

# Lehrerbelastung

Gestaltung der Lehrerarbeitszeit als Beitrag  
zur Minderung der beruflichen Belastung

Analyse der Belastungssituation, genauer: der psychischen Gesundheit

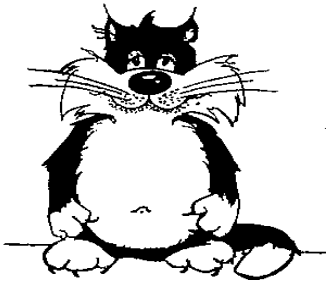
Indikatoren psychischer Gesundheit:

- Arbeitsengagement
- Widerstandskraft
- Emotionen

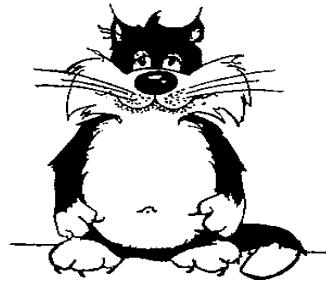
# 4 Muster arbeitsbezogenen Verhaltens und Erlebens

## Muster G

Engagement, Widerstandsfähigkeit, positives Lebensgefühl



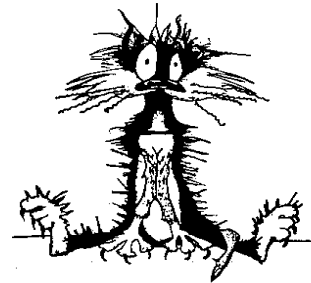
**BEFORE WORK**



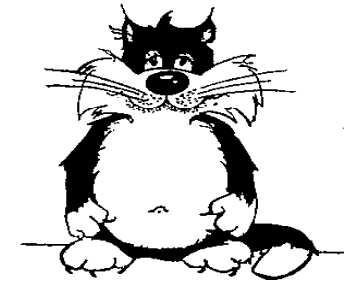
**AFTER WORK**

## Muster S

Schonungstendenz



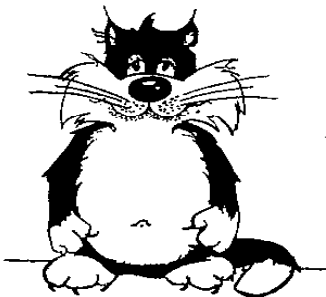
**BEFORE WORK**



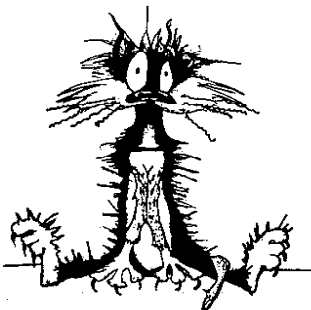
**AFTER WORK**

## Risikomuster A

Selbstüberforderung und negative Emotionen



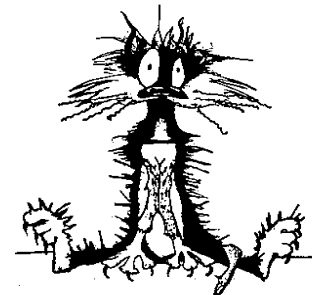
**BEFORE WORK**



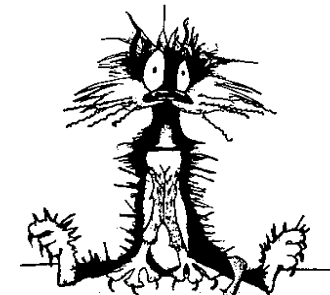
**AFTER WORK**

## Risikomuster B

Erschöpfung und Resignation

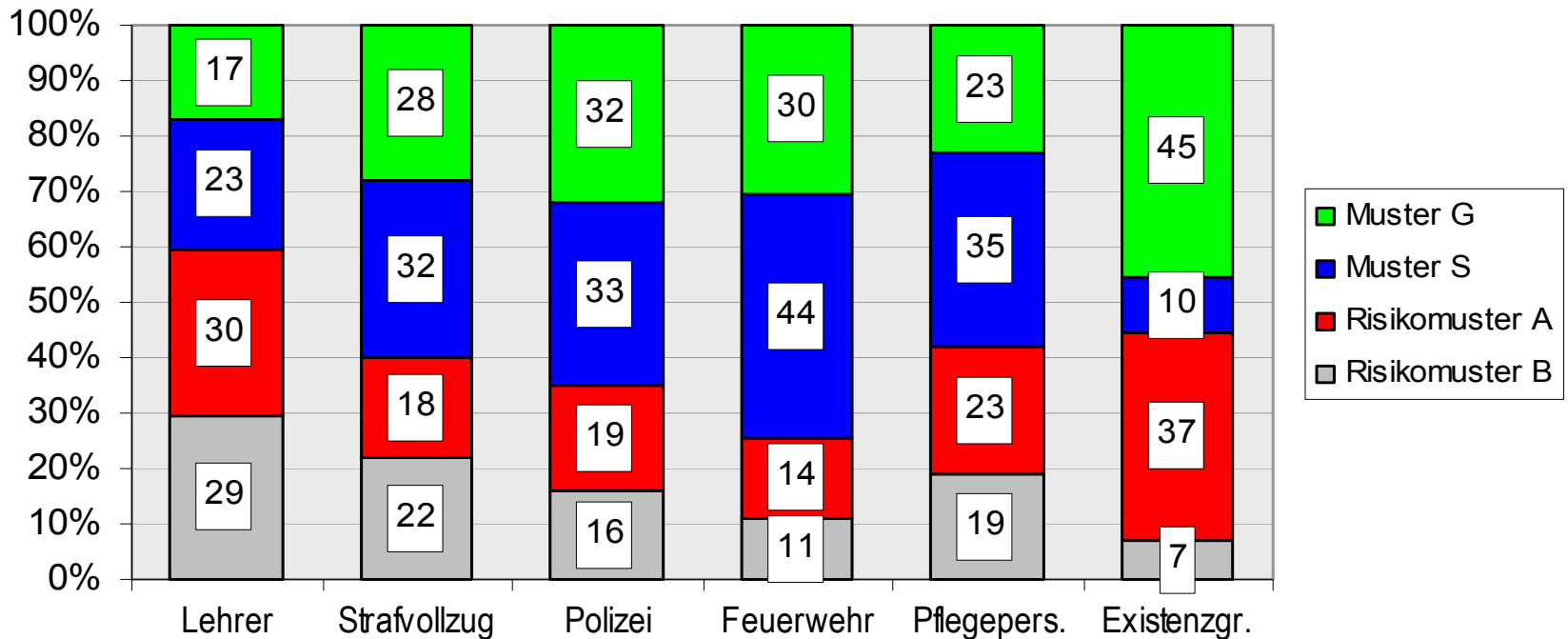


**BEFORE WORK**

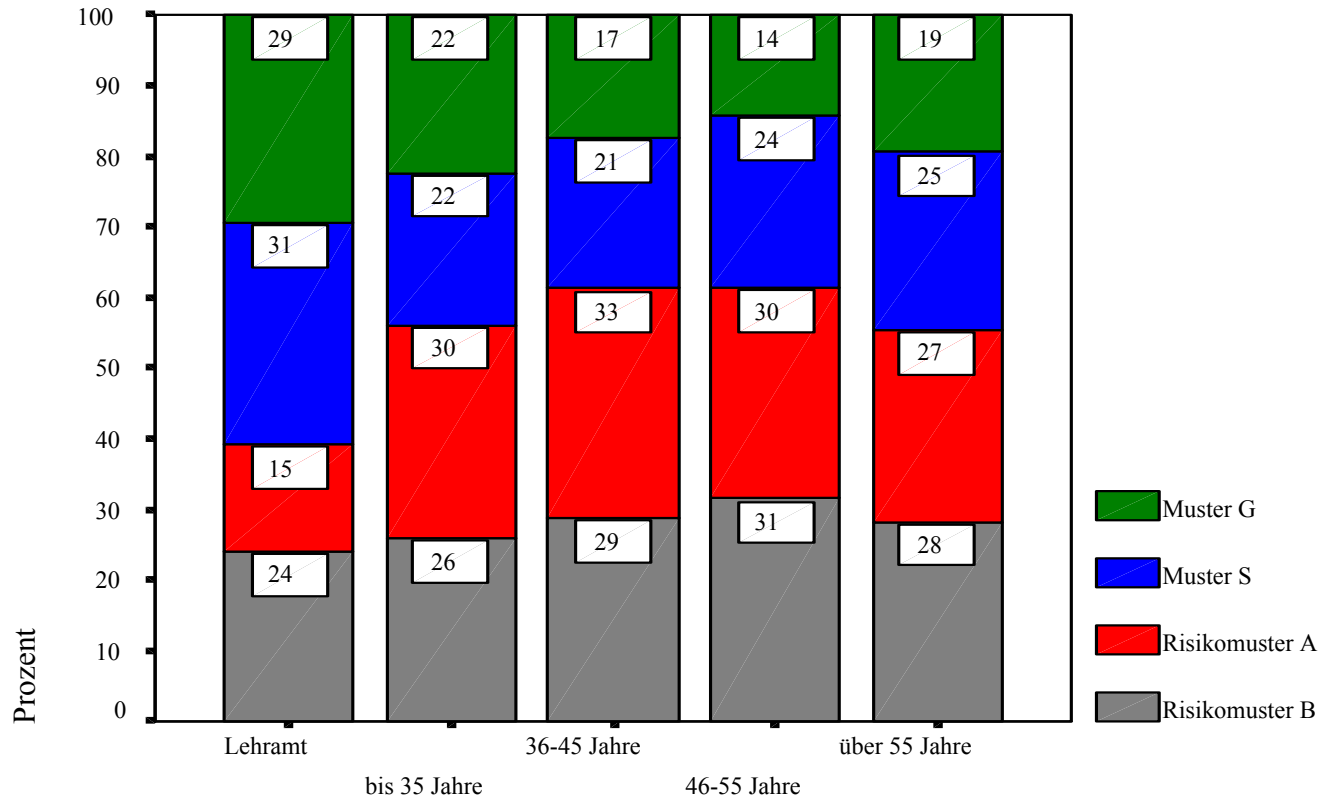


**AFTER WORK**

## Muster im Berufsvergleich



## Musterverteilung der Lehrkräfte im Altersvergleich



1. Personenbezogen:  
Eignungsverfahren, Training, Beratung, Coaching,  
Supervision...
2. Bedingungsbezogen:  
Gestaltung der Bedingungen vor Ort und der  
Rahmenbedingungen, darunter:  
*Arbeitszeitgestaltung!*

# Ergebnisse und Vorschläge zur Entwicklung eines zukunftsfähigen Lehrer-Arbeitszeitmodells für NRW

## *Lehreruntersuchung:*

*Prof. Dr. Uwe Schaarschmidt*

*Dr. Andreas W. Fischer*

## *Expertenuntersuchung:*

*Prof. Dr. Bernhard Sieland*

*Dipl.-Psych. Tobias Rahm*

*Dipl.-Sozialpäd. Torsten Tarnowski*

## 3 wesentliche Voraussetzungen der Studie

- Arbeitszeitgestaltung nach den Kriterien Qualität & Gesundheit
- Angaben zum IST & SOLL
- Befragung von Lehrkräften & Experten

Schulform	Häufigkeit	Prozent
GS	1937	46.3
HS	716	17.1
RS	358	8.6
Gym	586	14.0
GeS	243	5.8
Fös	341	8.2
<b>gesamt</b>	<b>4181</b>	<b>100.0</b>

	Häufigkeit	Prozent
<b>„Schulexterne“ Experten (gesamt)</b>	<b>202</b>	<b>16.1</b>
Dozenten Hochschule	64	5.1
Schulaufsicht	20	1.6
Schulpsychologen	30	2.4
Seminarleitung	88	7.0
<b>„Schulinterne“ Experten (gesamt)</b>	<b>1050</b>	<b>83.9</b>
Beratungslehrer	99	7.9
