

Florian BERENS, Göttingen

## **Stress und Coping im Vergleich von Fach- und Lehramtsstudierenden**

„*Burn-out bei Lehramtsstudenten: Schon der Nachwuchs brennt eher aus*“, titelt Spiegel Online am 8. Juli 2014 im Unispiegel und fügt als Untertitel hinzu: „*Lehrer macht ihre stressige Arbeit krank – so lautet das Klischee. Eine Studie zeigt jetzt: Bereits viele Studenten haben ein hohes Burn-out-Risiko.*“ (Greiner, 2014).

Die Autorin Lena Greiner greift im darauffolgenden Artikel die seit langem und weiterhin hohen Raten von Stress und Burnout im Lehrberuf auf und liefert zur Erklärung einen bis dahin kaum beachteten Ansatz: Sie sieht die Gründe für die im Vergleich zu anderen Berufen höhere Verbreitung stress-assoziiertes gesundheitlicher Beeinträchtigungen im Lehrberuf nicht, wie andere Autoren (z.B. Lattner, 2016; Scheuch, Haufe & Seibt, 2015; Sendera & Sendera, 2013), in den Anforderungen und Umständen des Berufes selbst, sondern vielmehr in den Personen, die den Lehrberuf ausüben. Lehrkräfte hätten schon vor Beginn ihrer Lehrtätigkeit in vielen Persönlichkeitsmerkmalen signifikant andere Profile als Personen anderer Berufe, und zwar in eine Richtung, die sie anfälliger macht für Stress, Burnout und andere gesundheitliche Stressfolgen (Greiner, 2014).

### **Hintergrund**

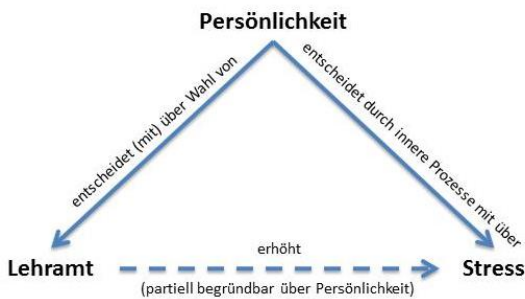
Greiner bezieht sich mit ihrem Artikel auf eine Untersuchung von Reichl, Wach, Spinath, Brünken und Karbach (2014). Die Forschergruppe vergleicht darin Lehramtsstudierende des ersten Studienjahres mit Psychologiestudierenden selben Semesters hinsichtlich der Big Five und der Arbeitsbezogenen Verhaltens- und Erlebensmuster (AVEM) nach Schaarschmidt. Die Ergebnisse zeigen, dass die befragten Gruppen sich in den Big Five, dem AVEM und dem Studieninteresse unterscheiden und dadurch stärkere Anfälligkeit für Stress in die spätere Berufstätigkeit mitbringen. Ob die Autoren tatsächlich von einer vollständigen Scheinkausalität zwischen Lehrberuf und Stress ausgehen oder die Persönlichkeit nur partiell als gemeinsame Begründung betrachten, bleibt dabei unklar.

Reichel und Kollegen sind allerdings nicht die einzigen, die die Beziehung zwischen Lehrberuf und Stress erweitern zu einem Beziehungsdreieck, in dem die Persönlichkeit die Wahl des Lehrberufs genauso beeinflusst wie das Stresserleben. Bereits ein Jahr zuvor hatten Römer, Drews, Rauin und Fabricius (2013) Lehramtsstudierende hinsichtlich AVEM mit einer Stichprobe von Jurastudierenden verglichen. Auch sie finden ungünstigere

Persönlichkeitsmuster im Lehramtsstudium, die Interessenprofile der Lehramtskandidaten waren allerdings günstiger als die der angehenden Juristen. Bezug nehmen die Autoren dabei auf den Entwickler des AVEM-Konzepts Uwe Schaarschmidt, der schon 2005 unterschiedliche Verteilungen der Muster in verschiedenen Berufen berichtet.

Ein Jahr nach Reichel und Kollegen legen Roloff Henoch, Klusmann, Lüdtko und Trautwein (2015) eine Studie vor, die Abiturienten in einem Paneldesign mehrmals zum AVEM befragt. Sie finden dabei keine signifikanten Unterschiede zwischen den späteren Lehramtsstudierenden und anderen Befragten. Während also unstrittig ist, dass im Lehrberuf Stress und seine gesundheitlichen Folgen stärker verbreitet sind als in anderen Berufen, liefert der neue Erklärungsansatz des Phänomens über Persönlichkeitsstrukturen uneinheitliche Ergebnisse. Die entsprechenden Studien weisen außerdem Einschränkungen bezüglich der verwendeten Vergleichsgruppen auf, die zu beheben sind.

Dieser Beitrag hat daher zum Ziel, eine eigene Betrachtung des Beziehungsdreiecks zwischen Lehrberuf, Stress und Persönlichkeit zu liefern. Neu dabei ist die gleichzeitige Betrachtung aller drei Aspekte, während genannte Studien Erkenntnisse über Stress nur literaturbasiert ohne eigene Empirie generierten. Zweitens liegt ein Hauptziel dieses Beitrags in der Prüfung möglicher Fachspezifität der beschriebenen Effekte. Während der Fachlichkeit in anderen Berufen eine große Rolle zugeschrieben wird, sind Unterschiede zwischen den Lehrkräften verschiedener Unterrichtsfächer erst in jüngster Zeit betrachtet worden. In der Erforschung von Stress haben Argumente der Fachspezifität bisher gar keine Rolle gespielt. Diese Arbeit wird hier argumentieren, dass alle beschriebenen Effekte in den Unterrichtsfächern verschieden wirken und dies empirisch prüfen.



