

Juli 2004

© Prof. Dr. med. Joachim Bauer
Abteilung Psychosomatische Medizin
Uniklinikum Freiburg
Hauptstrasse 8
79104 Freiburg
Tel. (0761) 270 6539
Email: Joachim_Bauer@psysom.ukl.uni-freiburg.de

Die Freiburger Schulstudie

Zusammenfassung: Nachfolgend vorgelegt werden die Daten der Freiburger Schulstudie zur Fragen der Gesundheit von Lehrern (und indirekt auch von Schülern). Wichtigste Erkenntnis des Projektes: Der entscheidende Ansatz zur Verbesserung der Situation an den Schulen liegt nicht in neuen Leistungsstandards, sondern in Hilfestellungen, die zu einer Verbesserung der innerschulischen Beziehungsgestaltung führen. Angesichts einer verheerenden Situation bei der Schülersgesundheit und eines wachsenden Anteils verhaltensgestörter Schülerinnen und Schüler muss die Qualifikation von Lehrerinnen und Lehrern verbessert werden, mit schwierigen psychologischen Situationen umzugehen. Dies geht nicht ohne eine verstärkte Zusammenarbeit der Eltern mit der Schule. Hier muss es zu einem Wandel der Einstellung kommen. Für Lehrer hilfreich sind nach der Erfahrung des Freiburger Projekts vor allem Coachinggruppen, in denen der Umgang mit schwierigen interpersonellen Situationen thematisiert und eine entsprechende Qualifikation entwickelt werden kann. Destruktives Schülerverhalten hat sich für Lehrer zu einem erstrangigen gesundheitlichen Belastungsfaktor entwickelt. Im Rahmen der in Zusammenarbeit mit dem Oberschulamt Freiburg durchgeführten Untersuchung an 10 südbadischen Gymnasien zeigte sich: 35% der Lehrerinnen und Lehrer befinden sich in einer durch hohe Verausgabung, Erschöpfung und Resignation gekennzeichneten Situation, d. h. in einer Burnout- Konstellation. Stressbedingte Belastungssymptome, die in ihrer Schwere einer medizinisch relevanten gesundheitliche Beeinträchtigung entsprechen, zeigten sich bei 20 % der über 400 untersuchten Lehrkräfte. Als Reaktion auf die schlechten PISA Daten dürfen die Anstrengungen nicht nur auf die Definition neuer Bildungsstandards gelegt werden. Das Problem der Schule liegt nicht im Fehlen von Standards, sondern in der Unmöglichkeit, im Unterricht eine Situation herzustellen, die Lernen möglich macht und begünstigt. Der psychologischen Qualifikation und persönlichen Eignung von Lehrern muss daher bereits in der Ausbildung ein höherer Stellenwert zuerkannt werden. Von ebenfalls herausragender Bedeutung: Eine Verbesserung der Zusammenarbeit zwischen Schule und Eltern, eine stärkere Beachtung der verheerenden neurobiologischen und psychologischen Folgen der derzeitigen Medienkonsums von Kindern, sowie schließlich eine Verbesserung der Möglichkeit, für verhaltensgestörte Kinder fachliche Hilfen hinzuzuziehen.

Zum Hintergrund der Problematik

In wenigen Berufen spielt das zwischenmenschliche Beziehungsgeschehen eine derart zentrale Rolle wie im Lehrerberuf. Anders als in Industrie und Verwaltung ist der Arbeitsprozess der Schule, also Lehren und Lernen vollständig eingebettet in *zwischenmenschliche Beziehungsabläufe*. Da das menschliche Gehirn die Qualität des Beziehungsgeschehens evaluiert und entsprechend dieser Evaluation die Aktivität neurobiologischer Stress- bzw. Alarmsysteme eingestellt werden, unterliegen Human-Dienstleistungsberufe wie der Lehrerberuf einem besonderen gesundheitlichen Risiko.

Anstatt als Voraussetzung für eine erfolgreiche Stoff- bzw. Wissensvermittlung erkannt zu werden, wird der *Gestaltung des schulischen Beziehungsgeschehens* eine oft nur nachrangige Bedeutung zuerkannt, mit der Folge daß schulische Beziehungsabläufe zwischen Lehrern untereinander, Lehrern und Schüler, aber auch Eltern und Lehrern zu einem Stressfaktor geworden sind.

