

Schon Lehramtsstudenten mit Burn-

Schule. Die Belastung sei in Wien besonders groß, sagt Psychologin Christiane Spiel. Um ausgebrannte Lehrer zu vermeiden, müsse man auch bei der Auswahl ansetzen.

VON BERNADETTE BAYRHAMMER

Die Presse: In Wien gab es zuletzt ein großes Plus bei Lehrern mit langen Krankenständen, manche vermuten Überlastung als Grund. Würde Sie das wundern?

Christiane Spiel: In Wien gibt es jedenfalls eine deutlich höhere Belastung als in den übrigen Bundesländern. Das Unterrichten ist sicher viel herausfordernder als in Klassen mit weniger Schülern und weniger Kindern, die nicht Deutsch sprechen – wie es im ländlichen Raum öfter der Fall ist. Es ist schwieriger, die geforderten Kompetenzen zu vermitteln, es steigt auch die Wahrscheinlichkeit, dass es zu Streit und Störungen im Unterricht kommt. Und beides sind für Lehrpersonen wirklich Belastungsfaktoren.

Ist der Lehrerberuf für die Gesundheit riskanter als andere Jobs?

Eine große deutsche Studie zeigt etwa, dass bei Lehrkräften 30 Prozent sehr angestrengt sind, weitere 30 Prozent schon ins Burn-out fallen: Überfordert, erschöpft, teilweise auch schon resigniert – das sind schon sehr hohe Zahlen. Die Frage ist aber: Ist das nur ein Problem der Schule – oder auch ein Selektionsproblem? Andere Studien zeigen nämlich auch, dass schon Lehramtsstudenten teilweise diese Muster aufweisen. Dass Personen den Job wählen, die schon vorher gefährdet sind, in ein Burn-out zu rutschen.

Wie sieht das in Österreich aus?

Wir haben das in einer Studie mit 182 Lehr-



In Wien gab es zuletzt ein Plus bei Lehrern mit langen Krankenständen, manche vermuten Überlastung. [Fabry]

amtsstudierenden selbst untersucht. 42 Prozent von ihnen fallen demnach in eines der beiden Risikomuster. Und, nur nebenbei: Fast 30 Prozent fallen in das gegenteilige Muster, das Schonungshaltung heißt – die Vorstellung von einem angenehmen Job mit vielen Ferien ist offenbar bei manchen auch ein Motiv für die Studienwahl.

Wie kann man erklären, dass viele angehende Lehrer schon gefährdet sind?

Die deutschen Studien haben gezeigt, dass jene eher in das Risikomuster fallen, die sich sehr spät entscheiden – die also offensichtlich nicht immer schon Lehrer werden wollten, sondern das eher als Verlegenheitslösung wählen. Das ist noch keine Ursache, sondern nur ein Zusammenhang. Die Zahlen sagen uns aber jedenfalls, dass man bereits beim Aufnahmeverfahren viel mehr auf

solche Aspekte schauen muss, damit man niemanden in den Lehrerberuf hineinlässt, der nahe am Burn-out ist.

Welche Rolle spielt die Lehrerausbildung?

Ein großer Vorteil der neuen Ausbildung ist sicher, dass die künftigen Lehrer viel früher in die Schule kommen als zuvor. Es wäre aber auch hier gut, Beratungen für die Studierenden anzubieten, um zu sagen: Was kann ich tun, wenn ich bemerkt habe, dass das doch nicht der passende Beruf ist, wenn ich mit Stresssituationen konfrontiert bin, denen ich vielleicht nicht gewachsen bin?

Viele Lehrer in Österreich sind ja schon über 50. Welche Rolle spielt das Alter bei der Frage nach Burn-out und Überlastung?

Die wichtigere Frage ist, mit welchen Lebens- und Verhaltensmustern man in den Beruf hineinkommt und wie man dann seine Erfahrungen verarbeitet. Wenn man ein gesundes Muster aufgebaut hat – man engagiert sich, kann sich aber auch distanzieren –, hat man auch Erfolgserlebnisse, die einen stärken. Im umgekehrten Fall verstärkt sich das negativ. Man muss dann entweder sagen, der Beruf ist nichts für mich, oder etwas dagegen tun – Beratung, Therapie, Unterstützung. Denn die Wahrschein-

Lehrerstudierenden mit Burn-out-Risiko



Wien gab es zuletzt ein Plus bei Lehrern mit langen Krankenständen, manche vermuten Überlastung. [Fabry]

Lehrerstudierenden selbst untersucht. 42 Prozent von ihnen fallen demnach in eines der beiden Risikomuster. Und, nur nebenbei: Fast 30 Prozent fallen in das gegenteilige Muster, das Schonungshaltung heißt – die Herstellung von einem angenehmen Job mit langen Ferien ist offenbar bei manchen auch ein Motiv für die Studienwahl.

