

Differenzierte Erfassung des individuellen Umgangs mit Stress und Zusammenhang des Verhaltens und Erlebens in sozial-kommunikativen Leistungs- und Erholungssituationen bei Lehrern

Jurkul, Tanja¹; Zavgorodnij, Igor²; Kapustnik, Walerij³; Böckelmann, Irina¹

¹Bereich Arbeitsmedizin, Medizinische Fakultät der Otto-von-Guericke-Universität Magdeburg;

²Lehrstuhl für Hygiene und Ökologie Nr. 2, Charkower Nationale Medizinische Universität; ³Lehrstuhl für Innere und Berufskrankheiten, Charkower Nationale Medizinische Fakultät

Einleitung

Der Lehrerberuf zählt zu den Berufen mit hoher psychischer und emotionaler Belastung. Im Stressprozess hat die individuelle Bewältigung des Stressors und das Vorhandensein persönlicher Ressourcen eine entscheidende Bedeutung.

Die Fragestellung, die wir in dieser Studie verfolgt haben, basiert auf der Annahme differentieller Unterschiede in der Konfrontation mit beruflichen Anforderungen im Lehrerberuf und daraus resultierenden Beanspruchungsfolgen.

Ziel dieser Studie war, den individuellen Umgang mit Stress zu analysieren und das wahrscheinliche Verhalten und Erleben in sozial-kommunikativen Leistungs- und Erholungssituationen bei Lehrern zu erfassen.

Probanden und Methodik

Es wurden 100 ukrainische Lehrerinnen im Durchschnittsalter von $44,6 \pm 12,2$ Jahren mit dem „Differentialen Stressinventar HR“ (DSIHR) und dem „Inventar zur Persönlichkeitsdiagnostik in Situationen“ (IPS) untersucht [1, 2]. Die Probandinnen waren im Durchschnitt $21,6 \pm 12,16$ Jahre als Lehrerin berufstätig, dabei $15,8 \pm 9,5$ Jahre an der Stammschule, an der sie in der letzten Zeit tätig sind.

In dem DSIHR [1] wird abgefragt, durch welche Situationen oder Ereignisse die Probanden sich in ihrer Lebensphase, während der letzten 2 – 3 Monate, belastet fühlten und wie häufig sie durch die jeweilige Situation gestresst waren. IPS [2] verlangt Selbsteinschätzungen zum wahrscheinlichen Verhalten und Erleben in Situationen, die als Prototypen für wesentliche Lebensanforderungen gelten können.

Ergebnisse

Im DSIHR wurden folgende Merkmalausprägungen ermittelt: Stressauslösung ($102,1 \pm 21,21$), Stressmanifestation ($14,5 \pm 9,85$), Copingstrategien ($68,7 \pm 10,6$) und Stressstabilisierung ($43,4 \pm 8,4$). Die individuelle Wahrnehmung und das Verhalten in Stresssituationen der untersuchten Lehrerinnen wurde einem von fünf reinen DSIHR-Gruppen zugeordnet: Typ 1 „Normaltyp“ (25 %), Typ 2 „Überbeansprucht“ (30 %), Typ 3 „Stressresistent“ (11 %), Typ 4 „Niedrige Beanspruchung/ Erfolgreiches Coping“ (6 %), Typ 5 „Hohe Beanspruchung/ Erfolgreiches Coping“ (10 %). 18 % der Probandinnen waren als gemischte Typen einzuordnen. Es gibt keinen signifikanten Unterschied im Alter und in den Berufsjahren zwischen diesen fünf DSIHR-Gruppen.

