

Luise - ein Beitrag zur Lehrergesundheit?

Das Thema Lehrergesundheit spielt für Schule und Unterricht eine große Rolle.

Aktuell wird dies verschärft durch den aktuell diskutierten Lehrermangel, der durch Mehrarbeit der Lehrpersonen aufgehoben werden soll (FAZ vom 27.01.2023¹). Nach-coronabedingte Anforderungen an die Lehrpersonen sind unverändert hoch: So machen sich bei einem Drittel aller Jugendlichen, der aktuellen Copsy-Studie² des Universitätsklinikums Eppendorf zufolge, Versagensängste, Panikattacken, Suizidgedanken auch drei Jahre nach dem ersten Lockdown noch bemerkbar. Diese prekären persönlichen Konstellationen beeinflussen auch das Geschehen im Klassenzimmer.

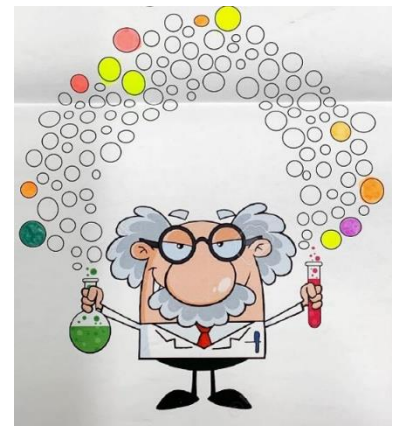


Abb: Illustration aus einem Luise-Projekt, durchgeführt an der Schule Euseigne, Kanton Wallis, Schweiz. Es zeigt einen Chemielehrer, der sich über die durch farbige Punkte symbolisierten Schülerleistungen freut.

Es gibt auch guten und störungsarmen Unterricht, während dem Schülerinnen und Schüler viel lernen, sie unter individuell gefördert werden und dies in einem lernförderlichen Klima stattfindet. Nach Helmke³ ist es zwar wahrscheinlich⁴, allerdings keine Garantie, dass die Gesundheit der Lehrkräfte dabei erhalten bleibt. In Überengagement, unrealistisch hohen Erwartungen oder mangelnder Unterstützung im Kollegium sieht er weitere gravierende berufliche Belastungsfaktoren.

Wie reagieren Lehrpersonen auf derartige Herausforderungen? Überlastung kann zu Verunsicherung führen. Unsicherheit im Umgang mit belasteten Schülerinnen und Schüler mag sich einstellen. Mangelndes Erleben von Wirksamkeit in Schulkontexten, in denen die verinnerlichten Unterrichtsrouinen nicht die gewünschten Wirkungen zeigen, wirkt sich negativ auf das Wohlbefinden von Lehrkräften aus. Mögliche Reaktionen sind verstärkte Bedürfnisse nach Kontrolle im Unterrichtsgeschehen, nach Erleben von Effektivität des eigenen Unterrichts und nach Wirksamkeit im beruflichen Handeln.

Eine Möglichkeit, um dies zu unterstützen, ist das Luise-Verfahren, im vollen Wortlaut: Lehrpersonen unterrichten und untersuchen integriert, sichtbar und effektiv⁵. Lehrpersonen bearbeiten in fünf Schritten eine pädagogisch-didaktische Knacknuss/Herausforderung des eigenen Unterrichts (z. B. mangelnde Lernaktivität im Unterricht). Ausgehend vom Veränderungsziel planen sie eine Unterrichtsintervention. Sie setzen dabei ein Erhebungsinstrument ein, das die Zielerreichung unterstützt, sichtbar und damit überprüfbar macht (z. B. eine Punktabfrage oder ein Zahlenstrahl)⁶. Lehrkräfte werden in ihrem selbstbestimmten Handeln von speziell hierfür ausgebildeten Luise-Coachs unterstützt.

