

# (Selbst-) Wertschätzung im Lehrerberuf



Institut LernGesundheit

Dr. Marcus Eckert & Dr. Torsten  
Tarnowski

Magdeburger Straße 40

21339 Lüneburg

[www.LG-Institut.de](http://www.LG-Institut.de)

[www.lehrergesundheit.eu](http://www.lehrergesundheit.eu)



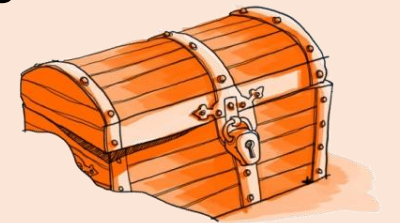
Dr. Torsten Tarnowski

Lehrergesundheit

[www.lehrergesundheit.eu](http://www.lehrergesundheit.eu)



- Studium Erziehungswissenschaften/ Sozialpädagogik
- Promotionsstipendium Leuphana Universität Lüneburg
- Wiss. Mitarbeiter GET.ON (2011 bis 2015)
- Gründung: Institut LernGesundheit (2015)



- Arbeits- und Forschungsschwerpunkte:
  - Stress- und Emotionsregulation
  - Gesprächsführung – Beratung
  - Verhaltensänderung - Klassenführung



- Lüneburg





Dr. Marcus Eckert

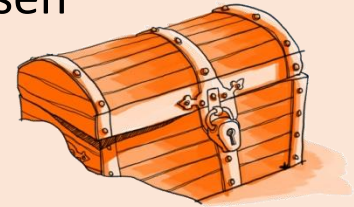


Dr. Torsten Tarnowski

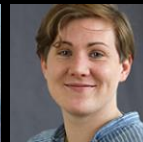


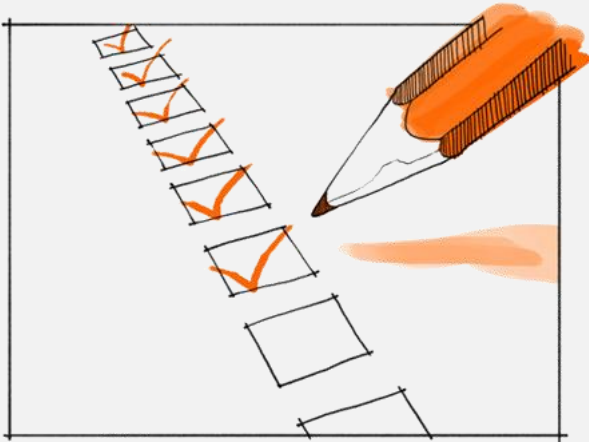
Prof. Dr. Bernhard Sieland

- Durchführung von Fortbildungen, Trainings und SchILf's an Schulen und Fortbildungsinstitutionen
- Begleitung bei Schulentwicklungs- und Teambildungsprozessen
- Ziele:
  - Wissenschaftlich fundierte Formate zur Stärkung der Lehrergesundheit und der professionellen Interaktion verstetigen
  - Forschung im Bereich der (Lehrer-)Gesundheit



Team LehrerGesundheit





- Einführung Wertschätzung im Lehrerberuf
- Selbstwertschätzung als Gesundheitsprädiktor
- Wertschätzung als Haltung
- Fremdwertschätzung im Kollegium

## Würdigung

persönlichen oder gar  
öffentlichen Anerkennung  
und Wertschätzung

Qualitätsoffensive  
Lehrerbildung

Schüler zeichnen Lehrer aus

Bessere Bezahlung

Mehr Entlastung

Mangelnde Wertschätzung im Schulalltag

## Lehrer werden nicht genug gewürdigt

04.03.2016

### Mehr Wertschätzung für Lehrer gefordert

Lehrer

## Von den Schülern geliebt. Von den Kollegen gehasst

Lehrer erfahren selten Bestätigung. Ja  
ohne ein Lob. Wie zwiespältig es ist, öf  
werden, erlebte eine Brandenburger L

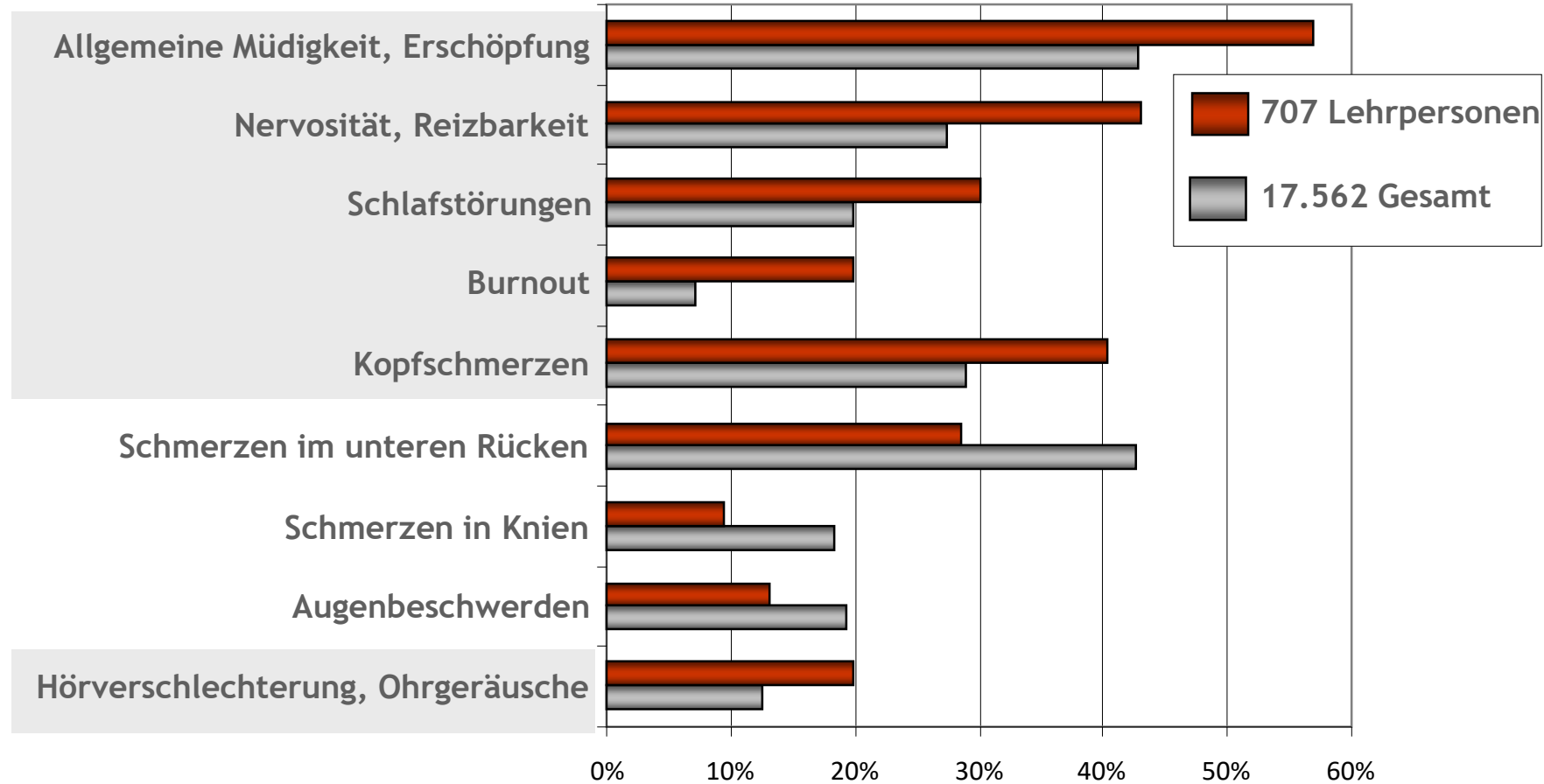
## Lehrer fordern mehr Wertschätzung und Unterstützung vom Land