Funktionsträger Schulleitung	115	9.2
Fachkonferenzleiter	195	15.6
Schulleitung	641	51.2
<b>Experten (gesamt)</b>	<b>1252</b>	<b>100.0</b>

# Zeitaufteilung an einem durchschnittlichen Unterrichtstag (Lehrer)

	Vollzeit		Teilzeit	
	IST	SOLL	IST	SOLL
1 Arbeit in der Schule	6.4	5.7	5.1	4.7
2 Arbeit für die Schule zu Hause und anderswo	3.6	2.9	3.1	2.7
3 Weiterbildung	.8	1.0	.9	1.0
4 Private Arbeiten	2.9	2.9	4.4	4.1
5 Erholung und Freizeit	2.2	3.1	2.3	3.0
6 Schlaf	6.9	7.6	7.1	7.7
7 Sonstiges	1.1	.9	1.0	.9

# Zeitaufteilung an einem durchschnittlichen Samstag (Lehrer)

	Vollzeit		Teilzeit	
	IST	SOLL	IST	SOLL
1 Arbeit in der Schule	.1	.0	.1	.0
2 Arbeit für die Schule zu Hause und anderswo	3.1	1.4	2.4	1.2
3 Weiterbildung	.5	.4	.5	.3
4 Private Arbeiten	5.5	5.5	6.9	6.3
5 Erholung und Freizeit	6.6	8.2	5.9	7.6
6 Schlaf	8.2	8.4	8.2	8.4
7 Sonstiges	.5	.5	.5	.4

# Zeitaufteilung an einem durchschnittlichen Sonntag (Lehrer)

	Vollzeit		Teilzeit	
	IST	SOLL	IST	SOLL
1 Arbeit in der Schule	.1	.0	.1	.0
2 Arbeit für die Schule zu Hause und anderswo	3.5	1.1	2.9	1.2
3 Weiterbildung	.2	.2	.2	.1
4 Private Arbeiten	3.9	3.7	5.1	4.7
5 Erholung und Freizeit	7.8	10.3	7.3	9.3
6 Schlaf	8.2	8.4	8.2	8.4
7 Sonstiges	.6	.5	.5	.5

# Zeitaufteilung an einem durchschnittlichen Unterrichtstag (Experten)

<b>Lehrtätigkeit</b>	<b>IST</b>	<b>SOLL</b>	<b>Differenz</b>
Arbeit in der Schule	6.6	6.4	- .2
Arbeit für die Schule	3.0	2.1	- .9
<b>Summe</b>	<b>9.6</b>	<b>8.5</b>	<b>- 1.1</b>
Weiterbildung	.9	1.0	+ .1
Private Arbeit	4.2	3.9	- .3
Erholung und Freizeit	2.2	2.8	+ .6
Schlaf	7.0	7.6	+ .6

# Zeitaufteilung an einem durchschnittlichen Samstag (Experten)

<b>Lehrertätigkeit</b>	<b>IST</b>	<b>SOLL</b>	<b>Differenz</b>
Arbeit in der Schule	.3	.1	- .2
Arbeit für die Schule	2.7	1.2	- 1.5
<b>Summe</b>	<b>3.0</b>	<b>1.3</b>	<b>- 1.7</b>
Weiterbildung	.9	.8	- .1
Private Arbeit	6.8	6.8	n.s.
Erholung und Freizeit	5.3	6.7	+ 1.5
Schlaf	8.0	8.2	+ .2

# Zeitaufteilung an einem durchschnittlichen Sonntag (Experten)

<b>Lehrertätigkeit</b>	<b>IST</b>	<b>SOLL</b>	<b>Differenz</b>
Arbeit in der Schule	.2	.0	- .1
Arbeit für die Schule	2.7	.7	- 1.9
<b>Summe</b>	<b>2.9</b>	<b>.7</b>	<b>- 2.2</b>
Weiterbildung	.8	.4	- .3
Private Arbeit	5.5	5.6	n.s.
Erholung und Freizeit	6.9	8.9	+ 2.0
Schlaf	8.0	8.2	+ .2

