

## **Lehrergesundheit erhalten und stärken**

### **Ergebnisse und Schlussfolgerungen aus der Potsdamer Lehrerstudie**

Uwe Schaarschmidt

Auch wenn noch immer die Meinung weit verbreitet ist, dass sich das Lehrerdasein vor allem durch die Annehmlichkeiten langer Ferien und einer Halbtagsbeschäftigung bei voller Bezahlung auszeichnet, so spricht die Realität doch eine andere Sprache. Lehrerinnen und Lehrer sind keineswegs beneidenswerte Halbtagsjobber. Vielmehr üben sie einen der anstrengendsten Berufe aus. Das betrifft speziell die psychischen Belastungen, die dieser Beruf mit sich bringt. Mit der Potsdamer Lehrerstudie, die im Auftrag und mit Unterstützung des Deutschen Beamtenbundes und seiner Lehrgewerkschaften durchgeführt wurde, wandten wir uns systematischer der gesundheitlichen Situation von Lehrerinnen und Lehrern, aber auch von Referendaren und Lehramtsstudierenden zu. Insgesamt wurden über 20.000 Personen einbezogen.

Die erste Etappe der Studie (2000 - 2003) galt der gründlichen Analyse der vorgefundenen Belastungsverhältnisse im Beruf. Insbesondere galt es, ein differenziertes Bild der psychischen Gesundheit der Lehrerinnen und Lehrer zu erhalten. In der vorherrschenden Tendenz wiesen die Ergebnisse auf eine problematische Gesundheitssituation hin.

Wir wollten und konnten uns jedoch nicht damit begnügen, eine prekäre Situation aufzuzeigen. Deshalb bemühten wir uns in einer zweiten Etappe (2003 – 2006) um die Erarbeitung von Unterstützungsangeboten, die dazu beitragen können, den als veränderungsbedürftig erkannten Zustand zu überwinden. Konkret ging es dabei um die Entwicklung und Erprobung von Interventionsprogrammen und Erfassungsinstrumenten sowie die Ableitung und Begründung von Gestaltungsempfehlungen. Insgesamt handelt es sich also um Leistungen im Interesse der Prävention und Gesundheitsförderung. Sie wurden als Angebote so konkret und praxisnah aufbereitet, dass sie in der Organisation der schulischen Arbeit, der Lehrerausbildung, der Lehrer- und Schulleiterfortbildung, der Berufsorientierung für Abiturienten und nicht zuletzt der psychologischen und medizinischen Betreuung von Lehrerinnen und Lehrern unmittelbar umgesetzt werden können.

Die Ergebnisse der ersten Etappe der Studie sind dem folgenden Buch zu entnehmen: Schaarschmidt, U. (Hrsg.). Halbtagsjobber? Psychische Gesundheit im Lehrerberuf – Analyse eines veränderungsbedürftigen Zustandes. Beltz-Verlag, 2005 (2. Auflage). Über die zweite Etappe informiert die folgende Publikation: Schaarschmidt, U. & Kieschke, U. (Hrsg.). Gerüstet für den Schulalltag. Psychologische Unterstützungsangebote für Lehrerinnen und Lehrer. Beltz-Verlag, 2007.

In der zweiten Publikation werden zwei diagnostische Instrumente vorgestellt, die auch online bearbeitet werden können: ein Arbeitsbewertungscheck für Lehrkräfte ([www.abc-l.de](http://www.abc-l.de)) und ein Self-Assessment-Verfahren für Interessenten am Lehramtsstudium ([www.fit-fuer-den-lehrerberuf.de](http://www.fit-fuer-den-lehrerberuf.de)).

Prof. Dr. Uwe Schaarschmidt, Institut COPING, Wampersdorf bei Wien, ehemals Leiter der Abteilung Persönlichkeits- und Differentielle Psychologie am Institut für Psychologie der Universität Potsdam, seit Ende 2006 im Ruhestand.

[Uwe.Schaarschmidt@uni-potsdam.de](mailto:Uwe.Schaarschmidt@uni-potsdam.de)