BRAUNSCHWEIG In Diskussionen mit Politikern betonen sie: Ältere Kollegen müssten  
entlastet werden. Außerdem sei die Zahl außerunterrichtlicher Tätigkeiten zu hoch.

Von Karsten Mentasti  
10.05.2018 - 16:48 Uhr



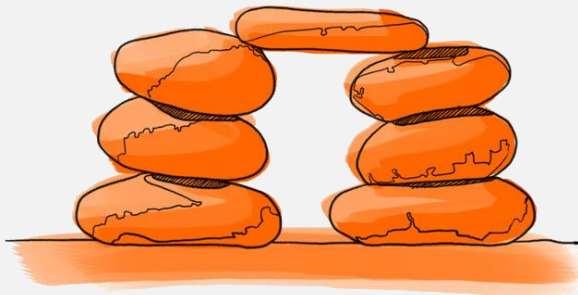
# Stressbelastung im Lehrerberuf



# Efford-Reward-Imbalance (ERI-Modell)

Anforderungen

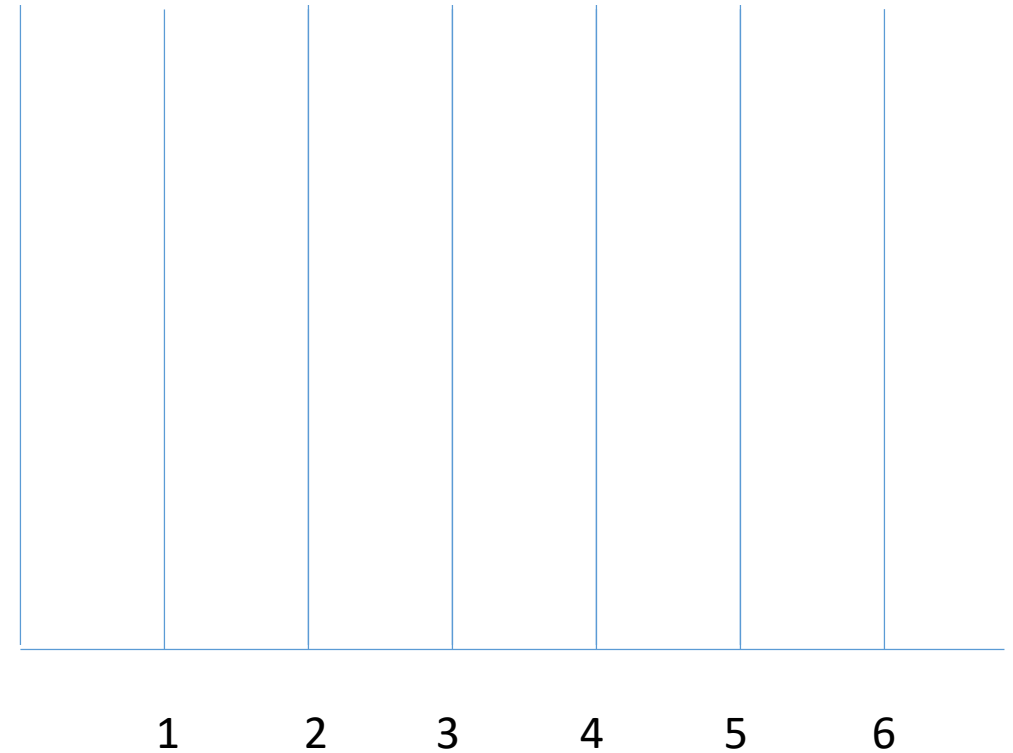
Gewinn



## Gratifikationskrise

(Siegrist 2002)

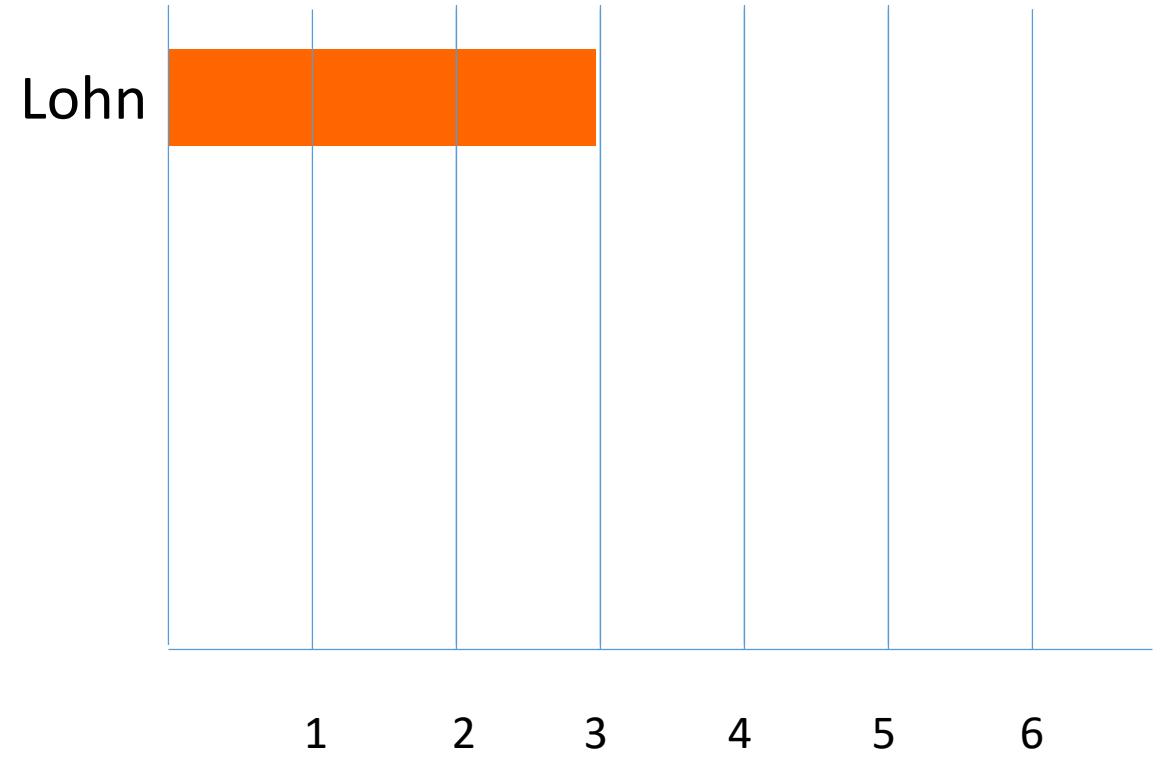
# Gratifikations-Imbalance



n = 244 Lehrer  
(Lehr et al. 2013)

