



# Kritisch-reflexive Professionalisierung in schulischen Praxisphasen

**Fünf Reflexionsangebote und ihre wissenschaftliche Begleitung  
im Rahmen des bildungswissenschaftlichen Lehramtsstudiums  
an der Universität Bielefeld**

## Online-Supplement 2: Baustein 4

Jan Christoph Störtländer<sup>1</sup>, Wiebke Fiedler-Ebke<sup>1</sup>,  
Eiko Jürgens<sup>1</sup>, Lilly Kindsvater<sup>1</sup>, Denise Klenner<sup>1</sup>,  
Catania Pieper<sup>1,\*</sup> & Nicole Valdorf<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Universität Bielefeld, *Bi*professional

\* Kontakt: Catania Pieper, Universitätsstraße 25 (X B3-219), 33615 Bielefeld  
Catania.Pieper@uni-bielefeld.de

### Zitationshinweis:

Störtländer, J.C., Fiedler-Ebke, W., Jürgens, E., Kindsvater, L., Klenner, D., Pieper, C., & Valdorf, N. (2020). Kritisch-reflexive Professionalisierung in schulischen Praxisphasen. Fünf Reflexionsangebote und ihre wissenschaftliche Begleitung im Rahmen des bildungswissenschaftlichen Lehramtsstudiums an der Universität Bielefeld [Online-Supplement 2: Baustein 4]. *Herausforderung Lehrer\_innenbildung*, 3 (2), 399–435. <https://doi.org/10.4119/hlz-2538>

Eingereicht: 09.05.2019 / Angenommen: 29.11.2019 / Online verfügbar: 28.01.2020

ISSN: 2625–0675



#### **4. Baustein 4: „Die Ausrüstung“ – Ressourcen und Kompetenzen**

Was benötigt eine Lehrkraft, um gesund durch den Berufsalltag zu kommen? Eine wichtige Studie von Döring Seipel & Dauber (2010) geht genau dieser Frage nach. In der achten Sitzung werden die wichtigsten Ergebnisse dieser Studie erarbeitet und in Bezug zu dem transaktionalen Stresskonzept gesetzt. In der neunten Sitzung vertiefen wir einige Aspekte der personalen und sozialen Ressourcen, die zur Erhaltung und Förderung der Gesundheit beitragen können.