# Schulische Aufgaben im Wochendurchschnitt (Lehrer)

	Vollzeit		Teilzeit	
	IST	SOLL	IST	SOLL
1 Unterrichtsstunden*	25.6	23.8	18.7	18.7
2 Vertretungsstunden*	1.3	.6	1.1	.4
3 Unterrichtsvorbereitung	13.4	15.5	11.2	13.1
4 Unterrichtsnachbereitung	8.5	9.9	7.0	8.2
5 Aufsicht	1.0	.7	.7	.7
6 Diagnostik und Aufstellen von Förderplänen	1.4	2.4	1.4	2.4
7 Schülergespräche, indiv. Förderung außerhalb des Unterr.	1.3	2.4	1.0	2.1
8 Arbeit mit Schülergruppen außerhalb des Unterrichts	.7	1.5	.3	1.1
9 Elterngespräche (inkl. Elternabende)	1.4	1.9	1.3	1.8
10 Lehrer- und Fachkonferenzen	1.7	1.6	1.7	1.6
11 Abstimmung und Austausch mit Kollegen	1.4	2.4	1.3	2.1
12 Funktionsbezogene Aufgaben (z. B. Klassenlehrer)	2.1	2.4	1.5	1.9
13 Organisatorische Tätigkeiten (ohne Funktion)	.8	.9	.7	.8
14 Mitarbeit an Projekten und Schulveranstaltungen	1.0	1.1	1.0	1.1
15 Zusammenarbeit mit außerschulischen Institutionen	.6	1.0	.6	.9

# Schulische Aufgaben im Wochendurchschnitt (Experten)

<b>Verteilung der Wochenarbeitszeit auf...</b>	<b>IST</b>	<b>SOLL</b>	<b>Differenz</b>
Unterrichten und Erziehen	37.4	30.9	- 6.5
Verwalten	4.3	3.0	- 1.3
Konferenzen	1.8	1.6	- .2
Kollegiale Fachgespräche	1.8	2.4	+ .6
Beraten	3.7	4.1	+ .4
Schulentwicklung	1.3	1.5	+ .2
<b>Wochenarbeitszeit Gesamt</b>	<b>51.2</b>	<b>43.0</b>	<b>- 8.1</b>

# Vor- und Nachbereitung ausgewählter Unterrichtseinheiten (Lehrer)

		Vollzeit		Teilzeit		Durchschnitt	
		IST	SOLL	IST	SOLL	IST	SOLL
Deutsch	V	.68	.73	.71	.76	<b>.70</b>	<b>.75</b>
Eingangsstufe	N	.36	.42	.37	.43	<b>.37</b>	<b>.43</b>
Deutsch	V	.56	.62	.53	.60	<b>.55</b>	<b>.61</b>
Klasse 3/4	N	.41	.47	.41	.45	<b>.41</b>	<b>.46</b>
Deutsch	V	.59	.75	.63	.68	<b>.61</b>	<b>.72</b>
Klasse 5	N	.56	.63	.60	.64	<b>.58</b>	<b>.64</b>
Deutsch	V	.55	.67	.66	.73	<b>.61</b>	<b>.70</b>
Klasse 8	N	.63	.68	.90	.91	<b>.77</b>	<b>.80</b>
Deutsch	V	.87	1.23	1.23	1.15	<b>1.05</b>	<b>1.19</b>
Klasse 13	N	.94	1.04	1.34	1.02	<b>1.14</b>	<b>1.03</b>
Mathematik	V	.50	.59	.49	.56	<b>.50</b>	<b>.58</b>
Klasse 3/4	N	.26	.32	.27	.34	<b>.27</b>	<b>.33</b>
Mathematik	V	.44	.53	.51	.63	<b>.48</b>	<b>.58</b>
Klasse 5	N	.31	.39	.34	.40	<b>.33</b>	<b>.40</b>
Mathematik	V	.55	.67	.66	.73	<b>.61</b>	<b>.70</b>
Klasse 8	N	.63	.68	.90	.91	<b>.77</b>	<b>.80</b>

# Vor- und Nachbereitung ausgewählter Unterrichtseinheiten (Lehrer)

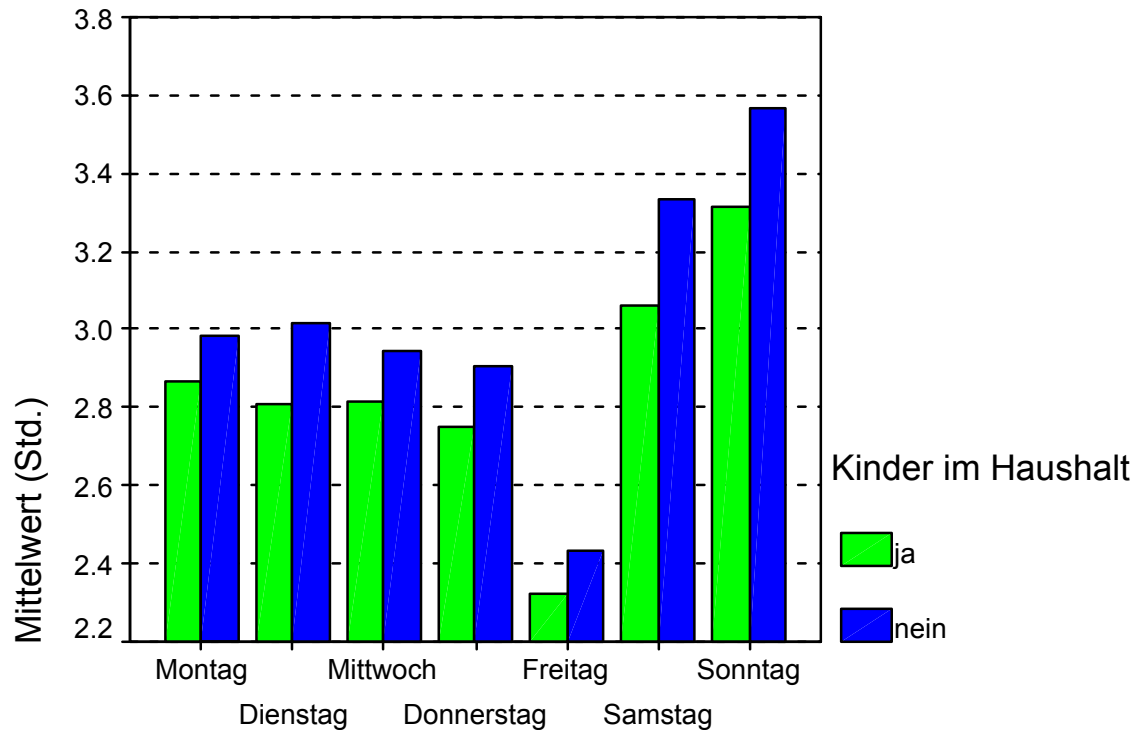
		Vollzeit		Teilzeit		Durchschnitt	
		IST	SOLL	IST	SOLL	IST	SOLL
Englisch	V	.51	.56	.53	.59	<b>.52</b>	<b>.58</b>
Klasse 3/4	N	.26	.32	.27	.34	<b>.27</b>	<b>.33</b>
Englisch	V	.44	.59	.49	.58	<b>.47</b>	<b>.59</b>
Klasse 5	N	.39	.45	.52	.47	<b>.46</b>	<b>.46</b>
Englisch	V	.53	.66	.50	.66	<b>.52</b>	<b>.66</b>
Klasse 8	N	.48	.55	.50	.52	<b>.49</b>	<b>.54</b>
Englisch	V	.90	1.07	1.08	1.11	<b>.99</b>	<b>1.09</b>
Klasse 13	N	.79	.79	1.10	1.24	<b>.95</b>	<b>1.02</b>
<b>Durchschnitt</b>	<b>V</b>	<b>.59</b>	<b>.72</b>	<b>.67</b>	<b>.73</b>		
	<b>N</b>	<b>.50</b>	<b>.56</b>	<b>.63</b>	<b>.64</b>		

