

# Inhaltsverzeichnis

<b>1</b>	<b>Einleitung</b>	<b>15</b>
1.1	Problemaufriss	15
1.2	Zielstellung	17
1.3	Aufbau der Arbeit	18
<b>I</b>	<b>Theoretischer Hintergrund und Forschungsstand: Belastungsforschung im Lehrberuf auch im Kontext von Vorbereitungsdienst, inklusiven Settings und Professionalisierung ....</b>	<b>21</b>
<b>2</b>	<b>Belastungsforschung im Lehrberuf im Überblick und im Kontext von Vorbereitungsdienst und inklusiven Settings</b>	<b>23</b>
2.1	Erste Begriffsklärungen und bisherige Forschungsschwerpunkte auch im Vorbereitungsdienst und in inklusiven Settings	23
2.1.1	Begriff und historischer Rückblick der Belastungsforschung im Lehrberuf	23
2.1.2	Schwerpunkte bisheriger Belastungsforschung im Lehrberuf	24
2.1.3	Gesetzliche Grundlage, Begriff und schulische Umsetzung der Inklusion	26
2.2	Klärung relevanter Begrifflichkeiten in der Belastungsforschung	29
2.2.1	Zu den Begriffen Belastung und Beanspruchung	29
2.2.2	Stress und Burnout als negative Beanspruchungsreaktionen und -folgen	31
2.2.3	Gesundheit, Wohlbefinden und (Berufs-)Zufriedenheit als positive Beanspruchungsfolgen	34
2.2.4	Zu den Begriffen Bewältigung, Ressource und Handlungskompetenz ..	36
2.3	Modelle und Theorien zum Zusammenspiel von Belastung, Beanspruchung und Ressourcen	39
2.3.1	Das transaktionale Stressmodell nach Lazarus und Folkman	39
2.3.2	Die Theorie der Ressourcenerhaltung und das multiaxiale Copingmodell nach Hobfoll und Kolleg*innen	41
2.3.3	Das Arbeitsanforderungen-Ressourcen-Modell nach Demerouti und Bakker	42
2.3.4	Das Modell des Lehrerstress nach Kyriacou und Sutcliffe	43
2.3.5	Die Rahmenkonzeption zur Belastungs-Beanspruchungs-Sequenz im Lehrberuf nach Rudow	46
2.3.6	Das Belastungs- und Beanspruchungsmodell bei Lehrkräften nach Stiller	47
2.3.7	Zusammenfassende Betrachtung der dargestellten Modelle und Theorien	48
2.3.8	Integratives Modell der Arbeit und Ausblick auf die folgenden Kapitel ...	49

- 2.4   Gesundheitliche Situation von Lehrkräften und Lehramtsanwärter\*innen .... 52
  - 2.4.1   Exkurs: Die Verortung und Gestaltung der zweiten  
          Lehrer\*innenbildungsphase in Deutschland und in Bayern ..... 52
  - 2.4.2   Status quo der gesundheitlichen Situation von Lehrkräften und  
          Lehramtsanwärter\*innen auch in inklusiven Settings ..... 56
  - 2.4.3   Schul- und personenbezogene Faktoren mit Einfluss auf die  
          gesundheitliche Situation von Lehrkräften und  
          Lehramtsanwärter\*innen ..... 63
  - 2.4.4   Folgen der gesundheitlichen Situation von Lehrkräften und  
          Lehramtsanwärter\*innen ..... 65
- 2.5   Belastungsfaktoren im Lehrberuf und im Vorbereitungsdienst ..... 68
  - 2.5.1   Klassifikationssysteme von Belastungsfaktoren im Lehrberuf und  
          im Vorbereitungsdienst ..... 68
  - 2.5.2   Überblick über verbreitete Belastungsfaktoren im Lehrberuf und  
          im Vorbereitungsdienst ..... 69
  - 2.5.3   Überblick über Belastungsfaktoren in inklusiven Settings ..... 75
  - 2.5.4   Schüler\*innen mit besonderen Bedürfnissen und Merkmalen als  
          Belastungsfaktoren ..... 79
- 2.6   Bewältigung von Belastungen im Lehrberuf und im Vorbereitungsdienst .... 84
  - 2.6.1   Zur Bedeutsamkeit der Bewertung und Flexibilität des Ressourcen-  
          und Handlungsspektrums ..... 85
  - 2.6.2   Professionelle Handlungskompetenzen für die Bewältigung von  
          Belastungen ..... 85
  - 2.6.3   Soziale Unterstützung ..... 87
  - 2.6.4   Selbstregulation ..... 99
  - 2.6.5   (Inklusive) Überzeugungen, Werthaltungen und eigenen  
          Fähigkeiten vertrauen ..... 103
  - 2.6.6   Pädagogisch-didaktisches Wissen ..... 110
  - 2.6.7   Systematische Einsatzplanung von Ressourcen und  
          Handlungskompetenzen ..... 117
  - 2.6.8   Organisationale Ressourcen ..... 118
- 2.7   Zusammenfassung und Schlussfolgerungen ..... 118
- 3   Belastungsforschung im Lehrberuf im Kontext von  
      Professionalisierungsangeboten ..... 124**
  - 3.1   Klärung relevanter Begrifflichkeiten ..... 124
    - 3.1.1   Zu den Begriffen Professionalisierung, Fort- und Weiterbildung  
          und Training ..... 124
    - 3.1.2   Zu den Begriffen (Stress-)Prävention, Intervention,  
          Gesundheitsförderung und Empowerment ..... 125
  - 3.2   Professionalisierungsangebote im Lehrberuf wirksam gestalten ..... 128
    - 3.2.1   Überblick über die Wirksamkeit von Professionalisierungsangeboten  
          im Lehrberuf ..... 129
    - 3.2.2   Wirkungsmodelle für Professionalisierungsangebote im Lehrberuf .... 130

