

„Ausgebrannte“ Lehrer – Klischee oder Realität?



Im Gespräch: Prof. K. Scheuch, F. Eiselt, F. Haubitz, Dr. R. Seibt (v.l.n.r.)

Aktuelle Studien zeigen, dass ein hoher Prozentsatz der Lehrer vorzeitig aus dem Beruf ausscheidet, frühzeitig pensioniert oder dienstunfähig wird. Bekanntheitsmäßig scheiden die meisten dieser Lehrkräfte aus

gesundheitlichen Gründen aus, insbesondere aufgrund psychosomatischer oder psychischer Erkrankungen. Als Ursachen dafür werden berufsbedingte chronische Überlastungssituationen diskutiert. Zur „Risikogruppe“ gehören bereits jüngere Lehrkräfte, und das bei einem bundesweiten Trend der zunehmenden Überalterung von Lehrerkollegien. Individuell ist die berufliche Belastung im Lehrerberuf aber sehr unterschiedlich.

Doch bevor es zu diesen Erkrankungen kommt, fallen die Betroffenen durch gesundheitliche Beeinträchtigungen auf. Burnout steht dann am Ende eines schleichend einsetzenden, langwierigen Prozesses und bedeutet so viel wie „Ausgebrannt Sein“. Das Krankheitsbild **Burnout-Syndrom** ist wissenschaftlich zurzeit noch nicht einheitlich definiert; es gibt keine eigenständige Krankheitsdiagnose, es ent-

hält aber klinische Symptome, die sich in einer psychosomatischen oder psychischen Krankheit manifestieren und langfristig zur Arbeitsunfähigkeit führen können. Die Betroffenen fühlen sich erschöpft und leer, sehen in ihrer Arbeit keinen Sinn und Nutzen mehr und verlieren den Glauben an sich selbst. Meist gehen vielfältige körperliche Beschwerden (z.B. Kopfschmerzen, Kreislaufprobleme, Schwindel, Magen-Darm-Beschwerden, Muskel- und Rückenschmerzen sowie psychische Beschwerden (z.B. Depression, Ängste) mit massiven Konzentrations- und Gedächtnisstörungen, Leistungs- und Antriebschwäche und einer ausgeprägten Müdigkeit einher. Charakteristisch sind auch verminderte Immunabwehr und Krankheitsanfälligkeit. Zudem neigen Burnout-Betroffene häufig zu Perfektionismus und verfügen in schwierigen Situationen nicht über

Tab. 1: Anamnesedaten und Burnout-Risiko (Selbstauskunft) für Lehrer im Vergleich zu Erziehern und Bürofachkräften

		Lehrer	Erzieher	Bürofachkräfte
Teilnehmerquote (in Prozent)		58	86	61
Altersdurchschnitt (Jahre)		45	44	43
Altersbereich (Jahre)		(25 - 61)	(22 - 61)	(20 - 60)
Durchschnittliche Dienstjahre		19	21	20
Durchschnittliche Arbeitszeit bei Vollbeschäftigten [h/Woche] ¹		45	36	40
Durchschnittliche Arbeitszeit bei Teilzeitbeschäftigten [h/Woche] ¹		35	31	26
Anteil von Teilzeitbeschäftigten (in Prozent)		14	69	23
Burnout-Syndrom: Komponenten [Punkte]				
Emotionale Erschöpfung (EM)	Mittelwert	2,6	1,4	1,9
- geringe EM: ≤ 2,0	Anteil [%]	33	82	67
- mittlere EM: > 2,0 - < 3,2	Anteil [%]	33	11	17
- hohe EM: ≥ 3,2	Anteil [%]	34	8	17
Zynismus (ZY)	Mittelwert	1,1	0,4	0,8
- geringer ZY: ≤ 1,0	Anteil [%]	64	86	75
- mittlerer ZY: > 1,0 - < 2,2	Anteil [%]	21	14	15
- starker ZY: ≥ 2,2	Anteil [%]	15	0	10
Leistungsfähigkeit (LF)	Mittelwert	1,0	0,6	0,7
- hohe LF: ≤ 4,0	Anteil [%]	66	80	0
- mittlere LF: > 4,0 - < 5,0	Anteil [%]	26	15	17
- geringe LF: ≥ 5,0	Anteil [%]	8	5	0
Burnout: Gesamtwert				
- keine Symptome: < 1,5				
- Symptome: ≥ 1,5 - < 3,5	Mittelwert	1,7	0,9	1,2
- Burnout: ≥ 3,5 - 6,0				

Anmerkung: ¹ bei Lehrern: incl. Aufsicht, Vor- und Nachbereitung, Korrektur, Eltern/Schülerarbeit, Verwaltung