

Lehrergesundheit Workshop „Never burn out“

Allgemeine Voraussetzungen – Bericht zur Vorphase

In einer pluralistischen, multiethnischen Gesellschaft, überschattet von hohen Scheidungsraten und geprägt durch tief greifende Umbrüche bestehender sozialer Normen, kommt der Schule nolens volens über ihren Bildungsauftrag hinaus, überragende Bedeutung in der täglichen Moderation der sozialen Prozesse zu.

Längst hat der „Lehrauftrag“ der Schule diese eindeutige Erweiterung erfahren. Die Schule ist als zentrale Plattform von Sozialisierungserfahrungen für Kinder anzusehen, dies umso mehr in einem die ganztägige institutionelle Betreuung von Kindern anbietendem Konzept sowie besonders für Ein-Kind-Familien.

In einer von der ARGE Erziehungsberatung und Fortbildung GmbH getragenen Vorstudie waren SozialmoderatorInnen strukturell an der Schnittstelle zwischen Schule – Schüler – Elternhaus – und ergänzenden Institutionen eingebunden..

SozialmoderatorInnen hatten dabei die grundlegende Funktion psychosoziale Aufgabenfelder, wie sie sich im Schulbetrieb stellen, in ihren spezifischen Anforderungen zu identifizieren sowie professionell zu betreuen und damit als „Bridge Person“ zwischen den oben angeführten Akteuren des erweiterten beständig ins Schulfeld hineinwirkenden Sozialfelds zu fungieren. Strukturell war damit für die Projektphase eine zentrale Ansprechperson für psychosoziale Belange geschaffen, die Kommunikationslinien wurden entsprechend moderiert sowie für die spätere Erfordernisanalyse bewusst erfasst und dokumentiert. Ein weiterer wesentlicher Auftrag bestand darin in multiethnischen Schulklassen mit bisweilen mehr als 40 % Anteil nicht Deutsch muttersprachlicher Kinder die Moderation der sich daraus ergebenden im Diversity Management beheimateten Prozessinterventionen, die fundiertes Verständnis und Wissen von Diversity Management voraussetzen, zu übernehmen und vor allem zwischen Elternhaus und Schule kommunikationssstiftend zum Einsatz zu kommen.

Diese Tätigkeit der SozialmoderatorInnen, die Interventionen, deren Frequenz sowie deren inhaltliche und qualitative Aspekte genau protokolliert wurde, sowie die begleitenden Prozessbeobachtungen der internen Kommunikations-, Organisations- und Strukturabläufe in der Institution Schule ermöglichen nun eine „Kartographierung“ des tatsächlichen gegenwärtigen psychosozialen Felds Schule, seiner Beladungen und seiner Erfordernisse.

Als beeindruckendes Ergebnis dieser Verortung von „Bedürfnissen des Unternehmens Schule“ ergab sich in zahlreichen von Pädagogen initiierten Einzelgesprächen und darüber hinaus in einem zahlenmäßig noch viel beeindruckenderem Umfang, dass eine gesundheitliche Beeinträchtigung im Sinne des im ICD-10 beschriebenen und mit dem Diagnoseschlüssel unter der Diagnose **Z73.0** erfassten Krankheitsbilds zu erheben war. Diese unter dem Titel „Faktoren, die den Gesundheitszustand beeinflussen und zur vermehrten Inanspruchnahme des Gesundheitswesens führen“ zusammengefassten Krankheitsbilder werden auch als „Erschöpfungssyndrom, psycho-vegetative Dystonie, in maskierter Form in diversen Organleiden des Herz-Kreislauf Systems, des Bewegungsapparats sowie in psychiatrischen Krankheitsbildern im Formenkreis der Depression“ diagnostiziert, laufen im allgemeinen Verständnis subsummiert und von Freudenberger erstmals 1974 diagnostiziert unter dem Titel Burnout und lassen sich allesamt ursächlich auf eine Dysergulation zwischen Stress- und Motivationsachse mit entsprechender Neurotransmittercharakteristik zurückführen. Es liegt somit eine chronische Stressverarbeitungsstörung vor, die bekannter weise die helfenden Berufe mit ihrer erhöhten Stressbelastung und darunter auch den pädagogischen Berufsstand, mit statistisch eindeutiger Präferenz trifft. Die entsprechenden Krankenstands- und Frühpensionierungsstatistiken dürfen als bekannt vorausgesetzt werden und sind auch der angegebenen Fachliteratur zu entnehmen.

