

Belastung und Resilienz von Sportlehrern. Eine Mixed-Method-Studie mit Sportlehrern an Gemeinschaftsschulen im Saarland

Pamela Klotti-Franz

Universität des Saarlandes

Themenschwerpunkt: Psychische Gesundheit von Sportlehrkräften

Einleitung

Sportlehrer haben in ihrem Berufsalltag vielfältige Aufgaben zu erfüllen. Hinzu kommen zahlreiche Belastungsquellen wie Disziplinprobleme, Lärm, Stimme, schlechte Sportstättenausstattung o. a. (z. B. Voltmann-Hummes., 2008). Während sich einige dann aus dem Fach Sport zurückziehen oder vorzeitig den Dienst quittieren, überstehen andere Sportlehrer ihre Berufsbiographie weitestgehend unbeschadet. Es drängt sich die Frage auf, ob letztgenannte möglicherweise über eine bessere psychische Widerstandsfähigkeit, Resilienz verfügen. Diese gilt als die Fähigkeit, schwierige Situationen „unter Rückgriff auf persönliche und sozial vermittelte Ressourcen zu meistern und als Anlass für Entwicklung zu nutzen“ (Welter-Enderlin, 2006, zit. n. Fröhlich-Gildhoff, 2011, S. 10). Vor dem Hintergrund der Fragestellung, ob Resilienz ein Prädiktor für Belastung sein kann, wurde eine Mixed-Method-Studie durchgeführt.

Methodik

10 Sportlehrer (Alter: $M = 52 \pm 8,6$ Jahre; Dienstalster: $19,2 \pm 7,3$ Jahre) wurden mittels eines Leitfadenterviews befragt. Zur Messung der Resilienz und des allgemeinen habituellen Wohlbefindens kamen der RS-13 Resilienzfragebogen (Leppert, Koch, Brähler & Strauß, 2008) sowie der FAHW-12 Fragebogen (Wydra, 2014) zum Einsatz. Die Auswertung der qualitativ gewonnenen Daten erfolgte über die inhaltlich-strukturierende Inhaltsanalyse.

Ergebnisse

Die befragten Sportlehrer waren mittelgradig belastet ($M = 2,1$; $SD = .74$). Die Resilienz lag im moderaten Bereich ($M = 1,6$; $SD = .70$ /Rangwert; $M = 70,9$; $SD = 9,7$ /Punktwert). Das Wohlbefinden liegt im durchschnittlichen Bereich ($M = 3,2$; $SD = 1,48$ /Rangwert; $M = 10,4$; $DS = 6,5$ /Punktwert) und korreliert im einseitigen Spearman-Rho-Korrelationstest statistisch signifikant mit dem Grad der Belastung ($r = 0.75$; $p = .007$). Es konnte kein statistischer Zusammenhang zwischen der Belastung und der Resilienz nachgewiesen werden (Rang- /Punktwert: $r = 0.26$; $p = .236$ / $r = -0.46$; $p = .089$). Entgegen aller Erwartung waren die Untersuchungsteilnehmer mit ihrer Arbeit zufrieden.

Diskussion

Der nicht vorhandene Zusammenhang zwischen Belastung und Resilienz wird darauf zurückgeführt, dass der RS-13 als Messinstrument ungeeignet für Lehrer zu sein scheint. Interviewaussagen verschiedener Untersuchungsteilnehmer lassen auf eine deutlich höhere Resilienz schließen, als dies der verwendete Fragebogen gezeigt hat. Ein möglicherweise geeigneteres Messinstrument wurde entwickelt. Resilienzförderung stellt sowohl für (Sport-)lehrer als auch für Schulleiter sowie das gesamte System einer Schule einen wichtigen Grundstein der Gesundheitsförderung in Schulen dar.

Schlüsselwörter

Sportlehrer, Belastung, Resilienz, Gesundheitsförderung, Mixed-Method

Literatur

- Fröhlich-Gildhoff, K., & Rönna-Böse, M. (2011). Resilienz (2. Ausg.). München: Ernst Reinhardt.
- Leppert, K., Koch, B., Brähler, E., & Strauß, B. (2008). Die Resilienzskala (RS) - Überprüfung der Langform RS-25 und einer Kurzform RS-13. *Klinische Diagnostik und Evaluation*, 2, 226-243.
- Voltmann-Hummes, I. (2008). Traumjob Sportlehrer/in? Belastungserleben und Selbstwirksamkeitserwartung von Schulsportlehrkräften. Göttingen: Cuvillier.
- Wydra, G. (2014). Der Fragebogen zum allgemeinen habituellen Wohlbefinden (FAHW und FAHW-12). Entwicklung und Evaluation eines mehrdimensionalen Fragebogens. 5. überarbeitete und erweiterte Auflage.