



Coaching kann Lehrergesundheit schützen

Lehrerinnen und Lehrer sollen die Kunst der Beziehungsgestaltung beherrschen

Lehrkräfte zählen zu den vom gefürchteten Burnout-Syndrom besonders betroffenen Berufsgruppen. Dass schulische Lehrkräfte unter den derzeit an Schulen gegebenen Bedingungen einen besonders anstrengenden Beruf ausüben, wird zunehmend anerkannt und durch Studien belegt.

In einer am **25. Mai 2010** im renommierten Journal „Psychotherapy and Psychosomatics“ veröffentlichten Studie konnte eine Freiburger Arbeitsgruppe unter Leitung von Dr. **Thomas Unterbrink** und Prof. Dr. **Joachim Bauer** nachweisen, dass Lehrkräfte, die an einem von medizinischen oder psychologischen Experten geleiteten Coaching-Kurs teilgenommen haben, eine Verbesserung objektiver Gesundheitsparameter zeigen. Das von Joachim Bauer und Thomas Unterbrink entwickelte Coaching zielt darauf ab, die Fähigkeit, mit schwierigen schulischen Situationen umzugehen, zu verbessern.

„Lehrkräfte üben einen Berufsberuf aus, in welchem interpersonelle Kompetenz nicht nur im Verhältnis zu ihren Schülern gefragt ist, sondern auch gegenüber Eltern und den eigenen Kollegen“, so Thomas Unterbrink. In früheren Studien hatten die Freiburger Mediziner nachgewiesen, dass die Lehrergesundheit vor allem durch Aggressivität im Klassenzimmer gefährdet ist. „Lehrer“, so Professor Joachim Bauer, „müssen nicht nur ihr Fach beherrschen, sondern auch die Kunst der Beziehungsgestaltung.“ Dafür seien sie oft nicht hinreichend ausgebildet. „Da wir aus der Stressforschung wissen, dass zwischenmenschliche Stressoren zu biologisch-körperlichen Erkrankungen führen können, war unser Ansatzpunkt, die Lehrergesundheit dadurch zu schützen, dass wir die Beziehungskompetenz von Lehrkräften stärken“, so Bauer. Dieser Ansatz hat sich jetzt als erfolgreich erwiesen.

Kontakt:

Universitätsklinikum Freiburg
Pressestelle

Heike Mensch
Tel.: 0761 270-1909

Benjamin Waschow
Tel.: 0761 270-1829

Claudia Wasmer
Tel.: 0761 270-2006

Breisacher Straße 62
79106 Freiburg

Fax 0761 270-1903

heike.mensch@uniklinik-freiburg.de
benjamin.waschow@uniklinik-freiburg.de
claudia.wasmer@uniklinik-freiburg.de
www.uniklinik-freiburg.de

Das Lehrkräfte-Coaching nach dem Freiburger Modell folgt einem Manual und umfasst zehn Sitzungen. Entwickelt haben es die Freiburger Mediziner im Rahmen des von der Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin (BAuA) geförderten, inzwischen abgeschlossenen Projektes „Lange Lehren“. Bisher unklar war, ob das Coaching-Programm tatsächlich in der Lage ist, objektive Gesundheitsparameter bei Lehrerinnen und Lehrern zu verbessern. Die jetzt publizierte randomisiert-kontrolliert durchgeführte und damit höchsten wissenschaftlichen Standards

entsprechende Studie zeigt nun eine signifikante Verbesserung bei stressbedingten, medizinisch relevanten Gesundheitsbeschwerden.

Die Ergebnisse der Freiburger Mediziner fanden bereits die Beachtung des baden-württembergischen Kultusministeriums. Auf einem bildungspolitischen Forum in Freiburg am **8. Mai 2010** hat die neu bestellte Kultusministerin Professor Dr. **Marion Schick** öffentlich mitgeteilt, das Freiburger Programm zu einem Teil der von der Landesregierung geplanten Maßnahmen zum Schutz der Lehrgesundheit machen zu wollen.

Die Studie ist nachzulesen im Journal „Psychotherapy and Psychosomatics“, Band 79, Seite 262-264, und unter <http://content.karger.com/produktedb/produkte.asp?doi=315133>

Kontakt:

Professor Dr. med. Joachim Bauer

Abteilung Psychosomatische Medizin und Psychotherapie
Universitätsklinikum Freiburg

Tel.: 0761/270-6539

E-Mail: joachim.bauer@uniklinik-freiburg.de

Fax: 0761/270-6885

Dr. Thomas Unterbrink

Abteilung Psychosomatische Medizin und Psychotherapie
Universitätsklinikum Freiburg

Tel.: 0761/270-6590

E-Mail: thomas.unterbrink@uniklinik-freiburg.de

Fax: 0761/270-6885