Zielsetzungen:

Das vorliegende Projekt „Sozialmoderation in der Schule – Lehrgesundheit“ zielt auf eine Verbesserung der Lehrgesundheit unter dem Ansatz des empowerment. In den den Pädagogen im Rahmen der Fortbildung angebotenen workshops werden Techniken des Stress- und Selbstmanagements thematisiert und für den teilnehmenden Pädagogen erschlossen. Als weitere Schwerpunkte werden

- ✓ Work Life Balance
- ✓ Verantwortung Abgeben & Delegieren können
- ✓ Wege aus dem Perfektionismus
- ✓ Die Landschaft meiner individuellen Stressfaktoren
- ✓ Ressourcencheck – Stressorencheck
- ✓ Effort – Reward Balance
- ✓ Schutzfaktoren gegen Burn out
- ✓ Networking – die Kunst tragfähige Netze zu knüpfen

thematisiert und für den einzelnen erarbeitet. Wir dürfen darauf verweisen, dass wir als ARGE Erziehungsberatung und Fortbildung GmbH im Bereich der Konzepterstellung für betriebliche Fortbildung auf eine breite Expertise im Hinblick auf Anti-Burnout, Stress- und Selbstmanagement Schulung verweisen können.

Entwicklungsmöglichkeiten:

Weitere Zielsetzung des gegenständlichen Projekts ist die Datensammlung spezifischer persönlicher, arbeitsplatz- und organisationspsychologischer Stressoren des Pädagogen und des Arbeitsplatzes Schule; sowie die daraus abzuleitende Entwicklung eines Prophylaxekonzepts zur Entwicklung von Stress- und Selbstmanagement aus den Erfahrungen der abgehaltenen workshops mit der spezifischen Zielgruppe Pädagogen und Ihren besonderen Bedürfnissen.

Mittelfristige wird als Ergebnis des Projekts ein Vorschlag für die Einbindung eines derartigen Schulungskonzepts in die pädagogische Ausbildung und eine entsprechende assistierende Kooperation angestrebt.

Literatur:

Freitag, Marcus : Was ist eine gesunde Schule? : Einflüsse des Schulklimas auf Schüler- und Lehrgesundheit / Marcus Freitag . - Weinheim [u.a.] : Juventa-Verl. , 1998 . - 272 S. . - 3-7799-1183-3 kart. S 321.00. - (Gesundheitsforschung)

Gerich, Joachim : Auswirkungen von Belastungen und Ressourcen auf die Gesundheit von LehrerInnen : Aspekte der betrieblichen Gesundheitsförderung in oberösterreichischen allgemein bildenden höheren Schulen / Joachim Gerich und Sarah Sebinger . - Linz : OÖ. Gebietskrankenkasse , 2006 . - 259 S. . - 3-900581-48-7 kart. (Gesundheitswissenschaften ; 31)

Schaefer, Klaus : So schaffen sie den Schulalltag : ein Überlebenshandbuch für Lehrer ; Zeitgestaltung, Arbeitstechnik, seelische Gesundheit / Klaus Schaefer . - 7. Aufl. . - Münster : Aschendorff , 2001 . - 307 S. . - 3-402-04330-0 kart.

Sedelmaier, Birgit : Zum Phänomen des Burnouts bei Lehrerinnen und Lehrern : eine Annäherung an das Problem / eingereicht von Birgit Sedelmaier , 2006 . - 64 Bl.

Barth, Anne-Rose : Burnout bei Lehrern : theoretische Aspekte und Ergebnisse einer Untersuchung / von Anne-Rose Barth . - Göttingen [u.a.] : Hogrefe, Verl. f. Psychologie , 1992 . - 268 S. . - 3-8017-0619-2

Besser-Scholz, Birgit : Burnout - Gefahr im Lehrberuf / Birgit Besser-Scholz . - 1. Aufl. . - Göttingen : Vandenhoeck & Ruprecht , 2007 . - 144 S. . - 978-3-525-40002-9 Kt. : ca. EUR 16.90, ca. EUR 17.40 (AT), ca. sfr 30.80