



**Gesundheitskompetenz und Gesundheitsförderung von Lehrkräften –
Die Bedeutung von Achtsamkeit für gesundheitsbezogene Signale sowie
der Wert der eigenen Gesundheit für den Einsatz von Maßnahmen der
Gesundheitsförderung im Setting Schule**

Exposé zur Masterarbeit von Anne-Cathrin Hoppe-Herfurth

Lehrkräfte üben einen psychisch stark beanspruchenden Beruf aus. Im Vergleich zu anderen Berufsgruppen treten bei Lehrkräften häufiger psychische und psychosomatische Erkrankungen sowie unspezifische Beschwerden auf (Harazd et al., 2009; Linke et al., 2013; Scheuch et al., 2015). Die Auswirkungen dieser erhöhten Stresszustände zeigen sich nicht nur in dem erhöhten Anteil der Frühpensionierungen aufgrund von Dienstunfähigkeit, welche bei Lehrkräften im Jahr 2016 zwölf Prozent betrug (Seibt et al., 2016), auch konnten Zusammenhänge zwischen dem psychischen Befinden der Lehrkräfte und dem Unterrichtsverhalten aufgezeigt werden, wobei sich die emotionale Erschöpfung der Lehrkräfte negativ auf die Motivation von Schülerinnen und Schülern sowie deren schulische Leistungen auswirkt (Klusmann et al., 2006; Arens & Morin, 2016; Klusmann et al., 2016; Oberle & Schonert-Reichl, 2016).

Vor diesem Hintergrund ist es umso wichtiger, geeignete Maßnahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung mit dem Ziel der Verbesserung der Gesundheit und des Wohlbefindens von Lehrkräften zu entwickeln und zu implementieren. In den letzten Jahren wurden diverse Präventions- und Interventionsmaßnahmen für

Lehrkräfte entwickelt und Wirksamkeitsnachweise, hauptsächlich für verhaltensbezogene Maßnahmen im Lehrerbereich, geliefert (Abujatum et al., 2007; Roeser et al., 2013; Iancu et al., 2017). Eine erste Studie zur Inanspruchnahme gesundheitsförderlicher Maßnahmen durch Lehrkräfte des Landes Brandenburg zeigt, dass diese vor allem verhältnisbezogene Maßnahmen intensiv nutzen, verhaltensbezogene Maßnahmen hingegen deutlich seltener in Anspruch nehmen (Burkhardt et al., im Druck).

Bislang unklar in diesem Kontext ist, wie das Inanspruchnahmeverhalten von Lehrkräften gesteigert werden kann, um sich langfristig manifestierenden psychosomatischen Erkrankungen entgegen zu wirken. Diese Masterarbeit möchte in diesem Zusammenhang zwei personale Aspekte der Gesundheitskompetenz von Lehrkräften in den Blick nehmen – die Wichtigkeit, die Lehrkräfte ihrer eigenen Gesundheit beimessen, und ihre Achtsamkeit für gesundheitsbezogene Signale. Da einschlägige psychologische Modelle auf die Unterscheidung zwischen der Intention und dem tatsächlich ausgeführten Verhalten verweisen (Ajzen, 1991), werden auch in dieser Studie beide Aspekte betrachtet.

Ziel dieser Untersuchung ist es erstmals abzuklären, welchen Stellenwert die beiden Aspekte der Gesundheitskompetenz für die Erklärung der Inanspruchnahme von gesundheitsförderlichen Maßnahmen (sowohl für die Intention wie auch für die tatsächliche Inanspruchnahme) durch Lehrkräfte haben. Zur Beantwortung dieser Fragestellungen werden Daten aus der im Jahr 2018 stattgefundenen HBSC-Studie Brandenburg („Health Behaviour in School-aged Children“; John & Bilz, 2020) genutzt und mithilfe schrittweiser multipler linearer Regressionsanalysen untersucht.

