

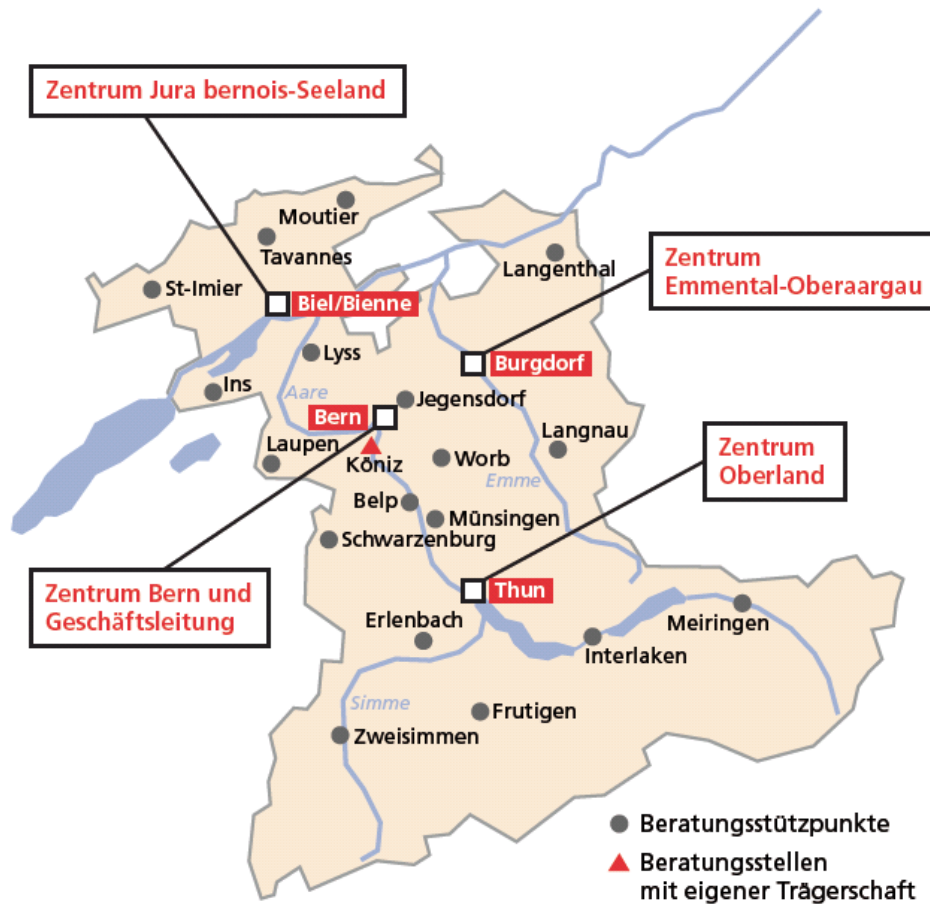


## «...with a little help from my friends»

Bedeutung, Bedingungen sowie Wirkungen sozialer  
Unterstützung im Lehrberuf

# Überall in Ihrer Nähe

- 4 Regionalzentren
- 18 Beratungsstützpunkte



## Bereiche

- Suchtberatung/Therapie
- Gesundheitsförderung / Prävention
- Sexualpädagogik



# Kontakt

Berner Gesundheit  
Gesundheitsförderung und Prävention  
Eigerstrasse 80  
3000 Bern 23

[www.bernergesundheit.ch](http://www.bernergesundheit.ch)

Cornelia Werner MA  
Organisationsberaterin, Coach, Supervisorin bso  
031 370 70 80  
cornelia.werner@beges.ch

# Huber - Rothland – Schaarschmidt..... ...und was es mit der sozialen Unterstützung auf sich hat



Prof. Dr. Stephan Gerhard Huber  
PH Zug, Institut für Bildungsmanagement &  
Bildungsökonomie



Prof. Dr. Martin Rothland  
Uni Siegen



Prof. Dr. Uwe Schaarschmidt, Uni  
Potsdam – jetzt im Ruhestand



# Gesundheitliche Risiken

Die Gründe für den hohen Anteil an gesundheitlicher Risiken liegen zum einen in unzureichenden persönlichen Voraussetzungen, zum anderen aber auch in den Bedingungen des Berufes selbst, d.h. in den (zum grossen Teil veränderbaren) problematischen Beanspruchungsverhältnissen.