3.2.3	Überblick über Qualitätsmerkmale wirksamer Professionalisierungsangebote .....	133
3.2.4	Fallbasiertes Lernen als Qualitätsmerkmal für wirksame Professionalisierungsangebote im Lehrberuf .....	136
3.3	Ausgewählte Professionalisierungsangebote im Lehrberuf zum Umgang mit Belastungen auch in inklusiven Settings .....	138
3.3.1	Professionalisierungsangebote zum Umgang mit Belastungen für Lehrkräfte und Lehramtsanwärter*innen .....	139
3.3.2	Professionalisierungsangebote zum Umgang mit Belastungen im Kontext von inklusiven Settings .....	144
3.4	Zusammenfassung und Schlussfolgerungen .....	146
<b>4</b>	<b>Plädoyer für ein fallbasiertes inklusionsspezifisches Training für Lehramtsanwärter*innen zum ressourcenorientierten Umgang mit Belastungen ....</b>	<b>150</b>
4.1	Bedeutsamkeit von gesundheitsbezogenen Professionalisierungsangeboten im Lehrberuf .....	150
4.2	Hohe Nachfrage nach und Mangel an gesundheitsbezogenen Professionalisierungsangeboten im Lehrberuf .....	151
4.3	Bedeutsamkeit von inklusionsspezifischen Professionalisierungsangeboten im Lehrberuf .....	152
4.4	Hohe Nachfrage nach und Mangel an inklusionsspezifischen Professionalisierungsangeboten im Lehrberuf .....	152
4.5	Relevanz von, hohe Nachfrage nach und Mangel an inklusionsspezifischen und gesundheitsbezogenen Professionalisierungsangeboten in der Lehramtsausbildung .....	154
4.6	Relevanz eines fallbasierten, inklusionsspezifischen Professionalisierungsangebots zum ressourcenorientierten Umgang mit Belastungen im Vorbereitungsdienst .....	156
4.7	Notwendigkeit einer wissenschaftlichen Kooperation und Begleitforschung bei gesundheits- und inklusionsspezifischen Professionalisierungsangeboten im Lehrberuf .....	160
4.8	Zusammenfassendes Plädoyer .....	161
<b>II</b>	<b>Zum Training <i>FIT</i><sup>2020</sup> .....</b>	<b>165</b>
<b>5</b>	<b>Projektzusammenhang und Trainingskonzept .....</b>	<b>167</b>
5.1	Gestaltung des Trainings <i>FIT</i> <sup>2020</sup> .....	167
5.1.1	Berücksichtigung der Qualitätsmerkmale wirksamer Professionalisierungsangebote .....	168
5.1.2	Überblick über das Training .....	169
5.1.3	Inhalte und Übungen der Module des Trainings .....	171
5.1.4	Weiterentwicklungen beim zielgruppenspezifisch angepassten Training .....	185
5.2	Verankerung des Trainings in den Standards der Lehrkräftebildung auf Bundesebene und speziell in Bayern .....	188

