

Under pressure

Oder: Berufsvollzugsprobleme und Belastungen von Lehrpersonen. Eine empirische Studie

Jörg Spenger¹

Zusammenfassung

Das Ziel der vorliegenden Studie war es, herauszufinden, welchen Belastungen Lehrpersonen in welchem Ausmaß ausgesetzt sind, ob sich diese in Abhängigkeit von verschiedenen Variablen unterscheiden, was die Kolleginnen und Kollegen als Ursachen für diese Belastungen ausmachen, wie sie mit dem Stress und den Belastungen umgehen (Copingstrategien) und welche Erwartungen sie an das „System Schule“ haben, damit es zu einer Reduktion der Stressoren kommt. Die Studie soll Berufsvollzugsprobleme im Lehrerberuf und deren Ursachen aufdecken sowie mögliche Ansatzpunkte für Stakeholder und Entscheidungsträgerinnen und -träger im Bildungswesen, aber auch für die Aus-, Fort- und Weiterbildung von Lehrkräften bieten, damit evidenzbasierte Entscheidungen zur Optimierung der Situation getroffen werden können. Insgesamt nahmen 4.562 Lehrpersonen – vorwiegend aus Niederösterreich – an der Befragung teil. Die Ergebnisse liefern Hinweise für die Bildungspolitik, was unternommen werden sollte, um unter Umständen die Situation zu verbessern.

Schlüsselwörter:

Lehrpersonen
Belastungen
Evidenzbasierte Konsequenzen

Keywords:

1 Einleitung

Lehrerinnen und Lehrer klagen immer wieder über die täglichen Belastungen in ihrem Beruf, die nicht selten auch bedenkliche gesundheitliche Beschwerden und Beeinträchtigungen nach sich ziehen (van Dick/Wagner/Petzelt, 1999; Horvath, 2004; Spiewak, 2006; van Dick/Stegmann, 2007; Kleine Zeitung, 2014; Mitterbauer, 2016). Diese Erfahrungen stehen oft im Gegensatz zur öffentlichen bzw. veröffentlichten Meinung, die Lehrpersonen tendenziell kein gutes Zeugnis ausstellt, sondern sie eher als privilegierte, beamtete „Faulpelze“ oder „Halbtagsjobber“ mit drei Monaten Ferien darstellt (Spenger, 2008; Prenner, 2010; Rothland, 2016; Förderverein für eine differenzierte Allgemeinbildung, 2016b). Auch dieses Image belastet die Lehrkräfte (Die Presse, 2011) und trägt zu einer gewissen Unzufriedenheit bei, obwohl seriöse Studien Lehrerinnen und Lehrern durchaus eine positive Wahrnehmung in der Bevölkerung bzw. bei Eltern (Beer, 2010) bescheinigen. Viele Systemzwänge und Vorgaben lassen Lehrkräfte anscheinend manchmal verzweifeln und sich auf eine resignative Haltung zurückziehen. Jedenfalls gehen der Optimismus und die Motivation, die bei den meisten beim Berufseinstieg noch in hohem Maß vorhanden sind, relativ rasch verloren und werden von Frustration und Demotivation abgelöst (Jehle/Schmitz, 2007). Viele Stressoren, wie zum Beispiel der dem österreichischen Schulsystem – vor allem seitens der Lehrgewerkschaften (Förderverein für eine differenzierte Allgemeinbildung, 2016c) – immer wieder attestierte und zumindest subjektiv wahrgenommene Mangel an Unterstützungssystemen und Supportpersonal für Lehrkräfte, dürften hierfür eine Rolle spielen, obwohl das von offizieller Seite immer wieder relativiert wird (BIFIE, 2008; BIFIE, 2015).

Die vorliegende Studie wurde von einem Forscherteam² der Pädagogischen Hochschule Niederösterreich und der Universität Wien von 2017-2019 durchgeführt. Sie verfolgte folgende Ziele:

¹ Pädagogische Hochschule Niederösterreich, Mühlgasse 67, 2500 Baden.

Korrespondierender Autor. E-Mail: joerg.spenger@ph-noe.ac.at

- Erhebung eines Ist-Stands hinsichtlich der Berufsbelastungen von Lehrpersonen
- Analyse der Belastungsfaktoren in Bezug auf verschiedene Variablen (siehe Forschungsfragen)
- Erarbeitung von prioritären Vorschlägen zur Unterstützung und Gesundheitsförderung von Lehrkräften (Maßnahmenpaket)
- Bereitstellung von Daten für eine zielgerichtete, kunden- bzw. bedürfnisorientierte Lehreraus-, -fort- und -weiterbildung
- Bereitstellung von empirischen Befunden als Grundlage für evidenzbasierte, strategische, bildungspolitische Entscheidungen und Ressourcensteuerung

Es geht in dieser Untersuchung also einerseits darum, herauszufinden, welchen Belastungen Lehrpersonen in welchem Ausmaß ausgesetzt sind, ob sich diese in Abhängigkeit von verschiedenen Variablen unterscheiden, was die Kolleginnen und Kollegen als Ursachen für diese Belastungen ausmachen, wie sie mit Stress umgehen (Resilienzfaktoren und Copingstrategien) und welche Erwartungen sie an das „System“ Schule haben, damit es zu einer Reduktion der Belastungen kommt. Die Studie soll zum anderen Berufsvollzugsprobleme im Lehrerberuf und deren Ursachen aufdecken und möglichst Ansatzpunkte für Stakeholder und Entscheidungsträgerinnen und -träger im Bildungswesen, aber auch für die Aus-, Fort- und Weiterbildung von Lehrkräften bieten, damit evidenzbasierte Entscheidungen zur Optimierung der Situation getroffen werden können.

Die Ergebnisse sollen also erstens den Betroffenen die Möglichkeit geben, ihre Befindlichkeiten und Bedürfnisse zu artikulieren. Darüber hinaus sollen die erhaltenen Daten zu einer Verbesserung der Situation und damit auch der Lehrer- und Schülerleistungen insofern beitragen, als Verantwortungsträgerinnen und -trägern im Schulsystem die Ergebnisse zur Verfügung gestellt werden, um evidenzbasiert Unterstützungsmaßnahmen implementieren zu können.

1.1 Zur Ausgangslage

„Heißt Oide, reiß umma des Fressen, I zoi jo dafia.“ Diesen Satz sagte ein Sechsjähriger zu einer dem Studienleiter bekannten Lehrerin, als sie in der Mittagspause mit dem Essen in die Klasse kam. Dass er, in der letzten Reihe sitzend – beide Beine lässig auf den Tisch gelegt – dabei äußerst provokant schaute und auch der Tonfall sehr aggressiv war, sei dabei nur eine Randnotiz. Ein Einzelfall? Wohl kaum! Glaubt man vielen Erfahrungsberichten und fast flehenden Wortmeldungen von verzweifelten Lehrkräften, vor allem in sozialen Netzwerken (FAZ, 2017), dann ist die Situation an vielen Schulen durchaus herausfordernd: Schulen wollen „Wachschutz“, Gewalt an Schulen nimmt dramatisch zu – vor allem auch gegenüber Lehrkräften, zigfach, ja hundertfach im Internet mittels Handyvideos dokumentiert, das „prügelnde“ Klassenzimmer ist längst kein Minderheitenprogramm mehr: Alle Schulformen sind betroffen, Unterricht findet kaum mehr statt, Chaos, Disziplinlosigkeit, Lärm statt Wissensvermittlung könnte man meinen (NDR, 2007; Höfleher, 2017).

Dabei sind die (zumindest als solche wahrgenommene) steigende Gewalt bzw. allgemein destruktives oder dysfunktionales Schülerverhalten zwar bedeutsame, aber nur zwei von vielen Belastungsfaktoren, die Lehrkräften heute zusetzen und sie verzweifeln lassen. Viele fühlen sich unter Druck, sind gestresst, an den Grenzen der Belastbarkeit, haben gesundheitliche Probleme wie etwa psychosomatische Beschwerden, wissen sich nicht mehr zu helfen, sind am Limit, geraten ins Burnout, brauchen Auszeit und würden – mit dem Wissen von heute – den Beruf nicht mehr ergreifen (Martinek, 2010; NDR, 2013; Fasslabend/Dietrich, 2018). Dann wundert es auch nicht, wenn diverse Stress- und Belastungsstudien Lehrkräften immer wieder eine sehr hohe Berufsbelastung attestieren (Barth, 1992; Fritsch, 2003; Gehrmann, 2007; Hofinger, 2015; Die Presse, 2017).

Genau dort möchte diese Forschungsarbeit ansetzen und herausfinden, wie vielen Belastungen – und vor allem welchen – Lehrkräfte konkret ausgesetzt sind. Zwar gibt es bereits eine Reihe von – auch groß angelegten – Studien, die sich mit der Thematik beschäftigten, jedoch sind bzw. waren diese oftmals nur für andere Länder gültig (z.B. Schaarschmidt, 2005; Atz/Becker/Vanzo, 2006; Schaarschmidt/Kieschke, 2007b; Skaalvik, 2009; Oesterreich, 2015), und/oder in der Fragestellung und Zielgruppe sehr eingeschränkt. Beispiele dafür sind etwa eine Studie im Bereich der Berufsschullehrpersonen (Morbitz, 2009), die sehr aktuelle GÖD-Befragung von Pflichtschullehrkräften in Österreich (Hotter, 2016) oder die vor wenigen Jahren bekannt gewordene Lärmstudie (Die Presse, 2014).

² Prof. Mag. Dr. Jörg Spenger, BEd (Projektleiter), Univ.-Doz. Mag. Dr. Tamara Katschnig, Univ.-Prof. Mag. Dr. Ilse Schrittmesser, Prof. Lisa Wistermayer, BEd MEd MA

Es fällt auch auf, dass in vielen Studien zwar der Stresslevel, das Belastungsempfinden, der Grad der emotionalen Erschöpfung oder förderliche/hinderliche Persönlichkeitsmerkmale gemessen, die konkreten Belastungsfaktoren jedoch nur sehr allgemein und kaum spezifisch abgefragt werden (Krause/Dorsewagen, 2007). Diese Lücke soll die vorliegende Arbeit schließen. Das Forschungsprojekt ist als eine Art Screening-Verfahren sehr breit angelegt und soll möglichst repräsentative Ergebnisse liefern, zunächst für das Bundesland Niederösterreich. Daran anschließend ist eine österreichweite Befragung geplant. Dabei werden u.a. folgende Stressoren in den Blick genommen: psychische und physische Belastungsfaktoren, Arbeitszeit und sonstige Arbeitsbelastungen, Verwaltungsaufwand, gesetzliche Vorgaben, schulische Rahmen- bzw. Arbeitsbedingungen, Ressourcen und Unterstützungssysteme, Schülerverhalten, Schulpartnerschaft, Führungsstil der Vorgesetzten, Teamprobleme, Schulklima, Image bzw. Sozialprestige des Lehrerberufs u.v.m. Außerdem werden etwa – neben zahlreichen demografischen Daten – auch Berufswahlmotive, Copingstrategien, verschiedene Bedürfnisse und – von anderen einschlägigen Instrumenten übernommene – relevante, standardisierte Items abgefragt.