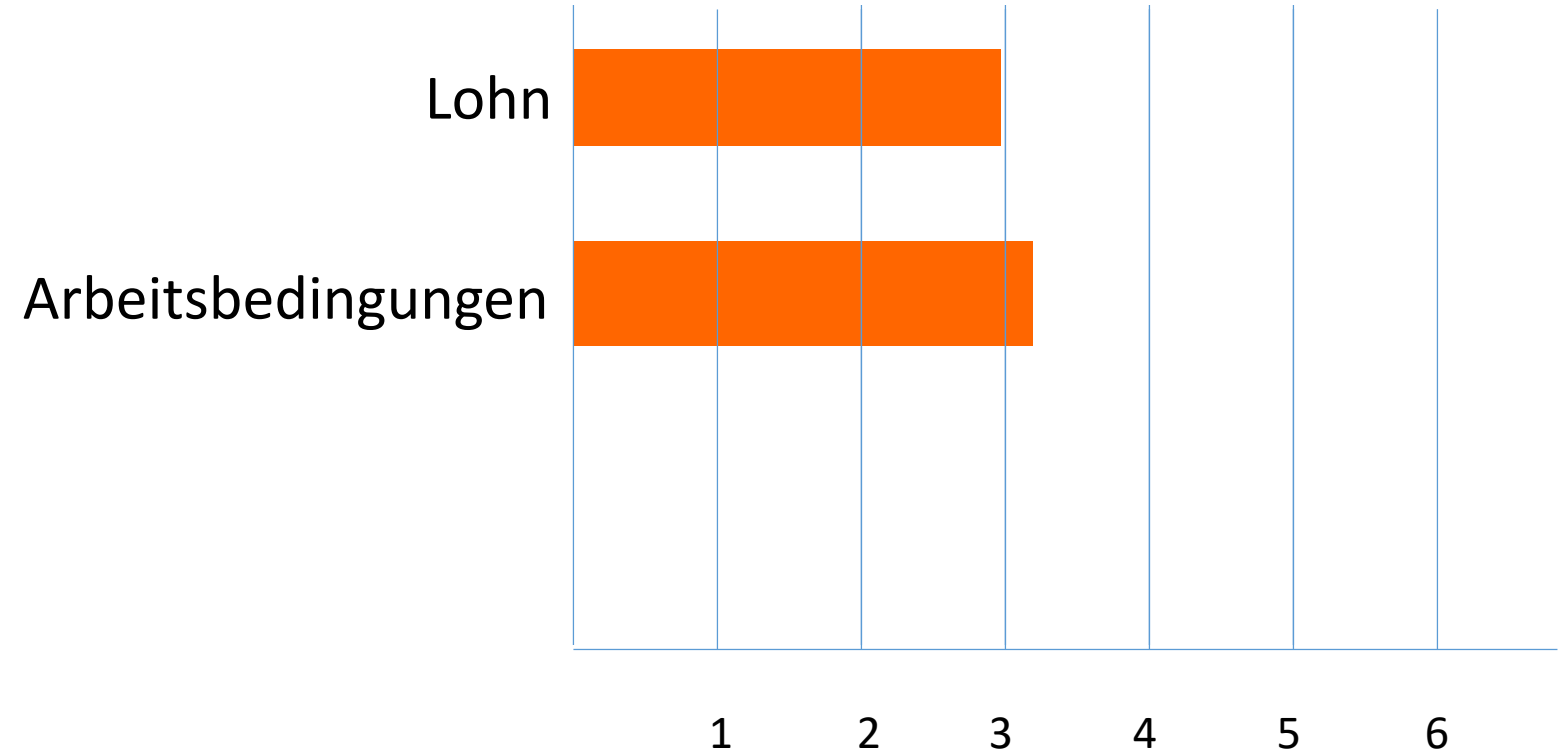


# Gratifikations-Imbalance



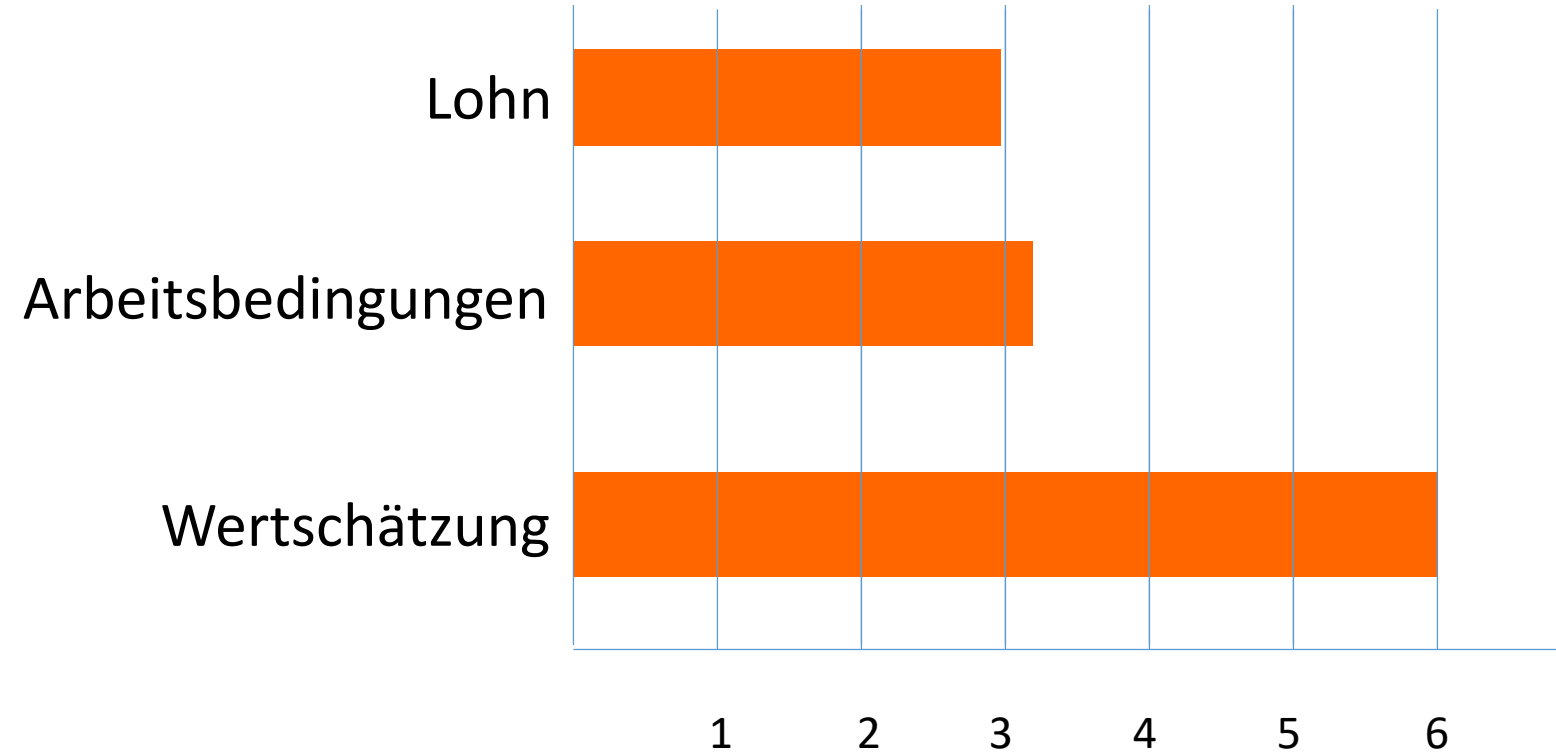
n = 244 Lehrer  
(Lehr et al. 2013)

