



Erschienen: Allgäuer Zeitung  
Am: 9. Mai 2009

# Immer mehr Lehrer erkranken am Stress im Klassenzimmer

**Medizin** Bis zu 30 Prozent der Pädagogen sind ausgebrannt – Hochgratklinik mit neuer Therapie

Stiefenhofen | In dem Lärm im Klassenzimmer, Anfeindungen von Schülern, Kritik von Eltern und selten ein Lob für die geleistete Arbeit. Das Scheitern an derartigen Herausforderungen und oft auch den eigenen Idealen macht immer mehr Lehrer zu Patienten. Bis zu 30 Prozent aller Pädagogen erkranken am sogenannten Burnout- oder Erschöpfungssyndrom. Die Hochgratklinik in Stiefenhofen hat sich jetzt auf die Behandlung von kranken Lehrern spezialisiert. Die Klinik bietet spezielle Therapieprogramme für Pädagogen, die an einem Burnout-Syndrom oder anderen seelischen Gesundheitsstörungen erkrankt sind. „Wir wollen den Betroffenen schnelle Hilfe leisten, damit sie wieder in ihren Beruf zurückkehren können“, sagte Prof. Joachim Bauer, seit Anfang 2009 Ärztlicher Direktor der Klinik.

Immer mehr Menschen in so genannten „Stressberufen“ erkranken laut Bauer an Störungen wie dem Erschöpfungssyndrom. Lehrer sind besonders davon betroffen. „Sie leisten unter immer schwierigeren Rahmenbedingungen Schwerarbeit im Klassenzimmer. Das ist ein Hochleistungsberuf“, sagte Bauer, der im Auftrag der Bundesregierung bereits eine Studie zum Thema Lehrergesundheit durchgeführt hat. Fazit: Die Folge von beruflichem

Stress ist ein erhöhtes Krankheitsrisiko. Die von Bauer durchgeführte Untersuchung lieferte unter anderem folgende Ergebnisse:

- **42 Prozent** der Lehrer werden mindestens einmal pro Jahr mit schwerer, verbaler Aggressivität vonseiten der Schüler konfrontiert.
- **7 Prozent** erleben, dass Dinge beschädigt werden, die ihnen gehören.
- **4 Prozent** werden mit körperlicher Gewalt bedroht.

Als eine Folge tritt bei immer mehr Lehrern eine stressbedingte Erkrankung, wie das Burn-out-

Syndrom auf. Besonders betroffen sind Haupt-, Beruf- und Realschullehrer, aber auch alle anderen Schularten. Die Lehrer leiden unter

emotionaler Erschöpfung, dem Gefühl der Sinnlosigkeit im Bezug auf ihre Arbeit und bauen eine Abwehrhaltung gegenüber ihren Schülern auf.

In einer vier- bis achtwöchigen stationären Behandlung will die Hoch-

gratklinik erkrankten Lehrern mit nach eigenen Angaben neuen Therapieformen helfen. Zusätzlich zu den allgemeinen Angeboten wie Meditati-

on, Sport, Einzel- und Gruppensprachen erhalten Patienten die Möglichkeit, an speziellen Therapiegruppen teilzunehmen, die sich befassen mit „Seelischer

**„Motivationsdefizite bei Schülern und Aggressivität in der Schule machen die Arbeit für Lehrer immer schwerer.“**

Prof. Joachim Bauer, Ärztl. Dir. Hochgratklinik

Gesundheit im Beruf“, Körpersprache oder dem Einsatz der Stimme.



Prof. Dr. Joachim Bauer  
Prof. Joachim Bauer, Ärztlicher Direktor der Hochgratklinik. Foto: Becker

## Erfahrungen einer betroffenen Lehrerin

Die Lehrerin Claudia M. hat sich in der Hochgratklinik wegen eines Burnout-Syndroms behandeln lassen. Sie arbeitete 13 Jahre lang als Lehrerin für Englisch und Französisch an einem bayerischen Gymnasium. Hier spricht sie über ihre Krankheit: „Es fing vor zwei Jahren ganz langsam an. Ich schlief nicht mehr gut. Mit der Zeit spitzte sich das aber immer mehr zu, sodass ich in den Monaten vor meinem Zusammenbruch im Februar fast gar nicht mehr geschlafen habe und extrem starke Schlafmittel nehmen musste. Es ging mir nur noch mies, ich schleppete mich in die Schule, konnte mich

aber nicht konzentrieren, hatte zu nichts mehr Kraft. Ich war aggressiv, das Privatleben war im Eimer. Da bin ich zum Arzt, der mich dienstunfähig geschrieben hat. In der Klinik hat mir das Miteinander sehr gut getan, man wird aufgefangen, kann über die Probleme reden. Heute weiß ich, dass ich mir selbst zu viel Druck gemacht habe, meine eigenen Erwartungen waren zu hoch. Ob ich wieder in die Schule gehe, weiß ich noch nicht. Lehren wird immer mehr aufgebürdet. Die Schüler werden immer schwieriger und respektloser. Es fehlt auch an der Erziehung von zu Hause.“