


**Potsdamer Lehrerstudie**  
Bilanz sechsjähriger Forschung zur  
Unterstützung einer stark beanspruchten Berufsgruppe

Prof. Dr. Uwe Schaarschmidt

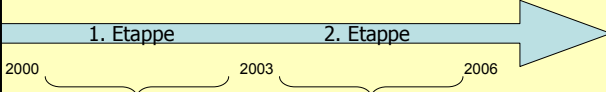


Forscherteam

**Leitung:**  
Prof. Dr. Uwe Schaarschmidt

**Mitarbeit:**  
Dipl.-Psych. Millaray Abuatum, Dr. Helga Arolt,  
cand.psych. Tanja Braungardt, cand. psych. Annika Breuer,  
Dipl.-Psych. Julian Ebert, Dr. Andreas Fischer (extern),  
Dipl.-Psych. Berit Heitzmann, Dipl.-Psych. Susanne Herit,  
cand.psych. Inken Hukemann, cand.psych. Yvonne Kappes,  
Prof. Dr. Ulf Kieschke, cand.psych. Merle Kleinfeld,  
Dipl.-Psych. Katharina Knispel, Dr. Bianca Ksienzyk-Kreuziger,  
Kathi-Susann Lange (M.A.), Dipl.-Psych. Anna Laux (extern),  
Dipl.-Psych. Susanne Rudolf, Dipl.-Psych. Karin Schindler,  
cand.psych. Anke Schmidt, cand.psych. Ina Vulpius,  
cand.psych. Caroline Winning

Arbeitsetappen



2000      2003      2006

**1. Etappe**      **2. Etappe**

Analyse der Belastungssituation  
(genauer: der psychischen  
Gesundheit)

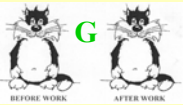


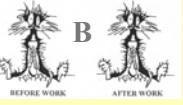
Erarbeitung von Unterstützungs-  
angeboten zur Verbesserung der  
Situation

Was ist psychische Gesundheit?

Psychisch gesund ist ein Mensch, dem es im Alltag gelingt,  
sich **engagiert** und doch **entspannt** den Anforderungen zu stellen,  
der über eine **positive Einstellung** zu sich selbst und  
zu den eigenen Wirkungsmöglichkeiten verfügt,  
der **Ziele** verfolgt, in seinem Tun **Sinn** erfahren kann und  
sich **sozial aufgehoben** fühlt.

Diesen Merkmalen wird – bezogen auf das berufliche Leben –  
mit dem diagnostischen Verfahren **AVEM** entsprochen.

Indikatoren psychischer Gesundheit:  
4 Muster beruflichen Bewältigungsverhaltens

<p><b>Engagement, Widerstandsfähigkeit, positives Lebensgefühl</b></p>  <p><b>G</b></p>	<p><b>Schonungstendenz</b></p>  <p><b>S</b></p>
<p><b>Selbstüberforderung</b></p>  <p><b>A</b></p>	<p><b>Resignation</b></p>  <p><b>B</b></p>

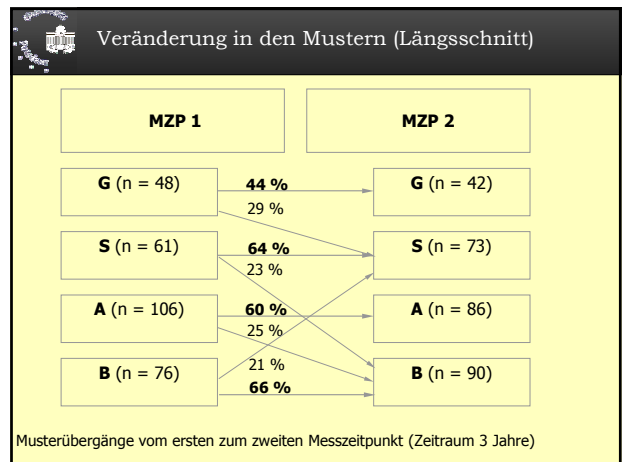
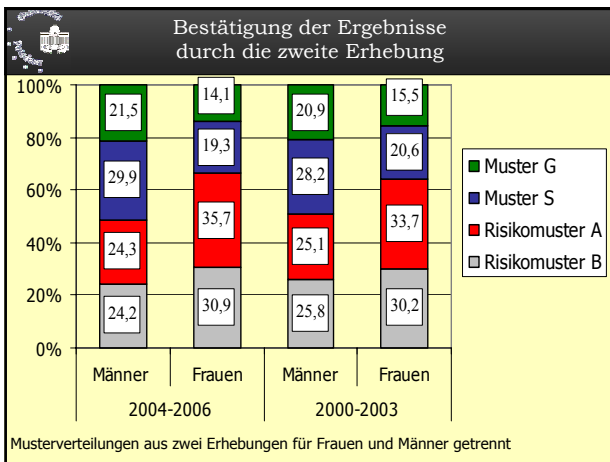
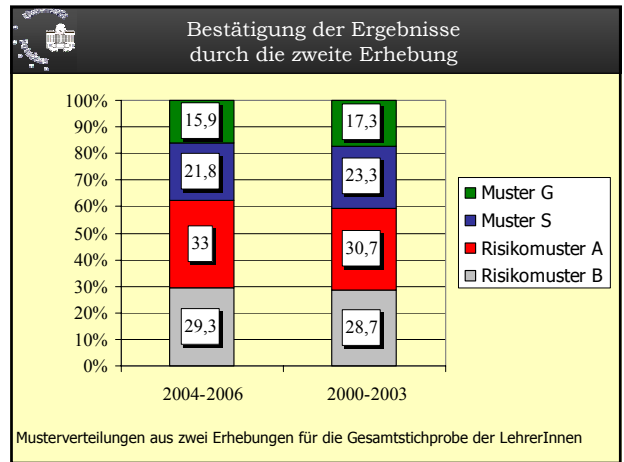
Ergebnisse der ersten Etappe I  
(Situationsbeschreibung)