Literatur

- Abujatum, M., Arold, H., Knispel, K., Rudolf, S., & Schaarschmidt, U. (2007). Intervention durch Training und Beratung. In U. Schaarschmidt & U. Kieschke (Hrsg.), *Gerüstet für den Schulalltag - Psychologische Unterstützungsangebote für Lehrerinnen und Lehrer* (1. Aufl., S. 117–156). Beltz.
- Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50(2), 179–211. [https://doi.org/10.1016/0749-5978\(91\)90020-T](https://doi.org/10.1016/0749-5978(91)90020-T)
- Arens, A. K., & Morin, A. J. S. (2016). Relations Between Teachers' Emotional Exhaustion and Students' Educational Outcomes. *Journal of Educational Psychology*, 108(6), 800–813. <https://doi.org/10.1037/edu0000105>
- Burkhardt, B., Hoppe-Herfurth, A.-C., John, N., & Bilz, L. (im Druck). Gesundheitsförderung für Lehrkräfte – Inanspruchnahme von gesundheitsförderlichen Maßnahmen im Setting Schule. *Das Gesundheitswesen*.
- Harazd, B., Gieske, M., & Rolff, H.-G. (2009). *Gesundheitsmanagement in der Schule: Lehrgesundheit als neue Aufgabe der Schulleitung*. Luchterhand.
- Iancu, A. E., Rusu, A., Măroiu, C., Păcurar, R. P., & Maricuțoiu, L. P. (2017). The effectiveness of interventions aimed at reducing teacher burnout: A meta-analysis. *Educational Psychology Review*, 30(2), 373–396. <https://doi.org/10.1007/s10648-017-9420-8>
- John, N., & Bilz, L. (2020). *Kinder- und Jugendgesundheit in Brandenburg. Ergebnisse der HBSC-Gesundheitsstudie 2018 im Auftrag der WHO* (1. Aufl.). Pabst Science Publishers.
- Klusmann, U., Kunter, M., Trautwein, U., & Baumert, J. (2006). Lehrerbelastung und Unterrichtsqualität aus der Perspektive von Lehrenden und Lernenden. *Zeitschrift*

für *Pädagogische Psychologie*, 20(3), 161–173. <https://doi.org/10.1024/1010-0652.20.3.161>

Klusmann, U., Richter, D., & Lüdtke, O. (2016). Teachers' emotional exhaustion is negatively related to students' achievement: Evidence from a large-scale assessment study. *Journal of Educational Psychology*, 108(8), 1193–1203. <https://doi.org/10.1037/edu0000125>

Linke, H.-J., Vomstein, M., Haug, A., & Nübling, M. (2013). Psychische Belastungen am Arbeitsplatz: Ergebnisse einer Befragung aller Lehrerinnen und Lehrer an öffentlichen Schulen in Baden-Württemberg mit dem COPSOQ-Fragebogen. *Engagement - Zeitschrift für Erziehung und Schule*, 2, 79–91.

Oberle, E., & Schonert-Reichl, K. A. (2016). Stress contagion in the classroom? The link between classroom teacher burnout and morning cortisol in elementary school students. *Social Science & Medicine*, 159, 30–37. <https://dx.doi.org/10.1016/j.socscimed.2016.04.031>

Roeser, R. W., Schonert-Reichl, K. A., Jha, A., Cullen, M., Wallace, L., Wilensky, R., Oberle, E., Thomson, K., Taylor, C., & Harrison, J. (2013). Mindfulness training and reductions in teacher stress and burnout: Results from two randomized, waitlist-control field trials. *Journal of Educational Psychology*, 105(3), 787–804. <https://doi.org/10.1037/a0032093>

Scheuch, K., Haufe, E., & Seibt, R. (2015). Teachers' health. *Deutsches Ärzteblatt International*, 112(20), 347–356. <https://doi.org/10.3238/arztebl.2015.0347>

Seibt, R., Meyer, K., Spitzer, S., Steputat, A., & Freude, G. (2016). Arbeitsfähigkeit und physische Gesundheit von Lehrkräften. *Prävention und Gesundheitsförderung*, 11, 162–170. <https://doi.org/10.1007/s11553-016-0545-2>