Das Thema ist natürlich nicht neu, sondern, wie schon erwähnt, durchaus bereits intensiv beforscht und in der einschlägigen Literatur gut beschrieben worden (z.B. Zulliger, 1934; Rudow, 1995; BMBWK, 2000; Schwendenwein, 2000; Amann, 2004; Katschnig, 2004; Bieri, 2006; von Dick/Stegmann, 2007; Krause/Dorsewagen, 2007; Rothland/Terhart, 2007; Dorner, 2009; Hofmann, 2012; Klusmann/Rothland, 2016; Förderverein für eine differenzierte Allgemeinbildung, 2016a). Gerade in den letzten Jahren kamen jedoch eine Reihe von – zumindest vielfach subjektiv so erlebten – zusätzlichen Stressoren in unser Schulsystem, die – insbesondere in der älteren Literatur und in den weiter zurück liegenden bzw. ausländischen Studien – nicht bzw. nicht ausreichend erfasst wurden: Man denke etwa nur an die vielen Reformen, wie etwa die Kompetenzorientierung und Standardisierung oder die NMS-Reform, an die intendierte Abschaffung der Sonderschulen und die verstärkte Inklusion, an die Lehrerbildung neu (inklusive der Abschaffung der Sonderschullehrerausbildung), an die zunehmende Heterogenität der Schülerklientel, an die sehr arbeitsintensive Integration von Flüchtlingen, an die Herausforderungen, die die Neuen Medien stellen oder an die von den Lehrgewerkschaften artikulierte Gefahr, dass im Rahmen des nächsten Reformpakets die Klassenschülerhöchstzahl steigen könnte usw. Spricht man mit betroffenen Lehrkräften, gewinnt man sehr schnell den Eindruck, dass es an der Basis „brodeln“ und sich eine gewisse Überforderung, Abwehrhaltung und Demotivation breit macht. Auch diese subjektiven Stimmungen sollen möglichst objektiv „eingefangen“ werden. Natürlich soll es nicht bei dieser Bestandsaufnahme bleiben. Daher ist es Ziel des Projekts, den Status quo bezüglich Belastungsfaktoren zu erheben und daraus Ansatzpunkte für mögliche Verbesserungen der Situation abzuleiten. Eine Reihe von Programmen zur Lehrer(gesundheits)förderung wurde in der letzten Dekade schon initiiert und publiziert (Klippert, 2006; Hillert, 2007; Schaarschmidt/Kieschke, 2007a; Döring-Seipel/Dauber, 2010; Hillert et al., 2011; Bengel/Lyssenko, 2012; Cihlars, 2012; Schaarschmidt, 2012; Givé, 2013; Schaarschmidt/Fischer, 2013; Baum/Hillert, 2014; Gruhl, 2014; Fröhlich-Gildhoff/Rönnau-Böse, 2015; Linde, 2015), jedoch sollen die Befunde auch den politisch Verantwortlichen sowie Entscheidungsträgerinnen und -trägern im Bildungssystem zur Verfügung gestellt werden, um evidenzbasierte, zielgerichtete Maßnahmen ergreifen zu können. Auch für die Lehreraus-, -fort- und -weiterbildung sollen sich dadurch Perspektiven ergeben. Gerade auch im psychologischen Bereich muss angesetzt werden, insbesondere, falls die subjektiv wahrgenommenen Belastungen objektiv nicht in dem Ausmaß existieren, wie sie von den Betroffenen selbst artikuliert werden. Viele Ansatzpunkte ergeben sich nämlich etwa im psychodynamischen Bereich, aber auch im Bereich der Lehrerpersönlichkeit (French, 1997; Matschiner-Zollner, 2001; Bröckelmann/Felten, 2002).

Eine besondere Fragestellung ergibt sich zusätzlich hinsichtlich des Humors bei Lehrkräften, der als mögliche Copingstrategie gesonderte Aufmerksamkeit verdient. Auch dazu liegen schon einige Befunde vor (z.B. Katschnig, 2004; Wistermayer, 2017; Wistermayer, 2018), die mithilfe des Forschungsprojekts – zumindest hinsichtlich eines Teilaspekts – noch weiter vertieft werden sollen. Dazu ein paar grundsätzliche Überlegungen:

Sigmund Freud soll die Tätigkeit der Lehrerin bzw. des Lehrers als „unmöglichsten Beruf“ und Johann Wolfgang von Goethe als „schönen, schweren Beruf“ bezeichnet haben (Oswald, 1989, S. 27). Wie durch die bisherigen Ausführungen dieses Forschungsprojekts ersichtlich wird, weisen diese beiden Statements auch in der heutigen Zeit noch Gültigkeit auf. Durch die Untersuchungsergebnisse wurde, wie bereits auch schon in vorhergehenden Studien (u.a. Schaarschmidt, 2001; Rissland, 2002; Katschnig, 2004; Wistermayer, 2017) ersichtlich, dass der Lehreralltag von vielfältigen Anforderungen und Aufgaben geprägt ist. Seitens der Gesellschaft, der Schülerinnen und Schüler, der Erziehungsberechtigten, der Kolleginnen und Kollegen und der Vorgesetzten werden hohe Ansprüche und Erwartungen an den Lehrerberuf bzw. an die Lehrerin/den Lehrer gestellt (Rothland, 2013, S. 12). Mannigfaltige subjektive Belastungsfaktoren, wie z.B. verhaltensauffällige Lernende, ungünstige Rahmenbedingungen oder auch Probleme im Team, lösen zum Teil intensive

Belastungen aus, was auch durch die Auswertungsergebnisse zum allgemeinen Belastungs- und Stressempfinden der Lehrkräfte im vorliegenden Forschungsprojekt deutlich wird.

Im Rahmen dieses Forschungsprojektes wurde dem Humor als spezielle Entlastungsstrategie bei Stress und Belastungen besonderes Augenmerk geschenkt, denn Humor kann als ein Copingmechanismus definiert werden, der es einer Person möglich macht, besser mit emotionalen Konflikten oder Stressoren umzugehen (Dopychai, 1988). Zudem kann nach Kuiper et al. (1993) Humor aus einer kognitiven Sicht die negativen Auswirkungen von Belastungen auf unterschiedliche Art ebenso beeinflussen. Zum einen werden bestimmte Situationen von Personen, die das Leben allgemein humorvoller betrachten, als nicht so bedrohlich wahrgenommen wie von Personen, die das Leben im Allgemeinen als weniger humorvoll sehen. Auf diese Weise erleben humorvollere Menschen mit Humor auch weniger Stress in sozialen Situationen. Es ist aber auch möglich, dass Personen mit Humor in einer Situation, die Stress auslöst, diesen durch eine humorvolle Bemerkung oder Humor im Allgemeinen neu bewerten und die Situation dadurch als weniger bedrohlich wahrnehmen und die negativen Folgen von Stress somit weniger stark wirken (Kuiper et al., 1993, S. 84).

1.2 Forschungsfragen und Hypothesen

Die Studie geht von folgender zentralen Forschungsfrage aus: *Welchen Berufsbelastungen sind Lehrkräfte verschiedener Schularten in welchem Ausmaß ausgesetzt, wie gehen sie damit um und welche Maßnahmen würden sie als entlastend bzw. unterstützend erachten?*

Daraus ergeben sich weitere operationalisierte Fragestellungen:

1. Welchen Belastungen sind Lehrkräfte im Zusammenhang mit ihrem Beruf in welchem Ausmaß ausgesetzt?
2. Inwieweit unterscheidet sich der Grad der Belastung in Abhängigkeit von verschiedenen Variablen, wie Geschlecht, Beziehungsstatus, Lebensalter, Dienstalter, Schultyp, Schulstandort, Schulgröße, Ausmaß der Lehrverpflichtung in Wochenstunden, Dienstrecht?
3. Wie gehen Lehrpersonen mit Stress bzw. Belastungen um bzw. welche Copingstrategien haben sie?
4. Welche Erwartungen haben Lehrkräfte an das „System Schule“ hinsichtlich einer Belastungsreduktion?

Zu diesen Forschungsfragen wurden folgende Hypothesen formuliert:

1. Geschlechtsspezifisch zeigen sich keine signifikanten Unterschiede, was die Berufsbelastungen betrifft.
2. Altersspezifisch (Lebensalter, Dienstalter) zeigen sich signifikante Unterschiede, was die Berufsbelastungen betrifft.
3. Hinsichtlich des Beziehungsstatus gibt es keine signifikanten Unterschiede im Belastungsempfinden.
4. Die Kinderzahl im gemeinsamen Haushalt hat einen signifikanten Einfluss auf das Belastungsempfinden.
5. Hinsichtlich der in der Schule einnehmenden Funktionen gibt es keine signifikanten Belastungsunterschiede.
6. Hinsichtlich der Schulart gibt es signifikante Unterschiede im Belastungsempfinden.
7. Hinsichtlich des Einsatzes auf der Sekundarstufe (Sek. I/Sek. II) gibt es keine signifikanten Unterschiede im Belastungsempfinden.
8. Lehrkräfte, die ungeprüfte Gegenstände unterrichten, fühlen sich signifikant stärker belastet als jene, die ausschließlich die eigenen (geprüften) Gegenstände unterrichten.
9. Hinsichtlich des Schulstandorts gibt es signifikante Unterschiede im Belastungsempfinden.
10. Hinsichtlich der Schülerzahl gibt es signifikante Unterschiede im Belastungsempfinden.
11. Je mehr Wochenstunden die Lehrerinnen und Lehrer unterrichten, desto signifikant stärker fühlen sie sich belastet.
12. Es gibt einen signifikanten Zusammenhang zwischen dem Belastungsempfinden und dem Ausmaß der für die Schule bzw. den Unterricht pro Woche aufgewendeten Arbeitszeit.
13. Hinsichtlich des gewählten Dienstrechts gibt es keine signifikanten Unterschiede auf das Belastungsempfinden.
14. Es gibt einen signifikanten Zusammenhang zwischen dem Belastungsempfinden und der subjektiven Humoreinschätzung der Befragten.

1.3 Methodische Vorgangsweise

In der Folge werden die Stichprobe, mögliche Einschränkungen und das Erhebungs- und Auswertungsverfahren der Untersuchung kurz beschrieben.