Diese Erweiterung des beruflichen Handlungsrepertoires (z.B. für effektivere Klassenführung oder bessere Beziehungen im Schulalltag) trägt zur individuellen [Selbstwirksamkeits-Überzeugung](#)⁷ bei. Oft gehörte Aussagen von Luise-nutzenden Lehrkräften sind: *"Ich habe erfahren, dass ich mich persönlich entwickeln und meine Potentiale entfalten kann"* oder *"Ich weiß, dass ich im Unterricht handeln kann, wenn diese oder jene schwierige*

¹ <https://www.faz.net/aktuell/politik/inland/lehrermangel-empfehlungen-der-swk-bedeuten-mehrbelastung-fuer-lehrer-18633900.html>; <https://www.zeit.de/gesellschaft/schule/2023-01/lehrermangel-schulen-olaf-koeller-bildungsforschung-kmk> (15.01.2024).

² https://www.uke.de/allgemein/presse/pressemitteilungen/detailseite_128704.html (15.01.2024).

³ Helmke, A. u.a. (2018): Unterrichtsdiagnostik mit EMU. Evidenzbasierte Methoden der Unterrichtsdiagnostik. <http://www.unterrichtsdiagnostik.info/> (15.01.2024).

⁴ Wesselborg B. (2018): Lehrergesundheit. Ein empirische Studie zu Anforderungen und Ressourcen im Lehrerberuf aus verschiedenen Perspektiven, S. 204; Klusmann U., Kunter M., Trautwein U., Baumert, J.(2006): Lehrerbeltung und Unterrichtsqualität aus der Perspektive von Lehrenden und Lernenden. In: Zeitschrift für Pädagogische Psychologie Jahrgang 20, Heft 301 Jan 2006.

⁵ Beywl, W. et al. (2023). Lernen sichtbar machen – das Praxisbuch. Erfolgreich unterrichten mit dem Luise-Verfahren. Baltmannsweiler: Schneider Hohengehren.

⁶ <https://www.fhnw.ch/de/forschung-und-dienstleistungen/paedagogik/institut-weiterbildung-und-beratung/integrierte-schul-und-unterrichtsentwicklung-luise> (15.01.2024).

⁷ Siehe Hattie-Wiki auf www.lernensichtbarmachen.ch (22.2.2024)

Situation auf mich zukommt". Um dies zu erreichen, steht Lehrpersonen mit dem Luise-Verfahren ein Muster mit *Werkzeugkasten* zur Verfügung. Sie nutzen ihn, wenn immer sie im Unterricht anstehen.

Gehen Lehrpersonen davon aus, dass sie persönliche Wachstumsziele wirksam verfolgen oder Einfluss auf herausfordernde Situation nehmen können und glauben sie daran, Dinge nachhaltig verändern zu können, empfinden sie mehr Selbstvertrauen, Energie und Zuversicht in ihr professionelles Handeln. Sie entwickeln eine größere Ausdauer bei der Bewältigung von Aufgaben⁸. Sie haben gleichzeitig eine niedrigere Anfälligkeit für Angststörungen, Depressionen und nehmen mehr Erfolge im Berufsleben wahr⁹.

Selbstwirksamkeits-Überzeugung und die Erfolgs-Erfahrungen, die man mit dem eigenen Handeln macht, verstärken sich gegenseitig. Hier liegt die gesundheitsrelevante Stärke von Luise. Das Luise-Verfahren unterstützt problemorientiertes Coping¹⁰. Die Problemlösefähigkeit wird erhöht durch den Aufbau didaktischer Fähigkeiten – in Form von konkreter Planung, Handlung und Evaluation, welche die Wirkung der Interventionen sichtbar macht. Derartig gestärkt gelingt es Lehrpersonen eher, stressauslösende Situationen zu bewältigen.

Eine hohe Selbstwirksamkeits-Überzeugung meint u.a., dass man sich hoher Kompetenz und Leistungsfähigkeit zuschreibt. Damit ausgestattet suchen sich Lehrkräfte eher anspruchsvolle, schwierige Herausforderungen¹¹. Lehrpersonen mit einer geringen Selbstwirksamkeits-Überzeugung interpretieren herausfordernde Situationen eher als Bedrohung und reagieren oft punitiv, defensiv oder versuchen gar nicht, das Problem zu lösen. Macht eine Person immer wieder die Erfahrung, dass sie nicht selbstwirksam ist, interpretiert sie dies als Misserfolg. Wiederholte Misserfolge können schließlich zu einer erlernten Hilflosigkeit führen, so dass die Lehrpersonen nicht mehr daran glauben, etwas an der Situation ändern zu können¹². Der Weg in Richtung Burnout ist gebahnt.

