Zweitveröffentlichung



Wiederseiner, Victoria; Martschinke, Sabine

Umgang mit Belastungen in inklusiven Settings : Erste Evaluationsergebnisse eines Seminars zum ressourcenorientierten Umgang mit Belastungen

Datum der Zweitveröffentlichung: 23.10.2026

Verlagsversion (Version of Record), Beitrag in Sammelwerk

Persistenter Identifikator: urn:nbn:de:bvb:473-irb-117728x

Erstveröffentlichung

Wiederseiner, Victoria; Martschinke, Sabine (2023): Umgang mit Belastungen in inklusiven Settings: Erste Evaluationsergebnisse eines Seminars zum ressourcenorientierten Umgang mit Belastungen, in: Michael Haider, Richard Böhme, Susanne Gebauer, u. a. (Hrsg.), Nachhaltige Bildung in der Grundschule, Bad Heilbrunn: Verlag Julius Klinkhardt, S. 172–177, doi: 10.35468/6035-21

Rechtehinweis

Dieses Werk ist durch das Urheberrecht und/oder die Angabe einer Lizenz geschützt. Es steht Ihnen frei, dieses Werk auf jede Art und Weise zu nutzen, die durch die für Sie geltende Gesetzgebung zum Urheberrecht und/oder durch die Lizenz erlaubt ist. Für andere Verwendungszwecke müssen Sie die Erlaubnis der Rechteinhaberinnen und Rechteinhaber einholen.

Für dieses Dokument gilt eine Creative-Commons-Lizenz.



Die Lizenzinformationen sind online verfügbar:

https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/legalcode

Victoria Wiederseiner und Sabine Martschinke

Umgang mit Belastungen in inklusiven Settings – Erste Evaluationsergebnisse eines Seminars zum ressourcenorientierten Umgang mit Belastungen

Im Beitrag werden das Konzept und die Evaluation von Seminarbausteinen zum ressourcenorientierten Umgang mit Belastungen in inklusiven Settings im Lehramtsstudium vorgestellt. Dazu wurden in einer Interventionsstudie im Prä-Post-Vergleich Grundschullehramtsstudierende (N = 34) zu ihren Ressourcen und ihrem Belastungserleben in inklusiven Settings befragt sowie am Ende des Semesters alle Seminarbausteine evaluiert. Erste Evaluationsergebnisse zeigen, dass die am Seminar teilnehmenden Grundschullehramtsstudierenden im Bereich der inklusionsbezogenen Selbstwirksamkeit signifikante Verbesserungen mit hohen Effektstärken aufweisen und ihren selbsteingeschätzten Lernnutzen sowie die geplante Anwendbarkeit der Seminarinhalte sehr hoch einschätzen. Die Ergebnisse werden vor dem Hintergrund der Implikation in der ersten Phase der Lehrkräfteprofessionalisierung diskutiert.

1 Theoretische und empirische Verortung: Belastungen und Ressourcen in inklusiven Settings

Durch gesellschaftliche Transformationsprozesse wie die UN-Behindertenrechtskonvention sowie Migrations- und Fluchtbewegungen, beispielsweise durch den aktuellen Ukraine-Konflikt, vergrößert sich die Heterogenität der Schülerinnen und Schüler. Für Lehrkräfte und Lehramtsstudierende führt diese zunehmende Heterogenität der Schülerinnen und Schüler zu neuen beruflichen Anforderungen (Peperkorn, Müller, Mertz & Paulus 2020). Die steigenden beruflichen Anforderungen lassen bei den (angehenden) Lehrpersonen eine Zunahme des Belastungserlebens entstehen und bringen die Gefahr von Burnout, langem Krankenstand und früherem Ausscheiden aus dem Beruf mit sich (Hedderich, Biewer, Hollenweger, Markowetz 2016). Sowohl national als auch international gelten demnach Lehrkräfte als (Hoch-) Risikogruppe für psychische Erkrankungen (Lüdtke 2019).

