

# Ergebnisse aus einer retrospektiven Befragung von Lehrkräften zu Belastungen und psychischer Gesundheit während der Pandemie im Schuljahr 2020/21

Eine Zusammenfassung aus der Masterarbeit von Hemmerich (2022)

Studien aus Deutschland zeigen, dass die Corona-Pandemie nicht nur vielfältige neue Aufgaben und Belastungen im Bereich der Schule mit sich gebracht haben (z. B. Dreer & Kracke, 2020; Huber, 2020), sondern sich die mentale Gesundheit von Lehrkräften möglicherweise parallel dazu auch verschlechtert (Weißenfels et al., 2022). Jedoch fehlen bisher wissenschaftliche Untersuchungen dazu, welche pandemiebedingten Anforderungen von den Lehrkräften als am stärksten belastend erlebt wurden und welche Faktoren die Verschlechterung der psychischen Gesundheit bedingen könnten. Unsere Arbeitsgruppe ist deshalb mit einer retrospektiven Befragung diesen beiden Fragen nachgegangen.

Die Befragung wurde im Herbst 2021 online durchgeführt. Vollständige Daten wurden von 521 Lehrkräften im Alter zwischen 25 und 67 Jahren ( $M = 47.65$ ,  $SD = 9.71$ ) abgegeben. Wie in der Grundgesamtheit der Lehrkräfte ist der überwiegende Teil (70%) der Stichprobe weiblich. Angesprochen waren Lehrkräfte aus allen Bundesländern, rekrutierungsbedingt kam aber die Mehrheit (80%) der Teilnehmer\*innen aus Baden-Württemberg. Weitere Kenndaten können der Tabelle 1 entnommen werden.

**Tabelle 1**

*Soziodemographische und arbeitsplatzbezogene Variablen für die Stichprobe N=521*

Variable	Absolute Häufigkeit (Prozentualer Anteil)
Geschlecht	
Weiblich	363 (69.67)
Männlich	129 (24.76)
Sonstige	29 (5.57)
Bundesland	
Baden-Württemberg	433 (83.11)
Nordrhein-Westfalen	23 (4.41)
Bayern	13 (2.50)
Sonstige	42 (8.06)
Schulform	
Berufliche Schule	143 (27.45)
Gymnasium	132 (25.34)
Grundschule	93 (17.85)
Realschule	61 (11.71)
SBBZ <sup>a</sup> /Förderschule	53 (10.17)
Sonstige	39 (7.50)

<sup>a</sup> = Sonderpädagogisches Bildungs- und Beratungszentrum.

Für alle Fragen (bis auf die demographischen Angaben) waren die Lehrkräfte gebeten, sich an die Zeit im Schuljahr 2020/21 zu erinnern und rückblickend für die damalige Situation zu antworten.

Die teilnehmenden Lehrkräfte sollten auf einer Skala von „1=gar nicht“ bis „5=sehr“ beurteilen, als wie belastend sie einzelne **pandemiebedingte Anforderungen** im Schuljahr 2020/21 erlebt haben. Abbildung 1 zeigt, dass als mit Abstand am stärksten belastend die „Zusatzbelastungen durch ständig wechselnde Bestimmungen und Anforderungen“ angegeben wurde. Die „Mehrarbeit (allgemein)“ und die „organisatorische Umsetzung von Maßnahmen“ nahmen dahinter Rang 2 und Rang 3 ein. Interessanterweise waren „Fehlende Unterstützung durch Kollegium und/oder Schulleitung“ und „schwierige oder fehlende Kommunikation im Kollegium“ kaum als belastend wahrgenommen worden. Das Ranking aller erfragter Faktoren zeigt Abbildung 1.

## Abbildung 1

### *Belastungserleben einzelner Anforderungen*



Die **psychische Gesundheit der Lehrkräfte** im Schuljahr 2020/21 wurde mithilfe des Maslach Burnout Inventars (Maslach & Jackson, 1986) (MBI) erhoben. Der MBI ermittelt drei Burnout-Facetten: 1. „Emotionale Erschöpfung“ beschreibt das Gefühl, durch den arbeitsbezogenen Kontakt mit Menschen emotional überanstrengt zu sein. 2. „Zynismus“ meint

die Distanzierung von der eigenen Person, welche zynische Reaktionen gegenüber Empfänger\*innen der eigenen Dienst-/Lehrleistung hervorruft. 3. Die „Mangelnde persönliche Erfüllung“ bedeutet, dass eine Abnahme der eigenen Kompetenzen wahrgenommen wird. Büssing und Glaser (1998) haben eine Eistufung zu den erhobenen MBI-Werten vorgelegt. Danach weisen zwei Drittel (65.5%) der Stichprobe erhöhte Werte für die *Emotionale Erschöpfung*, fast ein Viertel (23.6%) für *Zynismus* und 4.6% für reduzierte *Persönliche Erfüllung* auf.