Erfolg hingegen führt zu Bestätigung, bzw. zur Erhöhung der eigenen Fähigkeitseinschätzung, wodurch eine Spirale¹³ mit gesundheitsförderlicher Wirkung in Gang kommt. Nach Bandura¹⁴ wird die Selbstwirksamkeits-Überzeugung aus folgenden vier Quellen gespeist: 1. Schwierige Situationen meistern, 2. Beobachtung von Vorbildern, 3. Soziale Unterstützung, 4. Physiologische Reaktionen. Insbesondere die Aspekte 1–3 kommen im Luise-Prozess deutlich zum Tragen. Findet Unterrichtsentwicklung mit dem Luise-Verfahren zudem im gesamtschulischen Rahmen Akzeptanz, so zeigt sich eine "Kollektive Wirksamkeit" des Lehrpersonals. Das gegenseitige Zuschreiben von Kompetenz führt zum Abbau von Barrieren. Bei Schwierigkeiten im eigenen Unterricht suchen Lehrkräfte Unterstützung im Kollegium. Dies entlastet Lehrpersonen, und die Lernleistungen der Schülerinnen und Schüler profitieren¹⁵. Somit kann abschließend die Eingangsfrage nach dem Beitrag von "Luise" zur Lehrergesundheit eindeutig bejaht werden!

Autorenhinweis: Dr. Marcus Jäger, marcus.jaeger@uni-mannheim.de

Lehrer an der Carl-Benz-Schule, Mannheim; Lehrbeauftragter am Seminar für Ausbildung u. Fortbildung der Lehrkräfte Karlsruhe (Berufliche Schulen); Fallbesprechungsleiter u. Supervisor am Zentrum für Schulqualität und Lehrerbildung Baden-Württemberg; Lehrbeauftragter an der Universität Mannheim

⁸ Kunz Heim D., Sandmeier A., Hänggi Y., Safi N., Cina A. (2019): Training zum Umgang mit Unterrichtsstörungen: Effekte auf die Gesundheit von Lehrkräften. *Zeitschrift für Erziehungswissenschaft*: (2019) 22:925–944.

⁹ Bach A. (2022): Selbstwirksamkeit im Lehrberuf. Entstehung und Veränderung sowie Effekte auf Gesundheit und Unterricht, S. 144; von Wahlert J. (2018): Selbstmanagement, Selbstführung und Selbstfürsorge für Führungskräfte. In: Lohmer M., Sprenger B., von Wahlert J. *Gesundes Führen. Life-Balance versus Burnout im Unternehmen*. S. 79.;

¹⁰ Lüdtke K. (2019): Stressbewältigung für Lehrkräfte. Eine empirische Studie, S. 46.

¹¹ Wettstein A., Scherzinger M. (2022): Unterrichtsstörungen verstehen und wirksam vorbeugen., S. 63.

¹² Wettstein A., Scherzinger M. (2022): Unterrichtsstörungen verstehen und wirksam vorbeugen., S. 57-58.

¹³ In der Fachliteratur wird dieser Zusammenhang auch als "High Performance Cycle" bezeichnet (nach Locke und Latham 1990, zitiert in Wollsching-Strobel U. (2014): *Selbstmanagement und exzellente Leistung*, S. 73.

¹⁴ von Wahlert J. (2018): S. 80.

¹⁵ Beywl, W. und Pirani K. (2023). Selbstwirksames Kollegium - Hebel für Lernfortschritte. *Schulblatt Aargau und Solothurn*. 2023. Bd. 23, Nr. 8, S. 37. DOI 10.26041/fhnw-4875. Verfügbar unter: <https://doi.org/10.26041/fhnw-4875>; Beywl, W. (2019). Vom Miteinander überzeugte Lehrpersonen steigern die Lernerfolge. Kollektive Wirksamkeitserwartung als Angelpunkt der Schulentwicklung. *Journal für Schulentwicklung*. 2019. Bd. 23, Nr. 1, S. 50–53. DOI 10.26041/fhnw-1728.