1.3.1 Rahmenbedingungen, Stichprobe und Einschränkungen

Insgesamt nahmen an der Haupttestung 4.562 Lehrpersonen teil. Etwa drei Viertel davon waren weiblich und ein Viertel männlich. Der Altersschnitt betrug 45,63 Jahre, wobei die jüngsten Probandinnen und Probanden 21 Jahre alt waren und die ältesten 66. Im Durchschnitt hatten die Befragten 19,78 Dienstjahre, wovon neun Personen im ersten Dienstjahr waren und zwei Personen im 48 (!). Ca. 17 % lebten alleine, etwa 83 % in Partnerschaft oder Ehe. Im Haushalt der Versuchspersonen lebten im Schnitt 1,16 Kinder³.

Es zeigte sich, dass die Schularten – was die Lehrerzahl betrifft – sehr gleichmäßig verteilt waren, wodurch auch schulartenspezifische Auswertungen gut möglich wurden.

Von all jenen, die in der Sekundarstufe unterrichten, lehren 30,3 % auch Unterrichtsgegenstände, für die sie keine Lehramtsprüfung vorweisen können. Die Verteilung des Einsatzes in Unter- bzw. Oberstufe ließ erkennen, dass die Stichprobe relativ gut gestreut war, was auch statistische Vergleiche ermöglichte.

Die Auswertung nach Schulgröße zeigte, dass mehr als die Hälfte der befragten Lehrerinnen und Lehrer an Schulen mit weniger als 300 Schülerinnen und Schülern unterrichten. Darunter waren auch sogenannte „Kleinschulen“. Andererseits sind auch Schulen mit mehr als 1.000 Schülerinnen und Schülern vertreten. Insgesamt ist auch hier die Stichprobenverteilung wieder repräsentativ, um statistische Berechnungen vornehmen zu können, z.B. hinsichtlich der Frage, ob die Belastungen für Lehrkräfte von der Größe des Schulstandorts abhängig sind.

Etwa die Hälfte der Befragten unterrichteten in Gemeinden und Städten mit einer Einwohnerzahl bis 10.000. Es sind jedoch auch Lehrpersonen dabei, die etwa in Ballungszentren über 100.000 Einwohnern/Einwohnerinnen lehren. Da Niederösterreich keine solche Stadt besitzt, liegt die Vermutung nahe, dass viele dieser Befragten hier aus Wien stammen. Dies ist durchaus möglich, da das Erhebungsverfahren zwar grundsätzlich auf Niederösterreich bezogen war, jedoch aufgrund der elektronischen Befragung nicht ausgeschlossen werden konnte, dass auch Kolleginnen und Kollegen aus Wien oder anderen Bundesländern daran teilnehmen.

Was die Lehrverpflichtung betrifft, unterrichten die Befragten im Schnitt ca. 20,3 Stunden pro Woche, die Berufsschullehrkräfte etwas mehr (24,6 Stunden). Hier sind allerdings auch Teillehrverpflichtungen eingerechnet. Ca. 30 % unterrichten z.B. unter 20 Stunden pro Woche. Befragt nach der durchschnittlichen Wochenarbeitszeit geben die Probandinnen und Probanden an, dass sie 41,3 Stunden pro Woche für die Schule arbeiten. Der Mittelwert verschleiert natürlich einiges, vor allem, weil es auch – wie wir gesehen haben – sehr viele teilbeschäftigte Lehrpersonen gibt. So arbeiten mehr als die Hälfte über 40 Stunden pro Woche und es kommt sogar zu 80-Stunden-Wochen. Und: Immerhin 30 % arbeiten nach eigenen Angaben zwischen 50 und 80 Stunden pro Woche.

Von den Befragten befinden sich knapp über 90 % im so genannten „alten“ Dienstrecht, also noch nicht im Pädagogischen Dienst (Dienstrecht neu) oder einem anderen Dienstrecht. Das ist aus mehrerlei Gründen leicht erklärbar, unter anderem dadurch, dass die Wahl zwischen altem und neuem Dienstrecht noch nicht so lange besteht und das neue Dienstrecht für Bundeslehrkräfte z.T. große Verschlechterungen bedeutet.

Interessant ist auch, dass nicht nur Lehrkräfte an der Befragung teilnahmen, sondern auch andere „Funktionsträger/innen im Schulsystem“. So beteiligten sich etwa 241 Schulleiterinnen und Schulleiter an der Befragung (5,3 % der Befragten). Auch Administratorinnen und Administratoren (3,5 %), Abteilungsvorständinnen und -vorstände (0,9 %) nutzen die Gelegenheit zur Rückmeldung.

Unter den Probandinnen und Probanden befanden sich 29,3 % Kustodinnen und Kustoden und 17,9 % Fachkoordinatorinnen und -koordinatoren. Immerhin fast die Hälfte aller Testees (48,8 %) hatte die Funktion einer Klassenvorständin oder eines Klassenvorstands bzw. einer Klassenlehrerin oder eines Klassenlehrers inne. Ca. ein Fünftel hatte (noch) andere Funktionen.

Aufgrund der Stichprobengröße und -zusammensetzung ist für den Bereich Niederösterreich jedenfalls von einer Repräsentativität der Gesamtergebnisse auszugehen. Die geschlechtsspezifische Verteilung der

³ Die ausführlichen Tabellen zu den einzelnen Verteilungen finden sich im Projektbericht.

Lehrkräfte in der Stichprobe entspricht ziemlich genau dem österreichischen Schnitt: Auch hier zeigt sich, dass fast drei Viertel der Lehrpersonen weiblich sind. Was die Verteilung der Lehrpersonen nach Schultypen in der Stichprobe im Vergleich zu Niederösterreich betrifft, ist zu sagen, dass der Bereich Allgemeinbildende Pflichtschule ein wenig unterrepräsentiert ist (NÖ: 60,7% – Studie: 52,7%), während z.B. die Allgemeinbildende Höhere Schule (NÖ: 16,1 % – Studie: 19,9 %) oder die Berufsbildenden mittleren und höheren Schulen (NÖ: 21,6 % – Studie: 23,1 %) leicht überrepräsentiert sind (Statistik Austria, 2018).⁴ Insgesamt ist die Verteilung jedoch sehr repräsentativ, was verallgemeinerbare Aussagen betrifft.

Eine Einschränkung der Gültigkeit der Ergebnisse könnte natürlich die Tatsache sein, dass die Umfrage auf elektronischem Weg durchgeführt wurde und die Affinität einzelner Lehrkräfte dafür möglicherweise nicht gegeben war. Auch datenschutzrechtliche Bedenken könnten unter Umständen eine Limitation darstellen. Da aber mittlerweile alle Kolleginnen und Kollegen, zumindest in Niederösterreich, über eine dienstliche E-Mail-Adresse verfügen und auch das Internet aus dem täglichen Leben und dem schulischen Alltag kaum mehr wegzudenken ist, ist die erste potentielle Einschränkung nicht sehr wahrscheinlich. Im Zuge des Erhebungsverfahrens gab es auch kaum Anfragen bezüglich des Datenschutzes. Dieser wurde den Probandinnen und Probanden selbstverständlich zugesichert. Deshalb dürfte es auch von dieser Seite keine großen Stichprobenverzerrungen geben. Was sicherlich ein wenig Einfluss auf die Rücklaufquote des Fragebogens hatte, war dessen Länge. So brachen 1.522 Befragte das Ausfüllen wieder ab – diese Fragebögen wurden nicht in die Auswertung einbezogen. Nicht alle der Befragten füllten im Übrigen alle Fragen aus, insgesamt war die Antwortdisziplin jedoch sehr hoch, es gab nur 1 % unvollständig ausgefüllte Fragebögen.

Auch die Rücklaufquote insgesamt war zufriedenstellend. Ausgesandt wurden in etwa 40.000 E-Mails mit der Bitte um Teilnahme an der Befragung. Nimmt man nun die vollständig ausgefüllten Fragebögen zum Vergleich (4.562), ergibt das eine Rücklaufquote von 11,4 %, was einen sehr guten Wert darstellt, vor allem wenn man bedenkt, dass sich doch eine relativ große Zahl der Kontaktierten nicht mehr im Schulsystem befindet (z.B. aufgrund von Pensionierungen bzw. Versetzungen in den Ruhestand) bzw. auch PH NÖ-Lehrende und Verwaltungspersonal der PH NÖ mit einer PH NÖ-E-Mail-Adresse die Umfrage erhielten. Laut Statistik Austria (2018) unterrichteten im Schuljahr 2016/17 exakt 23.038 Lehrerinnen und Lehrer in Niederösterreich. Zieht man von der Rücklaufquote jene ab, die offensichtlich in Wien und anderen Bundesländern unterrichten, dann lehrten geschätzt 3.800 Lehrpersonen, die einen Fragebogen ausfüllten, in Niederösterreich. Bezieht man diese auf die NÖ-Lehrerzahl aus 2016/2017, die sich natürlich in der Zwischenzeit auch schon veränderte, beträgt die Rücklaufquote ca. 16,5 %, was für derartige Untersuchungen einen sehr guten Wert darstellt.

1.3.2 Das Erhebungsverfahren

Zunächst war es notwendig, im Rahmen einer intensiven Literaturrecherche bisherige Befunde zur Thematik und einschlägige Studien dazu zu sichten. Dies geschah mittels einer intensiven hermeneutischen Sekundäranalyse relevanter Literatur. Dabei zeigte sich, dass eine detaillierte Erhebung möglicher Stressoren – vor allem auch für das österreichische schulische Umfeld – nicht in der gewünschten Form und Ausführlichkeit vorlag. Aus diesem Grund wurde entschieden, einen (sehr präzisen) Fragebogen zu genau eben diesen Belastungsfaktoren zu erstellen. Um jedoch relevante Items nicht zu übersehen, wurden zunächst 15 qualitativ-empirische, leitfadengestützte Intensivinterviews mit Lehrpersonen aus allen Schularten durchgeführt. Dies geschah im Rahmen des Proseminars „PM6: Schul- und Unterrichtsforschung“ im Wintersemester 2017 bei Studienleiter Jörg Spenger. Die Studierenden führten diese Interviews in Zweier-Teams durch und transkribierten diese. Die Transkripte wurden anschließend gemeinsam mit Lisa Wistermayer inhaltsanalytisch ausgewertet. Parallel dazu wurde ein Fragebogenentwurf erstellt, in den die erhaltenen Ergebnisse aus den Interviews einfließen. Der nächste Schritt waren mehrere Gruppendiskussionen in Seminaren von Jörg Spenger im Rahmen von Fort- und Weiterbildungsveranstaltungen an der Pädagogischen Hochschule Niederösterreich: Den Teilnehmerinnen und Teilnehmern wurde der Fragebogenentwurf vorgelegt und dieser dann diskutiert. Auch hieraus ergaben sich einige Adaptierungen. Anschließend wurde der Fragebogen einer Expertenrunde vorgelegt. Diese bestand insbesondere auch aus Personalvertreterinnen und Personalvertretern aus allen Schultypen. Nach einer weiteren Überarbeitung des Testinstruments wurde es im Jänner und Februar 2018 insgesamt 250 Lehrkräften aus allen Schularten als Paper-pencil-Test zur Pre-Testung vorgelegt. Auch hier zeigte sich, dass noch einzelne Adaptierungen, vor allem was Frageformulierungen betraf, notwendig waren.