**Tabelle 3**

*Gefundene Zusammenhänge zwischen möglichen Prädiktoren und der psychischen Gesundheit von Lehrkräften*

<b>Variable</b>	<b>Gefundener Zusammenhang</b>	<b>Interpretation</b>	
Wegfallender Arbeitsweg	●	Kein Zusammenhang	
Betreuungsverpflichtungen	⊖	Negativ	Je mehr Betreuungsverpflichtungen, desto schlechter die psychische Gesundheit
Soziale Unterstützung	⊕	Positiv	Je mehr soziale Unterstützung, desto besser die psychische Gesundheit
Digitale Vorkenntnisse	⊕ / ⊖	Uneindeutig	
Austausch mit Schüler*innen	⊕	Positiv	Je mehr Austausch mit den Schüler*innen, desto besser die psychische Gesundheit
Angst vor einer Coronainfektion	⊖	Negativ	Je mehr Angst vor einer Coronainfektion, desto schlechter die psychische Gesundheit
Rahmenbedingungen der Schule vor Corona (in Bezug auf Digitalisierungsstand, Vernetzung, Qualität von Leitungsverantwortlichen und Kompetenzen für Krisenmanagement)	⊕	Positiv	Je besser die Rahmenbedingungen der Schule vor Corona, desto besser die psychische Gesundheit

Für die Frage nach den Einflussfaktoren auf die psychische Gesundheit der Lehrkräfte wurden hierarchische Regressionsanalysen mit allen erhobenen potentiellen Variablen durchgeführt. Die Ergebnisse zeigen, dass die Faktoren „Angst vor einer Coronainfektion“, „soziale Unterstützung“, „Betreuungsverpflichtungen“, „digitale Vorkenntnisse“, „Rahmenbedingungen der Schule vor Corona“ sowie der „direkte Austausch mit allen Schüler\*innen“ als **Prädiktoren für die psychische Gesundheit** der Lehrkräfte in der Pandemie fungieren. Die Ergebnisse dazu sind im Detail der Tabelle 3 zu entnehmen.

## **Fazit**

Insgesamt weisen die Ergebnisse der Befragung auf einen schlechten psychischen Gesundheitszustand von Lehrkräften in der Pandemie hin. Es zeigt sich aber, dass die Lehrkräfte offenbar Wege gefunden haben, im Kollegium und auch mit der Schulleitung in gutem Austausch zu bleiben und sich gegenseitig zu unterstützen. Dies ist auch mit Blick darauf wichtig, dass sich die soziale Unterstützung als protektiver Faktor für die psychische Gesundheit gezeigt hat. Außerdem scheinen neben persönlichkeitsabhängigen Faktoren gerade die Rahmenbedingungen einer Schule wesentlich zur Wahrung der Gesundheit beizutragen. Schulen sollten also ihren Digitalisierungsstand, die Vernetzung der Lehrerschaft, die Weiterqualifizierung und hier speziell die Kompetenzen für Krisenmanagement ihrer Leitungsverantwortlichen vorantreiben. Weitere praktische Maßnahmen, um Lehrkräfte in der Pandemie effektiv zu unterstützen ergeben sich, da die „Zusatzbelastungen durch ständig wechselnde Bestimmungen und Anforderungen“ am stärksten belastend erlebt wurden. Günstig wäre es also in der andauernden Pandemie oder in künftigen Krisensituationen, eingeleitete Maßnahmen wie z. B. den Distanzunterricht für einen längeren Zeitraum von vorneherein festzulegen, anstatt einen häufigen Wechsel des Unterrichtsmodells zu vollziehen. Dies sowie weitere Maßnahmen für die Praxis und Aufgaben für weitere Forschung sollten weiter diskutiert werden.

## **Quellen**

- Büssing, A., & Glaser, J. (1998). Managerial Stress und Burnout: a collaborative international study (CISMS); die deutsche Untersuchung. Technische Universität München, Lehrstuhl für Psychologie.
- Dreer, B., & Kracke, B. (2020). Befragung von Thüringer Lehrer\*innen während der durch die Corona-Krise bedingten Schulschließungen 2020—Bericht erster Ergebnisse. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.18224.71687>
- Huber, S. G. (2020). COVID-19 und aktuelle Herausforderungen in Schule und Bildung: Erste Befunde des Schul-Barometers in Deutschland, Österreich und der Schweiz. <https://doabooks.org/doi/fulltext&uiLanguage=en&rid=45543>
- Hemmerich, L.M. (2022). Unterrichten trotz Corona: Auswirkungen der Pandemie auf die psychische Gesundheit und den Coachingerfolg bei Lehrkräften. Albert-Ludwigs-Universität Freiburg, Unveröffentlichte Masterarbeit.
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1986). MBI: Maslach Burnout Inventory manual. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Weißenfels, M., Klopp, E., & Perels, F. (2022). Changes in Teacher Burnout and Self-Efficacy During the COVID-19 Pandemic: Interrelations and e-Learning Variables Related to Change. *Frontiers in Education*, 6, 736992. <https://doi.org/10.3389/feduc.2021.736992>