##### **Sitzung 8: Was hält Lehrer\*in gesund?**

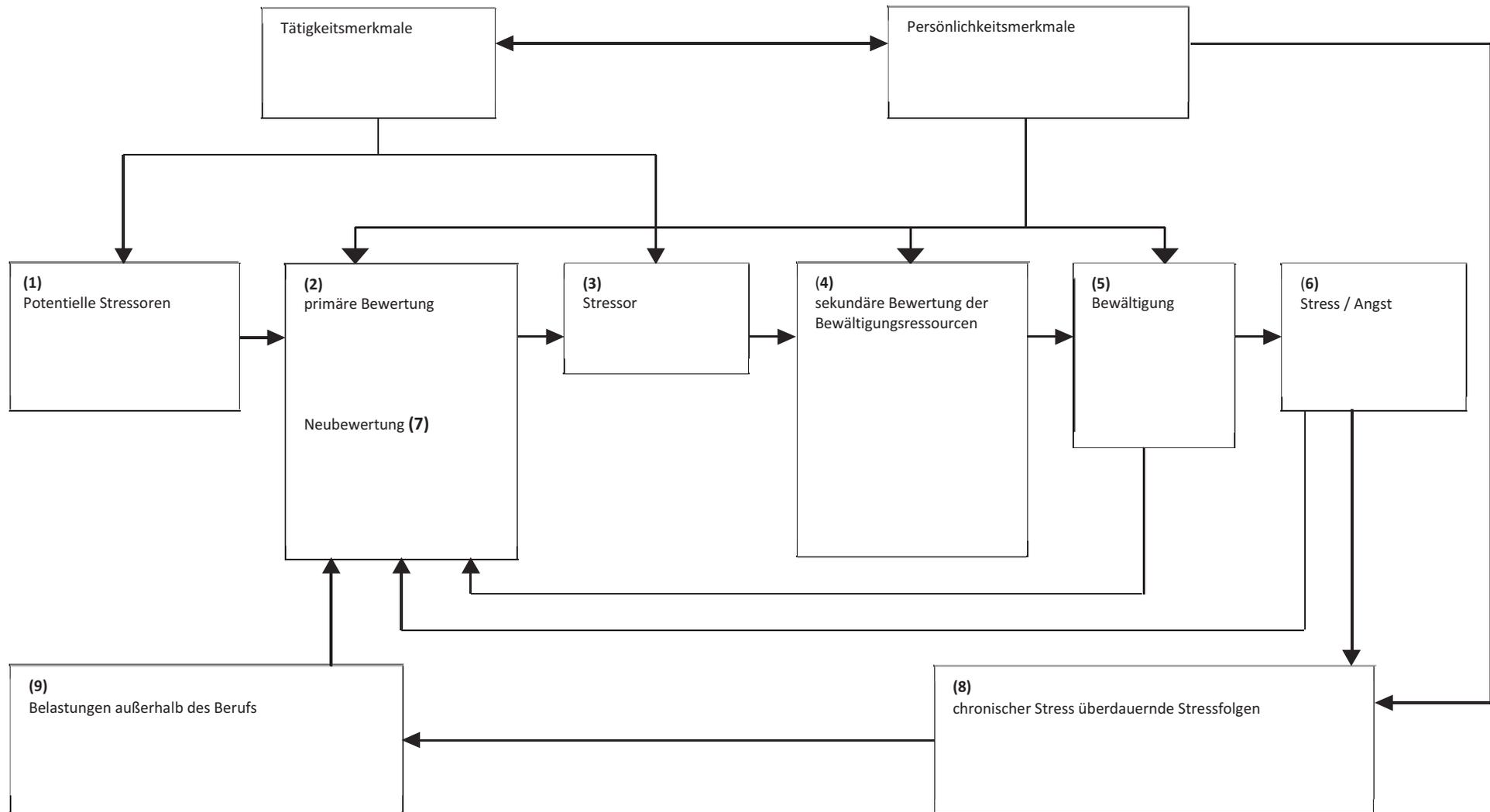
Liebe Studierende,

in der nächsten Sitzung möchten wir uns gerne damit befassen, wie sich „gesunde“ und „kranke“ Lehrer\*innen unterscheiden und welche Aspekte für die eigene Gesundheit abgeleitet werden können. Hierzu möchten wir Ihnen die Studie von Döring-Seipel & Dauber (2010) „Was hält Lehrerinnen und Lehrer gesund“ ans Herz legen und Sie bitten, diese gründlich zu lesen und die wichtigsten Kernpunkte herauszuarbeiten. Dazu nutzen Sie bitte das transaktionale Stressmodell (van Dick, 2011) aus Sitzung 5 und tragen die wichtigsten Aspekte des Textes getrennt nach den Gruppen gesunde und kranke Lehrkräfte ein.