<b>III Empirische Studie: Zur Effektivität des Trainings <i>FIT</i><sup>2020</sup></b>	<b>193</b>
<b>6 Zielsetzungen, Forschungslücken und Forschungsfragen</b>	<b>195</b>
<b>7 Untersuchungsdesign</b>	<b>202</b>
7.1 Übersicht des Untersuchungsdesigns	202
7.2 Stichprobe	204
7.2.1 Stichprobenrekrutierung	204
7.2.2 Stichprobenverteilung	205
7.2.3 Beschreibung der Gesamtstichprobe der Fragebogen-Prä-Post-Studie ..	206
7.2.4 Beschreibung der Stichprobe der Fragebogen-Follow-Up-Studie .....	207
7.2.5 Beschreibung der Stichprobe der Interview-Follow-Up-Studie .....	208
7.3 Bedeutsame Kriterien für Evaluationsstudien und deren Berücksichtigung in der vorliegenden Studie .....	209
<b>8 Erhebungsmethoden und Auswertungsverfahren</b>	<b>213</b>
8.1 Kombination von qualitativen und quantitativen Daten	213
8.1.1 Klärung relevanter Begrifflichkeiten	213
8.1.2 Mixed-Methods in der vorliegenden Studie	216
8.1.3 Berücksichtigung von Gütekriterien quantitativer und qualitativer Forschung .....	217
8.2 Datenerhebung: Befragung und Selbstauskünfte	221
8.3 Datenerhebung: (Online-)Fragebögen	222
8.3.1 Der Fragebogen als Erhebungsmethode	222
8.3.2 Standardisierte Fragen im Rahmen der Fragebogenstudie	226
8.3.3 Offene Fragen im Rahmen der Fragebogenstudie	233
8.4 Datenerhebung: Leitfadengestützte Interviews	235
8.4.1 Leitfadengestützte Interviews als Erhebungsmethode	235
8.4.2 Offene Fragen im Rahmen der Interviewstudie	236
8.5 Datenaufbereitung und -auswertung	238
8.5.1 Datenaufbereitung und -auswertung der standardisierten Fragen aus den Fragebögen .....	239
8.5.2 Datenaufbereitung und -auswertung der offenen Fragen aus dem Interview und aus den Fragebögen .....	246
<b>9 Ergebnisse</b>	<b>255</b>
9.1 Fallspezifische Belastungen – Status quo und Entwicklung	257
9.1.1 Mit welchen belastenden Merkmalen werden die ausgewählten Schüler*innen beschrieben? .....	258
9.1.2 Wie hoch ausgeprägt ist die wahrgenommene Belastungsintensität der ausgewählten Schüler*innen den Lehramtsanwärter*innen zufolge zu den verschiedenen Messzeitpunkten? .....	262
9.1.3 Zusammenfassung der Ergebnisse zu den fallspezifischen Belastungen und deren Entwicklung .....	266