Das Belastungserleben entsteht theoretisch und empirisch gestützten Modellen der Lehrerbelastungsforschung zufolge im Abgleich von situationsspezifischen Anforderungen und personenspezifischen Handlungsmöglichkeiten sowie dem

doi.org/10.35468/6035-21

individuellen Ressourcenvorkommen der (angehenden) Lehrkräfte (Rudow 1994, Bakker & Demerouti 2007). Die Ressourcen moderieren dabei die Verarbeitung beruflicher Anforderungen und können beispielsweise in Form von (inklusiven) Werthaltungen und Überzeugungen, über das Ausmaß der sozialen Unterstützung und der selbstregulativen Fähigkeiten den Belastungen protektiv entgegenwirken (Frick 2021). Das gilt auch für die erste Phase der Lehrkräfteausbildung, da bereits im Lehramtsstudium fast die Hälfte der angehenden Lehrkräfte gesundheitsrelevanten Risikomustern zuzuordnen ist (Bauer 2019, Kerkhoff 2019). Die Lehramtsstudierenden berichten über hohe Werte in emotionaler Erschöpfung und vor allem während der Praxisphasen im Lehramtsstudium lässt sich eine Zunahme des Belastungserlebens identifizieren (Bruns, Küth, Scholl & Schüle 2021). Bislang ist jedoch noch unklar, welche Belastungen die Studierenden in inklusiven Settings wahrnehmen und welche Ressourcen sie zum Umgang mit beruflichen Belastungen kennen und einsetzen (Krawiec, Fischer & Hänze 2019). Im Umgang mit diesen Belastungen betonen Studien die Bedeutung und Notwendigkeit, Ressourcen im Lehrerberuf im Rahmen der Aus- und Fortbildung weiter auf- und auszubauen (Oetjen, Martschinke & Elting 2021) und sich nach Forderungen der KMK (2019) bereits in der ersten Phase der Lehrkräfteausbildung mit dem Umgang mit beruflichen Belastungen auseinanderzusetzen. Dabei haben sich besonders die Stärkung der gesundheitsförderlichen Selbstregulationsmuster als auch die Selbstwirksamkeitserwartung und die inklusionsbezogene Einstellung der Studierenden sowie das Ausmaß an sozialer Unterstützung als förderlich im Umgang mit Belastungen erwiesen (Zeuch, Souvignier, Kütner & Dutke 2021). Die Mehrheit der Programme und Seminarkonzeptionen zur nachhaltigen Förderung dieser Ressourcen kommt dabei jedoch meist ohne systematische Interventionen aus (Greiner 2021) und lässt die steigenden Anforderungen im Lehrerberuf in inklusiven Settings in der Grundschule unberücksichtigt (Peperkorn et al. 2020). Um den genannten Forschungslücken zu begegnen, fragt der Beitrag zum einen, welche Belastungen und welche Ressourcen die Grundschullehramtsstudierenden vor und nach dem Besuch des Seminars aufzeigen und zum anderen, wie die Studierenden die ressourcenstärkenden Seminarbausteine hinsichtlich des Lernnutzens und der geplanten Anwendbarkeit der Seminarinhalte bewerten.

2 Ressourcenorientierte Seminarbausteine zum Umgang mit Belastungen im Lehramtsstudium

In insgesamt fünf aufeinander aufbauenden Seminarbausteinen, die im Wahlpflichtbereich im Rahmen einer universitären Lehrveranstaltung im Bereich der Grundschulpädagogik an der FAU Erlangen-Nürnberg eingesetzt werden und in einem Präsenz-Format ein gesamtes Semester umfassen, sollen die Ressourcen der Grundschullehramtsstudierenden in einem fallbezogenen Ansatz gestärkt werden.