Vorab wurde natürlich die Zustimmung des Landesschulrates für Niederösterreich zur Befragung eingeholt.

⁴ Die Vergleiche beziehen sich auf die Daten von Statistik Austria aus dem Schuljahr 2016/2017.

Die Haupttestung fand im März und April 2018 statt. Das Forscherteam entschied sich aus Kosten- und administrativen Gründen sehr schnell für eine elektronische Befragung, um möglichst viele Lehrkräfte zu erreichen und auch eine entsprechende Rücklaufquote zu sichern. Der Fragebogen wurde im System Lime Survey an der Pädagogischen Hochschule Niederösterreich abgebildet. Besonderer Dank geht in diesem Zusammenhang an Gernot Greschonig, einem Mitarbeiter der PH NÖ, der sich für die technische Umsetzung verantwortlich zeigte. Um sicherzustellen, dass nur Lehrkräfte den Fragebogen ausfüllen und damit diese das auch nur einmal tun können, wurde von einer „offenen“ Befragung abgesehen, an der theoretisch jeder bzw. jede, der oder die den entsprechenden Link kennt, teilnehmen könnte. Stattdessen wurden – nach rechtlicher Prüfung – die E-Mail-Adressen herangezogen, die im PH-Online-System der PH NÖ für Fort- und Weiterbildungszwecke hinterlegt sind. Hier sind großteils niederösterreichische Lehrkräfte erfasst, aber natürlich auch jene aus anderen Bundesländern, die an der PH NÖ Fort- und Weiterbildungsveranstaltungen besuchen bzw. besuchten. Die Lehrpersonen wurden über die Befragung informiert, der Datenschutz wurde zugesichert und für die freiwillige Teilnahme erhielt jede Person einen einmal zu verwendenden PIN. Die oben angesprochene Rücklaufquote zeigt, dass das Interesse an der Befragung durchaus in hohem Maß gegeben war – trotz des sehr ausführlichen Fragebogens. In der Papierversion umfasst der Fragebogen 14 Seiten (!) und erfragt insgesamt 330 – großteils geschlossene – Items (siehe Anhang).

Zur Entwicklung der humorspezifischen Fragen im Rahmen des Forschungsprojekts wurde auf bereits erprobte Messinstrumente (u.a. Ruch, 1998; Katschnig, 2004) zurückgegriffen. Sie wurden in weiterer Folge modifiziert und mit den Fragen rund um das Belastungserleben der Lehrerinnen und Lehrer abgestimmt. Insgesamt können die 26 Humor-Items in drei Gruppen (Humor im Unterricht, allgemeines Humorverhalten, Humor als Entlastung bei Belastungen und Stress) eingeteilt werden.

1.3.3 Das Auswertungsverfahren

Nach dem Abschluss des Erhebungsverfahrens wurden die Daten aus Lime Survey in SPSS 24 importiert. Um zunächst einen Überblick über die Ergebnisse zu erhalten, wurden die Daten deskriptiv-statistisch verrechnet und mittels Häufigkeitstabellen und Grafiken dargestellt. Weiters erfolgten Mittelwerts- und Korrelationsberechnungen bzw. Cluster- und Faktorenanalysen. Zur Hypothesenprüfung wurden vom Forscherteam u.a. t-Tests, einfaktorielle ANOVAs, Kreuztabellen und Chi²-Tests, Korrelations- und Regressionsberechnungen, Faktorenanalysen, Reliabilitätsanalysen (Cronbachs Alpha) bzw. diverse andere parametrische und nonparametrische Verfahren eingesetzt. In einem ersten Schritt wurde entschieden, nur die quantitativen Daten auszuwerten, um sehr schnell zu Ergebnissen zu kommen. Die meisten offenen Antworten sollen inhaltsanalytisch in einem zweiten Schritt ausgewertet werden, was bei der Anzahl der Datensätze durchaus noch einiges an Zeit in Anspruch nehmen wird. Allein die Frage 17 („Was würden Sie sich wünschen – von wem auch immer –, damit Sie beruflich weniger gestresst bzw. belastet sind?“) wurde frequenzanalytisch erfasst und inhaltsanalytisch ausgewertet, da sie eine Kernfrage betrifft.

2 Quantitative und qualitative Analysen

In der Folge sollen schlagwortartig die wichtigsten Ergebnisse der Untersuchung dargestellt werden. Festzuhalten ist dabei, dass nicht alle Ergebnisse im Detail angeführt werden, da dies den Rahmen des Beitrags sprengen würde. Vielmehr wurden jene ausgewählt, die besonders auffällig sind. Die vollständigen Daten, Tabellen und Grafiken finden sich im Projektbericht auf Homepage der PH NÖ (<https://www.ph-noe.ac.at/index.php?id=963&feld=all&stichwort=Spenger>).

2.1 Deskriptive Ergebnisse

- Insgesamt empfinden die Befragten den Lehrerberuf überdurchschnittlich belastend und fühlen sich auch überdurchschnittlich gestresst.
- Dennoch würden mehr als drei Viertel von ihnen den Lehrerberuf wieder ergreifen, wobei immerhin 6,1 % das jedenfalls nicht mehr tun würden.
- Über 66 % erachten ihr Gehalt als zu niedrig.

- Die gesundheitlichen Belastungen sind überdurchschnittlich hoch, vor allem in den Bereichen Stimme, Hörorgan, Nervensystem und Bewegungsapparat. Die Befragten klagen sehr häufig über Kopfschmerzen, Müdigkeit, Stress und Erschöpfung. 12 % geben an, auch unter Burnout zu leiden.
- Zeitlich belastet fühlen sich die Probandinnen und Probanden besonders durch die Erziehungsarbeit im Unterricht, viele organisatorisch-administrative Aufgaben und notwendige Verwaltungstätigkeit. Insgesamt ist es also auch die Bürokratie, die sehr beansprucht. Aber auch folgende Bereiche sind nicht zu ignorierende Faktoren: Korrekturarbeit und Leistungsbeurteilung, der „Stoffdruck“, berufsfremde Tätigkeiten, unregelmäßige Arbeitszeit an Nachmittagen und am Wochenende, Klassenvorstands- und Kustodiats- bzw. Koordinationstätigkeiten, Aufgaben im Rahmen von Schulentwicklung, SQA und QIBB inklusive Evaluationen & Co, die Nachmittagsbetreuung, Differenzierungs- und Individualisierungsmaßnahmen, Maßnahmen im Bereich Integration/Inklusion und im Berufsschulbereich besonders der Internatsdienst und die Versuchstätigkeit in den angeschlossenen Lehr- und Versuchsbetrieben u.v.m.
- In der Kategorie Rahmenbedingungen zeigten sich als Stressoren vor allem der Mangel an Unterstützungspersonal für die psychosoziale und administrative Arbeit, der unzureichende Stauraum, zu kleine Konferenzzimmer, keine Rückzugsmöglichkeiten, die Vorgaben „von oben“ und auch diverse Standardisierungsbestrebungen.
- Gerade die Arbeit mit den Schülerinnen und Schülern birgt viele Bereiche, die belasten: Lernunwilligkeit, geringe Motivation, mangelnde Konzentrationsfähigkeit, unkooperative Schülerinnen und Schüler, Verhaltensstörungen, Unterrichtsstörungen durch Disziplinlosigkeit, oftmaliges Ermahnen, mangelnde Erziehung der Kinder und das große Leistungsspektrum (Heterogenität) weisen sehr hohe Werte auf.
- Auch die Erziehungsberechtigten tragen zur Gesamtbelastung nicht unwesentlich bei: Die wahrgenommene oder als solche empfundene Hilflosigkeit der Eltern bei der Kindererziehung, problematische Erziehungsstile, die Abwälzung der Erziehungsarbeit auf die Schule und die mangelnde Unterstützung der Schülerinnen und Schüler seitens der Eltern sind in diesem Zusammenhang die Hauptstressoren.
- Von den Vorgesetzten wünschen sich die Befragten mehr Anerkennung und Rückhalt bzw. auch z.T. eine höhere Personal- und Sozialkompetenz. Defizite in diesem Bereich belasten offensichtlich stark.
- Seitens des Lehrerteams wird vor allem die z.T. mangelnde Kooperation als belastender Faktor empfunden.
- Sonstige Stressoren sind die aus Sicht der Befragten zu geringen Sanktionsmöglichkeiten, das mangelnde Prestige von Lehrkräften in der Gesellschaft, das sogenannte „Lehrerbashing“ in den Medien, die Kritik von sogenannten – aber nicht als solche wahrgenommenen – Bildungsexpertinnen und Bildungsexperten an Schule und/oder Lehrkräften, die aus Lehrersicht zu häufigen Reformen und die Tatsache, dass private Ressourcen für Vor- und Nachbereitungen des Unterrichts aufgewendet werden müssen.
- Die Wünsche der Lehrkräfte an das System Schule gehen eindeutig dahin, all die oben genannten Belastungsbereiche und -faktoren zu reduzieren.

2.2 Inferenzstatistische Ergebnisse

- Geschlechtsspezifisch zeigt sich, dass sich weibliche Lehrpersonen in verschiedenen Bereichen deutlich stärker belastet fühlen als männliche, und zwar insbesondere in den Bereichen Stress, psychische Belastungen, Schülerinnen und Schüler, Eltern und Diverses.
- Ältere Kolleginnen und Kollegen fühlen sich in nahezu allen Bereichen signifikant mehr belastet als jüngere. Dies gilt auch für das Dienstalter.
- Lehrkräfte, die allein leben, sind tendenziell mehr belastet und gestresster als solche, die sich in Beziehungen befinden.
- Es gibt keinen erkennbaren Zusammenhang zwischen der Kinderzahl und dem Belastungs- oder Stressempfinden, jedoch sind Lehrkräfte ohne Kinder in folgenden Bereichen signifikant mehr belastet als Lehrkräfte mit Kindern: physische und psychische Belastungen, Schülerinnen und Schüler, Eltern, Diverses.