Die Freiburger Studie war bzw. ist ein Projekt der Abteilung Psychosomatische Medizin der Universitätsklinik in Zusammenarbeit mit dem Oberschulamt Freiburg. Ausgangspunkt des Projektes waren und sind seit Jahren konstant hohe, *bei ca. 50% liegende Raten gesundheitsbedingter vorzeitiger Dienstunfähigkeit bei schulischen Lehrkräften*. Absolut führend bei den Ursachen sind laut einer Studie der Universität Erlangen (Weber und Kollegen) psychosomatische Gesundheitsstörungen (siehe Tabelle).

Dienstunfähigkeit bei Lehrkräften (5.548 ärztliche DU-Gutachten, Bayern 1996-1999)

Anteil der Hauptdiagnosen (nach Gruppen)

Psyche/Verhalten	52%
Muskel/Skelett	13%
Herz/Kreislauf	9%
Bösartige Erkrankungen	7%
Nervensystem	4%
Auge/Ohr	3%
sonstiges	12%

Quelle: Weber, Wettle u. Lederer, Inst. F. Arbeitsmedizin Uni Erlangen:
Prospektive Erfassung aller DU-Begutachtungen von Lehrern
Im Freistaat Bayern vom 1.1.1996 bis 31.12.1999 (2001)

Die Freiburger Studie: Untersuchte Lehrerpapulation

Im Rahmen des Freiburger Lehrergesundheitsprojektes wurden die Kollegien von sieben südbadischen Gymnasien in staatlicher und drei südbadischen Gymnasien in kirchlicher Trägerschaft, untersucht. Von insgesamt 696 Lehrerinnen und Lehrern wurden 438 ausgefüllte Testinventare zurückgegeben (die Zahl vollständig und korrekt ausgefüllten Inventare lag etwas niedriger), was einer vergleichsweise guten Rücklaufquote von 63 % entspricht. Untersucht wurden 1. der Umgangstil mit beruflicher Belastung (AVEM- Testinventar) und 2. das medizinisch relevante Ausmaß stressbedingter gesundheitlicher Belastung (Medizinisches SCL90R- Inventar).

Untersuchte Lehrer-Population

- Insgesamt 696 Lehrer/Innen
- Rücklauf der Bögen: 438 (63 %)
- Sieben staatl. Gymnasien in Freiburg-Stadt (4) und umliegende Gemeinden (3) mit 482 Lehrer/Innen
- Drei kirchlich getragene Gymnasien in Südbaden mit 214 Lehrer/Innen
- 54 % der erfaßten Lehrer männlich, 46 % weiblich
- 45,7% Teilzeit-, 54,3% Vollzeitbeschäftigung

Umgang mit beruflicher Belastung (AVEM- Testinventar): Vier Grundtypen des Umgangs mit beruflicher Belastung

Das im Rahmen der Untersuchung eingesetzte arbeitspsychologische Test-Inventar AVEM beschreibt vier Typen des Umgangs mit beruflicher Belastung:

- **Typ G** zeigt berufliches Engagement und Verausgabungsbereitschaft, bewahrt aufgrund ausreichender Distanzierungsfähigkeit jedoch seine Erholungsfähigkeit, legt Wert auf Kollegialität und erlebt beruflichen Erfolg
- **Typ A** weist – oft verbunden mit perfektionistischen Einstellungen - eine überdurchschnittliche Verausgabungsbereitschaft auf, hat seine

Erholungsfähigkeit teilweise eingebüßt. Diese Kollegen neigen zum Einzelkämpfertum, erleben wenig kollegiale Unterstützung und sind vom Verschleiß bedroht.

- **Typ B** hat – bei fortgesetzter Verausgabungsbereitschaft - aufgrund psychophysischer Erschöpfung und eingetretener Resignation seine Effizienz eingebüßt, kann von kollegialer Unterstützung nicht profitieren.

- **Typ S** fürchtet beruflichen Verschleiß. Diese Kollegen versehen ihren Dienst i. d. R. korrekt, zeigen aber keine darüber hinaus gehende Verausgabungsbereitschaft.