# Vor- und Nachbereitung ausgewählter Unterrichtseinheiten (Experten)

		IST	SOLL	Summe Vor- und Nachbereitung SOLL
Deutsch Eingangsstufe	V	.65	.70	1.10
	N	.33	.40	
Deutsch Klassen 3/4	V	.54	.59	1.03
	N	.41	.44	
Deutsch Klasse 5	V	.48	.60	1.00
	N	.34	.40	
Deutsch Klasse 8	V	.49	.45	.81
	N	.39	.36	
Deutsch Klasse 13	V	.81	.81	1.44
	N	.57	.63	
Englisch Klassen 3/4	V	.58	.57	.87
	N	.27	.30	
Englisch Klasse 5	V	.47	.55	.89
	N	.25	.34	
Englisch Klasse 8	V	.48	.57	.93
	N	.30	.36	
Englisch Klasse 13	V	.77	.89	1.59
	N	.22	.28	

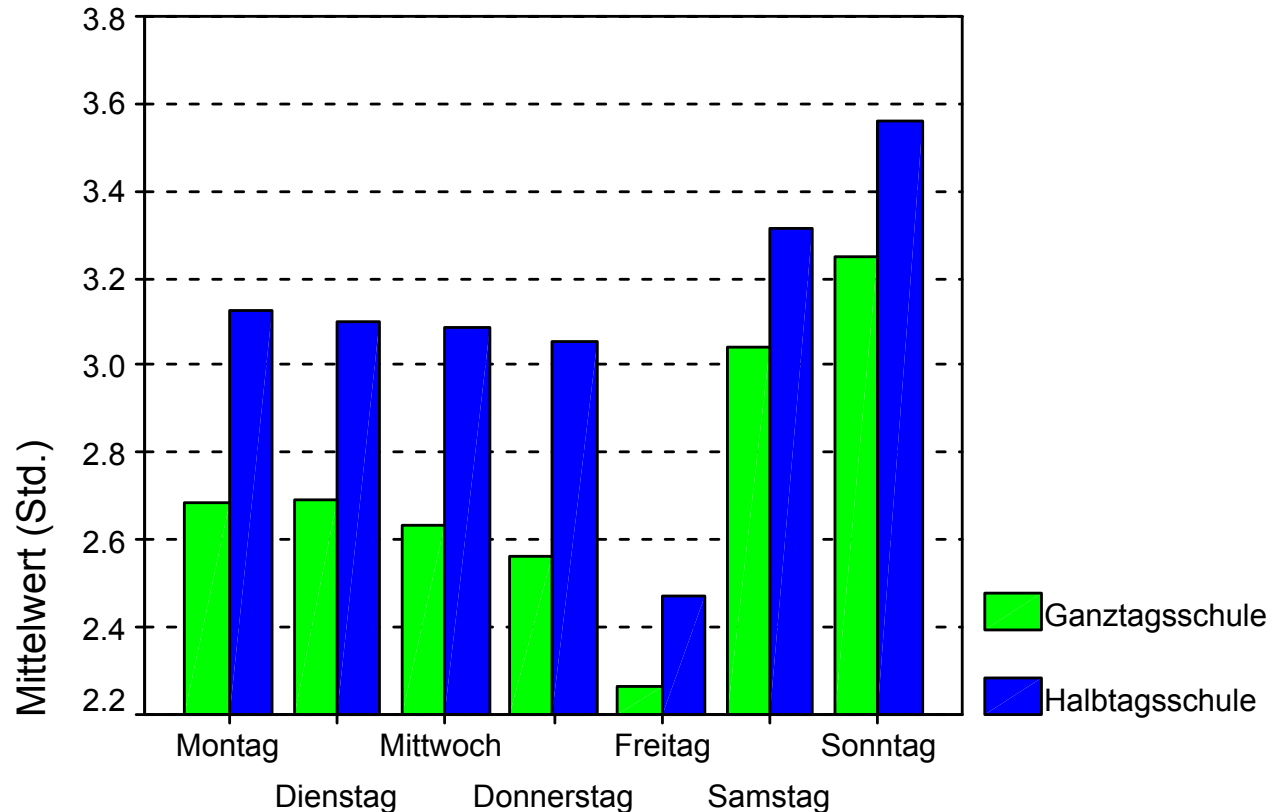
# Vor- und Nachbereitungsaufwand für Lehrkräfte mit und ohne Kinder

## Vor- / Nachbereitungsaufwand und Kinder im Haushalt



# Vor- und Nachbereitungsaufwand an Ganztags- und Halbtagschulen

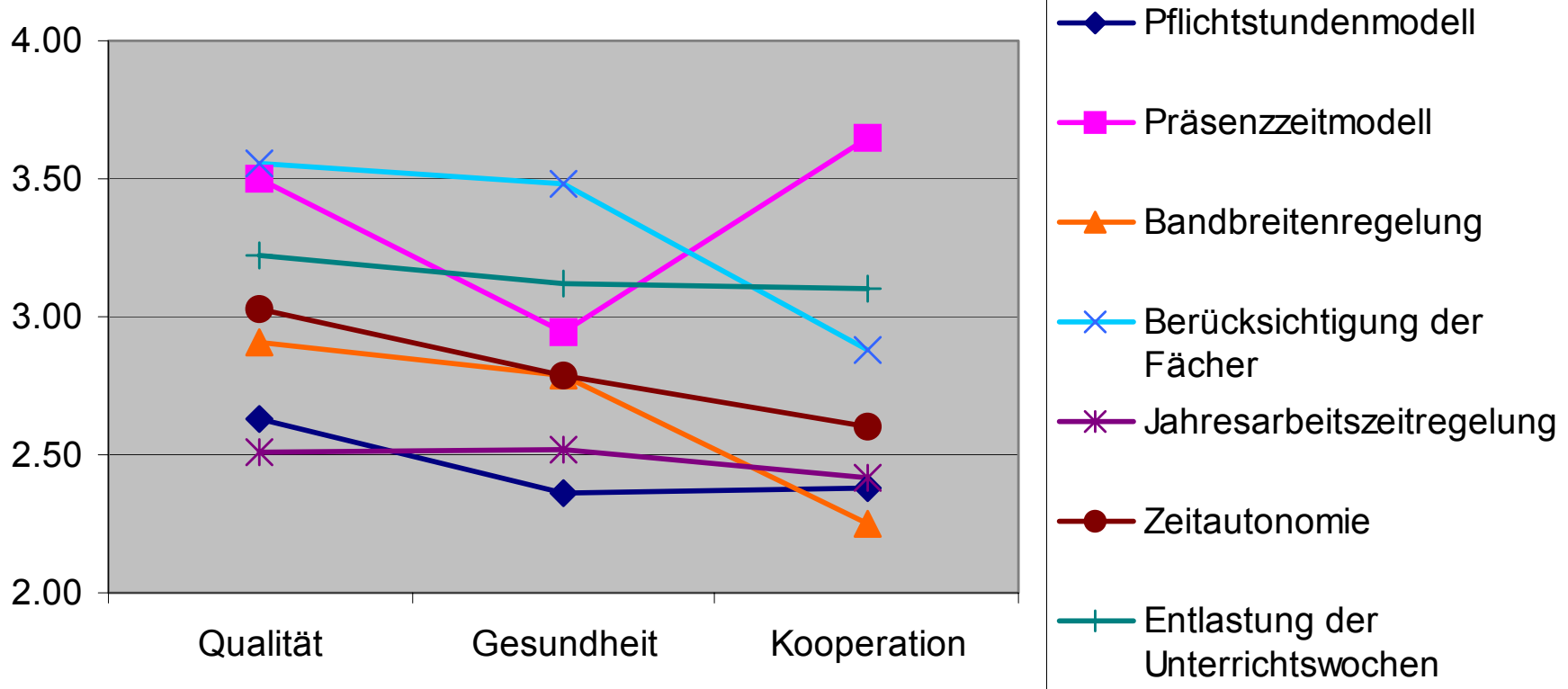
## Vor- / Nachbereitungsaufwand an Ganz- und Halbtagschulen