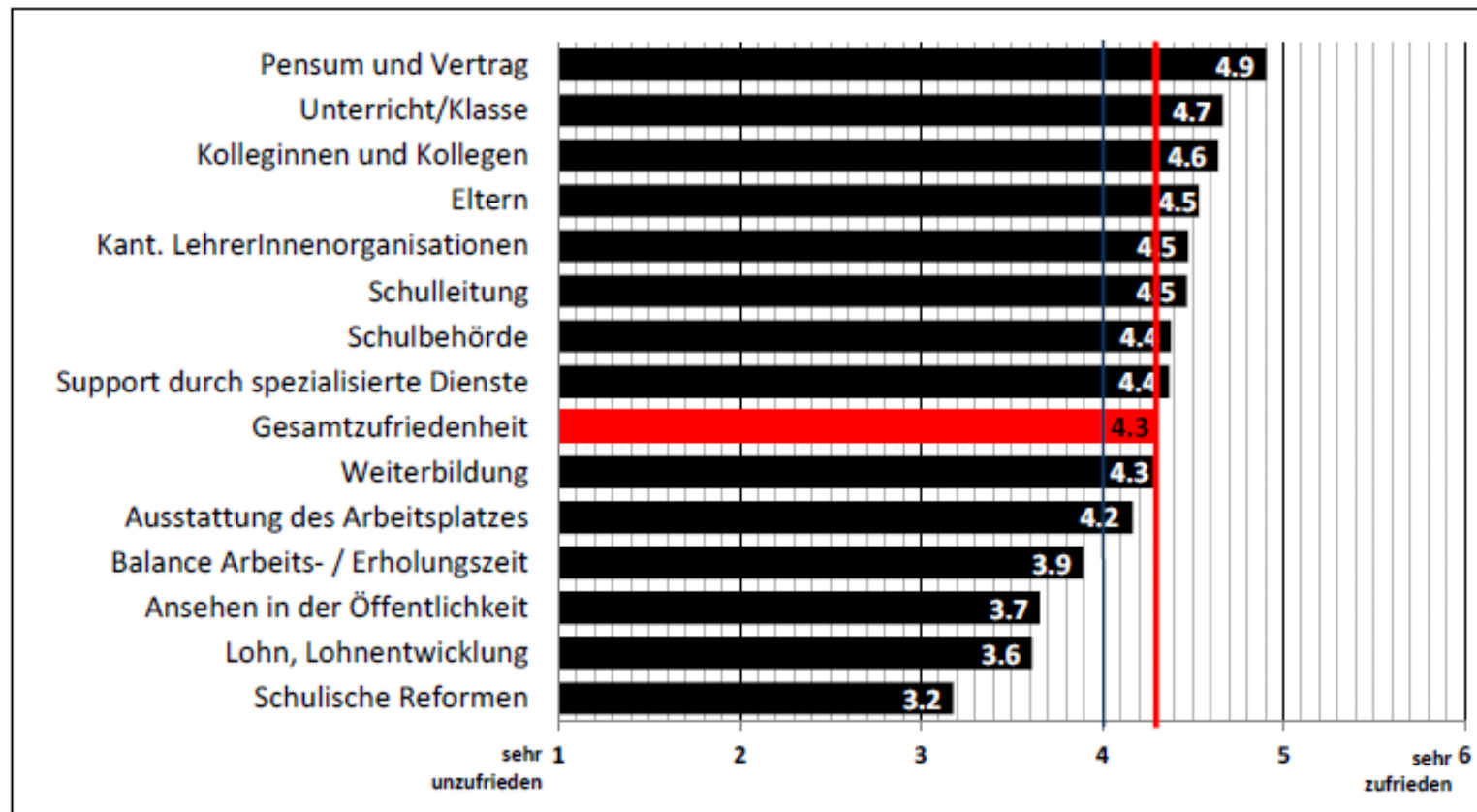
Uwe Schaarschmidt 2005





# Zufriedenheit mit Bereichen des Lehrberufs

Abbildung 24: Zufriedenheit mit Bereichen des Lehrberufs (alle LehrerInnen; N = 14'245)



# Arten sozialer Unterstützung

## Emotionale Unterstützung: z. Bsp.:

Emotionaler Rückhalt bei Problemen bekommen,  
mit anderen über Probleme sprechen können