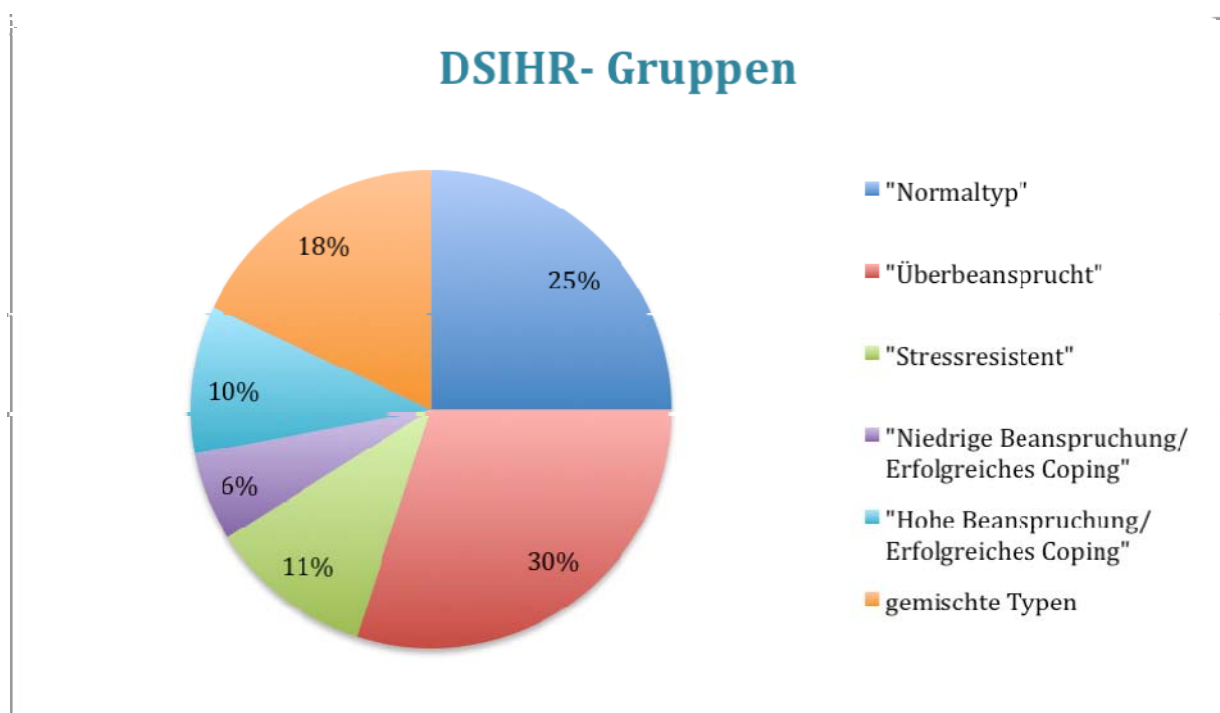


Abb. 1 Prozentuale Einteilung der DSIHR- Gruppen

Beim Vergleich der IPS-Ergebnisse der DSIHR-Gruppen ergab sich kein signifikanter Unterschied in den Kategorien sozial-kommunikatives Verhalten/Aktivität in vertrauter kommunikativer Situation und Leistungsverhalten/Engagement bei hoher Leistungsanforderung ($p_{ANOVA} = 0,067$, $p_{ANOVA} = 0,892$). Die ANOVA-Ergebnisse zeigen, dass die Kategorie „Gesundheits- und Erholungsverhalten/die

Entspannungsfähigkeit nach dem Arbeitstag“ in diesen fünf Gruppen signifikant unterschiedlich ($p_{ANOVA} = 0,030$) war.

Tab.1: Das Gesundheits- und Erholungsverhalten/die Entspannungsfähigkeit nach dem Arbeitstag

DSIHR- Gruppen	MW+- SD	Median	p_{ANOVA} ($p_{post Hoc}$)
1. „Normaltyp“	4,36 ± 2,12	4,0	
2. „Überbeansprucht“	3,67 ± 2,28	4,0	
3. „Stressresistent“	5,00 ± 1,84	5,0	0,030 (DSIHR 2 – 4: 0,027)
4. „Niedrige Beanspruchung/ Erfolgreiches Coping“	6,50 ± 1,05	6,5	
5. „Hohe Beanspruchung / Erfolgreiches Coping“	4,70 ± 1,64	5,0	

Die weitere genaue Betrachtung mit dem post Hoc-Test zeigt, dass nur in den Gruppen DSIHR 2 („Überbeansprucht“) und 4 („Niedrige Beanspruchung/
Erfolgreiches Coping“) signifikante Unterschiede festzustellen sind ($p_{Bonferroni} = 0,027$).

Diskussion

40 % der Probandinnen der DSIHR Gruppe 2 „Überbeansprucht“ haben die niedrigste Ausprägung in Entspannungsfähigkeit, aktivem Erholungsverhalten und Gesundheitsversorgung. Existenzängste sowie berufliche und private Interaktionen bereiteten Stress. Präventions- und Interventionsmaßnahmen, die sich auf die individuellen Verhaltensmuster in sozial-kommunikativen Leistungs- und Erholungssituationen stützen, sind zu empfehlen. So könnten Konflikte und Stress besser bewältigt und die inneren Ressourcen gestärkt werden.

Literatur

1. Lefèvre S, Kubinger KD (2004): Differentielles Stress Inventar. Handanweisung. Mödling: Dr. G. Schuhfried GmbH.
2. Schaarschmidt U, Fischer AW (1999): IPS Inventar zur Persönlichkeitsdiagnostik in Situationen. Handanweisung. Mödling: Dr. G. Schuhfried GmbH.