- Hinsichtlich der Schulart gibt es sowohl beim Stress als auch bei den Belastungen signifikante Unterschiede. Insgesamt sind besonders die Lehrkräfte an AHS, BMHS, an Sonderschulen, in der Integration/Inklusion und an Volksschulen belastet.
- Betrachtet man den Lehrereinsatz in Sekundarstufe I und II, gibt es deutliche Unterschiede im Belastungsempfinden. Am meisten fühlen sich jene belastet, die sowohl in Unter- als auch Oberstufe unterrichten. Das trifft also im Wesentlichen AHS-Lehrkräfte.
- Es gibt signifikante Unterschiede in den Belastungen und im Stress zwischen Lehrkräften, abhängig davon, ob sie in ungeprüften bzw. geprüften Gegenständen unterrichten, und zwar in den Bereichen Unterricht, Rahmenbedingungen, Schüler/innen und Eltern, wobei diejenigen, die in ungeprüften Gegenständen unterrichten, sich hier in den genannten Bereichen stärker belastet fühlen.
- Die Varianzanalyse zeigt auch, dass mit steigender Einwohneranzahl des Schulstandorts und steigender Schülerzahl am Standort die Belastungen und das Stressempfinden größer werden.
- Es gibt auch interessante Zusammenhänge zwischen Wochenstundenzahl und dem Belastungs- und Stressempfinden. Je mehr Wochenstunden die Lehrkräfte unterrichten, desto mehr belastet sind sie von physischen Stressoren, Unterricht, Rahmenbedingungen, Schülerinnen und Schülern, Vorgesetzten und Kolleginnen und Kollegen.
- Je mehr Stunden Lehrpersonen in der Woche für die Schule arbeiten (inklusive, Vor- und Nachbereitung, Korrekturen etc.), desto belasteter und gestresster fühlen sie sich.

2.3 Erwartungen an das System Schule aus Sicht der Lehrkräfte

Der Fragebogen beinhaltete zusätzlich einige offene Fragen, wie zum Beispiel: „Was würden Sie sich wünschen (von wem auch immer), damit Sie beruflich weniger gestresst bzw. belastet sind?“ Diese Frage zielt auf Erwartungen der befragten Lehrkräfte an das System Schule bzw. die Schulpolitik und/oder Verantwortungsträgerinnen und -träger im Schulsystem ab. Sie wurde inhaltsanalytisch ausgewertet und entsprechende (Meta-)Kategorien wurden erstellt.

Bei den Ergebnissen fiel auf, dass es vor allem die Unterstützungssysteme bzw. Rahmenbedingungen sind, an denen es offensichtlich mangelt. Folgende Wünsche beim *Supportpersonal* wurden am häufigsten genannt:

- mehr Unterstützungspersonal für bürokratische und administrative Aufgaben/Tätigkeiten bzw. überhaupt deutliche Reduktion solcher (besonders der „schulfremden“) Aufgaben
- mehr (fixe) psychosoziale Unterstützung für Schulen (z.B. Beratungslehrkräfte, Psychologinnen/Psychologen, Sozialarbeiterinnen/Sozialarbeiter, Sprachheillehrerinnen/Sprachheil-lehrer, Therapeuten/Therapeutinnen, Legasthenie- und Dyskalkulie-Fachpersonal, Stützlehrerinnen /Stützlehrer, Lernberaterinnen/Lernberater)
- mehr Coaching, Supervision u.ä. für Lehrkräfte (z.B. verbindlich und kostenlos)
- mehr personelle Ressourcen allgemein
- „Papierkram“ bzw. „Dokumentationswahnsinn“ eindämmen
- mehr personelle Unterstützung bei der Arbeit mit verhaltensauffälligen Schülerinnen/Schülern bzw. „Problem“-Schülerinnen/-schülern
- mehr Sprachförderung (Personal bzw. Stunden) für Schülerinnen/Schüler mit schlechten Deutsch-Kenntnissen (insbesondere für a.o. Schüler/innen)
- mehr Personalreserven (besonders auch für Supplierungen)
- mehr Unterstützung der Direktionen in administrativer Hinsicht und Reduzierung der Lehrverpflichtung der Leiter/innen
- weniger bürokratische Hürden (z.B. bei SPF)

Insgesamt kann festgestellt werden, dass Entlastung von Verwaltungstätigkeit und mehr Unterstützungspersonal für unterschiedliche Bedürfnisse gewünscht werden. Der Mangel an Zusatzpersonal wird in internationalen Studien bestätigt, etwa durch die jüngste TALIS-Studie (BIFIE, 2019). Auch sie zeigt deutlich, dass Österreich weit unter dem OECD-Schnitt liegt, was das zur Verfügung stehende Supportpersonal betrifft.

Hinsichtlich der Verbesserungsvorschläge zur Kategorie *Rahmenbedingungen* entfielen die häufigsten Nennungen auf folgende Bereiche:

- Senkung der Klassen- bzw. Gruppenschülerhöchstzahlen (max. 25) und mehr Kleingruppenarbeit
- adäquate, größere Arbeitsplätze/Konferenzzimmer – eventuell Büros (z.B. auch mehr Stauraum)
- bessere Ausstattung für Lehrkräfte (z.B. PCs, Drucker, Kopierer, Scanner, Verbrauchsmaterial ...) und Schulen generell; d.h. keine privaten Ressourcen sollten für Schule aufgewendet werden müssen (bzw. ggf. deutlich bessere steuerliche Absetzbarkeit, z.B. auch für Büros)
- mehr Team-Teaching
- homogene/re Gruppen, wieder Leistungsgruppen
- Rückzugsorte für Lehrkräfte in der Schule zur Erholung, für Besprechungen und auch zum ungestörten Arbeiten
- mehr und größere Klassenzimmer
- mehr und funktionierende technische (bes. IT-) Ausstattung und Systeme
- mehr und besseres Unterrichtsmaterial (z.B. auch aktuellere Schulbücher)
- mehr und besser ausgestattete Funktions-/Sonderarbeitsräume
- weniger Lärm, auch durch bessere Schallschutzmaßnahmen
- mehr finanzielle Ressourcen
- kein Team-Teaching in „nicht harmonisierenden“ Teams
- mehr Support für „Brennpunktschulen“, Ressourcen nicht aufgrund der Schülerzahl, sondern aufgrund der Notwendigkeit vergeben, Berücksichtigung der Unterschiede zwischen Ballungsräumen und ländlichem Raum („Nicht alle über einen Kamm scheren“)

Um Änderungen zu initiieren und umzusetzen, wären die Schulerhalter/innen gefordert: Bund, Land und Gemeinden müssten dafür sorgen, dass die Lehrkräfte jene Arbeitsplätze (inklusive Ausstattung) zur Verfügung haben, die wenigstens internationalen Standards gerecht werden.

Auf die vorderen Plätze in der Häufigkeit schafft es zahlenmäßig auch die Kategorie: „*Reformitis eindämmen – Konzentration auf Lernaufgaben – Entschleunigung – mehr Freiraum*“. Hier wurden sehr eindeutige Statements (als Wünsche) abgegeben:

- Lehrkräfte in Ruhe arbeiten lassen (mehr Vertrauen) und weniger ständige – oft wenig durchdachte – Neuerungen, Vorgaben und Reformen von oben – mehr Kontinuität und Verlässlichkeit
- nicht auf „selbst ernannte“ Bildungsexpertinnen und -experten („Sollten mal selber in der Klasse stehen“) hören, lieber mehr die Lehrer/innen als Expertinnen und Experten einbeziehen, mehr „Vertrauen in die Lehrkräfte“
- mehr Freiraum/Freiheiten bzw. autonomere Spielräume für Schulen und Lehrer/innen (weniger Hierarchie und Vorgaben von oben)
- mehr Zeit für unterrichtliche Kernaufgaben (Unterricht)
- Bildungspolitiker/innen, die wissen, wovon sie sprechen
- weniger Projekte – mehr „echten“ Unterricht („Projektitis“ eindämmen)
- Entschleunigung, weniger Zeitdruck
- realistische Vorgaben durch das Ministerium, Handwerkzeug muss mitgeliefert werden, mit Lehrkräften besprechen, „Diskursräume“ einrichten
- Rückbesinnung auf Werte, die vor der „Reform“ funktioniert haben, d. h. kritisches Denken im Geiste des Humanismus, der Aufklärung etc. anstelle reiner „Ausbildung“

Offensichtlich wollen die Lehrkräfte nicht ständig mit Neuerungen konfrontiert werden, sondern in Ruhe an ihren pädagogischen Kernaufgaben arbeiten. Auch die zu vielen Projekte, die scheinbar den „normalen“ Unterricht „stören“, sind den Befragten ein Dorn im Auge. Sie wollen anscheinend nicht von sogenannten Bildungsexpertinnen und -experten – bzw. durch Medien zu solchen ernannten – ständig gesagt bekommen, was sie falsch machen bzw. wie es richtig geht.

Die insgesamt am häufigsten genannten (Einzel-)Aussagen über alle (Meta-) Kategorien hinweg wurden ebenso betrachtet. Sehr oft wird dabei z.B. der Wunsch geäußert, mehr Konsequenzen und Sanktionsmöglichkeiten bei Fehlverhalten von Schülerinnen und Schülern (und auch Eltern) „in die Hand zu bekommen“. Ebenso wird der Wunsch zum Ausdruck gebracht, dass die Eltern mehr Erziehungsarbeit leisten sollten. Das ist auch vor dem Hintergrund der jüngsten Medienberichterstattung über Schülergewalt, z.B. an der HTL Ottakring, nicht verwunderlich (z.B. Kronen Zeitung, 2019).

3 Interpretation und Bewertung/Diskussion

Die demografischen und inferenzstatistischen Ergebnisse einerseits und jene aus der offenen Frage 17 andererseits brachten in weiten Bereichen übereinstimmende Ergebnisse. Generell gilt: Der Lehrerberuf ist ein sehr herausfordernder, der die Betroffenen, unabhängig von der Schulart, überdurchschnittlich stark fordert und belastet.

Aufgrund der Größe und Zusammensetzung der Stichprobe, die sicherlich der relativ hohen Rücklaufquote geschuldet war, können diese Ergebnisse auch gut – jedenfalls auf das Bundesland Niederösterreich hin – verallgemeinert werden. Besonders am hohen Rücklauf ist zu erkennen, wie sehr das Thema den Lehrkräften ein Anliegen ist, noch dazu, wo der Fragebogen ungewöhnlich lang war.