doi.org/10.35468/6035-21

Als praxisnahe Fallbeispiele dienen dabei Ergebnisse von belastenden authentischen Fällen (besonderer Förderbedarf, Probleme im Familienhintergrund, sozial-emotionale Probleme, störendes Unterrichts- und Arbeitsverhalten, Lern- und Leistungsprobleme) des BISU-Projekts (Belastungen in einer inklusiven Schule und im gemeinsamen Unterricht begegnen), die ebenfalls an die Zielgruppe der Lehramtsstudierenden angepasst wurden und als Reflexionsanlässe sowie Praxisbezüge für die Studierenden genutzt werden. In Seminarbaustein 1 werden die theoretischen Grundlagen zu den Begriffen Inklusion und Heterogenität gelegt. Seminarbaustein 2 befasst sich mit der Reflexion von beruflichen Anforderungen und bereits vorhandenen sowie fehlenden Ressourcen zum Umgang mit Belastungen in inklusiven Settings. Im darauffolgenden Seminarbaustein 3 lernen die Studierenden die Methode „Problemlösen nach Plan" zum Umgang mit belastenden Fällen kennen und führen diese anhand der Fallbeispiele selbstständig unter Einbezug von Praxismaterialien durch. Auf Grundlage eines besonders belastenden Falls werden im Seminarbaustein 4 die emotionalen und verhaltensbezogenen Bewältigungsmuster im Umgang mit diesen belastenden Fällen reflektiert. Im letzten Seminarbaustein 5 wird ein eigener belastender Fall der Lehramtsstudierenden aus ihren schulischen Praktika im Rahmen einer kollegialen Fallberatung bearbeitet.
Ziel der ressourcenstärkenden Seminarbausteine ist es, die Ressourcen der Lehramtsstudierenden im Sinne des Empowerment-Ansatzes zum Umgang mit Belastungen in inklusiven Settings auf- bzw. auszubauen. Demnach sollen die Studierenden selbst befähigt werden, ihre Ressourcen für den Umgang mit Belastungen in inklusiven Settings für ihren späteren Schulalltag zu nutzen. Die einzelnen Seminarbausteine orientieren sich an der bereits für Lehrkräfte erfolgreich evaluierten Fortbildungskonzeption *Lehr^{KRÄFTE} schonen und sinnvoll einsetzen* (Elting et al. 2021) zum Umgang mit Belastungen in inklusiven Settings, welche auf die erste Phase der Lehrkräfteausbildung adaptiert und erweitert wurde.

3 Datengrundlage und Methode

Zur Beantwortung der Fragestellungen wurden die Grundschullehramtsstudierenden (N = 34; 84,8 % weiblich; Alter M = 22,51, SD = 5,21; Semester M = 3,82, SD = 1,13) vor und nach der Teilnahme an dem Seminar mittels Fragebögen zu ihrem Belastungserleben in inklusiven Settings und zu den inklusionsbezogenen Ressourcenbereichen soziale Unterstützung, inklusionsbezogene Selbstwirksamkeit und Einstellung zu Inklusion sowie zur Evaluation der Seminarbausteine (Lernnutzen und geplante Anwendbarkeit der Seminarinhalte) befragt. Außerdem wurden bei den Studierenden zu Semesterbeginn noch die Vitalität, die Distanzierungsfähigkeit und die Berufszufriedenheit erhoben. Dabei erfolgte größtenteils ein Rückgriff auf erprobte Skalen, die adaptiert und für inklusive Settings kontextualisiert wurden (vgl. Tab. 1).

doi.org/10.35468/6035-21

Tab.1. Erhebungsinstrument

Skala	Items	Beispiel	∝
Belastungserleben (eigene Items)	5	Ich fühle mich belastet, wenn ich Kinder mit besonderen (Förder-) Bedürfnissen in der Klasse habe.	,89
Soziale Unterstützung (Kunter et al. 2010)	5	Ich kann mit anderen Personen (z. B. Studierende, Praktikumslehrkraft) über die täglichen Probleme mit Schülerinnen und Schülern im inklusiven Unterricht reden.	,84
Inklusionsbezogene Selbstwirksamkeit (Bosse & Spörer 2014)	4	Ich bin mir sicher, dass ich in inklusiven Settings auch bei größten Leistungsunterschieden für jedes Kind ein angemessenes Lernangebot bereithalten kann.	,71
Einstellung zu Inklusion (Bosse & Spörer 2014)	4	Unterricht in inklusiven Settings kann grundsätzlich so gestaltet werden, dass er allen Kindern gerecht wird.	,72
Lernnutzen pro Seminarbaustein (Haenisch 1990)	11	Die Inhalte und Übungen lassen sich auf die Belastungen in meinen Praktikumsphasen und im späteren Berufsalltag gut übertragen.	,82
Geplante Anwendbarkeit der Seminarinhalte pro Seminarbaustein (Haenisch 1990)	12	Ich fühle mich in der Lage, die Inhalte und Übungen im Umgang mit den Belastungen meiner Praktikumsphasen und meines späteren Berufsalltages anzuwenden.	,78