Lehrer zeigen eine überwiegend hohe berufliche Verausgabungsbereitschaft, aber auch eine hohe Burnout-Rate

Unter Anwendung des arbeitspsychologischen Testinventars AVEM zeigte sich bei nahezu zwei Drittel (63 %) der untersuchten Lehrerpoptulation eine hohe oder sehr hohe Verausgabungsbereitschaft (Typ G, A und B). Mehr als die Hälfte dieser Gruppe (35 % der Gesamtpoptulation) befindet sich in einer Burnout-Situation (Typ B) im Sinne einer eingetretenen psychophysischen Erschöpfung. *Lehrer sind daher in ihrer übergroßen Mehrheit keine "faulen Säcke"*. Allerdings zeigt eine 37% umfassende Untergruppe von Lehrerinnen und Lehren – bei i. d. R. korrekter Erfüllung des Dienstes - eine gegenüber den anderen zwei Dritteln der Kollegen deutlich verminderte, nicht über das Pflichtpensum hinausgehende Verausgabungsbereitschaft.

Umgang mit beruflicher Belastung:
Typen-Eigenschaften und Verteilung

	Verausgabungs- Bereitschaft	Offensive Problem bewält.	Distanzierungs- Fähigkeit	Erleben sozial. Unterstützung	Erfolgs erleben im Beruf	Resignation
Typ G (12 %)	+	+	+	++	++	-
Typ A (16 %)	++	+/-	--	--	+	+
Typ B (35 %)	+	--	--	--	--	++
Typ S (37 %)	-	+/-	++	+	+	-

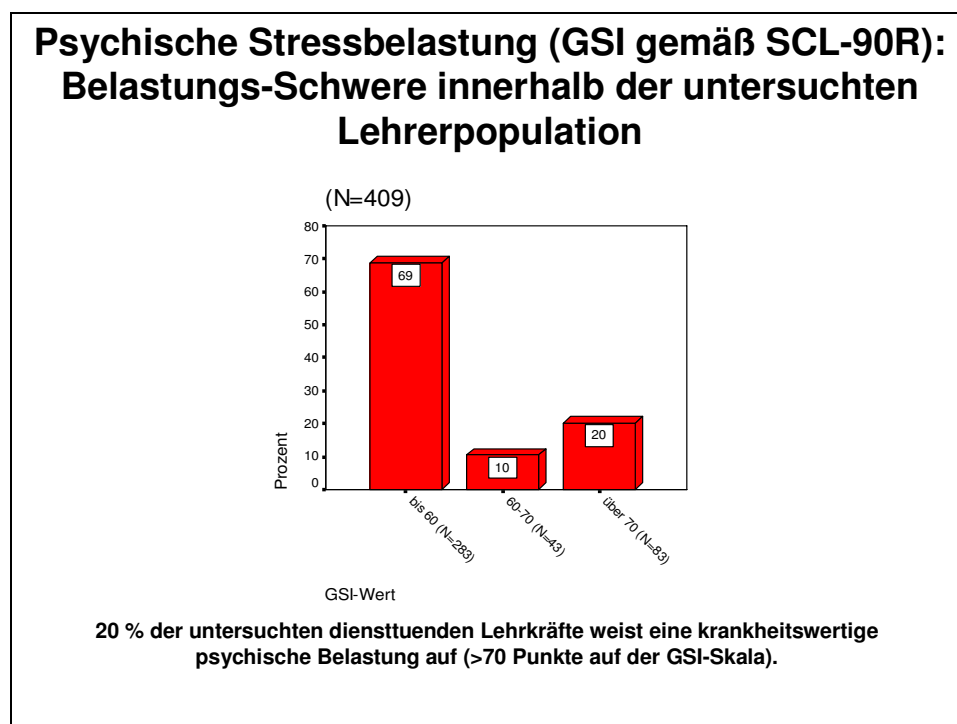
Frauen und Personen ohne Partner besonders belastet

Frauen befinden weisen einen höheren Burnout-Anteil (43%) auf als Männer (27%). Getrennt lebende oder geschiedene Lehrerinnen und Lehrer zeigen eine deutliche höhere Burnout-Rate (55%) als Singles (45%) oder in Partnerschaft bzw. Ehe lebende Lehrkräfte (30%). Dem gegenüber hatte das Dienstalter in unserer Untersuchung keinen Einfluss auf die Burnout-Rate, d. h., entsprechend disponierte Lehrerinnen und Lehrer geraten bereits früh in ihrem Berufsleben in eine berufliche Verschleißsituation.