# Arbeit am Abend (in %)

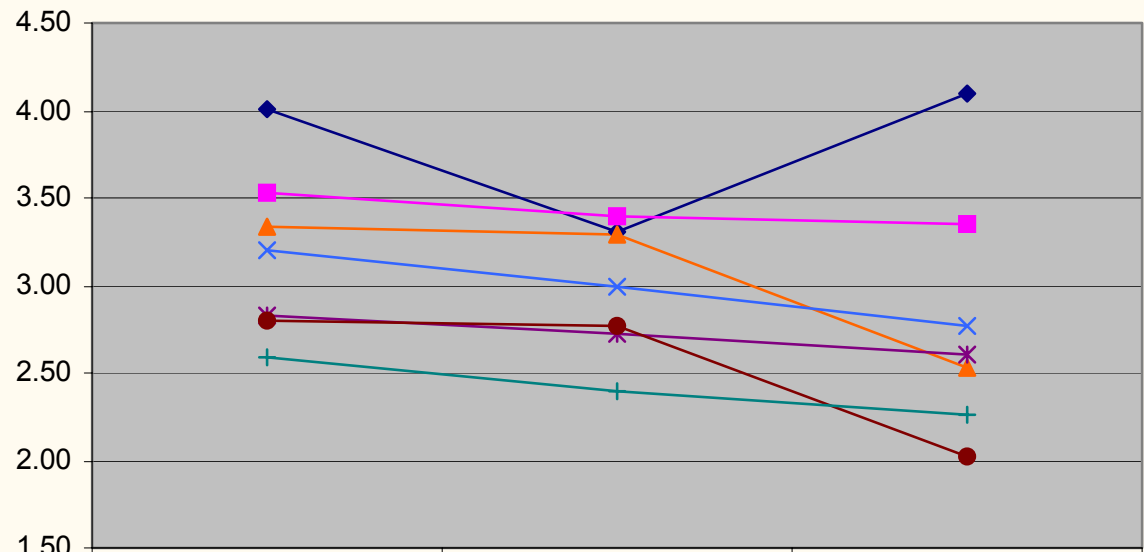
	Montag- Donnerstag		Freitag		Samstag		Sonntag	
	nach 20 Uhr	nach 22 Uhr	nach 20 Uhr	nach 22 Uhr	nach 20 Uhr	nach 22 Uhr	nach 20 Uhr	nach 22 Uhr
<b>alle Lehrkräfte</b>	<b>52.5</b>	<b>24.5</b>	<b>23.1</b>	<b>8.8</b>	<b>11.4</b>	<b>4.3</b>	<b>34.7</b>	<b>15.4</b>
Vollzeit	55.0	25.2	23.7	9.2	12.3	4.3	34.3	15.3
Teilzeit	49.1	23.4	21.5	7.6	10.3	4.4	35.3	15.8
Männer	55.1	27.8	24.7	11.5	12.1	5.0	35.8	18.0
Frauen	52.2	23.0	22.6	8.0	11.2	4.1	34.3	14.1
mit Kindern	58.7	30.8	27.2	12.1	13.8	5.9	41.1	20.8
ohne Kinder	47.4	17.6	19.2	5.9	9.3	2.8	27.9	9.3
Ganztag	51.7	23.1	21.6	8.4	10.9	4.0	34.7	14.4
Halbtag	54.0	25.0	24.6	9.3	12.1	4.6	34.6	15.8

## Einschätzung der LAZ-Modelle



# Einschätzungen der LAZ-Modelle (Experten)

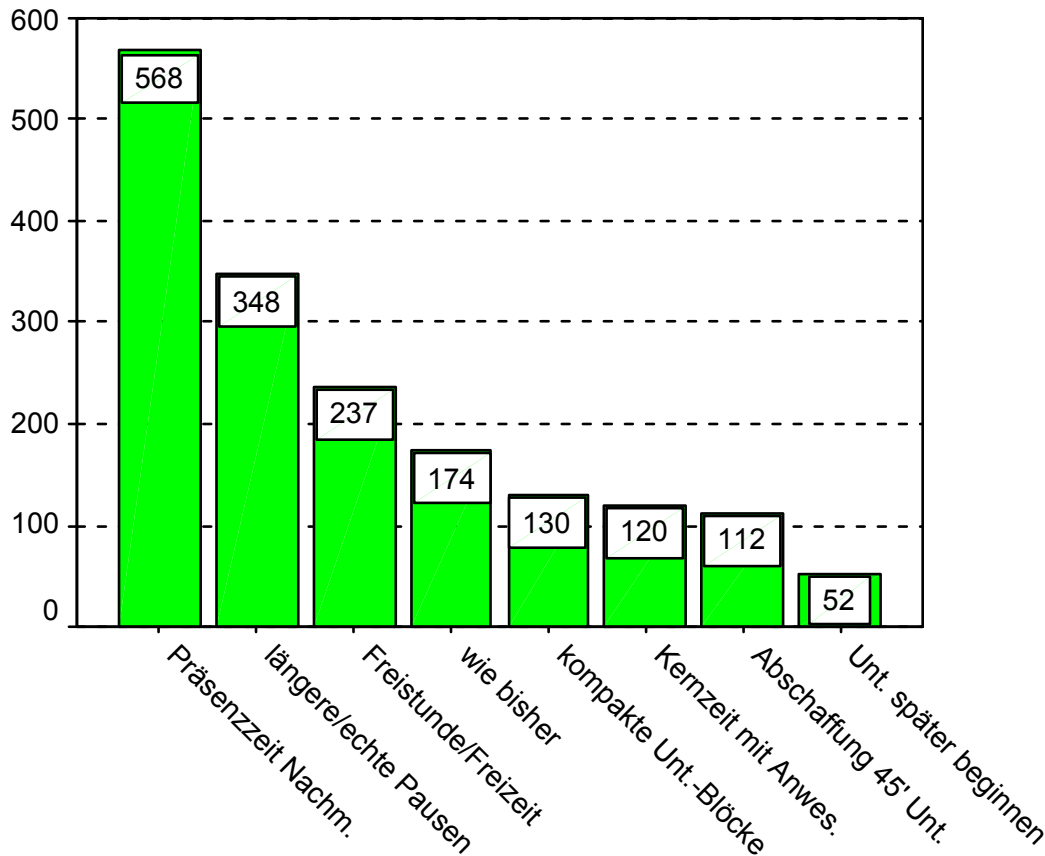
Mittelwerte der Einschätzung des Fördereffekts der LAZ-Modelle



	Qualität	Gesundheit	Kooperation
◆ Präsenzzeitmodell	4.00	3.31	4.10
■ Entlastung der Unterrichtswochen	3.53	3.40	3.35
▲ Berücksichtigung der Fächer	3.34	3.29	2.53
× Zeitautonomie	3.21	3.00	2.76
* Jahresarbeitszeitregelung	2.83	2.72	2.60
● Bandbreitenregelung	2.81	2.78	2.02
+ Pflichtstundenmodell	2.59	2.40	2.26