N = 34, Vierstufige Likertskalen: 1 = stimme gar nicht zu, 4 = stimme voll und ganz zu

Ausgehend von einer deskriptiv-analytischen Auswertung wurden Mittelwertunterschiede im Prä-Post-Vergleich des Belastungserlebens und der Ressourcenbereiche der Grundschullehramtsstudierenden untersucht.

4 Erste Evaluationsergebnisse

Vor dem Besuch des Seminars zeigt sich, dass das Belastungserleben der Grundschullehramtsstudierenden im Bereich der theoretischen Skalenmitte liegt und relativ breit streut (M = 2,50; SD = 0,67; min = 1; max = 4). Im Bereich der Ressourcen zum Umgang mit Belastungen fühlen sich die Studierenden im Mittel zum ersten Messzeitpunkt sozial unterstützt (M = 3,22; SD = 0,48; min = 2; max = 4) und haben eine günstige Einstellung zu Inklusion (M = 2,70; SD = 0,58; min = 1; max = 4), welche auf der vierstufigen Likertskala ebenfalls breit streut. Die inklusi-

doi.org/10.35468/6035-21

onsbezogene Selbstwirksamkeit schätzen die Studierenden hingegen geringer ein (M = 2,44; SD = 0,46; min = 2; max = 4).
Nach dem Besuch der ressourcenstärkenden Seminarbausteine lässt sich anhand der Mittelwerte deskriptiv eine Steigerung aller Ressourcenbereiche der Studierenden erkennen. Vor allem die inklusionsbezogene Selbstwirksamkeit wird nach dem Besuch des Seminars von den Studierenden signifikant positiver eingeschätzt ($t(29) = 4{,}52$; $p<0.001$; $d = 0{,}82$). Zudem sehen die Studierenden ihren Lernnutzen (M = 3,50; SD = 0,34) und die geplante Anwendbarkeit der Seminarinhalte (M = 3,38; SD = 0,33) sehr hoch an. Besonders die fallbezogenen und praxisorientierten Seminarbausteine 3 (M = 3,60; SD = 0,39) und 5 (M = 3,53; SD = 0,47) werden dabei positiv bewertet.

5 Diskussion

Die Ergebnisse zeigen, dass die Grundschullehramtsstudierenden den ressourcenstärkenden Seminarbausteinen ein hohes gesundheitsförderliches Potential zum Umgang mit Belastungen in inklusiven Settings zuschreiben. Die Studierenden schätzen den Lernnutzen und die geplante Anwendbarkeit der Seminarinhalte hoch ein. In Hinblick auf die inklusionsbezogene Selbstwirksamkeit lässt sich ein signifikanter Anstieg bei den teilnehmenden Studierenden verzeichnen. Auch die anderen Ressourcenbereiche zum Umgang mit Belastungen entwickeln sich durch den Besuch des Seminars im Sinne des Empowerment-Ansatzes positiv. Die geringe Stichprobengröße, das Evaluationsdesign ohne Kontrollgruppe und die praktischen Übungen und Fallbeschreibungen ohne authentischen Schulkontext lassen jedoch nur eingeschränkte Aussagen über die Wirksamkeit der ressourcenstärkenden Seminarbausteine zu. Dennoch stellen die Ergebnisse erste Hinweise dar, den Forderungen der KMK (2019) nachzukommen und bereits im Studium Ressourcen zum Umgang mit Belastungen in inklusiven Settings präventiv zu stärken. Diesem Potential soll in weiteren Untersuchungen begegnet werden.

Literatur

Bakker, A., Demerouti, E. (2007): The Job Demands-Resources Model: State of the Art. In: Journal of Managerial Psychology, 22 (3), 309–328.