Medizinisch relevante stressbedingte Gesundheitsstörungen (Medizinisches Testinventar SCL90R)

Das SCL90R-Testinventar ist ein in allen westlichen Ländern etabliertes medizinisches Untersuchungsinstrument zur Erfassung des Umfangs und Schweregrades psychischer und psychosomatischer Symptome. Der Global Score dieses Test (GSI) ergibt für den gesunden Bevölkerungsdurchschnitt einen Punktwert von +/- 50 Punkten. Mehr als 60 Punkte zeigen eine gesundheitsrelevante Belastung an, Punktwerte über 70 entsprechen einer krankheitswertigen und behandlungsbedürftigen Situation.

Exakt 20% der untersuchten diensttuenden LehrerInnen-Population wiesen einen Punktwert von über 70 Punkten auf und befinden sich damit in einer eigentlich behandlungsbedürftigen medizinischen Situation.



Statistische Berechnungen zeigten eine starke Korrelation zwischen Typ B (Burnout- Muster) im arbeitspsychologischen AVEM-Testinventar einerseits, und einem Punktwert über 70 im Global Score des medizinischen SCL90R-Testes andererseits. Männer zeigen ein höheres Ausmaß an psychischen und psychosomatischen Symptomen als Frauen. Anders als die Burnout-Rate nimmt der Anteil von LehrerInnen mit hoher psychosomatischer Symptombelastung (über 70 Punkte im SCL90R) mit zunehmendem Dienstalter zu.

Von Lehrern erlebte Hauptbelastungs-Faktoren: Klassenstärke und destruktives Schülerverhalten

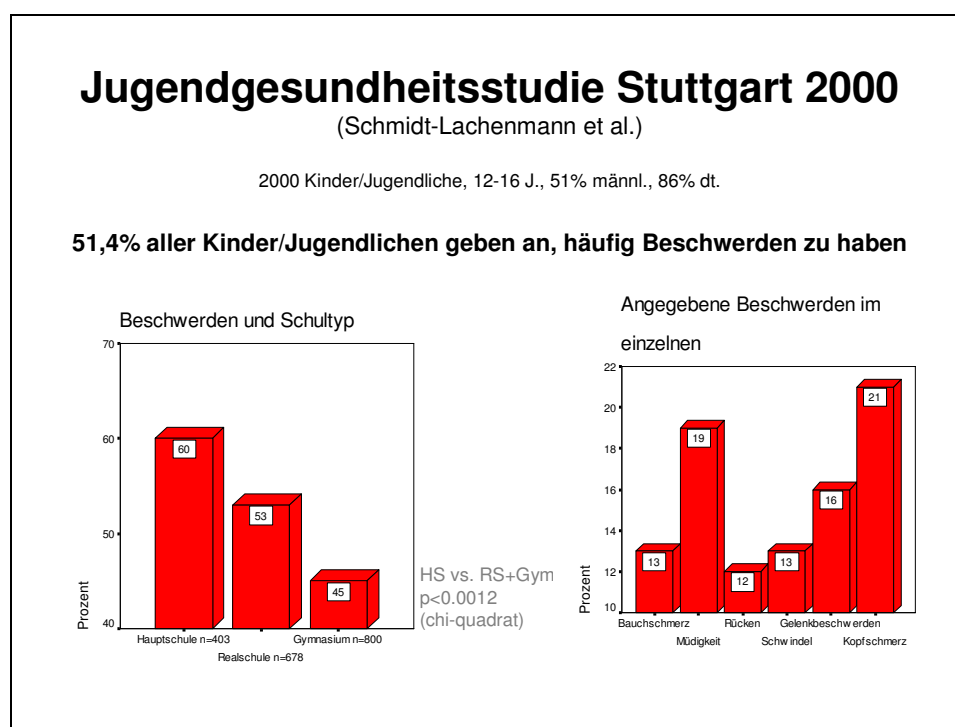
Die untersuchten LehrerInnen wurden gebeten, bei jedem von 26 angebotenen Items eine Bewertung anzugeben, inwieweit durch das jeweilige Item eine berufliche Belastung erlebt wird (die Bewertung erfolgte von 1=minimale Belastung bis 5=maximale Belastung). Die mit Abstand als am stärksten erlebten Belastungsfaktoren sind die Klassenstärke (Punktwert 4,2) und destruktives Schülerverhalten (Punktwert 4,01) (siehe Abbildung). Diese Rangfolge wurde auch von denjenigen Lehrerinnen und Lehrern so angegeben, die gesundheitlich nicht belastet waren. Auch in einer Reihe anderer Studien wurde destruktives Schülerverhalten als erstrangiger Belastungsfaktor identifiziert.

