

# Stressoren bei Sportlehrkräften — erste Ergebnisse einer systematischen Übersichtsarbeit

Birte von Haaren-Mack, Fabian Pels, Alina Schäfer, Jens Kleinert

Deutsche Sporthochschule Köln

Studien zeigen, dass sich Sportlehrkräfte stark beansprucht fühlen (Kastrup, 2008). Als mögliche Ursachen wurden bisher tätigkeitsspezifische Stressoren wie Lärm, Disziplinprobleme und curriculare Vorgaben identifiziert (Kastrup, 2016). Ziel der systematischen Übersichtsarbeit war es, die wichtigsten Stressoren bei Sportlehrkräften zu beschreiben. Berücksichtigt wurden internationale qualitative und quantitative Studien mit Sportlehrkräften, die a) in einer wissenschaftlichen Zeitschrift veröffentlicht, b) in englischer oder deutscher Sprache verfasst, c) nach dem Jahr 2000 publiziert wurden und d) als Konstrukte entweder Stressoren, Beanspruchungen oder Auswirkungen von Stress auf die Gesundheit erfasst haben. Mithilfe der englischen und deutschen Suchterme zu \*Stress\*, Belast\*, Beanspruch\* UND Sportlehr\* wurden deutsche und internationale Datenbanken (z. B. FIS, SURF, Sportdiscus, ERIC, Psycinfo, Medline) sowie relevante Fachzeitschriften und Literaturverzeichnisse durchsucht. Aus den Artikeln wurden Studienziel, theoretischer Ansatz, Stichprobencharakteristik, verwendetes Konstrukt und dessen Operationalisierung, verwendete Messinstrumente, Studiendesign sowie die wichtigsten Ergebnisse gegenübergestellt. Insgesamt wurden 47 Studien aus 20 Ländern in die Übersichtsarbeit eingeschlossen. Diese Studien untersuchten zusammen 11'775 TeilnehmerInnen ( $M = 255.9$ ;  $SD = 287.1$ ) mit einem Anteil von 52.4% Frauen und 47.6% Männern, die im Mittel 13.5 ( $SD = 5.5$ ) Berufsjahre aufwiesen. Tätigkeitsspezifische Stressoren wurden in 15 quantitativen sowie fünf qualitativen Studien anhand unterschiedlicher Konstrukte und Erhebungsinstrumente (z. B. Fragebögen, Interview) untersucht. Über die 20 Studien hinweg wurde die Häufigkeit bzw. Intensität der Stressoren von den Sportlehrkräften als moderat angegeben. Die häufigsten tätigkeitsspezifischen Stressoren stellten curriculare Vorgaben und inadäquate räumliche Bedingungen bzw. Ausstattung dar. Darauf folgten Disziplinprobleme, Beziehungen mit KollegInnen und körperliche Beanspruchung. Junge Sportlehrkräfte (< 5 Berufsjahre) gaben curriculare Vorgaben und Beziehungen zu KollegInnen als häufigste Stressoren an. Die Betrachtung der qualitativen Studien bestätigte die Ergebnisse der quantitativen Studien und ergab zusätzlich, dass der niedrige Stellenwert des Sportunterrichts bei Eltern, KollegInnen und Schulleitung eine Belastung für Sportlehrkräfte darstellt. Die Ergebnisse zeigen, dass Sportlehrkräfte vielfältigen Belastungen ausgesetzt sind und diese je nach Berufsalter variieren. Aufgrund der Erfassung unterschiedlicher Stressoren und deren unterschiedlicher Operationalisierungen ist jedoch ein Vergleich der Bedeutsamkeit von Belastungen schwierig. Zukünftige Studien sollten theoriebasiert untersuchen, wie Sportlehrkräfte mit Stressoren umgehen und wie sich diese auf die psychische Gesundheit auswirken.