Bauer, J. (2019): Personale Gesundheitsressourcen im Studium und Arbeitsleben. Wiesbaden: Springer.

Bosse, S., Spörer, N. (2014): Erfassung der Einstellung und der Selbstwirksamkeit von Lehramtsstudierenden zum inklusiven Unterricht. In: Empirische Sonderpädagogik 6 (4), 279-299.

Bruns, M. Küth S., Scholl D., Schüle C. (2021): Ressource oder Belastung? In: Zeitschrift für Bildungsforschung,11, 291-308.

Elting, C., Baumann, R., Martschinke, S., Grüning, M., Niessen, C., Kopp, B., Oetjen, B. (2021): LehrKRÄFTE schonen und sinnvoll einsetzen. Konzeption und erste Evaluation einer fallbasierten Fortbildung für Lehrkräfte zum Umgang mit Belastungen in inklusiven Settings. In: Böhme, N.,

doi.org/10.35468/6035-21

Dreer, B., Hahn, H., Heinecke, S., Mannhaupt, G., Tänzer, S. (Hrsg.), Mythen, Widersprüche und Gewissheiten der Grundschulforschung. Eine wissenschaftliche Bestandsaufnahme nach 100 Jahren Grundschule. Wiesbaden: Springer.

Frick, J. (2021): Resilienz und Salutogenese im Lehrberuf: Förderung und Aufrechterhaltung der Lehrer*innengesundheit. In: Fröhlich-Gildhoff, K., Rönnau-Böse, M. (Hrsg.). Menschen stärken. Resilienzförderung in verschiedenen Bereichen. VS Springer: Wiesbaden.

Greiner, F. (2021): Welches Wissen brauchen Lehrkräfte für inklusiven Unterricht? Perspektiven aus der Berufspraxis. In: Journal für Psychologie, 27, 117-142.

Haenisch, H. (1990): Evaluation in der Lehrerfortbildung. In: forum Lehrerfortbildung, 17, 5-51.

Hedderich, I., Biewer, G., Hollenweger, J., Markowetz, R. (2016): Handbuch Inklusion und Sonderpädagogik. Bad Heilbrunn: Verlag Julius Klinkhardt.

Kerkhoff, M. (2019): Verhaltensmuster von Studierenden des Lehramts für die Primarstufe. In: Donie, C. (Hrsg.) Grundschulpädagogik zwischen Wissenschaft und Transfer. Wiesbaden: Springer.

KMK (2019): Standards für die Lehrerbildung: Bildungswissenschaften. Beschluss der Kultusministerkonferenz vom 16.05.2019.

Krawiec, V., Fischer, A., Hänze, M. (2019): Anforderungen und Erschöpfung während Schulpraktika im Lehramtsstudium. In: I. Ulrich, A. Gröschner (Hrsg.). Zeitschrift für Erziehungswissenschaft. Wiesbaden: Springer.

Kunter, M., Anders, Y., Hachfeld, A., Klusmann, U. (2010): COACTIV-R: Eine Studie zum Erwerb professioneller Kompetenz von Lehramtsanwärtern während des Vorbereitungsdienstes. Berlin: Max-Planck-Institut für Bildungsforschung.

Lüdtke, K. (2019): Stressbewältigung für Lehrkräfte. Verlag Julius Klinkhardt: Bad Heilbrunn.

Oetjen, B., Martschinke, S., Elting, C. (2021): Ressourcen von Grundschullehrkräften in inklusiven Settings und ihr Zusammenspiel mit inklusiver Selbstwirksamkeit. In: ZfG, 14, 375–390.

Peperkorn, M., Müller, K., Mertz, K., Paulus, P. (2020): Dealing with inclusion – teachers' assessment of internal and external resources. International Journal of Inclusive Education Praxissemester. In: Zeitschrift für Bildungsforschung 11, 291-308.

Zeuch, N., Souvignier, E., Kütner, R., Dutke, S. (2021): Heterogenitätsbezogene Einstellungen und Selbstwirksamkeit von Lehramtsstudierenden fördern. In: Psychologie in Erziehung und Unterricht, 68, 199-212.

doi.org/10.35468/6035-21