Rangfolge belastender Arbeitsbedingungen – AVEM Anhang	
1. Klassenstärke	4,11
2. Verhalten schwieriger Schüler	4,01
3. Stundenanzahl	3,42
4. Koordinierung von beruflichen und privaten Verpflichtungen	3,29
5. Außerunterrichtliche Pflichten (z.B. Organisation von Freizeitangeboten)	3,22
6. Ausstehende Anerkennung der Abschlüsse (nur zu beantworten, wenn die Anerkennung noch aussteht)	3,16
7. Neuerung, Veränderung im Schulsystem	3,12
8. Stoffumfang	3,07
9. Administrative Pflichten (verwaltende und kontrollierende "Tachfremde" Aufgaben)	3,06
10. Verteilung der Stunden	2,91
11. berufliches Image und Prestige	2,77
12. Vertretungsstunden	2,74
13. Fortbildungsveranstaltungen außerhalb der Dienstzeit	2,69
14. eigener Gesundheitszustand	2,65
15. Ausstattung mit Unterrichtsmaterialien	2,65
16. Baulicher Zustand der Schule	2,46
17. Zusammenarbeit mit Eltern	2,46
18. Fachfremder Unterricht	2,21
19. Beziehung zum Schulleiter/Schulleiterin	2,07
20. Überwiegend unterrichtete Klassenstufe	2,23
21. Bezahlung	2,06
22. Umfeld der Schule	2,05
23. Zusammenarbeit mit der Schulverwaltung	2,04
24. Beziehung zu Kollegen/Kolleginnen	2,01
25. Typ der Schule	1,59
26. Beziehung zu nichtpädagogischen Personal in der Schule	1,33

N von 408 LehrerInnen

Schwere Verhaltensprobleme von Schülern: Ausdruck einer besorgniserregenden Situation der Jugendgesundheit

Schwere, pädagogisch wenig oder nicht beeinflussbare Verhaltensprobleme sind kein moralisches Problem, sondern Ausdruck einer besorgniserregenden Situation bei der Schülersgesundheit. Nach Angaben der von Stuttgarter Kinderärzten – unter Koordination des Gesundheitsamtes Stuttgart - durchgeführten „Jugendgesundheitsstudie Stuttgart“ leiden 51 % der dort untersuchten 2000 Kinder unter anhaltenden psychosomatischen Gesundheitsbeschwerden (siehe Abbildung).



Nach Angaben einer weiteren, bei über 500 Kindern und Jugendlichen durchgeführten Untersuchung der Universitätsklinik Aachen zeigen über 15% der Kinder und Jugendlichen deutliche psychiatrische Auffälligkeiten (siehe Abbildung).

**Seelische Gesundheit von Kindern
und Jugendlichen in Deutschland:
Untersuchung der Uniklinik Aachen**

- **>15% der Jugendlichen psychiatrisch auffällig**
- **„In nahezu allen Bereichen beurteilen Jugendliche sich selbst als auffälliger als deren Eltern es tun“.**

Untersuchung: 508 Kindern und Jugendlichen zw. 11-18 Jahren
(Ziegert et al., Deutsches Ärzteblatt 99, Heft 21, 24.Mai 2002)

Eltern kennen die Probleme und Gesundheitsbeschwerden ihrer Kinder nur teilweise

Sowohl die Stuttgart Jugendgesundheitsstudie als auch die Aachener Untersuchung fanden übereinstimmend, daß Eltern über die tatsächlichen Beschwerden und Probleme ihrer Kinder nur teilweise Bescheid wissen. Dies ist ein weiterer Hinweis darauf, daß bei einem Teil der Kinder und Jugendlichen keine ausreichende Betreuung im häuslichen Umfeld zur Verfügung steht.

Neurobiologische Erkenntnisse zeigen, daß beobachtete Verhaltensmodelle Verhalten bahnen: Gewaltmodelle und Gewaltverhalten

Die Entdeckung der sogenannten Spiegelneurone ("mirror neurons") durch eine ital. Forschergruppe um Rizzolatti und durch eine kanadische Gruppe um Hutchison zeigt, daß das Gehirn über neurobiologische Systeme verfügt, die beobachtetes Erleben und Verhalten speichern und zugleich eigenes Erleben und Verhalten steuern können.

Ein jüngst vorgelegte, im Topjournal "Science" publizierte Langzeit-Studie einer US-Gruppe um Johnson weist einen eindeutigen Zusammenhang nach zwischen Zeitumfang des täglichen TV-Konsums und gewalttätigen Verhaltensmustern (siehe Abbildung).