9.2	(Fallspezifische) Ressourcen und Handlungskompetenzen sowie fallspezifische Unterstützungsbedarfe – Status quo und Entwicklung .....	267
9.2.1	Welches Ressourcen- und Handlungsspektrum beschreiben die Lehramtsanwärter*innen zu den verschiedenen Messzeitpunkten im Umgang mit den fallspezifischen Belastungen? .....	267
9.2.2	Wie erfolgreich schätzen die Lehramtsanwärter*innen den Einsatz des beschriebenen Ressourcen- und Handlungsspektrums zu den unterschiedlichen Messzeitpunkten im Umgang mit den fallspezifischen Belastungen ein? .....	286
9.2.3	Wie hoch ausgeprägt sind ausgewählte fallübergreifende Ressourcen der Lehramtsanwärter*innen zu den unterschiedlichen Messzeitpunkten? .....	289
9.2.4	Welche Unterstützungsbedarfe für den Umgang mit den fallspezifischen Belastungen beschreiben die Lehramtsanwärter*innen zu den verschiedenen Messzeitpunkten? .....	293
9.2.5	Zusammenfassung der Ergebnisse zu (fallspezifischem) Ressourcen- und Handlungsspektrum und fallspezifischen Unterstützungsbedarfen sowie zu deren Entwicklung .....	301
9.3	Positive und negative Beanspruchung – Status quo und Entwicklung .....	303
9.3.1	Wie hoch ausgeprägt ist die positive Beanspruchungsfolge Berufszufriedenheit bei den Lehramtsanwärter*innen zu den unterschiedlichen Messzeitpunkten? .....	304
9.3.2	Wie hoch ausgeprägt ist die negative Beanspruchungsfolge Burnout bei den Lehramtsanwärter*innen zu den unterschiedlichen Messzeitpunkten? .....	306
9.3.3	Zusammenfassung der Ergebnisse zur positiven und negativen Beanspruchung und deren Entwicklung .....	309
9.4	Bewertung des Trainings .....	309
9.4.1	Wie hoch schätzen die Lehramtsanwärter*innen den subjektiven Lernnutzen, die Effekte auf die Selbstwirksamkeit der Module und des Trainings insgesamt sowie Transfereffekte in Bezug auf den Umgang mit fallspezifischen Belastungen ein? .....	310
9.4.2	Welche Trainingsinhalte und -übungen werden von den Lehramtsanwärter*innen als besonders hilfreich bewertet? .....	314
9.4.3	Welche Veränderungsvorschläge für das Training nennen die Lehramtsanwärter*innen? .....	321
9.4.4	(Aus welchen Gründen) Sprechen sich die Lehramtsanwärter*innen für eine institutionelle Verankerung des Trainings in der zweiten Ausbildungsphase aus? .....	325
9.4.5	Zusammenfassung der Ergebnisse zur Bewertung des Trainings .....	330
9.5	(Wie) Hängen das Belastungs- und Beanspruchungserleben untereinander und mit dem Ressourcen- und Handlungsspektrum sowie der Trainingsbewertung zusammen? .....	332
9.6	Zusammenfassung der Ergebnisse der Fragebogen- und Interviewstudie .....	337

- 10 Diskussion und Limitationen ..... 340
  - 10.1 Diskussion der Ergebnisse ..... 340
    - 10.1.1 Fallspezifische Belastungen – Status quo und Entwicklung ..... 341
    - 10.1.2 (Fallspezifisches) Ressourcen- und Handlungsspektrum sowie fallspezifische Unterstützungsbedarfe – Status quo und Entwicklung .... 344
    - 10.1.3 Positive und negative Beanspruchung – Status quo und Entwicklung .... 355
    - 10.1.4 Bewertung des Trainings ..... 357
    - 10.1.5 Diskussion der Zusammenhänge ..... 363
  - 10.2 Limitationen ..... 370
    - 10.2.1 Limitationen in Bezug auf Forschungsdesign, Erhebungsmethoden und Auswertungsverfahren ..... 371
    - 10.2.2 Limitationen in Bezug auf die Stichprobe ..... 376
    - 10.2.3 Limitationen in Bezug auf die Durchführung des Trainings ..... 378
- 11 Implikationen ..... 381
  - 11.1 Implikationen für die Forschung ..... 381
    - 11.1.1 Implikationen in Bezug auf Forschungsdesign, Erhebungsmethoden und Auswertungsverfahren ..... 381
    - 11.1.2 Implikationen in Bezug auf die Stichprobe ..... 384
    - 11.1.3 Implikationen in Bezug auf eine erneute Durchführung des Trainings ..... 386
  - 11.2 Implikationen für die Praxis ..... 389
    - 11.2.1 Institutionelle Verankerung des fallbasierten Trainings ..... 389
    - 11.2.2 Stärkung der Lehrkräftegesundheit im individuellen und kollegialen Kontext ..... 390
    - 11.2.3 Herstellung von Rahmenbedingungen und verhältnisbezogenen Maßnahmen ..... 391
- 12 Schlussbetrachtung und Ausblick ..... 393
- Verzeichnisse ..... 395
  - Abkürzungsverzeichnis ..... 395
  - Abbildungsverzeichnis ..... 396
  - Tabellenverzeichnis ..... 398
  - Literaturverzeichnis ..... 402