# Gratifikations-Imbalance

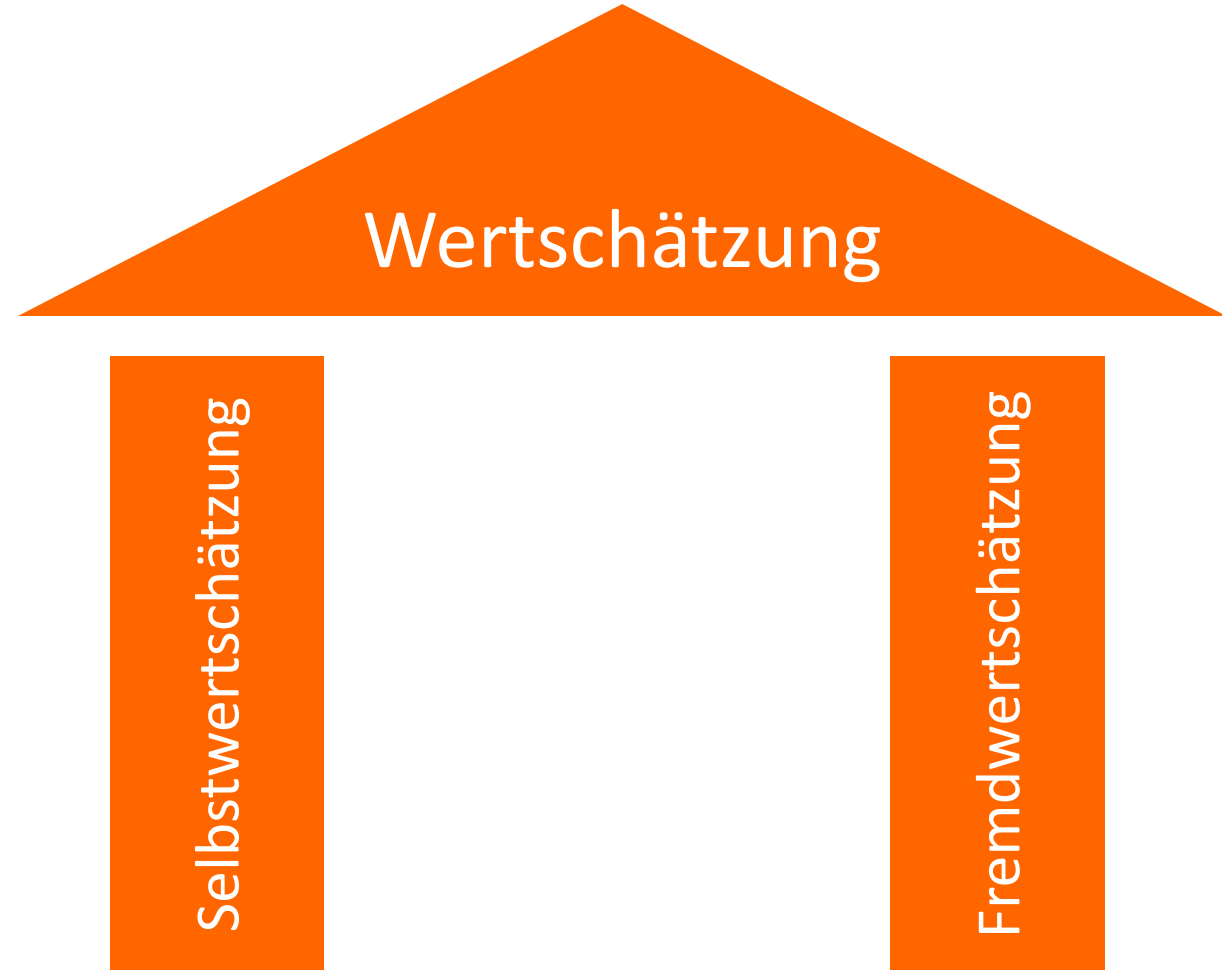
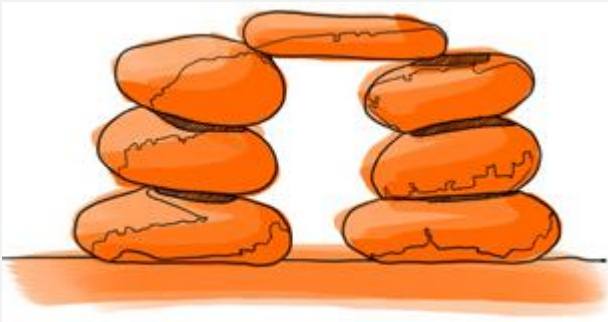


n = 244 Lehrer  
(Lehr et al. 2013)

# Gratifikations-Imbalance



n = 244 Lehrer  
(Lehr et al. 2013)



Platz 6



## Die Allensbacher Berufsprestige-Skala 2005

Frage: "Hier sind einige Berufe aufgeschrieben. Könnten Sie bitte die fünf davon herausuchen, die Sie am meisten schätzen, vor denen Sie am meisten Achtung haben?" (Vorlage einer Liste)



– Deutsche Bevölkerung ab 16 Jahre –

## Die Allensbacher Berufsprestige-Skala 2008

Frage: "Hier sind einige Berufe aufgeschrieben. Könnten Sie bitte die fünf davon herausuchen, die Sie am meisten schätzen, vor denen Sie am meisten Achtung haben?" (Vorlage einer Liste)

+/- im Vergleich zur vorhergehenden Umfrage von 2003

Arzt	+6	78%
Pfarrer, Geistlicher	0	39
Hochschulprofessor	+4	34
Grundschullehrer	+6	33
Unternehmer	+1	31
Rechtsanwalt	-2	27
Ingenieur	+1	27
Botschafter, Diplomat	0	25
Atomphysiker	+3	25
Apotheker	-2	24
Direktor in großer Firma	-1	17
Studienrat	0	14
Journalist	-2	11
Offizier	-1	8
Gewerkschaftsführer	+1	8
Politiker	-2	6
Buchhändler	-2	5

