

Produkte aus der reflektierten Praxis: eine Ausbildungskonzeption und Lehr-/Lernwerkzeuge zum Umgang mit Stress bei (angehenden) Sportlehrkräften

Dr. Fabian Pels, Alina Schäfer und Dr. Birte von Haaren-Mack

Einleitung

- Sportlehrkräfte sind vielfältigen fachspezifischen Beanspruchungen ausgesetzt (z.B. Lärm) (von Haaren-Mack et al., 2017).
- Referendare/-innen erleben mehr Stress als Sportlehramtsstudierende und erfahrene Sportlehrkräfte (Schäfer et al., in Vorbereitung).
- Oftmals verfügen (angehende) (Sport-)Lehrkräfte für den Umgang mit Stress nur über Zufallsroutinen (Herrmann & Hertramph, 2000).

Im Sinne einer wissenschaftlich reflektierten Praxis ist es daher ein Ziel des Projektes „Schulsport2020“, Produkte für die Aus- und Weiterbildung von (angehenden) Sportlehrkräften zum Umgang mit Stress zu entwickeln.

- Die Entwicklung der Produkte besteht zunächst aus (1) der Ableitung einer **Ausbildungskonzeption**, die zu erwerbende Kompetenzen definiert. Darauf aufbauend werden (2) **Lehr-/Lernwerkzeuge** für den Erwerb ebendieser Kompetenzen erstellt. Hierbei sollen die Produkte
 - theorie- und/oder empirie-basiert erstellt werden,
 - möglichst in allen drei Phasen der Lehrer/-innen(aus)bildung eingesetzt werden können und
 - durch Partizipation der relevanten Akteure (z.B. Dozierende der Universitäten, (Sport-)Lehrkräfte, ZfsL) erstellt werden.

(1) Ableitung einer Ausbildungskonzeption

Stress ist ein Prozess (s. Abb. 1), in dem zur Bewältigung ein Gleichgewicht zwischen Beanspruchungen und vorhandenen Bewältigungsressourcen hergestellt werden muss. Abgeleitet aus **unterschiedlichen Phasen des Stressprozesses** und Fokusgruppen-Interviews mit Sportlehrkräften können **vier zu erwerbende Kompetenzen** definiert werden: (1) Identifikation belastender Faktoren, (2) Aufbau von Ressourcen, (3) Regulation von stressbezogenen Reaktionen, (4) erfolgreicher Umgang mit stressreichen Situationen (Coping). Diese vier Kompetenzen sollen jeweils ein Aus-/Weiterbildungsmodul definieren.