Die Gründe für die Belastungen sind vielfältig: Sie reichen von gesundheitlichen Beeinträchtigungen, zeitlichen Belastungen, den fehlenden (adäquaten) Rahmenbedingungen über Belastungen durch Schülerinnen und Schüler, Erziehungsberechtigte, Vorgesetzte, Kolleginnen und Kollegen bis hin zu sonstigen Ursachen. Die größten Belastungsbereiche sind in Summe die überbordende Bürokratie, mangelndes Unterstützungspersonal in verschiedenen Bereichen, ungeeignete Arbeitsplätze, ständige Reformen – ohne die Möglichkeit, sich auf das pädagogische „Kerngeschäft“ konzentrieren zu können –, das mangelnde Image in der Öffentlichkeit und die fehlende Unterstützung der Erziehungsberechtigten, insbesondere auch im Umgang mit verhaltensschwierigen Schülerinnen und Schülern.

Unterschiede in den Ergebnissen ergeben sich bei der inferenzstatistischen Analyse da und dort zwischen der Auswertung der Einzelfragen zu Belastung und Stress und jener zu den Belastungsbereichen (z.B. Geschlecht, Lebens- und Dienstalster, Wochenstundenzahl). Anzumerken ist jedoch, dass bei den Belastungsbereichen der Stress als solcher nicht abgefragt wurde. Außerdem sind manche Korrelationen zwar signifikant, aber durch die annähernde Normalverteilung nicht sehr hoch. Auch wenn es bei der Faktorenanalyse eine Vermischung der Belastungsfaktoren aus einigen Bereichen gab, ließen sich letztlich die neun schon im Fragebogen unterschiedenen Belastungsbereiche eindeutig in die neun Faktoren trennen. Da jeweils ein sehr hohes Cronbachs Alpha vorlag und die Trennschärfe der Items ausreichend war, ermöglichte das eine Berechnung der Mittelwerte der Variablen und in weiterer Folge die Überprüfung der Hypothesen, was auch die Darstellung und Interpretation der Daten erleichterte. Insgesamt war damit eine aussagekräftige Auswertung möglich.

Die offene Frage nach den Lehrerwünschen deckte sich mit den deskriptiven Ergebnissen in den meisten Bereichen, lediglich wurden dort – neben vielen anderen Themen – deutlich mehr die Vorgesetzten und Teamprobleme als Stressor angesprochen als bei den quantitativen Items.

4 Empfohlene Maßnahmen an die Bildungspolitik

Die Ergebnisse aus der Studie zeigen ganz klare Linien vor, die verfolgt werden könnten, um die Belastungen oder zumindest das Belastungsempfinden österreichischer Lehrerinnen und Lehrer entsprechend zu reduzieren. Sehr wahrscheinlich wäre damit auch eine höhere Lehrergesundheit verbunden und wohl auch bessere Lehrer- und Schülerleistungen und am Ende vermutlich auch eine bessere Schule. Man darf ja nicht vergessen, dass auch die Mittelwerte für die gesundheitlichen Beeinträchtigungen, selbst wenn sie sich (noch) nicht im Top-Spitzenfeld der Belastungen befinden, doch einiges verschleiern: Mehr als die Hälfte der Befragten leidet unter Problemen mit Stimme, Stimmbändern und Kehlkopf, 56,5 % fühlen sich relativ müde durch den Job, fast 25 % sehr müde, 65 % erleben den Berufsstress als belastend, fast 43 % als stark belastend, nahezu 55 % fühlen sich erschöpft, über 35 % stark erschöpft. Immerhin ca. 12 % gaben an, unter Burnout zu leiden. Ebenso relativ hohe Werte weisen die Beeinträchtigung des Bewegungsapparats und des Nervensystems auf. Auch Kopfschmerzen dürften ein mehr oder weniger großes Problem im Zusammenhang mit Berufsbelastungen sein.

Was sind nun die Handlungsbereiche, die sich aus dieser Untersuchung empfehlen? Wo wären die Ansatzpunkte für Stakeholder und Verantwortungsträgerinnen und -träger im Schulsystem? Was kann die Lehreraus-, -fort- und -weiterbildung beitragen? In der Folge sollen Maßnahmen für die zentralen Problembereiche vorgeschlagen werden, wohl wissend, dass es da und dort Belastungen sind, die nicht direkt oder überhaupt nicht, etwa von der Bildungspolitik, beeinflusst oder nur schwer reduziert werden können (z.B. direkter Einfluss auf die Erziehungspraktiken der Eltern). Die Position in der folgenden Aufzählung impliziert deshalb zwar einerseits eine gewisse Dringlichkeit, jedoch ist andererseits jede Maßnahme sinnvoll, die

umgesetzt wird. Was es sicherlich nicht immer einfach macht, sind diverse Mehrfachzuständigkeiten im Schulsystem (und sogar darüber hinaus), aber auch das wäre – bei gutem Willen – lösbar. Wenn man so möchte, stellen die nun angeführten zehn Maßnahmenpakete bzw. Bausteine ein potentiell „Regierungsprogramm für die Schule“ dar, das Schritt für Schritt abgearbeitet werden könnte.

Maßnahmenpaket 1: *administrative, bürokratische Entlastung*

Maßnahmenpaket 2: *mehr Supportpersonal für den pädagogisch, psycho-sozialen Bereich*

Maßnahmenpaket 3: *bessere Rahmenbedingungen, Infrastruktur, Arbeitsplatzausstattung*

Maßnahmenpaket 4: *„Reformitis“ eindämmen – Konzentration auf Kernaufgaben der Schule*

Maßnahmenpaket 5: *besseres Image – mehr Anerkennung und Wertschätzung in der Öffentlichkeit*

Maßnahmenpaket 6: *mehr Erziehungsarbeit der Eltern bzw. konstruktivere Mitarbeit der Erziehungsberechtigten*

Maßnahmenpaket 7: *mehr Konsequenzen und Sanktionsmöglichkeiten bei Fehlverhalten von Schülerinnen und Schülern*

Maßnahmenpaket 8: *weniger Standardisierung, Kompetenzorientierung und zielgerichtete Qualitätssicherung*

Maßnahmenpaket 9: *schnellere fixe Anstellung, gerechtere Entlohnung, Leistungsanreize*

Maßnahmenpaket 10: *kompetentere Vorgesetzte – mehr Anerkennung bzw. Unterstützung „von oben“*

Zu all diesen Maßnahmenpaketen wurde im Forschungsbericht eine Reihe konkreter Vorschläge gemacht, die dort auch nachzulesen sind (siehe Projektbericht auf der Homepage der PH NÖ).

Auch die Lehrerbildung (Aus-, Fort- und Weiterbildung) muss sich den durch die Studie erhaltenen Ergebnisse stellen. Mehrere Handlungsoptionen werden hierzu exemplarisch vorgeschlagen:

- ✓ Schon bei der Auswahl der Studierenden muss es darum gehen, stabile, resiliente Persönlichkeiten zu finden, die in der Lage sind, mit den Berufsbelastungen adäquat umzugehen. Hier muss schon beim Aufnahmeverfahren viel mehr als bisher auf die Persönlichkeits- und Sozialkompetenzen abgestellt werden.
- ✓ In der Ausbildung sollte deutlich mehr auf mögliche Berufsbelastungen und adäquate Coping-Strategien eingegangen werden. Es muss ein realistisches Bild von den Herausforderungen und Belastungen im Lehrerberuf gezeichnet werden, damit es zu keinen falschen Erwartungen kommt.
- ✓ Insbesondere sollte der Bereich „Umgang mit Störverhalten“ bzw. Gewalt, sowohl was Präventions- als auch Interventionsmaßnahmen betrifft, vermehrt in den Blick genommen werden. Denn nur wer es schafft, einen angemessenen Ordnungsrahmen herzustellen, kann letztlich auch Wissen, Können bzw. Bildung effizient vermitteln. Dabei müssen pädagogische Maßnahmen ebenso deutlich und ausführlich analysiert werden wie rechtliche Möglichkeiten.
- ✓ Auch im Bereich Coping-Strategien muss verstärkt gearbeitet werden, etwa durch die Vermittlung von Anti-Stress-Programmen und Entspannungstechniken.
- ✓ Wenn man dem Humor jene Bedeutung beimisst, die ihm in der einschlägigen Literatur, aber auch in den vorliegenden Ergebnissen, zugeschrieben wird, wäre es in diesem Zusammenhang möglich, diverse Angebote an Humortrainingsprogrammen zu etablieren, damit Lehrerinnen und Lehrer den effektiven und bewussten Umgang mit Humor fördern können. Bisher finden sich solche Angebote jedoch eher noch in Deutschland und nur selten in Österreich.
- ✓ Wenn die Stimme als eines der kostbarsten Güter des Lehrerberufs besonders belastet ist, wie die Umfrage zeigt, dann wäre in alle Curricula wieder Sprech- und Stimmtraining verbindlich aufzunehmen.

- ✓ Differenzierungs- und Individualisierungsmaßnahmen in heterogenen Gruppen sollten nicht nur als Lippenbekenntnisse oder Appelle „gepredigt“ werden, sondern es müssen noch viel mehr als bisher praktische Möglichkeiten der Umsetzung so konkret wie möglich gelehrt werden.
- ✓ Da auch die Leistungsbeurteilung viele Lehrkräfte überdurchschnittlich stark belastet und auch ein stetiges Konfliktfeld mit Erziehungsberechtigten darstellt, wäre darauf auch im Bereich der Lehrerbildung ein markanter Fokus zu legen. In vielen Curricula wird dieser Aspekt derzeit noch stiefmütterlich behandelt, was angesichts der realen Herausforderungen im Berufsfeld absolut unangemessen erscheint. Jedenfalls müssen insbesondere die angehenden Lehrerinnen und Lehrer in aller Ausführlichkeit über pädagogische und rechtliche Aspekte dieses Themenbereichs informiert werden.
- ✓ Besonders in der Berufseinstiegsphase bzw. im Mentoring-Prozess ist es in Zusammenarbeit mit den Bildungsdirektionen notwendig in all diesen Bereichen Schwerpunkte zu setzen.

5 Zusammenfassung und Ausblick

Dies ist die größte Studie, die je in Österreich zu Lehrerb Belastungen durchgeführt wurde. Die Ergebnisse sind so eindeutig, dass sie den Verantwortungsträgerinnen und -trägern in unserem Schulsystem Anlass genug sein könnten, um den Beschäftigten jene Voraussetzungen zur Verfügung zu stellen, die ein noch erfolgreicherer pädagogischer Wirken ermöglichen. Allein die Fürsorgepflicht der unterschiedlichen Dienstgeber/innen gebietet es, auf die Lehrergesundheit zu achten. Denn nur gesunde Lehrpersonen können jene Leistungen erbringen und entfalten, die letztlich auch jenen zugutekommen, die die Zukunft unserer Gesellschaft ausmachen, nämlich den Schülerinnen und Schülern.