– Deutsche Bevölkerung ab 16 Jahre –

Platz 4



Platz 3



## Die Allensbacher Berufsprestige-Skala 2011

Frage: "Hier sind einige Berufe aufgeschrieben. Könnten Sie bitte die fünf davon herausuchen, die Sie am meisten schätzen, vor denen Sie am meisten Achtung haben?" (Vorlage einer Liste)



Deutsche Bevölkerung ab 16 Jahre



## Berufsansehen – Pfarrer, Geistlicher



**Deutsche Bevölkerung ab 16 Jahre**  
(bis 1988: Westdeutschland, ab 1993: Gesamtdeutschland)

Quelle: Allensbacher Archiv, IFD-Umfragen, zuletzt 10067 (Februar 2011)





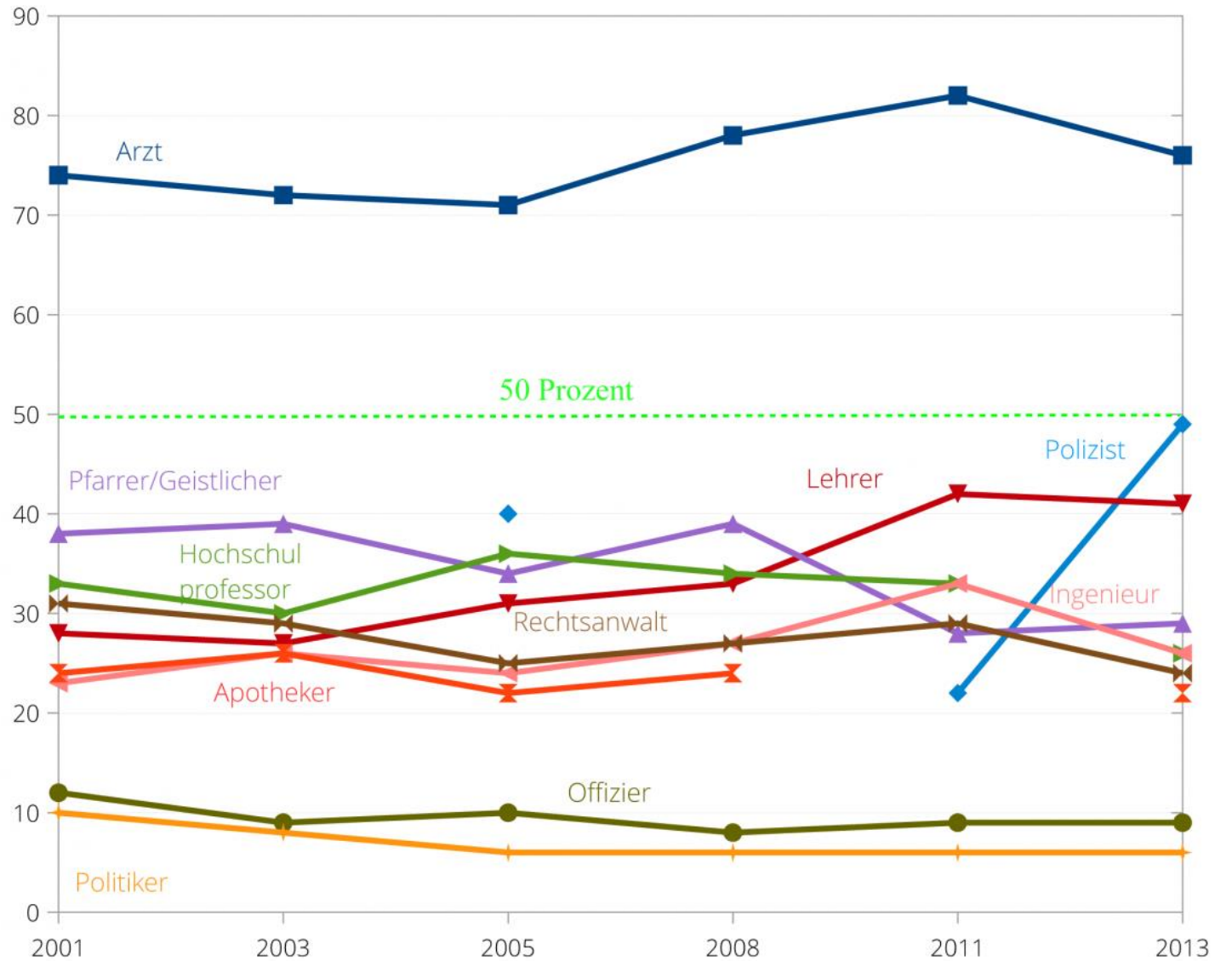
## Berufsansehen – Politiker

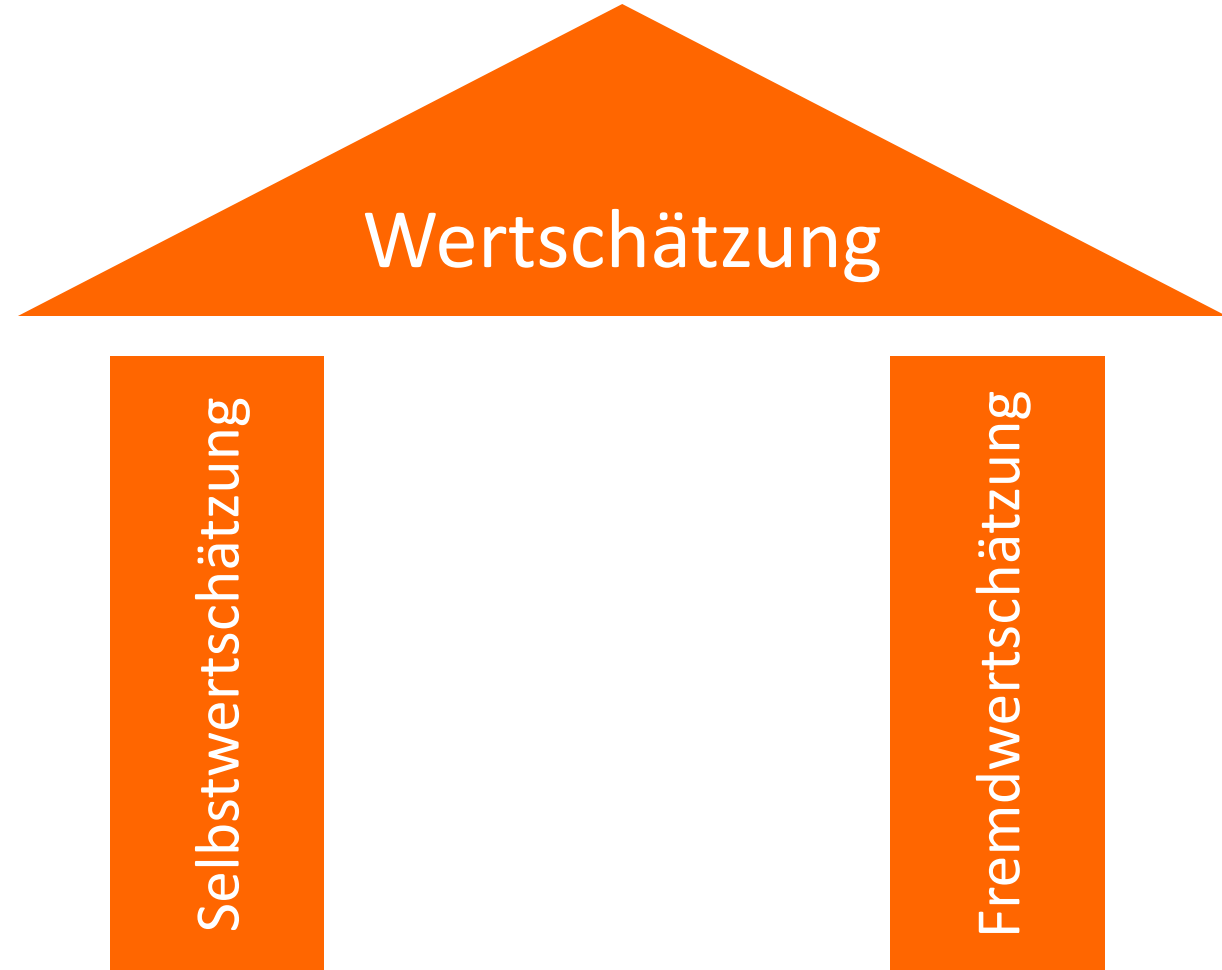
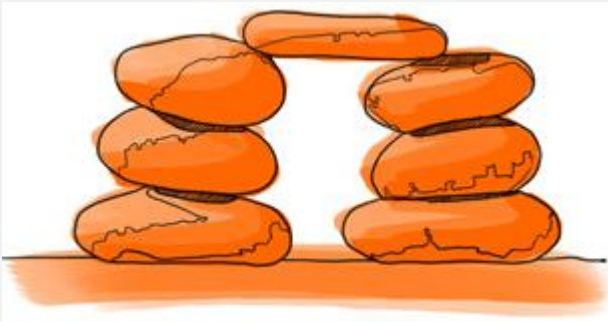


