

Belastung und Beanspruchung von Lehrkräften

Schaarschmidt, Uwe und Kieschke, Ulf (2007)

Gerüstet für den Schulalltag

Beltz Verlag

Das Buch stellt erprobte Unterstützungsangebote und Interventionsprogramme zur Förderung der Lehrergesundheit vor – mit konkreten Handlungsempfehlungen für Lehrer/innen, Schulleitung und die Lehrerbildung.

Klippert, Heinz (2006)

Lehrerentlastung

Beltz Verlag

Der Band zeigt Mittel und Wege auf, wie Lehrkräfte, Kollegien und Schulleitungen im eigenen Regiebereich ansetzen können, um bestehende Belastungen wirksam abzubauen. Vertieft werden die entsprechenden Praxistipps und Erfahrungen durch mehr als 70 Arbeitsblätter, Fragebögen, Checklisten und sonstige Impulsmaterialien.

Schaarschmidt, Uwe und Fischer, Andreas W (2001)

Bewältigungsmuster im Beruf.

Göttingen: Vandenhoeck&Ruprecht.

Hier wird das diagnostische Verfahren AVEM (Arbeitsbezogenes Verhaltens- und Erlebensmuster) ausführlich dargestellt. Es geht also um den Aspekt der Verhaltensprävention: Was können und sollten - nach einer persönlichen Analyse - die Betroffenen tun, um gesundheitlichen Schädigungen vorzubeugen?

Schönwälder, Hans-Georg (o. J.):

Die Arbeitslast der Lehrerinnen und Lehrer.

Essen: Neue Deutsche Schule Verlagsgesellschaft

Das Buch enthält eine große Anzahl von empirischen Untersuchungsbefunden, Grafiken und Tabellen zu einzelnen Belastungsdimensionen, gewonnen aus Expertenbefragungen und Fragebogenerhebungen (N = 1162). Am Schluss steht ein „kurzer Abriss einer Theorie der pädagogischen Arbeit der Lehrer“ und Wege zu einer „angemessenen und gerechten Bestimmung der Arbeitsbelastung“.

van Dick, Rolf (1999).

Stress und Arbeitszufriedenheit im Lehrerberuf

Marburg: Tectum Verlag.

In dieser „Analyse von Belastung und Beanspruchung“ wird im Rahmen von drei Studien (mit einer Befragung von fast 1000 Lehrkräften aus insgesamt sieben Bundesländern) untersucht, „wie Lehrerinnen und Lehrer verschiedene Belastungen und Tätigkeitsmerkmale ihres Berufs wahrnehmen, und wie diese Wahrnehmungen mit körperlichen Beschwerden,

Burnout und Arbeitszufriedenheit zusammen hängen“. „Zur Erklärung der Zusammenhänge werden Konzepte aus der sozialpsychologischen, klinisch-psychologischen und organisationspsychologischen Forschung herangezogen“. Dabei werden im theoretischen Teil sehr fundiert die Begriffe „Stress“, „Burnout“, „soziale Unterstützung“, „Mobbing“ und „Arbeitszufriedenheit“ sowie entsprechende Untersuchungen dazu erläutert und referiert.

Rothland, Martin (2007)

Belastung und Beanspruchung im Lehrerberuf – Modelle, Befunde, Interventionen
VS Verlag für Sozialwissenschaften

Mit diesem Buch wird ein verständlicher und zusammenfassender Überblick der aktuellen Forschungsdiskussion vorgelegt. Der Leser erhält Einblicke in die aktuellen Modelle, Befunde, Präventions- und Interventionsansätze der Lehrerbelaugungsforschung.

Hammer, Wolfgang (2009)

Gesund im Lehrerberuf
Schneider Verlag

Im Mittelpunkt des Buches stehen Beschreibungen, wie man diese Situation des Burnouts vermeiden kann und wie man aus ihr herauskommt. Körperübungen sind genauso wichtig wie ein mentales Training, erleichternde Unterrichtstechnologien und philosophische Reflexionen gehören ebenfalls dazu.