# Wie sollte die Arbeitszeit am Unterrichtstag geregelt sein? (Lehrer)

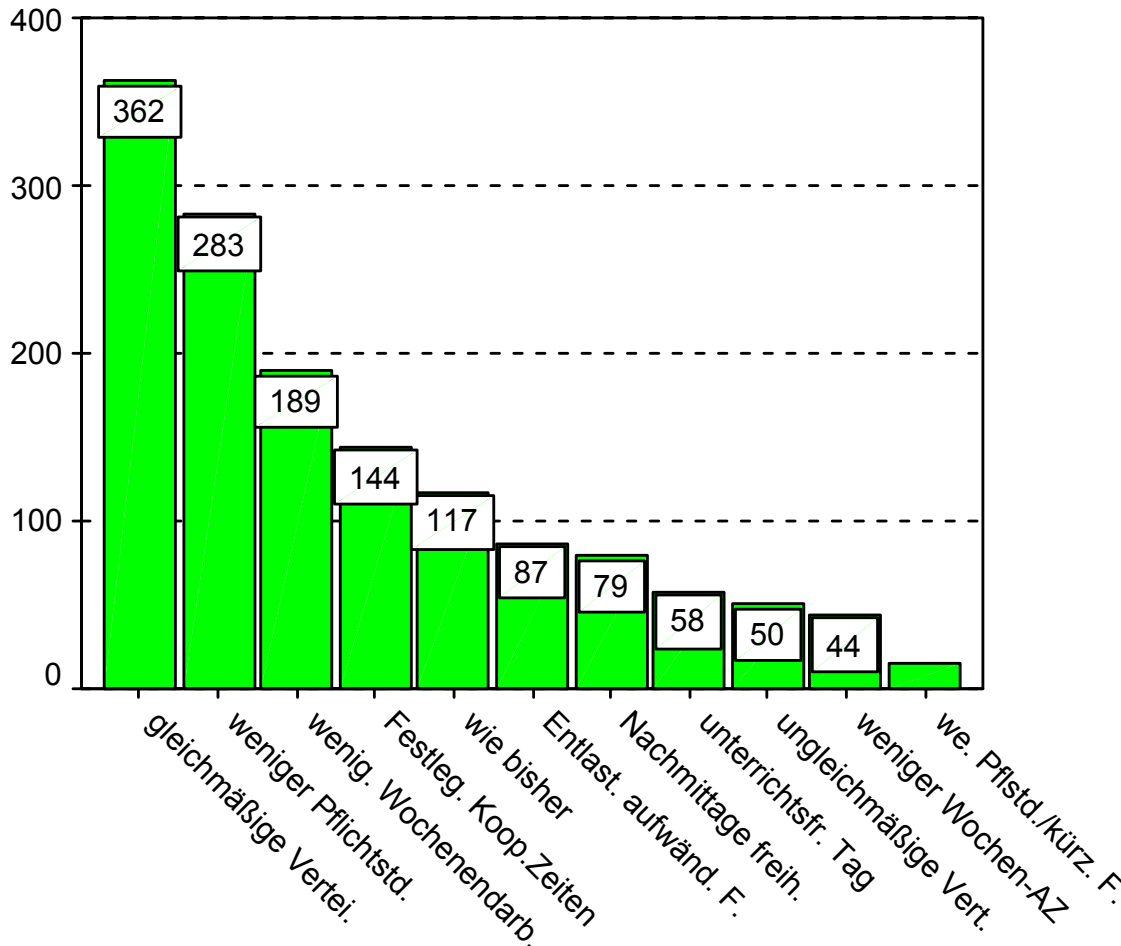
## Regelung der Arbeitszeit am Unterrichtstag



1. Präsenzzeit auch am Nachmittag
2. längere/echte Pausen für Erholung
3. mehr Zeit (z. B. eine Freistunde) pro Unterrichtstag für Erholung und Gespräche
4. wie bisher
5. kompakte Unterrichtsblöcke (4-5 Stunden), ohne Leerlauf
6. Kernzeit mit Anwesenheitspflicht (z. B. 9-16 Uhr), den Rest frei gestalten
7. Abschaffung der 45-Minuten-Unterrichtsstunde zugunsten größerer Blöcke
8. Unterricht später beginnen

# Wie sollte die Arbeitszeit in der Woche geregelt sein? (Lehrer)

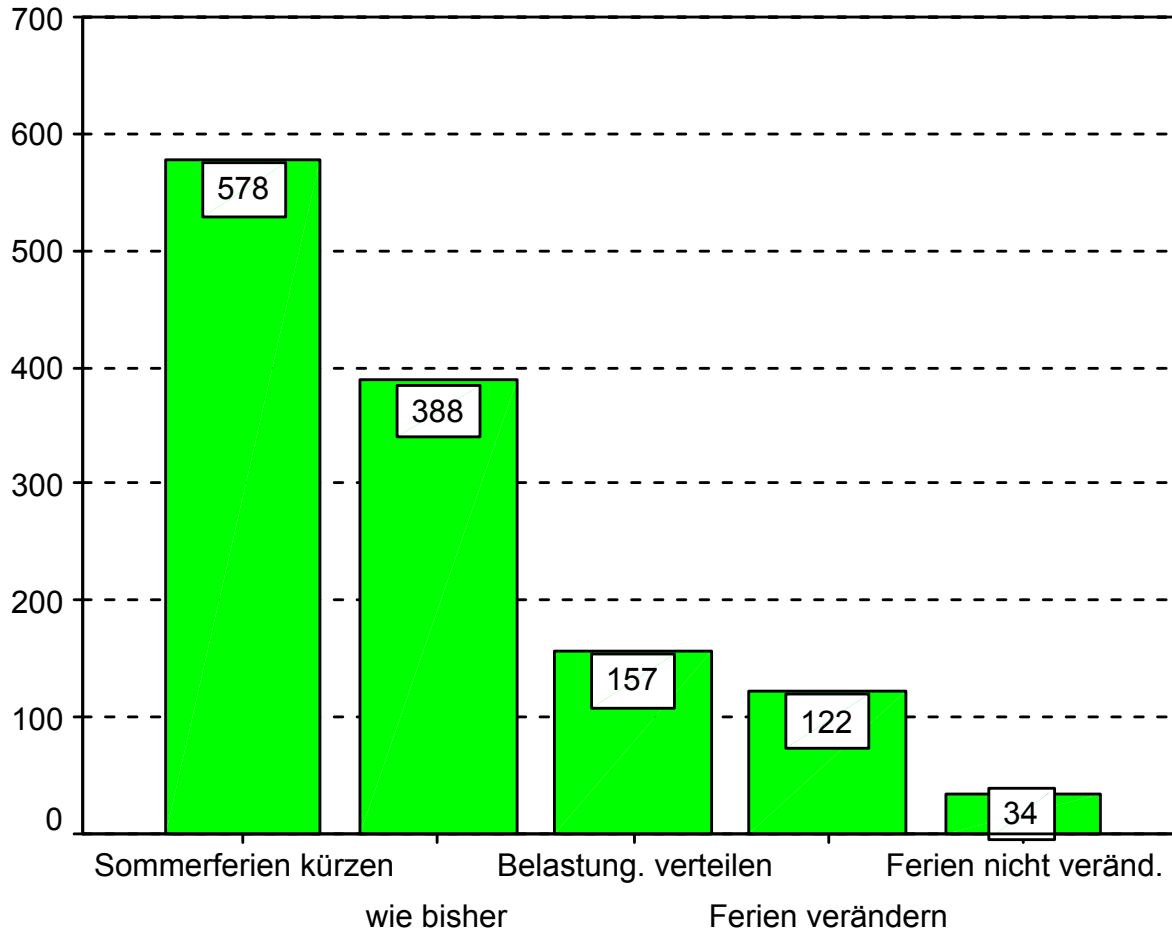
## Regelung der Arbeitszeit in der Woche



1. gleichmäßige Verteilung der Unterrichtszeit auf die Wochentage (Vermeidung von Belastungsspitzen)
2. weniger Pflichtstunden pro Woche
3. weniger (keine) Wochenendarbeit
4. Festlegung von Kooperationszeiten (Teambesprechungen, gemeinsame Vorbereitung etc.)
5. wie bisher
6. Entlastung bei aufwändigen Fächern (weniger Pflichtstunden)
7. Nachmittage für Unterrichtsvorbereitung freihalten
8. ein unterrichtsfreier Tag pro Woche
9. ungleichmäßige Verteilung der Unterrichtszeit auf die Wochentage (längere und kürzere Tage)
10. insgesamt weniger Wochen-Arbeitszeit
11. weniger Pflichtstunden/kürzere Ferien