TV-Konsum und Gewalt-Verhalten

707 Jugendliche, repräsentatives bevölkerungsbasiertes sample
54% Kathol., 91% weiß, Beobachtungszeitraum 17 Jahre

	Tägl. TV-Konsum mit 14 Jahren		
	1 h	2-3 h	> 3h
Insgesamt Aggressive Handlungen gegen Andere(n) zwischen 16 und 22 Jahren	5,7%	22,5%	28,8%
Davon Körperliche Auseinandersetzung mit Verletzungen zwischen 16 u. 22 Jahren	5,7%	18,4%	25,3%

Nach Kontrolle der Covariaten, soz. Status, psychiatr. Status, elterl. Vernachlässigung

Johnson et al, Science 295: 2468-71 (2002)

Jugendgesundheitsstudie Stuttgart 2000

(Schmidt-Lachenmann et al.)

2000 Kinder/Jugendliche, 12-16 J., 51% männl., 86% dt.

TV-/Videokonsum

durchschnittlich 1,8 h/d

25% der Schüler \geq 2 h/d

11% der Schüler \geq 3 h/d

Computerspiele

43% der Schüler \geq 1 h/d

6% der Schüler \geq 2 h/d

Zwar zeigt nur eine Minderheit von Kindern und Jugendlichen, der nach Angaben der Jugendgesundheitsstudie Stuttgart bei ca. 10% bis 20% liegen dürfte, ein besorgniserregendes Ausmaß von TV- und PC-Spielekonsum (siehe Abbildung). Etwa in derselben Größenordnung (bei 15%) liegt laut der

Aachener Studie (siehe oben) jedoch auch der Anteil der besonders stark psychisch beeinträchtigten Kinder. Deren Verhalten wiederum scheint ein Hauptbelastungsfaktor für Lehrergesundheit zu sein.

Von daher stellen sich Fragen, inwieweit eine Untergruppe (10% bis 20%) von Kindern aufgrund nicht ausreichend vorhandener Betreuung und aufgrund eines Mangels an Beziehungs-, Sport- und Freizeitangeboten einem gesundheitsschädigendem Übermaß von Medienkonsum ausgesetzt ist. Es ist davon auszugehen, daß das Angebot einer Nachmittagsbetreuung bzw. Ganztagschule für diese Kinder eine Verbesserung ihrer Situation darstellen würde.

Konsequenzen und Empfehlungen

Defizite in der Beziehungsgestaltung können durch ein entsprechendes Training im Rahmen von Coaching- bzw. Supervisionsgruppen verbessert werden. Nachdem aus früheren Untersuchungen Hinweise auf positive Effekte von Coaching- bzw. Supervisionsgruppen vorlagen (Schaarschmidt, 2001, 2004), haben wir im Rahmen des Freiburger Projektes eine Reihe von Lehrer-Coachinggruppen, mit einer jeweils auf ein Jahr begrenzten Dauer bei einer durchschnittlichen Sitzungsfrequenz von 1 Doppelstunde monatlich durchgeführt.

Coaching-(Supervisions-)Gruppen für Lehrer

- Dauer 1 Jahr, Frequenz 1 x mntl. (12 Sitzungen a 90 min.)
- Teilnahme: freiwilliges Angebot, kostenlos, i. Rahmen
- eines wiss. Projektes (Nachfrage: < 10 % !)
- Gruppengröße ca 8 - 15 Teilnehmer (2 Parallelgruppen)

Phänomenologische Inhaltsanalyse der von den Lehrern angesprochenen Themen (in % der Gesamtsitzungen, 12 Sitzungen = 100%)

- | | |
|--|------|
| • Unsicherheit und Verunsicherung im Umgang mit Schülern | 100% |
| • Destruktives Schülerverhalten | 75% |
| • Probleme Zusammenarbeit mit Kollegen
und Schulleitung | 75% |
| • Probleme schulische (strukturelle) Rahmenbedingungen | 58% |

Zu den am häufigsten thematisierten Themen zählten 1. Fragen der Beziehungsgestaltung mit Schülern, 2. Probleme bei der kollegialen Zusammenarbeit und 3. strukturelle Rahmenbedingungen (siehe Abbildung).