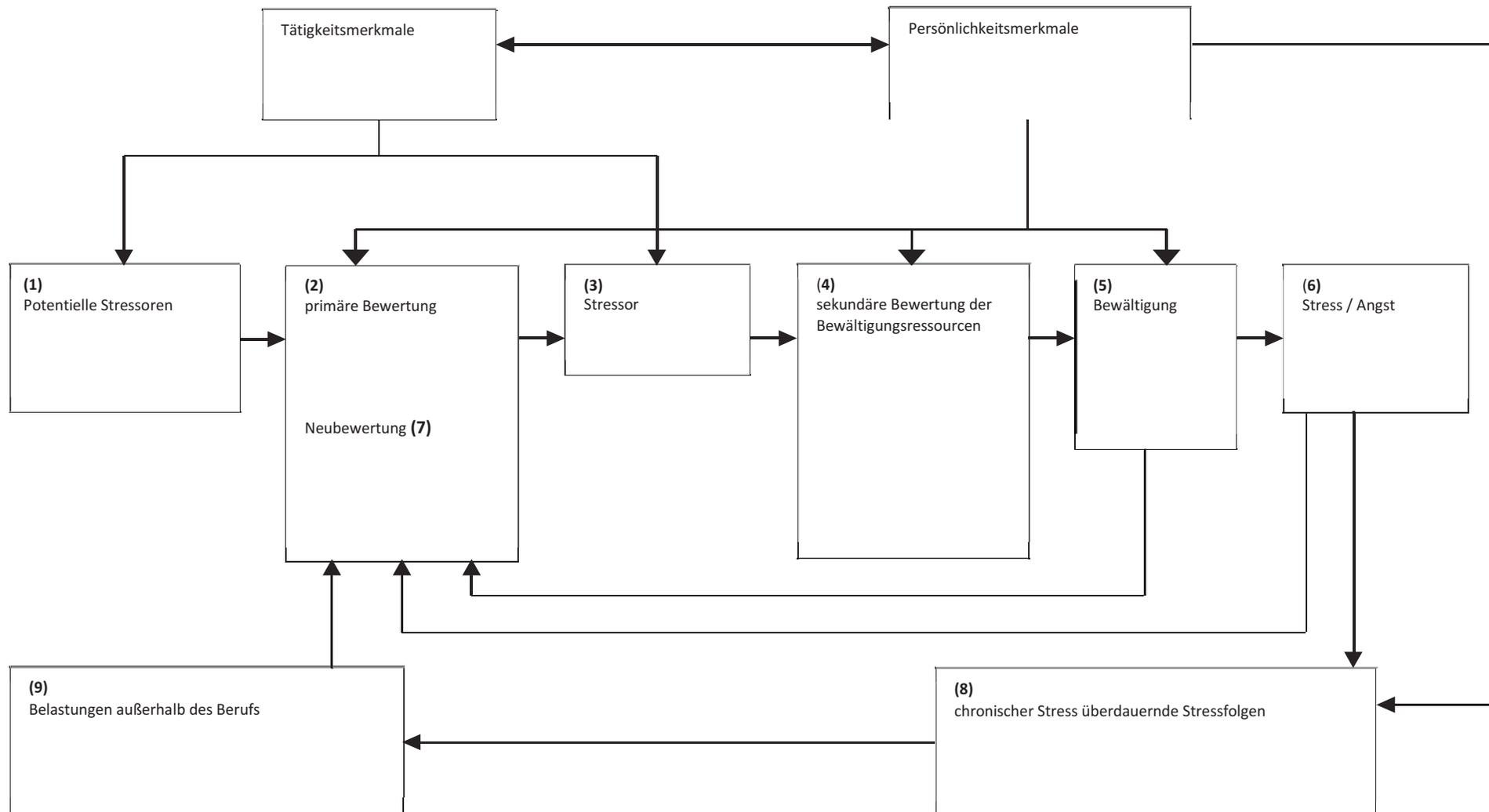
##### **Literatur**

- Döring-Seipel, E., & Dauber, H. (2010). Was hält Lehrerinnen und Lehrer gesund – die Bedeutung von Ressourcen, subjektiver Bewertung und Verarbeitung von Belastung für die Gesundheit von Lehrern und Lehrerinnen. *Schulpädagogik heute*, 1(2)
- Van Dick, R. (2011). *Stress und Arbeitszufriedenheit bei Lehrerinnen und Lehrern. Zwischen „Horrorjob“ und Erfüllung*. Marburg: Tectum.

