

# Burnout-Risiko zukünftiger Lehrer\*innen Präventives Coachingangebot in der Ausbildung

Poterpin Elke, Scheidl Gerhard, Ziegler Michaela  
IBG, IEP

**Abstract:** Lehramtsstudierende der Primarstufe der Pädagogischen Hochschule Wien wurden in Bezug auf ihre psychische gesundheitliche Situation in den Fokus genommen. In Vollerhebung wurden Studierende der Studieneingangsphase hinsichtlich ihres Risikos, zukünftig Burnout zu erleiden, mittels Fragebogen untersucht. Ziel des Forschungsprojekts war das Identifizieren von Personen, die ein gesundheitliches Risikomuster in Bezug auf Stressbewältigung aufweisen. Hinweise auf Ausprägungen von Risikofaktoren konnten erfasst werden. Diese sollen weiterführend mit Untersuchungen von Studierendenkohorten der Folgejahrgänge verglichen werden. Die Ergebnisse dienen als Grundlage für spezielle und zielgerichtete Lehrveranstaltungsangebote im Rahmen des praxisbegleitenden Coachings, um Strategien im Umgang mit belastenden und herausfordernden Situationen erlernen zu können.

## Forschungsfrage / Ausgangspunkt

Das Gefühl des Ausgebrannt-Seins kann neben vielfältiger anderer Faktoren besonders aus chronischem Stressempfinden resultieren. Negative berufsbezogene Einstellungen und verringerte Leistungskraft können daraus folgen. Nach Reichl et al. (2014) trägt ein Anteil an Lehramtsstudierenden schon zu Beginn des Studiums ein höheres Burnout-Risiko als Studierende anderer Fachrichtungen. Daher interessiert:



Lassen sich bei Studienanfänger\*innen Burnout-Risikofaktoren identifizieren?



Sind Zusammenhänge zwischen Persönlichkeitsfaktoren, motivationalen Faktoren zur Wahl des Lehramtsstudiums Primarstufe und stressbedingter Verhaltens- und Erlebensmuster bei Studierenden erkennbar?

Ziel ist nicht das Verhindern einer möglichen Laufbahn als Lehrer\*in, sondern die Weiterentwicklung des Curriculums im Bereich der Coaching-Angebote im Rahmen der Ausbildung von Primarstufenlehrer\*innen an der PH Wien.

## Theoretischer Rahmen

Auf Basis des *Big-Five-Modells* (Rammstedt et al., 2012) soll die **Persönlichkeitsstruktur** zur Vorhersage auf Erlebensmuster und Bewältigungsverhalten profiliert werden. Nach Reichl et al. (2014) geht Neurotizismus mit den Burnout-Symptomen *emotionale Erschöpfung* und *Depersonalisierung* einher, während Extraversion, Verträglichkeit und Gewissenhaftigkeit moderate negative Korrelationen zu Burnout-Symptomen zeigen. Neurotizismus forciert ungünstiges Verhalten in herausfordernden Situationen (z.B.: Fokussierung auf negative Emotionen).

**Arbeitsbezogene und gesundheitsrelevante Erlebens- und Verhaltensweisen** sollen durch vier Bewältigungsmuster nach Schaarschmidt (2006) abgebildet werden: 1.) *Schonung*, 2.) *Gesundheit*, 3.) *Risiko A* durch Selbstüberforderung, hohe Verausgabungsbereitschaft, hohes Perfektionsstreben sowie geringe Distanzierungsfähigkeit und 4.) *Risiko B* durch hohe Resignationstendenz, geringe Ausprägungen in der offensiven Problembewältigung, ausbleibendes Erfolgserleben im Beruf und generelle Lebensunzufriedenheit.

Auf Basis motivationspsychologischer Erwartungs-Wert-Modelle (Kuhl, 1983) könnten intrinsisch oder extrinsisch determinierte **Motive zur Berufswahl** Hinweise auf Zusammenhänge mit stressbezogenen Risiken geben.

## Methode

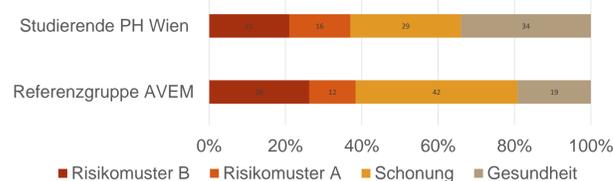
Quantitative Querschnittstudie:  
Datenerhebung mittels standardisierter Skalen per Online-Fragebogen im Rahmen einer STEOP-Lehrveranstaltung der Studienanfänger\*innen des Jahrgangs 2018.

- ✓ **NEO-FFI** (Körner et al., 2008): Persönlichkeitsinventar (n=238)
- ✓ **FEMOLA** (Pohlmann & Möller, 2010): Fragebogen zur Erfassung der Motivation für die Wahl des Lehramtsstudiums (n= 251)
- ✓ **AVEM** (Schaarschmidt, 2006): persönlichkeitsdiagnostisches Verfahren zur Früherkennung gesundheitlicher Risiken (n=256)

Zusammenführung der Einzelauswertungen (SPSS) zur Identifizierung von Risikopersonen.