**Abb. 1:** Beziehungsdreieck zwischen Persönlichkeit, Lehramtsstudium und Stress

## **Methode**

Kern dieser Arbeit ist eine quantitative empirische Studie, die sich als konfirmatorisch versteht. Als Grundgesamtheit werden Bachelorstudierende des gymnasialen Lehramts mit mindestens einem der Fächer Mathematik oder Politik und Bachelorstudierende, die mindestens zur Hälfte Mathematik oder Politikwissenschaften studieren betrachtet. Insgesamt wurden aus dieser Gruppe  $n = 303$  Bachelorstudierende der Universität Göttingen befragt. Sie gaben in einem selbst auszufüllenden Fragebogen Auskunft über Persönlichkeitsmerkmale im Sinne Arbeitsbezogener Verhaltens- und Erlebensmuster (AVEM), Stress (gemessen über den GHQ-12), Studieninteressen (nach FSI), Demographie und die zum Zeitpunkt der Befragung bevorstehende Prüfungsphase.

Auf Basis der gewonnenen Daten wird diese Untersuchung der Frage nachgehen, inwieweit der Stress im Lehramt fachspezifisch abhängig ist von der Persönlichkeitsstruktur. Verglichen werden dazu für die Fächer Mathematik und Politik jeweils Fachstudierende mit Lehramtsstudierenden.

## **Ergebnisse**

Die Beziehung zwischen Persönlichkeit und Wahl des Lehrberufs liefert erste Hinweise für Fachspezifität. Die Untersuchungen zeigen, dass die stressrelevanten Persönlichkeitsmerkmale in den Fächern Mathematik und Politik unterschiedlich gut geeignet sind, die Wahl des Lehrberufs zu prognostizieren. Während das entsprechende Modell im Bereich Mathematik ein  $R^2$  von  $R^2 = 20,68\%$  erreicht, kann Persönlichkeit im Bereich Politik nur  $R^2 = 7,73\%$  Varianz aufklären. Die Verknüpfung von Persönlichkeit und Entscheidung für den Lehrberuf scheint in Mathematik also stärker zu sein.

Für die Verbindung zwischen Persönlichkeit und Stresserleben in der Vorklausurenphase ergeben sich ebenfalls fachspezifische Unterschiede. Zwar belegen beide Gruppen, dass die AVEM tatsächlich großen Einfluss auf das Stresserleben in einer Prüfungsphase haben, die Effekte sind aber unterschiedlich stark ausgeprägt. Im Bereich Mathematik wird das Stresserleben mit einer Varianzaufklärung von  $R^2 = 63,54\%$  besser über die Persönlichkeit erklärt als im Bereich Politik mit  $R^2 = 51,31\%$ .

Betrachtet man insgesamt die Effekte von AVEM, Studieninteresse, Lehramtswahl und Kontrollvariablen auf das Stresserleben, lösen sich für beide Fächer die Unterschiede zwischen Lehramts- und Fachstudierenden auf. Unterschiede im Stresserleben gehen auf unterschiedliche Situationen in der Prüfungsphase und auf unterschiedliche AVEM zurück. Im Bereich Politik ergab sich schon für den Stress selbst kaum ein Unterschied zwischen Lehramt und Fach, während dieser im Bereich Mathematik mit  $b = 0,2271$

signifikant ist. Dieser Unterschied lässt sich aber über die Unterschiede in den AVE-M-Persönlichkeitsprofilen erklären.

Die Prüfung der Fachspezifität hat also insgesamt einige fachspezifische Effekte aufgetan, die sich vor allem auf die Wahl des Lehramtsstudiums beziehen. Der Einfluss der Persönlichkeit auf die Wahl ist unterschiedlich stark.

## Literatur

- Greiner, L. (2014). Burn-out bei Lehramtsstudenten: Schon der Nachwuchs brennt eher aus. *Spiegel Online*. <http://www.spiegel.de/unispiegel/jobundberuf/burnout-lehrerhaben-schon-im-lehramtsstudium-erhoehtes-risiko-a-979300.html>
- Lattner, K. (2015). *Arbeitsbezogene Belastungen, Stressbewältigungsstrategien, Ressourcen und Beanspruchungsfolgen im Erzieherinnenberuf: Eine Querschnittsanalyse zur psychischen Gesundheitsituation von frühpädagogischen Fachkräften in Niedersachsen*. Berlin: Freie Universität Berlin.  
[http://www.diss.fu-berlin.de/diss/receive/FUDISS\\_thesis\\_000000101138](http://www.diss.fu-berlin.de/diss/receive/FUDISS_thesis_000000101138)
- Reichl, C., Wach, F.-S., Spinath, F. M., Brünken, R. & Karbach, J. (2014). Burnout risk among first-year teacher students: The roles of personality and motivation. *Journal of Vocational Behavior*, 85, 85-92.
- Roloff Henoch, J., Klusmann, U., Lüdke, O. & Trautwein, U. (2015). Die Entwicklung beruflicher Selbstregulation: Ein Vergleich zwischen angehenden Lehrkräften und anderen Studierenden. *Zeitschrift für Pädagogische Psychologie*, 29, 151-162.
- Römer, J., Drews, F., Rauin, U. & Fabricius, D. (2013). Riskante Studien- und berufsrelevante Merkmale von Studierenden: Ein Vergleich von Lehramts- und Jurastudierenden. *Zeitschrift für Bildungsforschung*, 3, 153-173.
- Scheuch, K., Haufe, E. & Seibt, R. (2015). Lehrergesundheit. *Deutsches Ärzteblatt International*, 112, 347-358.
- Sendera, A. & Sendera, M. (2013). *Trauma und Burnout in helfenden Berufen: Erkennen, Vorbeugen, Behandeln – Methoden, Strategien und Skills*. Wien: Springer Verlag.