Transaktionales Stressmodell „Gesunde Lehrkräfte“



Transaktionales Stressmodell „Kranke Lehrkräfte“

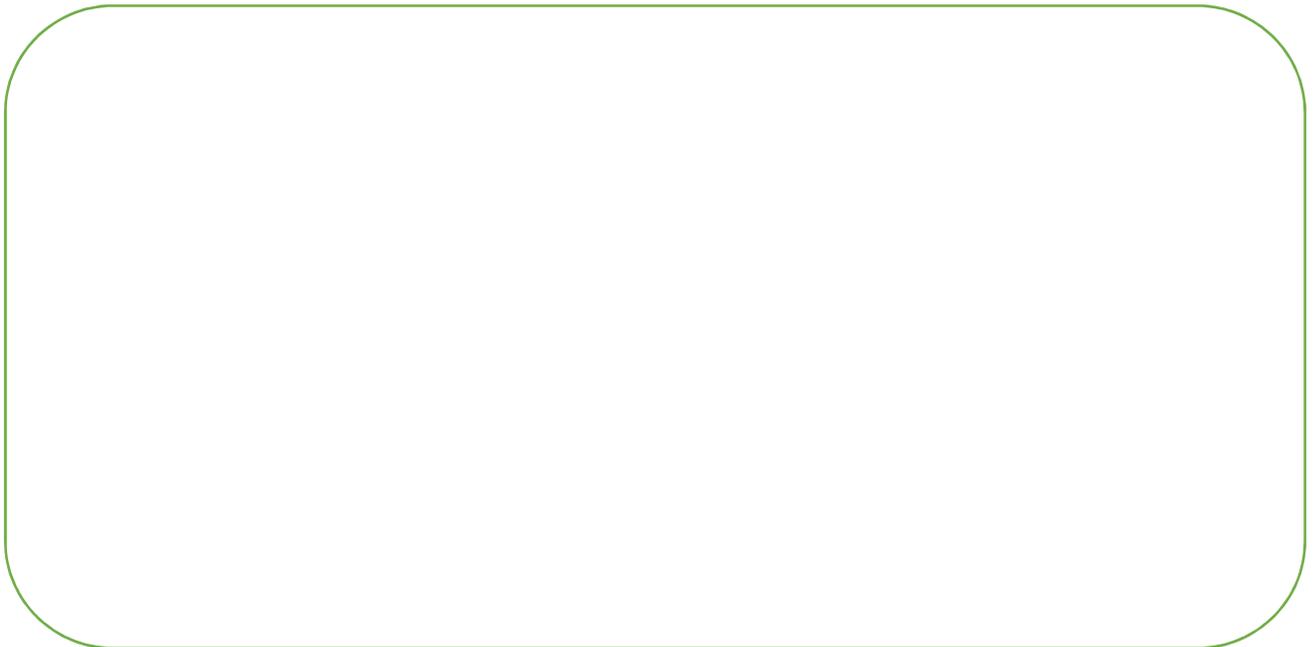


Dieses Übungsblatt wird in der nächsten Sitzung gemeinsam bearbeitet.