## Praktische Unterstützung: z.. Bsp.:

Bei Bedarf Begleitung, aktiven Beistand oder konkrete Hilfen bekommen

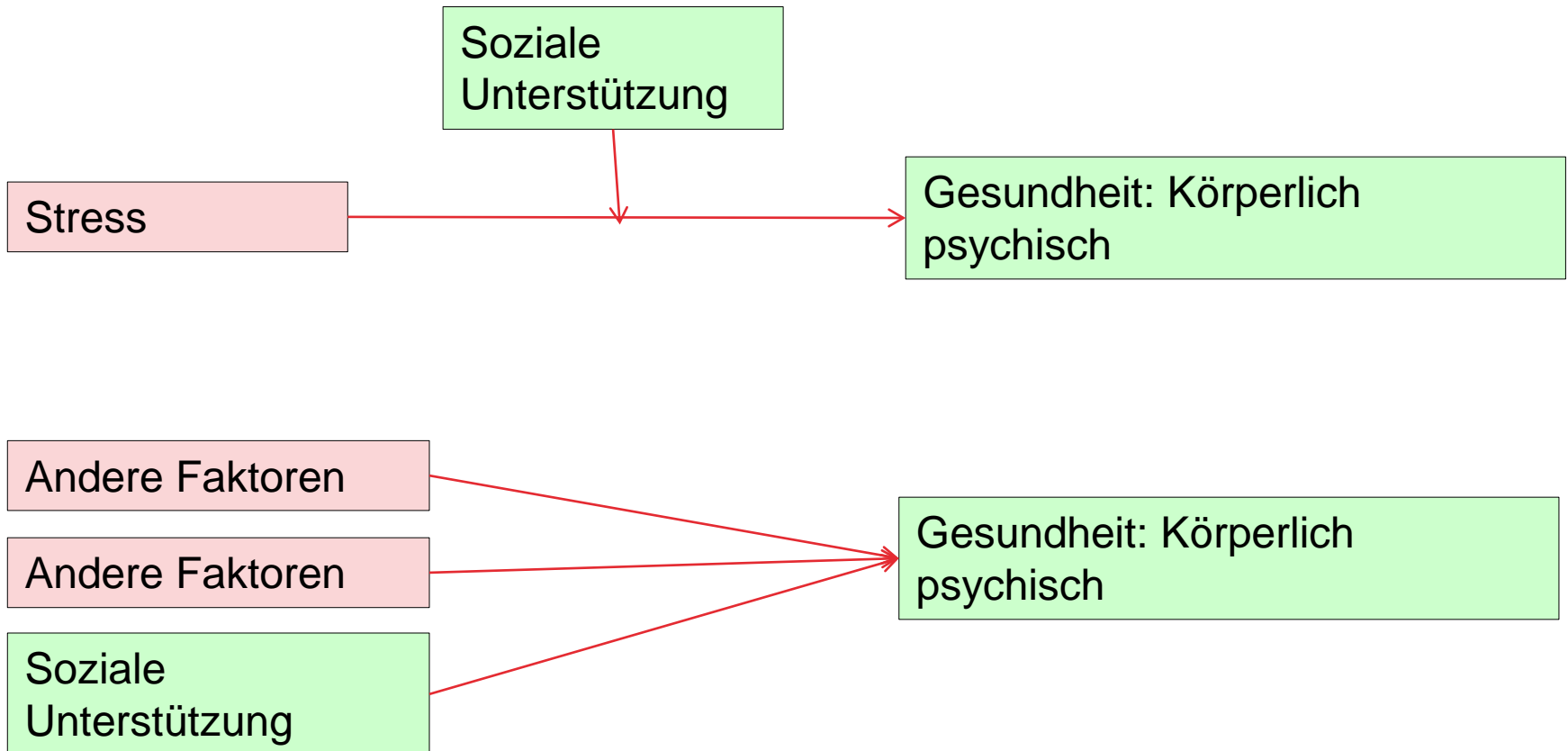
## Soziale Integration. z. Bsp.:

Beziehungssicherheit  
Vertrauenspersonen haben,  
Verfügbarkeit wichtiger Personen





# Die zentrale Frage: Wie wirkt soziale Unterstützung?







# Mobilisierung sozialer Unterstützung und ihre Wechselwirkungen

- Soziale Unterstützung ist (auch) das Ergebnis des aktiven Hilfesuchens => Wer soziale Unterstützung zu aktivieren versteht, erhält sie auch.
- Lehrpersonen, die keine Unterstützung erfahren, entwickeln mehr Zweifel an ihren eigenen sozialen Kompetenzen und ihrer sozialen Integration.
- Wer geringes Selbstvertrauen in die Fähigkeit hat, Unterstützung im Kollegium zu aktivieren, ist anfälliger auf die Entwicklung eines Burnout.



## Ein vorläufiges Fazit

1. Das salutogene Potential der sozialen Unterstützung hängt von verschiedenen Faktoren ab.
2. Fehlende Unterstützung begünstigt Burnout-Symptome.
3. Soziales Klima an der Schule ist als entscheidender Faktor für die Beanspruchungsverhältnisse am Arbeitsplatz ausgewiesen.

Die soziale Unterstützung im Kollegium und durch die Schulleitung kann als einer der bedeutendsten **gesundheitsrelevanten** Faktoren im Lehrberuf identifiziert werden.

# Behinderungen – oder erste Ansatzpunkte der Veränderung

## Individuelle Überzeugungen



# Behinderungen – oder erste Ansatzpunkte der Veränderung

## Strukturelle Barrieren





# Behinderungen – oder erste Ansatzpunkte der Veränderung

## Sozial kommunikative Kompetenzen



# Kooperationskultur: ein Schutz gegenüber potentiellen Risiken

- Standortbestimmung
- Kollegialität
- Kollegiale Fallbearbeitung
- Kommunikation über Unterricht, das Befinden, berufliche Erfolge und Schwierigkeiten
- Ressourcenorientierte Sichtweise





# Fazit



Gesundheit wird im Alltag hergestellt, dort wo Menschen leben, lieben, arbeiten und spielen.

Ottawa Charta, 1986

Gesundheitsbewusstes Handeln ist für eine so belastungsintensive Organisation wie die Schule unverzichtbar.

Brägger/Posse, 2007

Oder

**Es gibt keine Alternative!**

Vuille, 2004

# Die Pinguin-Geschichte – und was ich Ihnen wünsche



<http://www.youtube.com/watch?v=sY539oAsTb0>





D a n k e  
für Ihr  
Interesse!

