

Bernd Rudow

# Die Arbeit des Lehrers

Zur Psychologie der Lehrertätigkeit,  
Lehrerbelastung und Lehrergesundheit

Verlag Hans Huber  
Bern • Göttingen • Toronto • Seattle

# Inhaltsverzeichnis

Vorwort . . . . .	1
Kapitel 1. Warum Belastungs-, Beanspruchungs- und Gesundheitsforschung im Lehrerberuf? . . . . .	3
1.1. Einführung . . . . .	3
1.2. Perspektiven der Problembetrachtung . . . . .	4
1.3. Zusammenfassung der Diskussion zur Belastung im Lehrerberuf . . . . .	10
1.4. Hauptaufgaben und-ziele vorliegender Monographie. . . . .	10
Kapitel 2. Theoretisch-methodologische Grundkonzepte . . . . .	12
2.1. Das Tätigkeits- und Handlungskonzept . . . . .	12
2.1.1. Allgemeine Zusammenhänge zwischen Tätigkeit/Handlung und Belastung/Beanspruchung . . . . .	12
2.1.2. Eine handlungstheoretische Erweiterung des Modells der Lehrertätigkeit . . . . .	18
2.1.3. Folgerungen für die psychologische Analyse der Lehrertätigkeit unter dem Belastungs- und Beanspruchungsaspekt . . . . .	23
2.2. Das Konzept der psychischen Gesundheit . . . . .	25
2.2.1. Psychoprophylaxe und Psychohygiene . . . . .	26
2.2.2. Subkonzepte psychischer Gesundheit . . . . .	27
2.2.3. Zum Gesundheitszustand von Lehrern . . . . .	37
2.3. Zusammenfassung . . . . .	38
Kapitel 3. Eine theoretisch-methodologische Rahmenkonzeption zur Belastungs-Beanspruchungs-Sequenz in der Lehrertätigkeit . . . . .	40
3.1. Einführung . . . . .	40
3.2. Rahmenmodell der Belastung und Beanspruchung . . . . .	42
3.3. Analyse von Beanspruchungsreaktionen und -folgen in der Lehrertätigkeit . . . . .	53
3.4. Zusammenfassung . . . . .	58

Kapitel 4. Belastungen im Lehrerberuf . . . . .	59
4.1. Klassifikation von Belastungsfaktoren im Lehrerberuf . . . . .	59
4.2. Belastungsmodelle und Belastungsanalysen im Lehrerberuf . . . . .	74
4.2.1. Reizorientierte Modelle . . . . .	74
4.2.2. Stressorenmodelle . . . . .	76
4.2.3. Situationsmodelle . . . . .	78
4.2.4. Handlungsmodelle . . . . .	79
4.2.5. Das Modell der Mehrfachbelastung . . . . .	86
4.2.6. Das Modell der belastenden Lebens- und Tagesereig- nisse . . . . .	87
4.2.7. Folgerungen . . . . .	88
4.3. Zusammenfassung . . . . .	88
 Kapitel 5. Streß und Angst . . . . .	 90
5.1. Einführung . . . . .	90
5.2. Theoretische Aspekte . . . . .	90
5.3. Empirische Studien und Ergebnisse . . . . .	106
5.4. Forschungsstand und Folgerungen . . . . .	118
5.5. Zusammenfassung . . . . .	121
 Kapitel 6. Burnout . . . . .	 122
6.1. Theoretische Aspekte . . . . .	122
6.2. Empirische Studien und Ergebnisse . . . . .	140
6.3. Forschungsstand und Folgerungen . . . . .	150
6.4. Zusammenfassung . . . . .	153
 Kapitel 7. Arbeitszufriedenheit . . . . .	 155
7.1. Theoretische Aspekte . . . . .	155
7.2. Empirische Studien und Ergebnisse . . . . .	162
7.3. Forschungsstand und Folgerungen . . . . .	168
7.4. Zusammenfassung . . . . .	170

Kapitel 8. Prävention und Intervention: Maßnahmen gegen Fehlbelastungen bzw. negative Beanspruchungsreaktionen und -folgen . . . . .	172
8.1. Einführung . . . . .	172
8.2. Arbeits- und organisationsbezogene Maßnahmen . . . . .	173
8.2.1. Gestaltung von Arbeitsaufgaben . . . . .	173
8.2.2. Gestaltung von Arbeitsbedingungen . . . . .	175
8.2.2.1. Die Arbeitszeit . . . . .	175
8.2.2.2. Weitere Arbeitsbedingungen . . . . .	176
8.3. Gruppen- und individuumbezogene Maßnahmen . . . . .	178
8.3.1. Streßmanagement . . . . .	178
8.3.1.1. Entspannungsübungen . . . . . • • • /	178
8.3.1.2. Das Streßinokulationstraining . . . . .	179
8.3.1.3. Das Angstbewältigungstraining . . . . .	181
8.3.1.4. Das Belastungs-Management-Training . . . . .	182
8.3.2. Allgemeine Maßnahmen . . . . .	187
8.3.2.1. Gesundheitszirkel . . . . .	187
8.3.2.2. Verhaltenstraining . . . . .	189
8.3.2.3. Personenzentrierte Gesprächsgruppen . . . . .	190
8.4. Zusammenfassung . . . . .	191
 Literaturverzeichnis . . . . .	 192
Sachwortverzeichnis . . . . .	210