kinder verstanden. Darüber hinaus stellen sich zunehmend neue Strapazen und Herausforderungen in Unterrichtssituationen dar, in denen sich Lehrkräfte bequem passivem oder aber aggressiv beleidigendem Schülerverhalten gegenüber sehen. Mit Fehlverhalten wie dem sog. Cybermobbing (dem heimlichen Filmen von provozierten Lehrerreaktionen), mit Bedrohungen über das Internet, mit Waffengebrauch im Schulgebäude mussten Lehrkräfte früher nicht rechnen. Heute bringen eine bizarre Fernsehwelt, eine dauernde Reizüberflutung, fehlende echte Zuwendung und fehlende vertrauensvolle Kommunikation extreme Verhaltensweisen und Gewaltfantasien hervor, besonders, wenn Kinder den Erwartungen ihrer Eltern nicht entsprechen oder keine Beachtung und Freunde finden. Es verwundert somit nicht, dass die von Allensbach repräsentativ Befragten sich vor allem die Vermittlung von Sozialkompetenz und Persönlichkeitsbildung in der Schule wünschen. Gute Kenntnisse in den Sprachen und der Mathematik, Allgemeinbildung und naturwissenschaftliches Wissen rangieren erst dahinter. Nicht zu vergessen die unrealistisch überzogenen Hoffnungen, die in Lehrerschaft und Schulsystem gelegt werden, sie mögen nicht nur soziale Ungerechtigkeiten, sondern auch unterschiedliche Begabung ausgleichen.

Die **Anforderungen** an die Lehrer sind also zweifellos enorm hoch, ihre gesellschaftliche Wertschätzung ist angesichts ihrer hohen Verantwortung und ihres erweiterten Aufgabenspektrums dagegen vergleichsweise gering. **Permanente Selbstüberforderung und schwindendes Gesundheits- und Zufriedenheitspotential** sind die logischen wie bedauerlichen Folgen. Nur die wenigsten sprechen darüber, immer noch empfinden sich viele eher als Einzelkämpfer und eine Teamkultur entsteht erst langsam .

Natürlich sind erkannte Probleme immer auch Chancen. So ist Lehrkräften, die das Gespräch in der Supervision suchen, die sich persönlich und beruflich weiter entwickeln möchten, die ihr Methodenrepertoire erweitern, sich neben dem anstrengenden Berufsalltag psychologisch fortbilden, hoher Respekt entgegen zu bringen. Sie sind absolut mit Schule und Bildung identifiziert. **Doch sie brauchen mehr Unterstützung**. Letztendlich hängt die **Qualität von Bildung** davon ab, in welcher gesundheitlichen Verfassung die Lehrkräfte sind und welche Rahmenbedingungen sie haben. Hier darf nicht gespart werden, auch nicht in Krisenzeiten, im Gegenteil. Unterstützung heiße u.a. konkret:

- Beibehaltung des erkämpften und in Bayern hohen Niveaus der Schulpädagogik- und Psychologieanteile im Studium, keine „Schmalspur-Lehrerausbildung“,
- Ausbau der frühzeitigen Konfrontation der Lehramtsstudenten mit der Lehrerrolle und Schulpraxis,
- Verbesserung der räumlichen Rahmenbedingungen von Schule als ganztägigem Lernort und Lebensraum mit ruhigen Arbeitsplätzen für die Lehrkräfte,

- an jeder Schule ein professionelles Beratungsteam aus BeratungslehrerIn, SchulpsychologIn, des weiteren SozialpädagogInnen und anderen externen Helfern, damit sich Lehrer wieder auf ihr gelerntes Metier, das Unterrichten und Fördern im Unterricht konzentrieren und entlastet werden können,
- Beendigung der Lehrerschelte zu Hause und in der Öffentlichkeit, Solidarität und partnerschaftlicher Dialog und gemeinsame Erziehung durch Eltern und Lehrer,
- tägliche Zeit für Gespräche der Eltern mit den Kindern, auch und gerade in der Pubertät,
- Verzicht auf Mobbing in den Klassen, Ende der verbreiteten passiven Konsumhaltung und Spaßkultur bei den Schülern,
- kontinuierliche Motivation der Kinder und Jugendlichen für die Inhalte der Unterrichtsfächer, für die selbstverständliche Anstrengung und die Lust am Denken durch die Eltern, denen die Noten nicht immer und nicht gar so wichtig sein sollten!

Manches scheint gar nicht so schwer, manches dagegen noch im visionären Bereich. Die Lehrgesundheitsbeauftragten und ihre Teams werden sich jedenfalls weiterhin für die Realisierung dieser und weiterer Ziele in der Öffentlichkeit, in Politik und Verwaltung einsetzen.

Erinnern Sie sich? Am Ende des vergangenen Schuljahrs demonstrierten Schüler und Studenten für bessere Bildung auf Deutschlands Straßen. Könnten sie nicht auch mal für ihre LehrerInnen demonstrieren? Ich glaube, das wäre ein lohnendes und dringendes Unterfangen.

***An dieser Stelle möchte ich allen Lehrerinnen und Lehrern in allen Schularten und Tätigkeitsfeldern danken sowie allen Kolleginnen und Kollegen, die als BeratungslehrerInnen und SchulpsychologInnen arbeiten, für den zeitintensiven und kräfte-raubenden Einsatz für SchülerInnen, besonders für solche in schwierigen Situationen, im Unterricht, für die Schulentwicklung und für die Schule insgesamt!***

***Für die Herausforderungen des neuen Schuljahrs und die vielfältigen anstehenden Aufgaben wünsche ich allen eine gute Portion Selbstvertrauen und Gelassenheit. Bewahren Sie sich etwas von der Leidenschaft für Ihren Beruf und bleiben Sie gesund!***

***Regina Knape, StDin, staatliche Schulpsychologin  
Beauftragte Koordinatorin für Fragen der Lehrgesundheit in Oberfranken  
im Team Lehrgesundheit an der staatlichen Schulberatungsstelle Hof***