**Deutsche Bevölkerung ab 16 Jahre**  
(bis 1988: Westdeutschland, ab 1993: Gesamtdeutschland)

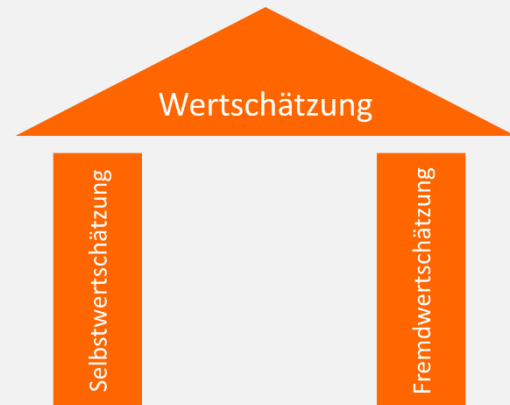
Quelle: Allensbacher Archiv, IFD-Umfragen, zuletzt 10067 (Februar 2011)

Auswahl von Berufen und deren Achtung  
in der Bevölkerung  
Umfragen 2001- 2013 – IfD Allensbach

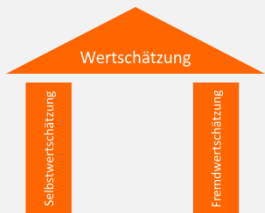
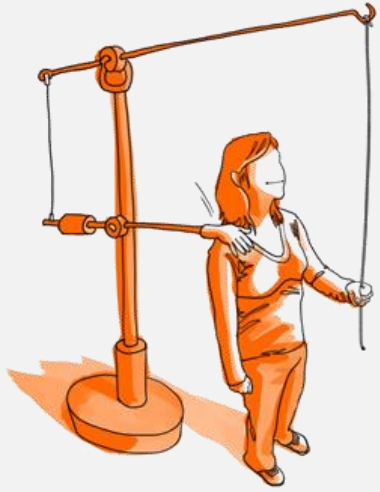




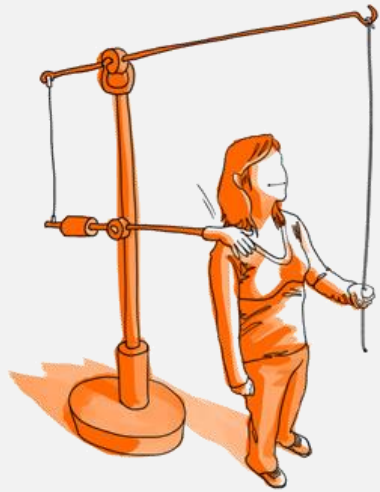
# Selbstwertschätzung



## Selbstwertschätzung



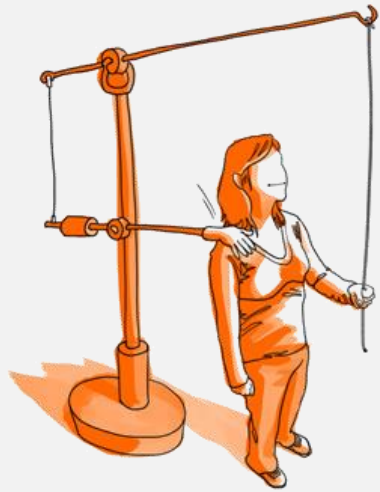

## Selbstwertschätzung



Welche Erfolge hatte ich schon in meinem Leben?

A collection of empty rectangular boxes for writing answers. The boxes are arranged in a grid-like fashion. The top row has two large boxes. The middle row has three boxes of varying sizes, with the central one being blue. The bottom row has two large boxes.

## Selbstwertschätzung

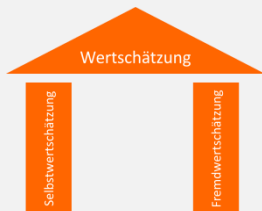
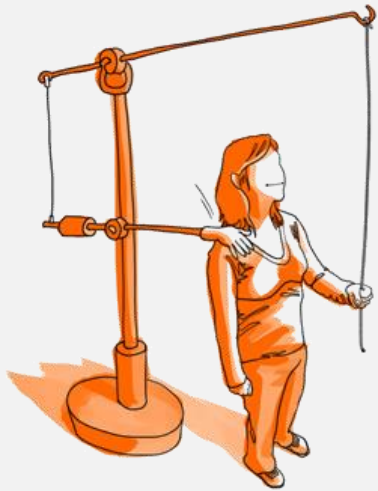


Welche Erfolge hatte ich schon in meinem Leben?

Welche Kompetenzen habe ich, um diese Erfolge zu erreichen?

A collection of empty rectangular boxes for writing answers. There are four boxes in the top row, two in the middle row, and two in the bottom row. The boxes are light orange, except for one box in the middle row which is light blue.