Wie kann man erklären, dass viele angehende Lehrer schon gefährdet sind?

Die deutschen Studien haben gezeigt, dass eher in das Risikomuster fallen, die sich erst spät entscheiden – die also offensichtlich nicht immer schon Lehrer werden wollen, sondern das eher als Verlegenheitslösung wählen. Das ist noch keine Ursache, sondern nur ein Zusammenhang. Die Zahlen sagen uns aber jedenfalls, dass man bereits beim Aufnahmeverfahren viel mehr auf

solche Aspekte schauen muss, damit man niemanden in den Lehrerberuf hineinlässt, der nahe am Burn-out ist.

Welche Rolle spielt die Lehrerausbildung?

Ein großer Vorteil der neuen Ausbildung ist sicher, dass die künftigen Lehrer viel früher in die Schule kommen als zuvor. Es wäre aber auch hier gut, Beratungen für die Studierenden anzubieten, um zu sagen: Was kann ich tun, wenn ich bemerkt habe, dass das doch nicht der passende Beruf ist, wenn ich mit Stresssituationen konfrontiert bin, denen ich vielleicht nicht gewachsen bin?

Viele Lehrer in Österreich sind ja schon über 50. Welche Rolle spielt das Alter bei der Frage nach Burn-out und Überlastung?

Die wichtigere Frage ist, mit welchen Erlebens- und Verhaltensmustern man in den Beruf hineinkommt und wie man dann seine Erfahrungen verarbeitet. Wenn man ein gesundes Muster aufgebaut hat – man engagiert sich, kann sich aber auch distanzieren –, hat man auch Erfolgserlebnisse, die einen stärken. Im umgekehrten Fall verstärkt sich das negativ. Man muss dann entweder sagen, der Beruf ist nichts für mich, oder etwas dagegen tun – Beratung, Therapie, Unterstützung. Denn die Wahrschein-

lichkeit ist gering, dass sich ein Risikomuster von allein ändert, wenn man in einen herausfordernden Beruf einsteigt.

Apropos Herausforderung: Die Belastungen sind ja – wie eingangs erwähnt – groß. Was muss man hier tun?

Gerade das Beispiel Wien zeigt, dass großer Unterstützungsbedarf besteht. Viele fordern daher schon lang einen Sozialindex, mit dem Schulen je nach Schülerzusammensetzung mehr Geld bekommen und dieses autonom einsetzen können, um Lehrer damit zu entlasten: Für eine zweite Lehrperson, für Schulpsychologen oder anderes Personal – wo eben Bedarf besteht.

In diversen Diskussionen kommen immer wieder die langen Ferien auf: Reichen diese als Kompensation nicht aus?

Die Sommerferien sind zwar lang – aber während des Semesters ist es schon ziemlich dicht. Und der zentrale Punkt ist einfach die tagtägliche Arbeitssituation. Ein Thema ist dabei etwa auch, dass es viele Eltern gibt, die ihre Kinder nicht unterstützen können – was Lehrern das Gefühl gibt, sie müssten viel mehr Aufgaben übernehmen als vorgesehen. Auf der anderen Seite stehen Eltern mit hohen Erwartungen – die etwa wegen der Noten für die AHS Druck machen.

Wie problematisch ist es, dass der Lehrerberuf relativ unflexibel ist?

Die Möglichkeit, aufgrund seiner Erfahrung und seiner Lebensumstände andere Aufgaben zu übernehmen – die man in fast jedem anderen Beruf hat –, gibt es bei Lehrern und Lehrerinnen kaum. Und viele vermissen das auch. Es wäre sinnvoll, dass jemand, der seit 30 Jahren unterrichtet, die Möglichkeit hätte, weniger in der Klasse zu stehen – aber dafür am Schulprofil mitzuarbeiten, Mitarbeitergespräche mit jungen Lehrern zu führen oder Mentor zu werden.

ZUR PERSON



Christiane Spiel (* 1951) ist Bildungspsychologin an der Universität Wien. Ihre eigene Laufbahn

begann sie als AHS-Lehrerin für Mathematik und Geschichte.

[Martin Kernic/Uni Wien]