**Vergleich nach...**

- Beruf: problematischste Beanspruchungssituation für die Lehrerschaft
- Regionen: landesweit kritische Beanspruchungsverhältnisse
- Schulformen: keine nennenswerten Unterschiede
- Geschlecht: ungünstigere Musterkonstellationen für die Frauen
- Altersgruppen: progressive Verschlechterung mit zunehmendem Alter

### Ergebnisse der ersten Etappe II (Situationsbeschreibung)

- Analyse bei Lehramtsstudierenden & Referendaren: Hinweise auf ungünstige Voraussetzungen
- Belastendste Bedingungen: schwierige Schüler, große Klassen, hohe Stundenzahl
- Wichtige entlastende Bedingung: Erleben sozialer Unterstützung
- Entwicklung: von allein keine Verbesserung



### Ergebnisse der zweiten Etappe

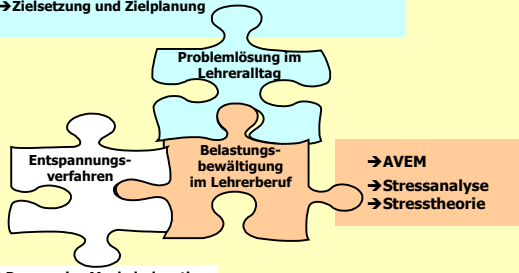
- Entwicklung und Erprobung von Interventionsprogrammen und Erfassungsinstrumenten, Ableitung und Begründung von Gestaltungsempfehlungen
- Umsetzung in Unterstützungsangebote für...
  - ... Organisation der schulischen Arbeit
  - ... Lehrerausbildung
  - ... Lehrer- und Schulleiterfortbildung
  - ... Berufsorientierung für Abiturienten
  - ... psychologische und medizinische Betreuung

### Konkret: Leistungen zu 4 Schwerpunkten

1. Analyse und Gestaltung von Arbeitsbedingungen und -abläufen
  - Arbeitsbewertungs-Check für Lehrerinnen und Lehrer (ABC-L)
  - Ableitung gestalterischer Maßnahmen
2. Unterstützungsangebote für Schulen
  - Interventionsprogramm zur Teamentwicklung
  - Trainingsprogramm zur Führungsarbeit für Schulleiter
3. Berufsbegleitende und -vorbereitende Intervention
  - Trainingsprogramm für Lehrer, Referendare und Lehramtsstudierende
  - Programm zur individuellen Beratung
4. Unterstützung bei der Gewinnung geeigneten Lehrernachwuchses
  - Self-Assessment-Verfahren für Lehramtsinteressenten

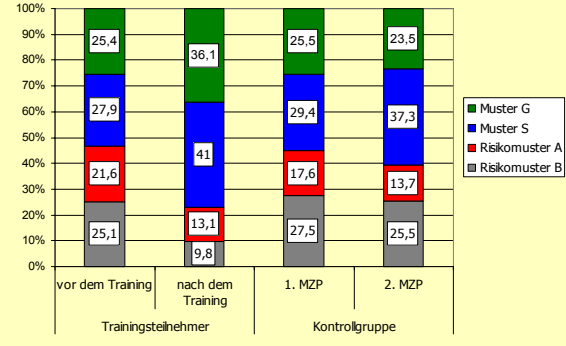
# Aufbau und Inhalte des Potsdamer Lehrertrainings (3 Module)

- Systematische Problemanalyse
- Zeitmanagement
- Soziale Kompetenz & Kommunikation im Lehrerberuf
- Zielsetzung und Zielplanung



- Progressive Muskelrelaxation
- Atemtechniken
- Phantasiereise / Ort der Ruhe

# Ergebnisse des Potsdamer Lehrertrainings



Musterverteilung bei Lehramtsstudierenden vor und nach dem Training

Wir danken dem dbb und seinen Lehrgewerkschaften für die gute Zusammenarbeit!