## Selbstwertschätzung



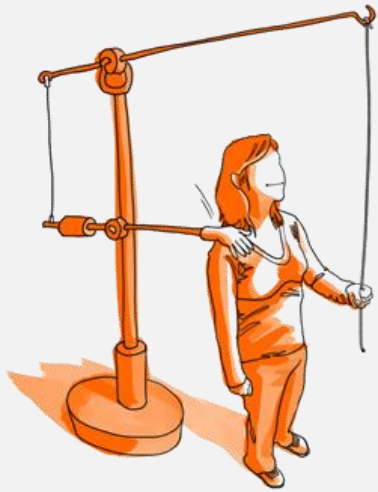
Welche Erfolge hatte ich schon in meinem Leben?

Welche Kompetenzen habe ich, um diese Erfolge zu erreichen?

Was mögen andere an mir?



## Selbstwertschätzung



Welche Erfolge hatte ich schon in meinem Leben?

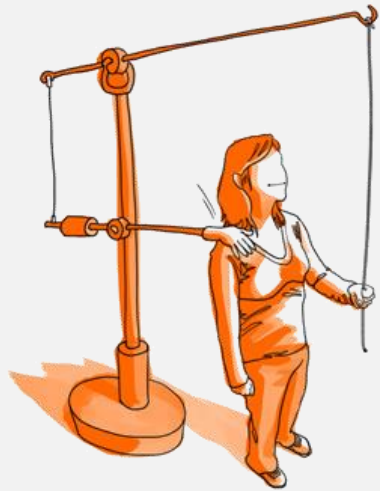
Welche Kompetenzen habe ich, um diese Erfolge zu erreichen?

Was mögen andere an mir?

Was mag ich noch an mir?



## Selbstwertschätzung



Welche Erfolge hatte ich schon in meinem Leben?

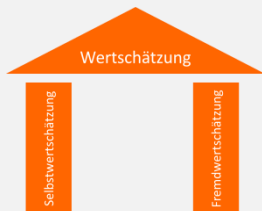
Welche Kompetenzen habe ich, um diese Erfolge zu erreichen?

Welche Belastungen habe ich schon ausgehalten?

Woher hatte ich die Kraft dafür?

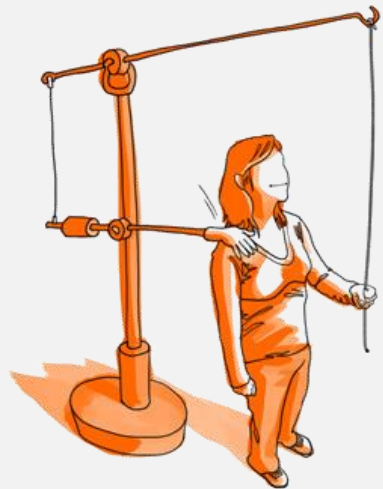
Was mögen andere an mir?

Was mag ich noch an mir?





## Selbstwertschätzung



Krisen, Belastungen und Stresserleben haben Auswirkungen auf unser Selbstwertgefühl.

(Paul & Moser, 2006)

Zusammenhang zwischen Arbeitsstress und Depression nur bei Individuen mit geringem Selbstwert.

Bei Personen mit hohem Selbstwert konnte dieser Zusammenhang nicht nachgewiesen werden.

(Jex & Elacqua, 1999)



Lehrer, die geringe Wertschätzung erfahren, sind für negative gesundheitliche Auswirkungen prädisponiert.

(Böhringer, 2009)

## Resilienz



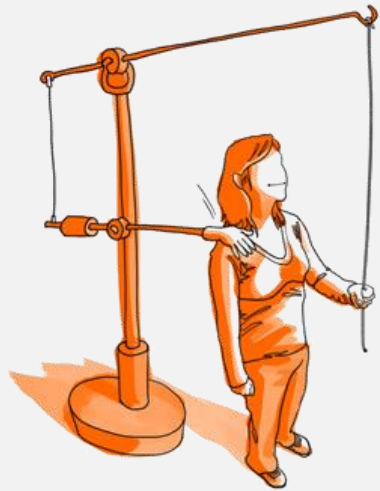
Ich bin ...

Ich kann ...

Ich habe ...

Ich werde ...

## Selbstwertschätzung

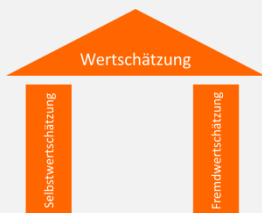


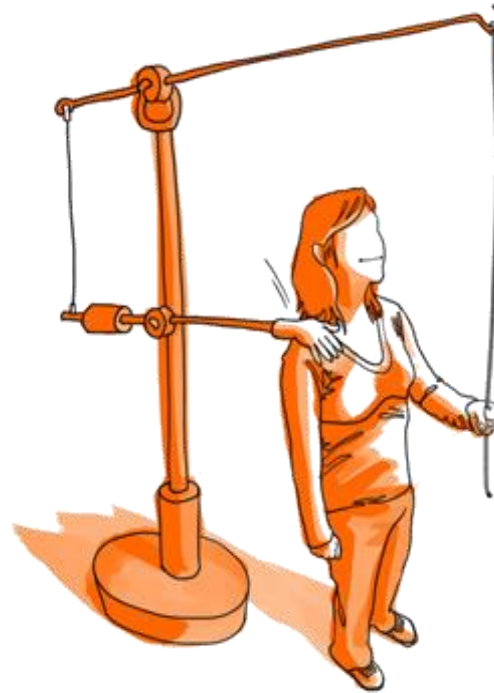
Was ist mir heute gut gelungen? Worin lag mein Beitrag dazu?

Was war heute anstrengend? Wie habe ich das ausgehalten/überwunden?

Welche Niederlagen/Enttäuschungen gab es? Wie habe ich sie bewältigt?