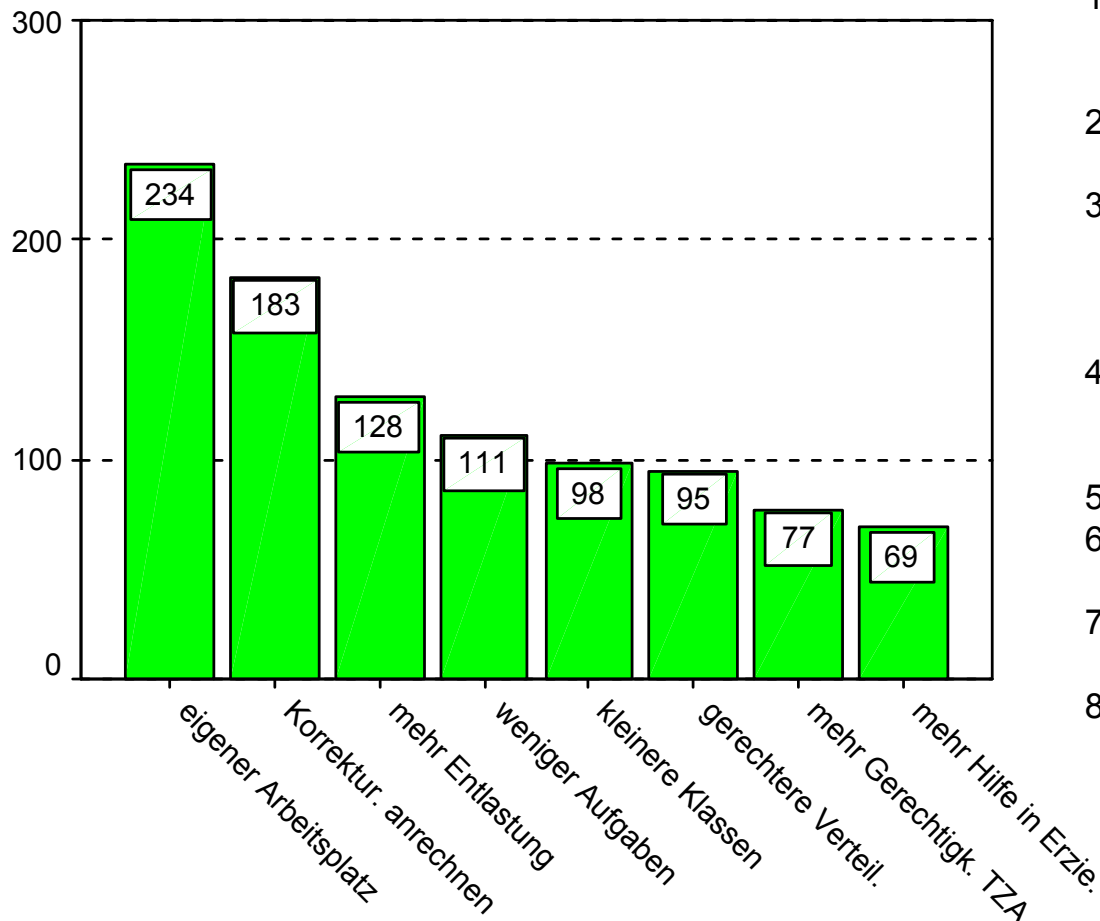
# Wie sollte die Arbeitszeit im Schuljahr geregelt sein? (Lehrer)

## Regelung der Arbeitszeit im Schuljahr



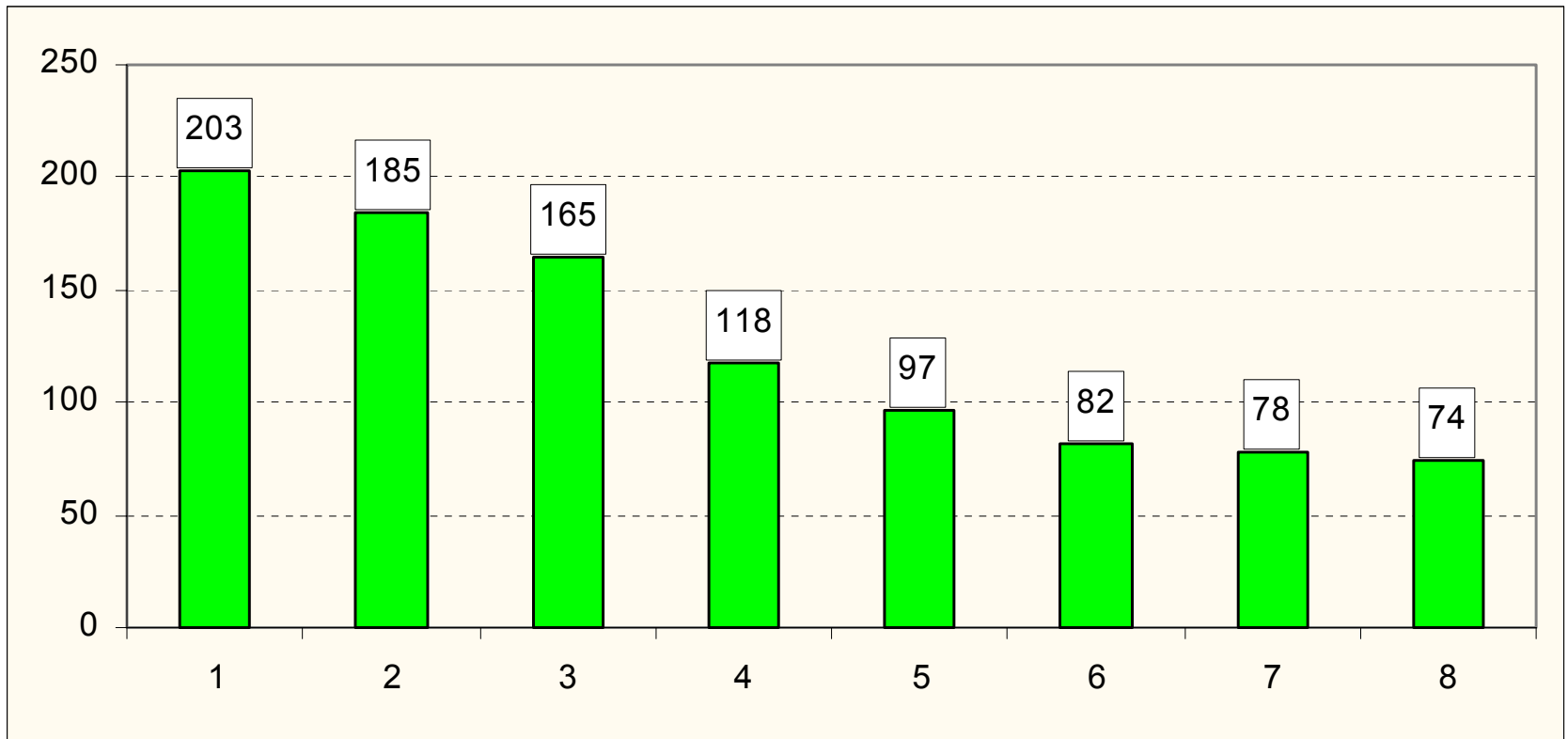
1. Sommerferien für die Lehrer zugunsten einer Entlastung der Unterrichtswoche kürzen
2. wie bisher
3. Belastungen über das Jahr gleichmäßiger verteilen (z. B. besonders arbeitsintensive Phasen zeitlich mehr trennen)
4. Ferien verändern, aber nicht kürzen (z. B. weniger Sommerferien, dafür einen weiteren Ferienblock)
5. Ferien sollen so bleiben