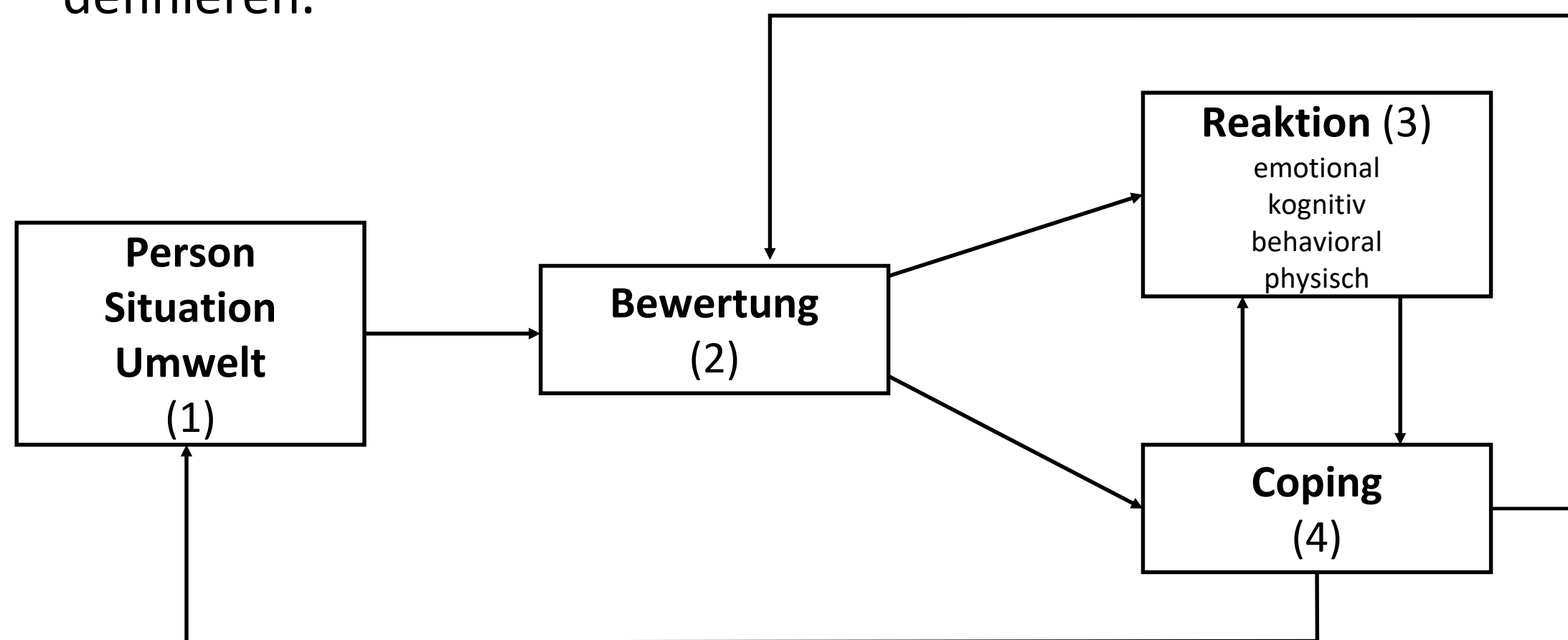


Abb. 1. Vereinfachte Darstellung des transaktionalen Stressprozesses in Anlehnung an Lazarus (1981).

(2) Entwicklung von Lehr-/Lernwerkzeugen

Für die Aus-/Weiterbildungsmodule werden zwei Formen von Lehr-/Lernwerkzeugen entwickelt (s. Abb. 2):

- (1) **Lehr-/Lernbausteine**, die Unterrichtssequenzen jedes Moduls definieren und berücksichtigen, dass das Erlernen der Kompetenzen in Anlehnung an Blooms Taxonomie von Lernzielen (Bloom, 1956) zyklisch erfolgen soll.
- (2) **Arbeitsmaterialien**, die (flexibel) in den Lehr-/Lernbausteinen eingesetzt werden können.