Die Ergebnisse bestätigen nicht nur ähnliche Studien, sondern gehen teilweise auch darüber hinaus. Dennoch wäre es noch interessant, die Untersuchung auf das gesamte Bundesgebiet auszudehnen, um repräsentative Ergebnisse für ganz Österreich zu erhalten. Dies könnte der logische nächste Schritt sein.

Die Befunde untermauern auch einige einschlägige und zentrale Forderungen der Lehrergewerkschaft (z.B. jene nach mehr Ressourcen und Unterstützungssystemen). Es wäre hoch an der Zeit, dass die Arbeitsbedingungen für Lehrkräfte (letztlich aber auch für Schüler/innen) ins Zentrum der Bemühungen der Bildungsverantwortlichen in Österreich rücken. Es muss wohl eine gemeinsame Kraftanstrengung von Bildungsministerium, den Bildungsdirektionen, den Schulerhaltern/-erhalterinnen, aber auch anderen Ressorts, wie etwa Finanz-, Sozial- und Familienministerium, wohl aber auch der Lehrerbildung an Universitäten und Pädagogischen Hochschulen, sein, um hier – an einem gemeinsamen Strang ziehend – für alle in der Schule lehrenden und lernenden Personen beste Rahmenbedingungen zu schaffen. Vielleicht wäre etwa eine Bildungsmilliarde, wie es sie schon einmal politisch als Bekenntnis zur Bildung gab, gerade jetzt wieder höchst an der Zeit. Die Vorschläge im Abschnitt 4 wären mögliche Leitlinien, wie mit dem Geld umgegangen werden könnte. Auch die Lehrerbildung muss hier ihren Anteil leisten.

Wir als Forscherteam sind davon überzeugt, dass es gelingen kann, die Situation für alle Betroffenen signifikant zu verbessern, wenn der Wille aller Beteiligten bzw. jedenfalls der relevanten Stakeholder dazu besteht.

Literatur

- Amann, T. (2004). Zur Berufszufriedenheit von Lehrerinnen: Erfahrungsbilanzen in der mittleren Berufsphase. Bad Heilbrunn/Obb.: Klinkhardt.
- Atz, H./Becker, U./Vanzo, E. (2006). Arbeitszeit und Arbeitsbelastung von Lehrpersonen in Südtirol. Illustrierter Ergebnisbericht zu einer empirischen Untersuchung. Bozen: Eigenverlag.
- Barth, A. R. (1992). Burnout bei Lehrern. Göttingen: Hogrefe.
- Baum, K./Hillert, A. (2014). Perspektiven für die Lehrergesundheit: „AGIL“ – Das Gruppenprogramm für Arbeit und Gesundheit im Lehrerberuf. *KEG paed – Aus der Praxis für die Praxis*, 7, 1-5.
- Beer, R. (2010). Schulische Arbeit aus Perspektive der Eltern und Kinder. *Erziehung und Unterricht*, 9-10, 776-783.
- Bieri, T. (2006). Lehrpersonen. Hoch belastet und trotzdem zufrieden? Wien: Haupt.

- Bengel, J./Lyssenko L. (2012). Resilienz und psychologische Schutzfaktoren im Erwachsenenalter. Stand der Forschung zu psychologischen Schutzfaktoren von Gesundheit im Erwachsenenalter. Köln: BZgA.
- BIFIE (Hrsg.). (2008). Talis-Lehrerbefragung 2008. Online: <https://www.bifie.at/talis> [25.02.2017].
- BIFIE (Hrsg.). (2015). Nationaler Bildungsbericht 2015. Online: <https://www.bifie.at/nbb2015> [25.02.2017].
- BIFIE (Hrsg.). (2019). Talis 2018. Online: <https://www.bifie.at/talis2018/> [21.06.2019].
- BMBWK. (Hrsg.). (2000). LehrerIn 2000. Untersuchung der Lehrerarbeitszeit nach Tätigkeitsfeldern und arbeitsmedizinische Untersuchung. Online: https://www.bmb.gv.at/schulen/sb/lehrerin2000_16164.pdf?5h6wdh [28.02.2017].
- Bröckelmann, W./Felten, M. (2002). Sind Sie streng? Zum Wandel von Abstand und Differenz in pädagogische Beziehungen. *Pädagogik*, 11, 23-26.
- Cihlars, D. (2012). Die Förderung der Berufszufriedenheit von Lehrkräften. Individuelle, soziale und organisationsbezogene Maßnahmen der schulischen Personalentwicklung. Bad Heilbrunn: Klinkhardt.
- Dick, R./Stegmann, S. (2007). Belastung, Beanspruchung und Stress im Lehrerberuf. Theorien und Modelle. In M. Rothland (Hrsg.), *Belastung und Beanspruchung im Lehrerberuf. Modelle, Befunde und Interventionen*. (S. 34-51). Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Die Presse (05. Dezember 2011). Das Image der Lehrer ist (auch) hausgemacht. Online: <http://diepresse.com/home/bildung/schule/lehrerbildung/714231/Das-Image-der-Lehrer-ist-auchhausgemacht> [28.02.2017].
- Die Presse (2014). Lärm in der Klasse zerrt an den Nerven der Lehrer. Online: <http://diepresse.com/home/bildung/schule/1582245/Laerm-in-der-Schule-zerrt-an-Nerven-der-Lehrer> [28.02.2017].
- Die Presse (30. Juli 2010). Schule: Jeder vierte Lehrer arbeitet Teilzeit. Online: http://diepresse.com/home/bildung/schule/584551/Schule_Jeder-vierte-Lehrer-arbeitet-Teilzeit [28.02.2017].
- Die Presse (2017). Stress-Studie. Am meisten leiden die Lehrer. Online: http://diepresse.com/home/wirtschaft/economist/5173560/StressStudie_Am-meisten-leiden-die-Lehrer [25.02.2017].
- Dopychai, A. (1988). Der Humor. Begriff, Wesen, Phänomenologie und pädagogische Relevanz. Dissertation. Bonn: Philosophische Fakultät der Rheinischen Friedrich-Wilhelm-Universität zu Bonn.
- Döring-Seipel, E./Dauber, H. (2010). Was hält Lehrer und Lehrerinnen gesund – die Bedeutung von Ressourcen, subjektiver Bewertung und Verarbeitung von Belastung für die Gesundheit von Lehrern und Lehrerinnen. Online: http://www.schulpaedagogik-heute.de/conimg/SH2_34.pdf [28.02.2017].
- Dorner, B. (2009). Berufszufriedenheit von Lehrerinnen und Lehrern und Bewältigungsstrategien für die Schwierigkeiten des beruflichen Alltags. München: Grin.
- Fasslabend, M./Dietrich, G. (2018). Persönlichkeit und Burnout-Risiko im Lehrerberuf. Eine quantitative Studie an 78 Pädagoginnen und Pädagogen in Wien und Niederösterreich. *Zeitschrift für Gruppentherapie und Beratung*, 3-4, 39-67.
- FAZ (2017). Missstände im Klassenzimmer: „Ich werde keinem Kind mehr gerecht.“ Online: http://www.faz.net/aktuell/gesellschaft/misstaende-an-deutschen-schulen-eine-lehrerin-berichtet-14871446.html?GEPC=s6&utm_medium=Social&utm_campaign=SF&utm_source=Facebook [25.02.2017].
- Förderverein für eine differenzierte Allgemeinbildung (Hrsg.). (2016a). Lehrerbelastung. Online: <http://www.bildungswissenschaft.at/index.php/zitate-l-bis-p/lehrerbelastung> [25.02.2017].
- Förderverein für eine differenzierte Allgemeinbildung (Hrsg.). (2016b). Image. Online: <http://www.bildungswissenschaft.at/index.php/zitate-f-k/image> [25.02.2017].
- Förderverein für eine differenzierte Allgemeinbildung (Hrsg.). (2016c). Support. Online: <http://www.bildungswissenschaft.at/index.php/zitate-r-bis-z/support> [25.02.2017].
- Förderverein für eine differenzierte Allgemeinbildung (Hrsg.). (2016d). Klassengröße. Online: <http://www.bildungswissenschaft.at/index.php/zitate-f-k/klassengroesse> [25.02.2017].
- French, R. B. (1997). The teacher as container of anxiety: Psychoanalysis and the Role of Teacher. *Journal of Management Education*, 21, 483-495.
- Fritsch, S. (2003). Die Leiden der Lehrer. Immer mehr Pädagogen haben „Beziehungskrankheiten“ wie Depressionen und Burnout. *Solidarität*, 3, 20-21.