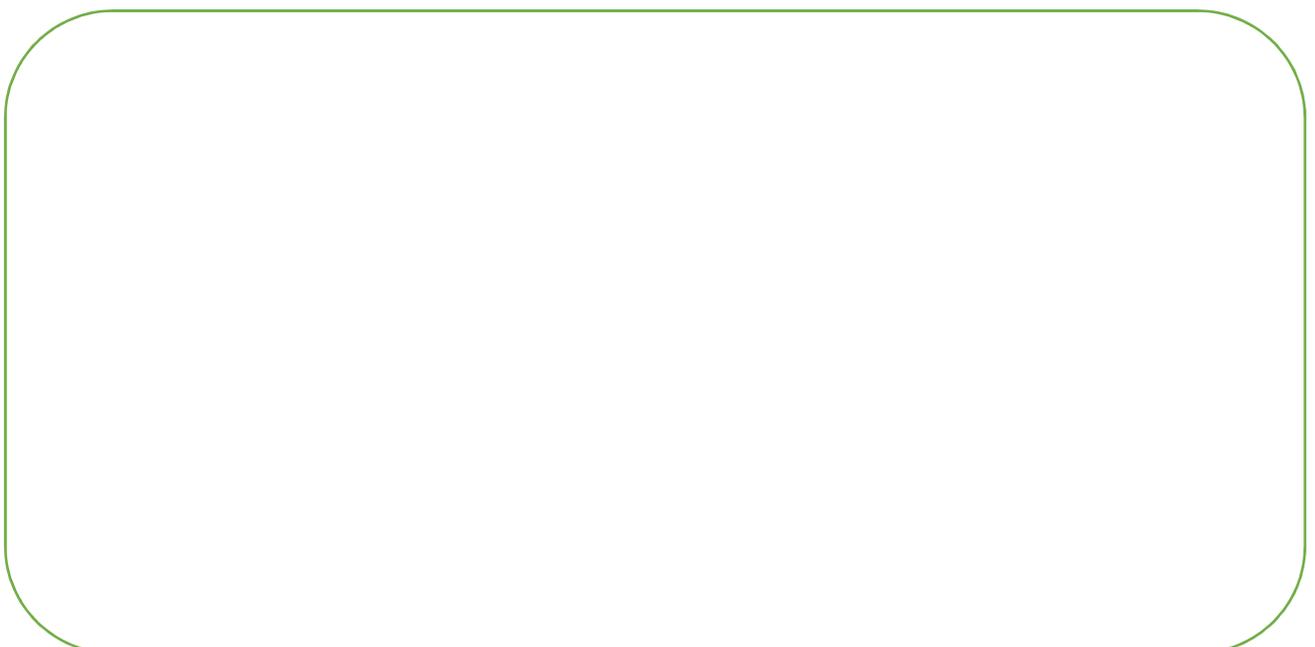
## Ressourcen ermitteln

Notieren Sie zunächst in der Kleingruppenarbeit Ihre Ideen zu möglichen bzw. erforderlichen Ressourcen, die in der dargestellten Situation behilflich sein könnten. Bringen Sie Ihre Vorschläge in der anschließenden Gruppendiskussion ein und notieren die daraus gewonnen Erkenntnisse.

### Ideen der Kleingruppenarbeit



### Erkenntnisse aus der Gruppendiskussion



#### 4.1. Sitzung 9: Personale und Soziale Ressourcen

Liebe Studierende,

wie aus dem transaktionalen Stressmodell, der Studie nach Schaarschmidt & Kieschke (2013) und der Studie von Döring-Seipel & Dauber (2010) ersichtlich, ist bei der erfolgreichen Bewältigung von Anforderungssituationen der Rückgriff auf Ressourcen (insbesondere personale und soziale) bedeutsam. „Sie sind ein Schlüssel für gezielte Handlungen und Interventionen. Unter Ressourcen sind z.B. Fähigkeiten, Charaktereigenschaften, Bildung, Gesundheit, finanzielle Mittel oder Prestige zu fassen“ (Bielefelder Portfolio Praxisstudien, S.70, verfügbar unter: [http://www.bised.uni-bielefeld.de/praxisstudien/portfolio\\_praxisstudien/portfolioreader/portfoliovorlage0](http://www.bised.uni-bielefeld.de/praxisstudien/portfolio_praxisstudien/portfolioreader/portfoliovorlage0) ).