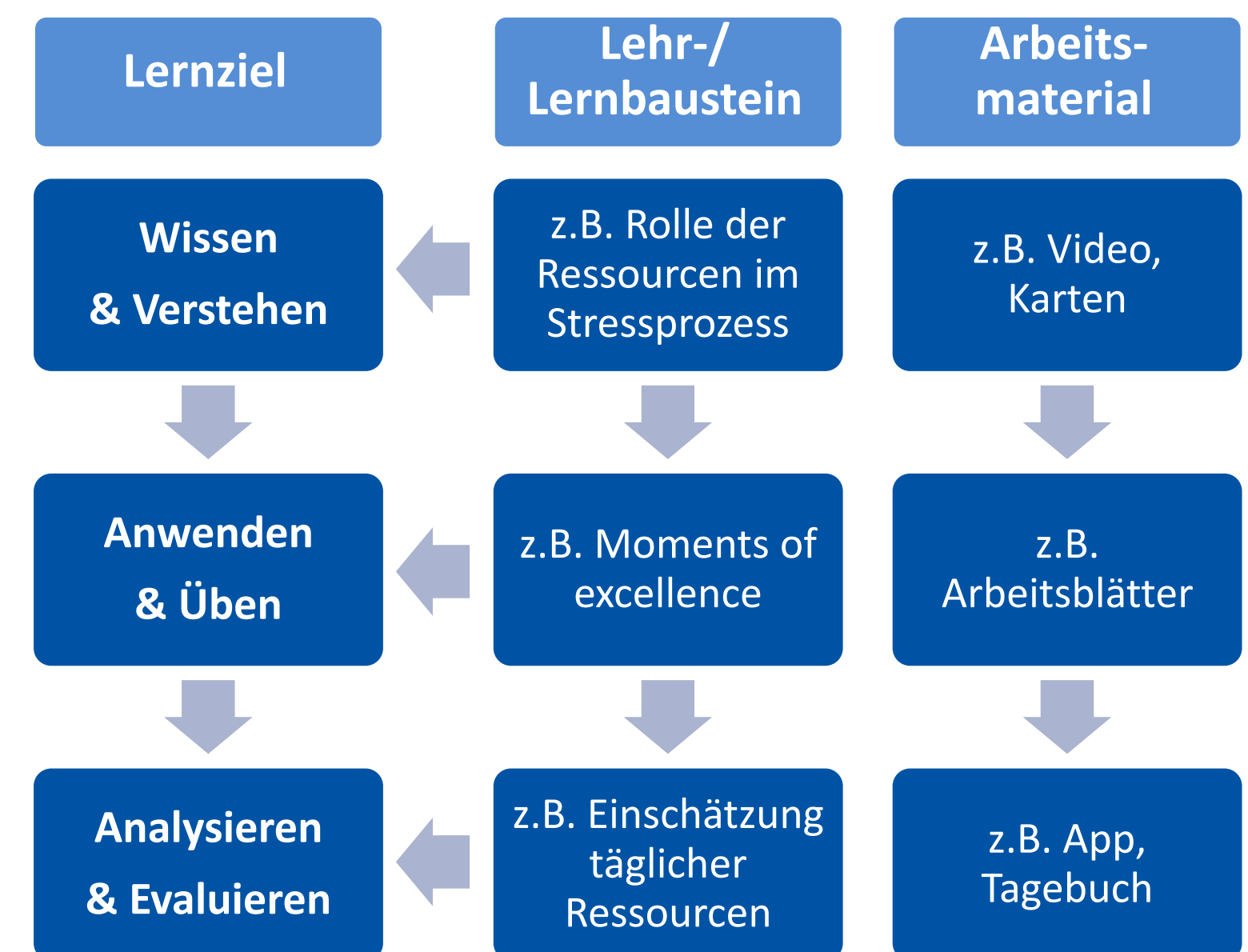


Abb. 2. Beispiele für Lehr-/Lernbausteine und Arbeitsmaterialien zum Kompetenzbereich „Aufbau von Ressourcen“.

Erprobung, Evaluation und Transfer von Produkten

Die Produkte wurden und werden zunächst in **universitären** und **außeruniversitären** Veranstaltungen in Hinblick auf ihre praktische Umsetzbarkeit **erprobt**. Anschließend sollen sie systematisch bezogen auf ihre Akzeptanz und Effekte mithilfe von **Interventionsstudien evaluiert** werden. Auf Basis der Evaluationsergebnisse sollen die Produkte in unterschiedliche **Institutionen** (z.B. Universitäten, ZfsL, Anbieter von Fortbildungen) und (nach einer weiteren Anpassung) auch **fächerübergreifend** (d.h. Einsatz auch für Lehrkräfte anderer Fächer) **transferiert** werden.

Literatur

Bloom, B. S., Engelhart, M. D., Furst, E. J., Hill, W. H., & Krathwohl, D. R. (1956). *Taxonomy of educational objectives: The classification of educational goals: Handbook I: Cognitive domain*. New York: David McKay Company.
 Herrmann, U., & Hertramph, H. (2000). Zufallsroutinen oder reflektierte Praxis? Herkömmliche Wege in den Berufseinstieg von Lehrern und notwendige Alternativen. *Beiträge zur Lehrerinnen- und Lehrerbildung*, 18(2), 172–191.
 Lazarus, R. S., & Launier, R. (1981). Stressbezogene Transaktionen zwischen Person und Umwelt. In J. R. Nitsch (Ed.), *Stress. Theorien, Untersuchungen, Maßnahmen* (pp. 213–259). Bern: Huber.
 Schäfer, A., Pels, F., von Haaren-Mack, B., & Kleinert, J. (in Vorbereitung). Perceived stress and coping behavior in physical education teachers in different career stages.
 von Haaren-Mack, B., Pels, F., Schäfer, A., & Kleinert, J. (2017). Stressoren bei Sportlehrkräften - erste Ergebnisse einer systematischen Überblickearbeit. In C. Zuber, J. Schmid, M. Schmidt, M. Wegner, & A. Conzelmann (Eds.), *Gelingende Entwicklung im Lebenslauf. Abstractband der 49. Jahrestagung der Arbeitsgemeinschaft für Sportpsychologie (asp) vom 25. bis 27. Mai 2017 in Bern* (pp. 120–121). Bern: Bern Open Publishing.

GEFÖRDT VOM



Schulsport2020 wird im Rahmen der gemeinsamen „Qualitätsinitiative Lehrerbildung“ von Bund und Ländern aus Mitteln des Bundesministeriums für Bildung und Forschung gefördert.

Initiatoren/-innen :

Jens Kleinert (Gesamtleitung), Thomas Abel, Britta Fischer, Helga Leineweber, Eike Quilling, Fabian Pels, Bettina Rulofs, Ingo Wagner

Weitere Mitarbeiter/-innen:

Anke Bartonitschek, Fabienne Bartsch, Birte von Haaren-Mack, Mona Mombeck, Merle Müller, Theresa Odipo, Alina Schäfer, Till Stankewitz, Monika Thomas, Julia Wolf

Kontakt:

Koordination: Julia Wolf
schulsport2020@dshs-koeln.de
Tel.: 0221-4982-5530