

# Körper und Seele von Lehrern unter Druck

Lehrer stehen unter großem Druck. Zu diesem Fazit kommen Schulforscher der Uni Bremen. Danach sind Lehrer hohen psychischen und körperlichen Anforderungen ausgesetzt. Diese sorgen dafür, dass binnen weniger Berufsjahrzehnte ihre seelische und körperliche Leistungsfähigkeit verschleißt. Folge: Der größere Teil von ihnen gehe in Frühpension. Für ihre Studie gingen die Forscher mit 178 Lehrern von fünf Bremer Schulen eine bis zwei Wochen lang zur Arbeit. Sie beobachteten den Unterricht und nahmen bei allen unter anderem ein Langzeit-EKG auf, mit dem Beschleunigungen und Verlangsamungen der Herztätigkeit stetig ermittelt wurden. So maßen sie die Phasen der An- und Entspannung. Fazit: Auffällig sei der geringe Erholungswert von Unterrichtspausen. Bei den meisten Lehrern traten gesundheitliche Schwierigkeiten auf, darunter Kreislaufprobleme, sowie seelische Auffälligkeiten wie erhöhte Reizbarkeit und Schlafstörungen. ddp

RP 18-10-03