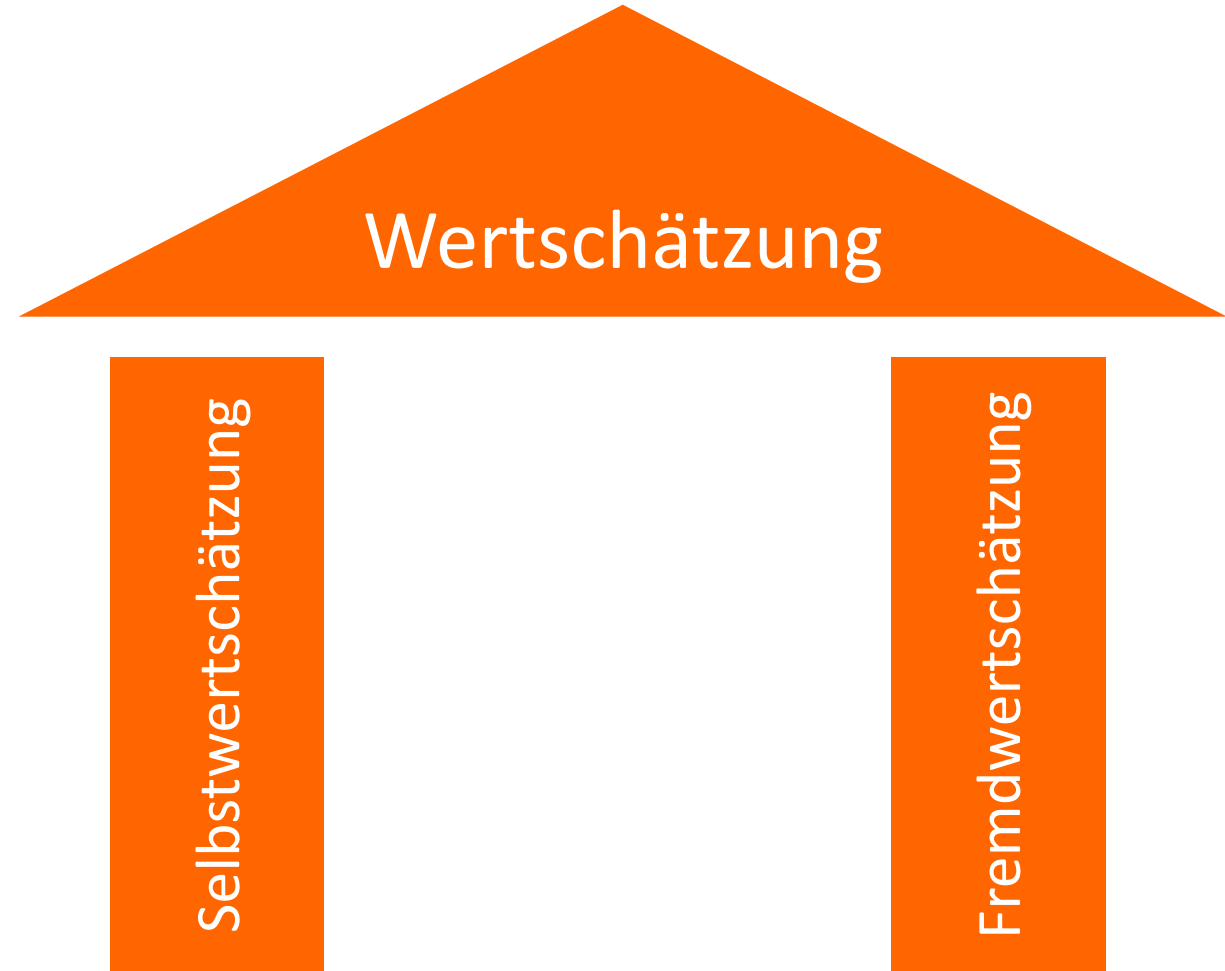
Womit habe ich mir heute selbst eine Freude gemacht?





Wie können/wollen Sie Ihre eigene Selbstwertschätzungscompetenz oder die Ihrer SuS regelmäßig fördern?

Was wollen Sie ausprobieren?



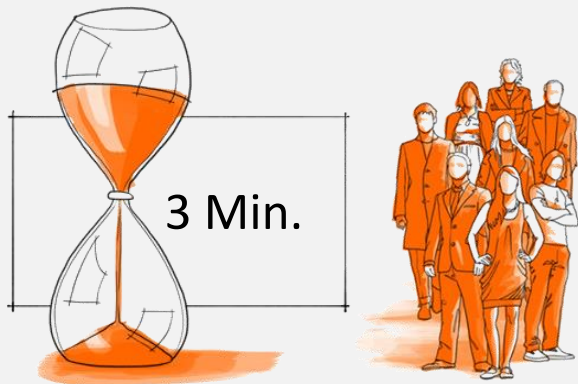
Wertschätzung

Selbstwertschätzung

Fremdwertschätzung



## 3er Gruppen



A) Was unterscheidet Wertschätzung von Lob/ Belohnung/ Anerkennung?

## 3er Gruppen



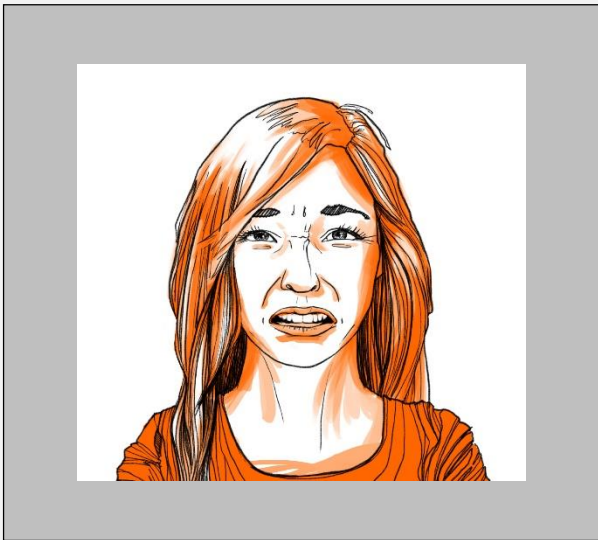
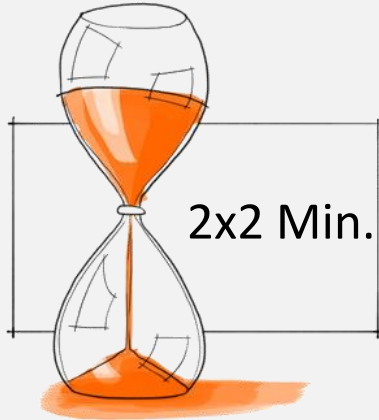
Welchen Wert schätzen wir denn eigentlich?

Welche Bedeutung hat das Konstrukt von  
Wertschätzung im Zusammenhang mit unserem  
humanistischen Menschenbild?

Und was folgt daraus für unser pädagogisches  
professionelles Handeln?

## Grundbedürfnisse nach Grawe (2004)

4 Grundbedürfnisse,	die durch wertende Äußerungen befriedigt oder frustriert werden z.B.



1. unsympathische Person wählen
  2. Der Sitznachbarin erklären, warum die Person eigentlich ein guter Mensch ist.
- Über welche positiven Eigenschaften verfügt die Person?
  - Was kann die Person gut?
  - Was mögen andere an der Person?
  - ...



1. Anerkennende Worte finden
2. Um Rat bitten
3. Fair revanchieren
4. Zeit schenken
5. Respektvoll kommunizieren
6. Vertrauen beweisen
7. Bedürfnisse erkennen



## 3er Gruppen

### Interview-Runde

1. Bilden Sie Dreiergruppen
2. Person A führt ein Interview mit Person B – Person C hört zu.
  - Mit welchen Dingen bei der Arbeit/im Privatleben bist du am zufriedensten? Warum macht dich das zufrieden? Wie fühlst du dich dabei? Ok – Womit noch? Womit noch? ....



### Feedback-Runde

3. Person A und C führen ein Gespräch über Person B. Welche Stärken, Fertigkeiten u.a. schöne Dinge haben Sie von Person B wahrgenommen bzw. können diese aus dem Gehörten ableiten.
4. Person A hört nur zu!



# This teacher lit af