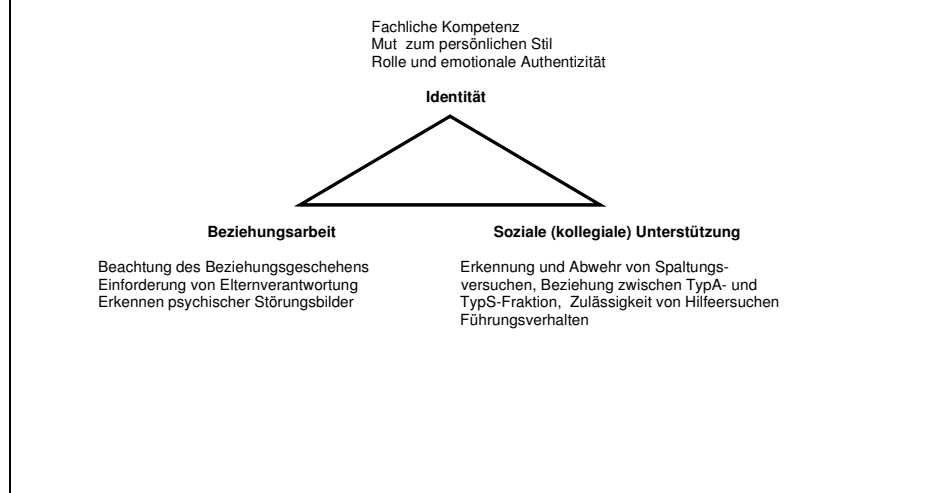
Beziehungsgestaltung Lehrer-Schüler-Eltern

Bezüglich der *Beziehungsgestaltung* mit Schülern wurde deutlich, daß Lehrerinnen und Lehrer - nicht zuletzt unter einem verstärkten Druck von außen - dazu tendieren, Beziehungsaspekte hinter Aspekten der reinen Stoffvermittlung zu vernachlässigen, was sich letztlich jedoch kontraproduktiv auf das Unterrichtsgeschehen auswirkt. Viele Lehrkräfte sind unsicher, inwieweit sie Identität und persönliche Authentizität in den Unterricht einbringen können. Unter dem Eindruck einer oft wenig unterstützenden, eher mißtrauisch-kontrollierenden Einstellung vieler Eltern neigen viele Lehrer dazu, sich auf eine Position einer "identitätslosen Unangreifbarkeit" zurückzuziehen, was dem Unterrichtsgeschehen eher abträglich ist.

Gegenseitige kollegiale Unterstützung

Probleme des kollegialen Zusammenhaltes betreffen vor allen den Umgang mit von außen an die Schule herangetragene Kritik über einzelne Lehrer. Offenbar verfügen nur wenige Schulen - im Sinne eines Qualitätsmanagements - über Prozeduren, die Kritik konstruktiv aufnehmen ohne dabei Spaltungstendenzen innerhalb des Kollegiums zu fördern. Ein weiterer, die Kollegialität betreffender Themenpunkt waren dysfunktionale Interaktionen zwischen der überengagierten, perfektionistischen Gruppe der Typ-A-Kollegen einerseits und den eher zurückgezogenen Kollegen des Typ S.

Das „magische Dreieck“ der Lehrergesundheit



© Bauer

Strukturelle Bedingungen

In der Coachingarbeit thematisierte *strukturelle Rahmenbedingungen* betrafen unter anderem die hohe Kompression des Schulgeschehens auf den Vormittag: Da die Pausen keine Rückzugsmöglichkeiten bieten, sondern für Lehrer eher noch mehr Belastung bedeuten als der Unterricht selbst, sind Lehrer am Vormittag einer ununterbrochenen, 4-6 Stunden dauernden pausenlosen Belastung ausgesetzt. Ein weiterer Aspekt betrifft die Tatsache, daß viele Lehrer Zuhause den Arbeitsbereich und den Privatbereich nicht trennen (können) und daß aufgrund dessen häufig die Erholungsfunktion einer abgegrenzten Privatsphäre nicht mehr besteht.

© und Kontakt:

Univ.-Prof. Dr. Joachim Bauer
Internist und Arzt für Psychosomatische Medizin
Arzt für Psychiatrie und Psychotherapie
Abteilung Psychosomatische Medizin
Uniklinikum Freiburg, Hauptstrasse 8, 79104 Freiburg
Ph. (0761) 2706539
Mail: Joachim_Bauer@psysom.ukl.uni-freiburg.de