## Ergebnisse

- Persönlichkeitsfaktor Neurotizismus (NEO-FFI): **19%** der Studierenden leiden unter **häufiger Anspannung und Nervosität**. Dieser Umstand führt bei 16% der Befragten zum Eindruck, starken Stressbelastungen ausgesetzt zu sein, die als nicht bewältigbar wahrgenommen werden.
- *Neurotizismus* korreliert hochsignifikant (Signifikanzniveau  $p=0,01$ ;  $n=231$ ) mit den AVEM-Dimensionen *Resignationstendenz*, *offensive Problembewältigung*, *innere Unruhe* und *Ausgeglichenheit*, *Lebenszufriedenheit* und *Erfolgserleben im Beruf*, die als herausragende Kennzeichen des **Risikotyps B** gelten.
- Der Persönlichkeitsfaktor *Gewissenhaftigkeit* korreliert hochsignifikant mit der AVEM-Dimension *Perfektionsstreben*, die als ein bedeutender Indikator des **Risikomusters A** gilt.
- Musterverteilung (AVEM) im Vergleich (Schaarschmidt & Fischer, 2003):



- Obwohl die große Mehrheit der Studierenden fachliches und pädagogisches Interesse als intrinsisch determinierte Faktoren für die Berufswahl angeben, zeigen sich die **extrinsisch determinierten Motive Nützlichkeit** (Freizeit haben, finanziell abgesichert sein) und **soziale Einflüsse als starke Argumente für die Berufswahl**. Es konnte jedoch kein signifikanter Zusammenhang zwischen extrinsischen determinierten Motivationsfaktoren zur Ergreifung des Lehramtsstudiums mit den im AVEM beschriebenen stressbedingten Risikomustern A und B festgestellt werden.

**Etwa jede\*r dritte Studierende (37%) weist ein gesundheitliches Risiko auf!**  
**Bei jeder/jedem fünften Studierenden (19%) wurde nach Zusammenführung der Einzelskalen hohes Burnout-Risiko festgestellt!**

## Diskussion der Ergebnisse / Ausblick

Durch die Erhebung gesundheitsförderlicher bzw. -gefährdender Verhaltens- und Erlebensweisen bei der Bewältigung von pädagogischen Arbeits- und Berufsanforderungen konnte eine beachtliche Anzahl von Lehramtsstudierenden identifiziert werden, die aktuell ein psychisches Gesundheitsrisiko aufweisen. Dieses Ergebnis verweist auf die Dringlichkeit, die Themen Stressanalyse und -prävention und Umgang mit herausfordernden Situationen aufzugreifen sowie die Reflexion der Studienwahlmotivation und des emotionalen und gesundheitlichen Zustands anzuregen. Die Klärung des professionellen Selbstverständnisses und die Korrektur unrealistischer und überhöhter (Typ A) bzw. enttäuschter (Typ B) berufsrelevanter Ansprüche wären wichtige Bausteine eines entsprechenden Coaching-Angebots, das allerdings als hochschulpädagogisches und nicht als therapeutisches Setting verstanden werden kann.

Spezielle Lehrveranstaltungen mit Themenschwerpunkten werden an der PH Wien nun angeboten, die von allen Studierenden je nach Interessenslage und persönlichen Bedürfnissen inskribiert werden können. Es gilt zu evaluieren, wie viele Studierende diese Angebote annehmen, wie diese bewertet werden und welche Wirkungen mittel- und langfristig festgestellt werden können.

## Literatur

- Körner, A. / Geyer, M. / Roth, M. / Drapeau, M. / Schmutzer, G. / Albani, C. / Schumann, S. / Brähler, E. (2008). Persönlichkeitsdiagnostik mit dem NEO-Fünf-Faktoren-Inventar: Die 30-Item-Kurzversion (NEO-FFI-30). In: *PPmP – Psychotherapie – Psychosomatik – Medizinische Psychologie*; 58: S. 238 – 245. Georg Thieme Verlag: KG Stuttgart New York.
- Kuhl, J. 1983. Erwartungs-wert-Modelle der Motivation. In: *Motivation, Konflikt und Handlungskontrolle*. Springer: Berlin, Heidelberg.
- Pohlmann, B. / Möller, J. 2010. Fragebogen zur Erfassung der Motivation für die Wahl des Lehramtsstudiums (FEMOLA). *Zeitschrift für Pädagogische Psychologie*, 24 (1), 73 - 84.
- Rammstedt, B. / Kemper, C. J. / Klein, M. C. / Beierlein, C. / Kovaleva, A. 2012. Eine kurze Skala zur Messung der fünf Dimensionen der Persönlichkeit: Big-Five-Inventary-10 (BFI-10). (GESIS-Working Papers, 2012/23). Mannheim: GESIS - Leibniz-Institut für Sozialwissenschaften. S. 3-32.
- Reichl, C. / Wach, S. / Spinath, F. M. / Brünken, R. / Karbach, J. 2014. Burnout risk among first-year teacher students: The roles of personality and motivation. In: *Journal of Vocational Behavior*. Volume 85, Issue 1, August 2014, S. 85-92.
- Schaarschmidt, U. 2006. AVEM - ein persönlichkeitsdiagnostisches Instrument für die berufsbezogene Rehabilitation. In *Arbeitskreis Klinische Psychologie in der Rehabilitation BDP* (Hrsg.). *Psychologische Diagnostik - Weichenstellung für den Reha-Verlauf*. Deutscher Psychologen Verlag GmbH: Bonn. S. 59-82.
- Schaarschmidt, U. / Fischer, A. 2003. *Arbeitsbezogenes Verhaltens- und Erlebensmuster (AVEM)*. Swets & Zeitlinger B.V., Lisse: Frankfurt am Main.