E. Schiffer (2001)

Wie Gesundheit entsteht
Beltz Verlag

Salutogenese : Schatzsuche statt Fehlerfahndung

Unfallkasse Thüringen

Bausteine der Lehrergesundheit

Download als PDF-Datei unter www.ukt.de

Bayerischer Philologenverband

Lehrergesundheit – Wege zu Erfolg und Wohlbefinden

München 2005

Das Gros der Lehrerschaft wird sich wie bisher um weitgehend auf eigene Faust um Lösungen bemühen müssen, wie der Belastungsfalle zu entkommen und drohendem Burnout vorzubeugen ist. Durch die vorliegende Broschüre sollen sie dabei unterstützt werden. Nicht die theoretische Behandlung der Problematik steht hier im Mittelpunkt; wichtiger ist es den Autoren, über praxisbezogene Tipps und fundierte Arbeitshilfen zu informieren, die dem Schutz vor berufsbedingten Gesundheitsgefährdungen dienen und die Bewältigung des Lehreralltags erleichtern.

Bayerischer Philologenverband

Prävention statt Reaktion

Schulen brauchen gesunde Lehrerinnen und Lehrer
Berlin 2005

Auch wenn diese Schrift auf Grund der Komplexität des Themas etwas ausführlicher geraten ist, ist sie zur intensiven Lektüre empfohlen. Im Interesse der eigenen Gesundheit aber auch im Interesse eines leistungsfähigen und qualitätsorientierten Bildungswesens lohnt es sich, sich mit dem Thema genauer auseinander zu setzen.

Die Broschüre wendet sich nicht nur an Lehrkräfte und Verbandsmitglieder, sondern nachdrücklich an alle, die in unserem Staat und unserem Bildungswesen Verantwortung tragen, also die Politiker und Mitarbeiter in den Ministerien: Sie sind gefordert, sich für den Schutz und die Erhaltung der Gesundheit der Lehrerinnen und Lehrer einzusetzen.

Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin (2005)

Lehrergesundheit: Praxisrelevante Modelle zur nachhaltigen Gesundheitsförderung von Lehrern auf dem Prüfstand.

Workshop vom 06. Oktober 2004 in Berlin

Tagungsbericht mit Beiträgen zum Selbstmanagement und Burnout, sowie zu Themen wie: „Macht Schule krank?“ und „Nachhaltige Förderung der Gesundheit von Berufsschulkräften durch Organisationsentwicklung“

Download unter:

www.baua.de/nn_28854/de/Publikationen/Tagungsberichte/200-/Tb141_xv=vt.pdf

Udo W. Kliebisch/Roland Meloefski

LehrerAlltag – Erfolgreich handeln in der Praxis Band 1 und 2

Schneider Verlag Hohengehren GmbH

Das Buch vermag den Blick zu schärfen für einen komplexen, hinsichtlich seiner Anforderungen häufig diffus wirkenden Alltag, dessen Konturen nun wie durch eine Brille gesehen und erfasst werden können. Auf dieser Grundlage ist Bewältigung im angesprochenen Sinn erst möglich.

Inhaltliche Schwerpunkte

Band 1: Unterrichts- und Verhaltensstörungen, Konflikte in der Schule, Stress- und Stressbewältigung, Evaluation

Band 2: Klassenraum Management, Förderung, Zeit- Management, Selbst- Management des Lehrers.

Hans-Peter Boyken

Tobias stört – Vom richtigen Umgang mit schwierigen Schülern

Verlag: Academic Transfer

Für die notwendige Verhaltensänderungen einzelner SchülerInnen wurde ein Training in drei Stufen entwickelt und praktiziert:

Loben – Selbstbeobachtung – Konsequenzen

Hier werden nicht nur Ratschläge gegeben, wie man mit schwierigen Kindern umgeht, sondern es wird auch eine Einführung in „offenen Unterricht“ vermittelt. Je mehr Kinder selbstständig arbeiten können, umso mehr Zeit bleibt der Lehrkraft, sich intensiv sowohl um störende und schwächere als auch um besonders begabte SchülerInnen zu kümmern. Viele praktische Vorschläge, Cliparts, Arbeitsblätter und Auswertungsbögen sind als Kopiervorlagen auf der beiliegenden CD enthalten.

Ein äußerst hilfreiches Handbuch für den Grundschullehrer.