- Fröhlich-Gildhoff, K./Rönnau-Böse, M. (2015). Resilienz und Resilienzförderung über die Lebensspanne. Stuttgart: Kohlhammer.
- Gehrmann, A. (2007). Zufriedenheit trotz beruflicher Beanspruchungen? Anmerkungen zu den Befunden der Lehrerbelastungsforschung. In M. Rothland (Hrsg.), *Belastung und Beanspruchung im Lehrberuf* (S. 185-203). Wiesbaden: Springer VS.
- Give (2013). Gesundheitsförderung für Lehrerinnen und Lehrer. Online: <http://www.bva.at/cdscontent/load?contentid=10008.549731&version=1391171435> [28.02.2017].
- Gruhl, M. (2014). Resilienz für Lehrerinnen und Lehrer. Kraft für die Schule und für mich. Freiburg im Breisgau: Kreuz.
- Hillert, A. et al. (2011). Lehrgesundheit: AGIL – das Präventionsprogramm für Arbeit und Gesundheit im Lehrerberuf. Stuttgart: Schattauer.
- Hillert, A. (2007). Psychische und psychosomatische Erkrankungen von Lehrerinnen und Lehrern. Konzepte, Diagnosen, Präventions- und Behandlungsansätze. In M. Rothland (Hrsg.), *Belastung und Beanspruchung im Lehrberuf. Modelle, Befunde, Interventionen* (S. 140-159). Wiesbaden: Springer VS.
- Hofinger, C. (2015). Image und Arbeitszufriedenheit von LehrerInnen in Österreich. SORA Institute for Social Research and Consulting. Online: <https://mitmachen.neustart-schule.at/page//PdZ/SORA%20Impulsreferat%20IV%20LehrerInnen%202015-12-01.pdf> [12.06.2016].
- Höflehner, M. (2017). Gewalt gegen Lehrerinnen und Lehrer. *aps*, 1, 10-13.
- Hofmann, F. et al. (2012). Gesundheit und Gesundheitsverhalten von Österreichs Lehrer/innen: Ergebnisse der Lehrer/innenbefragung 2010. Online: <http://www.gesundeschule.at/wpcontent/uploads/LBIHPR-LehrerInnengesundheit.pdf> [30.08.2016].
- Horvath, U. (21. August 2004). Ich wäre am liebsten davon gerannt. Stimmkrankheiten und psychische Probleme sind die häufigsten Krankheiten. *Der Kurier*, S. 48.
- Hotter, E. (2016). GÖD-Belastungsstudie Pflichtschullehrerinnen 2016. Online: http://www.oelb-fcg.at/wp-content/uploads/2016/08/belastungsstudie_2016.pdf [01.03.2017].
- Jehle, P./Schmitz, E. (2007). Innere Kündigung und vorzeitige Pensionierung von Lehrkräften. In M. Rothland (Hrsg.), *Belastung und Beanspruchung im Lehrberuf. Modelle, Befunde, Interventionen* (S. 160-184). Wiesbaden: Springer VS.
- Katschnig, T. (2004). Angst, Belastungen und Humor bei Lehrer/innen. Eine theoretische Auseinandersetzung und eine empirische Studie an Volksschullehrer/innen in Österreich. Wien: Lang.
- Kleine Zeitung (2014). Jeder fünfte Lehrer am Ende seiner Kräfte. Online: http://www.kleinezeitung.at/oesterreich/4601267/Hohe-BurnoutGefahr_Jeder-funfte-Lehrer-am-Endeseiner-Kraefte [28.02.2017].
- Klippert, H. (2006). Lehrerentlastung – Strategien zur wirksamen Arbeitserleichterung in Schule und Unterricht. Weinheim/Basel: Beltz.
- Klusmann, U./Rothland, M. (2016). Belastung und Beanspruchung im Lehrerberuf. In M. Rothland (Hrsg.), *Beruf Lehrer/Lehrerin. Ein Studienbuch* (S. 351-370). Münster: Waxmann.
- Krause, A./Dorsewagen, C. (2007). Ergebnisse der Lehrerbelastungsforschung: Orientierung im Forschungsdschungel. In M. Rothland Hrsg.), *Belastung und Beanspruchung im Lehrberuf. Modelle, Befunde und Interventionen* (S. 52-80). Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Kronen Zeitung (2019). Daten zeigen: Immer mehr Gewalt an unseren Schulen. Online: <https://www.krone.at/1923473> [22.06.2019].
- Kuiper, N. et al. (1993). Humor, Coping with Stress, Self-Concept, and Psychological Well-Being. *Humor – International Journal of Humor Research*, 6, 89-104.
- Linde, D. (2015). Wege zur Berufszufriedenheit als Lehrer. Online: http://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3662-47006-0_15 [18.08.2016].
- Martinek, D. (2010). Wodurch geraten Lehrer/innen unter Druck? *Erziehung und Unterricht*, 9-10, 784-791.
- Matschiner-Zollner, M. (2001). Die Gefühle des Lehrers als Schlüssel zu den Konflikten in der Klasse. In Wiener Psychoanalytische Vereinigung (Hrsg.), *Psychoanalyse für Pädagogen* (S. 53-72). Wien: Picus.
- Mitterbauer, E. (2016). Lehrer/innen-Beruf – Halbtagsjob, Nacht-Schicht-Arbeit, Hamsterrad? Online: <https://www.schule.at/news/detail/beruf-lehrerin-halbtagsjob-nachtschicht-hamsterrad.html> [28.02.2017].

- Morbitzer, D. (2009). Die Berufszufriedenheit von Lehrerinnen und Lehrern an den steirischen Berufsschulen. Dissertation. Online:
<http://unipub.unigraz.at/obvugrhs/search?operation=searchRetrieve&query=dc.subject%3D%22Berufszufriedenheit%22%20and%20vl.domain%3Dobvugr%20sortBy%20dc.title%2Fasc&lang=de> [30.08.2017].
- NDR (2007). Gewalt im Klassenzimmer. Eine Dokumentation. Online:
https://www.youtube.com/watch?v=ykoLM-_nM-I [25.02.2017].
- NDR (2013). Lehrer am Limit. Eine Dokumentation. Online: <https://www.youtube.com/watch?v=Ew8frW54XGU> [25.02.2017].
- OECD (Hrsg.). (2016a). OECD Reviews of School Resources – Austria. In Förderverein für eine differenzierte Allgemeinbildung (Hrsg.), *Support*. Online: <http://bildungswissenschaft.at/index.php/zitate-r-bis-s/support> [24.12.2018].
- OECD (Hrsg.). (2016b). PISA 2015 Results (Volume II): Policies and Practices for Successful Schools, Table II, 6.14. In Förderverein für eine differenzierte Allgemeinbildung (Hrsg.), *Statistiken – Support*. Online: <http://bildungswissenschaft.at/index.php/statistik/category/21-support> [24.12.2018].
- Oesterreich, C. (2015). Gesunde Lehrkräfte – guter Unterricht? Ausprägung und unterrichtliche Relevanz des beruflichen Beanspruchungslebens von Sportlehrkräften. Wiesbaden: Springer VS.
- Oswald, F. (1989). Schulklima. Die Wirkungen der persönlichen Beziehungen in der Schule. Wien: Universitäts-Verlag.
- Prenner, W. (2010). Lehrer werden ist nicht schwer – Lehrer sein dagegen sehr. *Erziehung und Unterricht*, 9-10, 792-795.
- Rissland, B. (2002). Humor und seine Bedeutung für den Lehrberuf. Bad Heilbrunn: Klinkhardt.
- Rothland, M. (Hrsg.). (2007): Belastung und Beanspruchung im Lehrerberuf. Modelle, Befunde und Interventionen. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Rothland, M. (2013). Beruf: Lehrer/Lehrerin – Arbeitsplatz: Schule. Charakteristika der Arbeitstätigkeit und Bedingungen der Berufssituation. In M. Rothland (Hrsg.), *Belastung und Beanspruchung im Lehrerberuf. Modelle, Befunde, Interventionen*. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Rothland, M. (2016). Der Lehrerberuf in der Öffentlichkeit. In M. Rothland (Hrsg.), *Beruf Lehrer/Lehrerin. Ein Studienbuch* (S. 67-86). Münster: Waxmann.
- Ruch, W./Heintz, S. (2016). The German Version of the Humor Styles Questionnaire. Psychometric Properties and Overlap With Other Styles of Humor. *Europe's Journal of Psychology*, 12(3). Online: <http://ejop.psychopen.eu/article/view/1116/pdf> [18.01.2017].
- Rudow, B. (1995). Die Arbeit des Lehrers. Zur Psychologie der Lehrertätigkeit, Lehrbelastung und Lehrer-gesundheit. Bern: Huber.
- Schaarschmidt, U. (2014). Lehrbelastung. In D. H. Rost (Hrsg.), *Handwörterbuch Pädagogische Psychologie*. Weinheim/Basel: Beltz.
- Schaarschmidt, U. (2005). Halbtagsjobber? Psychische Gesundheit im Lehrerberuf – Analyse eines veränderungsbedürftigen Zustandes. Weinheim/Basel: Beltz.
- Schaarschmidt, U./Kieschke, U. (Hrsg.). (2007a). Gerüstet für den Schulalltag. Psychologische Unterstützungsangebote für Lehrerinnen und Lehrer. Weinheim/Basel: Beltz.
- Schaarschmidt, U./Kieschke U. (2007b). Beanspruchungsmuster im Lehrerberuf. Ergebnisse und Schlussfolgerungen aus der Potsdamer Lehrerstudie. In M. Rothland (Hrsg.), *Belastung und Beanspruchung im Lehrerberuf. Modelle, Befunde und Interventionen* (S. 81-98). Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Schaarschmidt, U. (2012). Denkanstöße! Ein Beratungsangebot für Lehrerinnen und Lehrer. In U. W. Kliebisch, M. Balliet (Hrsg.), *LehrerHandeln: kompetent, effizient, kongruent* (S. 100-115). Baltmannsweiler: Schneider.
- Schaarschmidt, U./Fischer, A. (2013). Lehrgesundheit fördern – Schulen stärken. Ein Unterstützungsprogramm für Kollegium und Leitung. Weinheim/Basel: Beltz.
- Schwendenwein, W. (2000). Theorie des Unterrichtens und Prüfens. Wien: Facultas.
- Skaalvik, E.M. (2009). Teacher self-efficacy and teacher burnout: A study of relations. Online: <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0742051X09002479> [28.02.2017].

- Spenger, J. (2006). Ingenkamp reloaded. Eine empirische Untersuchung über Prognose und Realisierung von Schulerfolg. In Badener Vordrucke, Schriftenreihe zur Bildungsforschung, Sonderreihe, Band 3. Baden: Pädagogische Akademie des Bundes in Niederösterreich in Baden.
- Spenger, J. (2008). LehrerIn – eine bemitleidenswerte Profession. Oder: Jammern wird doch einmal erlaubt sein. In E. Rauscher (Hrsg.), *LehrerIn werden/sein/bleiben. Aspekte zur Zukunft der LehrerInnenbildung* (S. 291-299). Baden: Pädagogische Hochschule Niederösterreich.
- Statistik Austria (2018): Lehrpersonen. Online: https://www.statistik.at/web_de/statistiken/menschen_und_gesellschaft/bildung_und_kultur/formales_bildungswesen/lehrpersonen/index.html [28.08.2018].
- van Dick, R./Wagner, U./Petzelt, T. (1999). Arbeitsbelastung und gesundheitliche Beschwerden von Lehrerinnen und Lehrern: Einflüsse von Kontrollüberzeugungen, Mobbing und Sozialer Unterstützung. *Psychologie in Erziehung und Unterricht, 4*, 269-280.
- van Dick R./Stegmann, S. (2007). Belastung, Beanspruchung und Stress im Lehrerberuf – Theorien und Modelle. In M. Rothland (Hrsg.), *Belastung und Beanspruchung im Lehrerberuf. Modelle, Befunde, Interventionen* (S. 43-60). Wiesbaden: Springer VS.
- Wistermayer, L. (2017). Humor und Belastungen im Lehrerberuf. Masterarbeit. Wien: Institut für Bildungswissenschaft an der Universität Wien.
- Wistermayer, L. (2018). Humor und Unterrichtsqualität – Widerspruch oder unzertrennlich? Masterarbeit. Baden: Pädagogische Hochschule Niederösterreich.
- Zapf, D. (2002). Emotion work and psychological well-being: A review of the literature and some conceptual considerations. *Human Resource Management Review, 12*, 237-268.
- Zulliger, H. (1934). Pädagogen unterliegen dem Fluch der Lächerlichkeit. *Zeitschrift für psychoanalytische Pädagogik VIII*(11/12), 286-295.