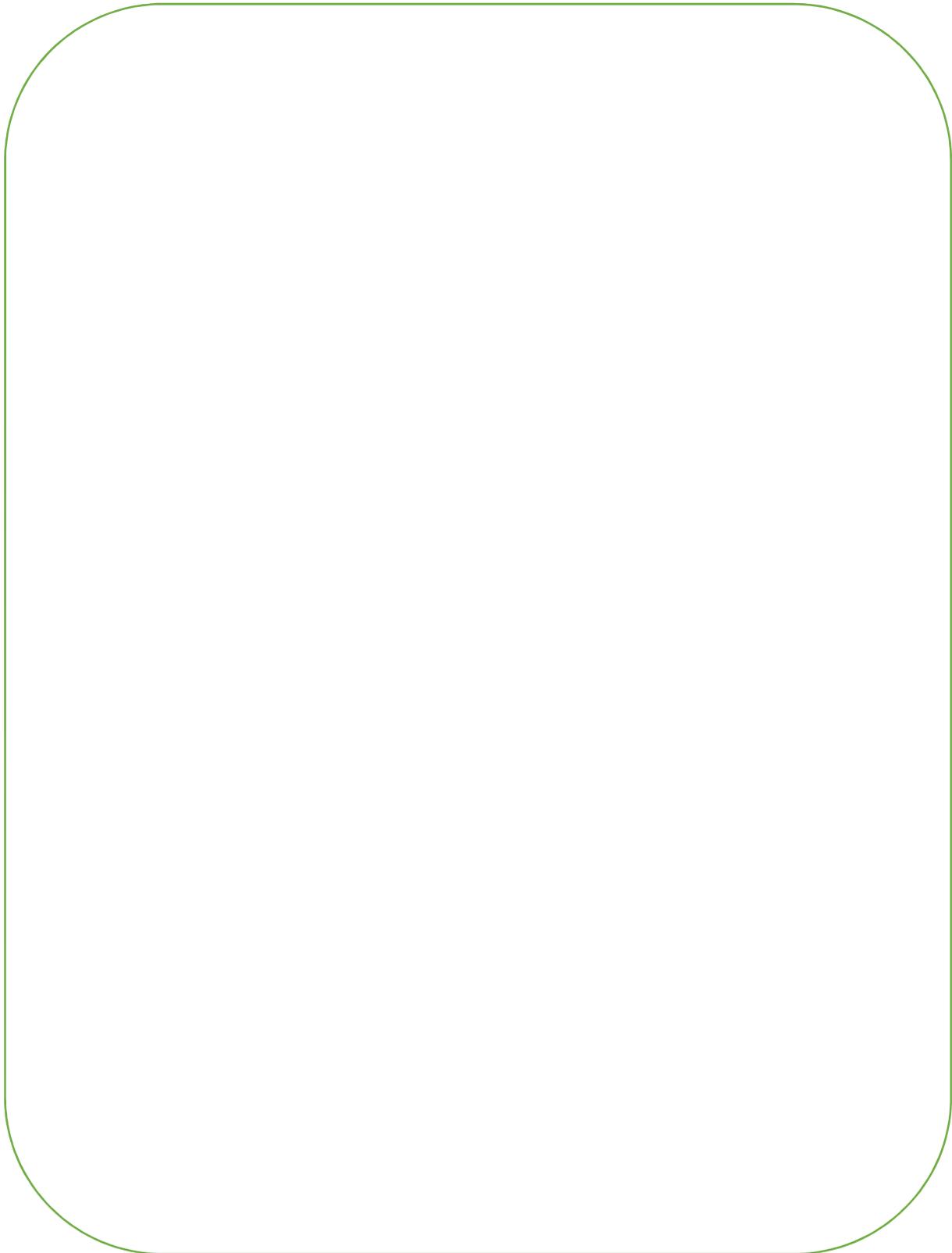
Wir möchten mit Ihnen gemeinsam einige bedeutsame personale und soziale Ressourcen betrachten und fördern. Die Kleingruppenarbeit in den Seminaren zählen wir zur Stärkung der sozialen Ressourcen. Durch den Austausch mit Ihren Kommiliton\*innen möchten wir Ihnen aufzeigen, dass es unterschiedliche Erlebens- und Verhaltensweisen gibt. Jeder bringt aufgrund der eigenen (Lern)Geschichte und Persönlichkeit individuelle Perspektiven und Fähigkeiten mit, die Sie gemeinsam, nutzen können. Dies soll Ihnen bewusst machen, dass Sie auch in Zukunft solche Gruppen bilden und nutzen sollten, um ein Unterstützungsgerüst im Kollegium aufbauen zu können. Weg von dem Bild der Lehrkraft als Einzelkämpfer, hin zu einem kollegialen Miteinander.

#### Literatur

- Döring-Seipel, E., & Dauber, H. (2010). Was hält Lehrerinnen und Lehrer gesund – die Bedeutung von Ressourcen, subjektiver Bewertung und Verarbeitung von Belastung für die Gesundheit von Lehrern und Lehrerinnen. *Schulpädagogik heute*, 1(2)
- Schaarschmidt, U. & Kieschke, U. (2013). Beanspruchungsmuster im Lehrerberuf. Ergebnisse und Schlussfolgerungen aus der Potsdamer Lehrerstudie. In M. Rothland (Hrsg.), *Belastung und Beanspruchung im Lehrerberuf* (2.Auflage, S. 81-97). Münster: Springer Verlag VS.

**Zusammenhang zwischen den Studien nach Schaarschmidt & Kieschke (2013) und Döring-Seipel & Dauber (2010)**

Welche Ressourcen werden als gesundheitsförderlich, -schützend oder –erhaltend angezeigt?



Machen Sie sich bewusst, welche Ressourcen Sie aktuell in Ihrem Leben zur Verfügung haben und notieren Sie diese in die folgenden Felder. Markieren Sie die Ressourcen, die Ihnen insbesondere im Studium und im Beruf als hilfreich erscheinen.

<b>Meine Ressourcen</b>	
Personale Ressourcen	Soziale Ressourcen
Materielle Ressourcen	Körperliche Ressourcen