## Weitere Anmerkungen



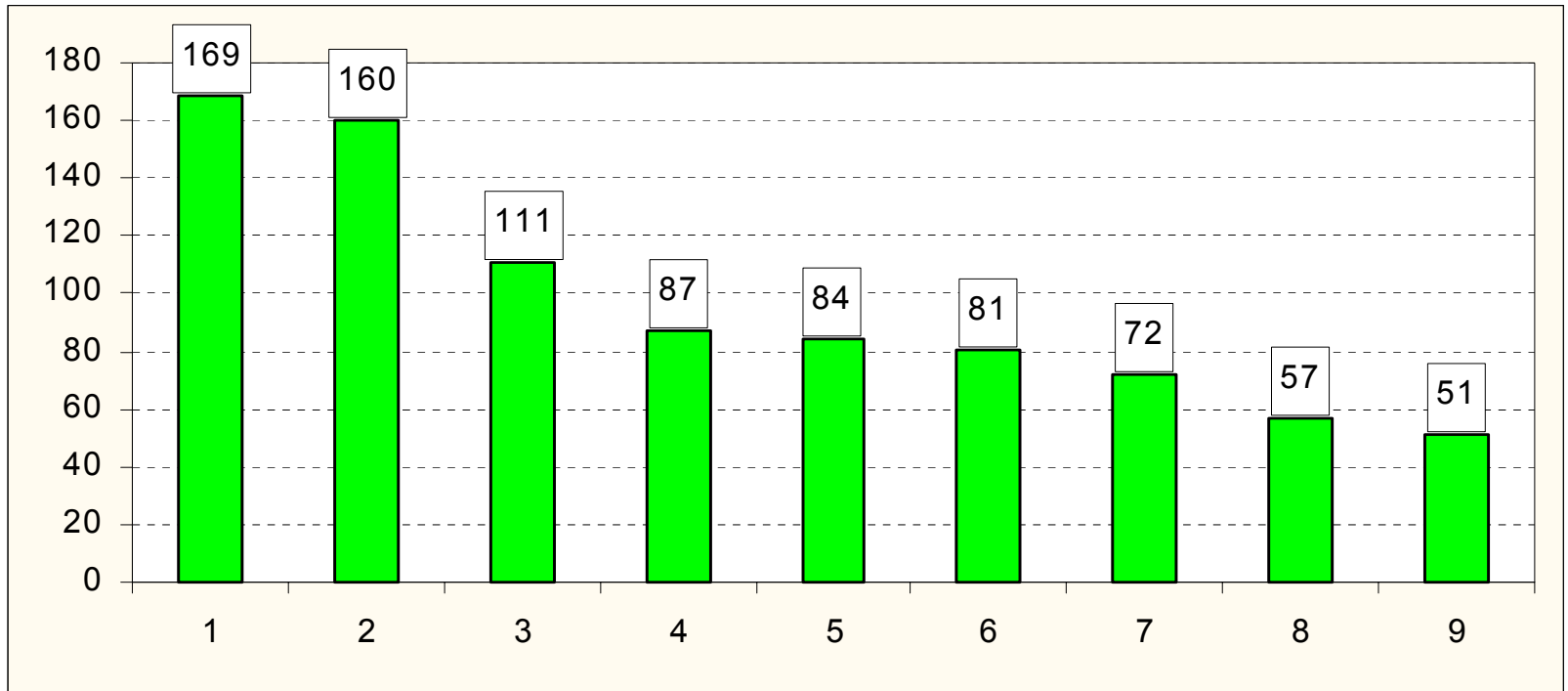
1. eigenen Arbeitsplatz an der Schule einrichten, Arbeitsbedingungen verbessern (PC, Literatur, Mittagessen...)
2. Korrekturen und außerunterrichtliche Verpflichtungen auf Arbeitszeit anrechnen
3. mehr Entlastung für arbeitsintensive (Korrektur-) Fächer (Ermäßigungsstunden bei Kassenleitertätigkeit etc.)
4. weniger Aufgaben über den Unterricht hinaus, weniger Bürokratie und Verwaltung
5. kleinere Klassen
6. gerechtere Verteilung der Arbeitsbelastungen
7. mehr Gerechtigkeit bei Teilzeitarbeit (sollte wirkliche Entlastung bedeuten)
8. mehr Hilfe in Erziehung und Betreuung durch Sozialarbeiter, Psychologen u.a. Personal

# Wie sollte die Arbeitszeit am Unterrichtstag geregelt sein? (Experten)



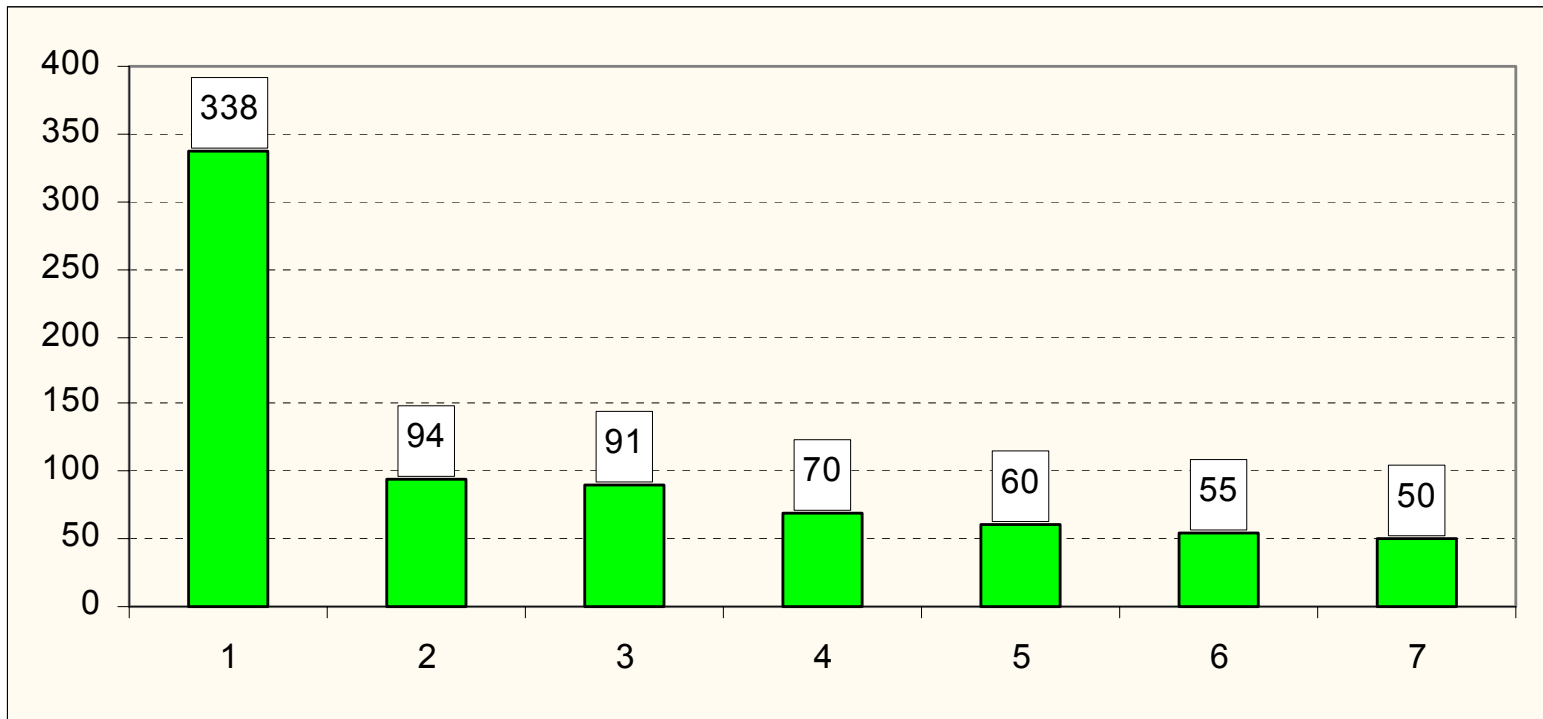
1. längere bzw. echte Pausen für Erholung
2. Kernzeit mit Anwesenheitspflicht, den Rest frei gestalten
3. Präsenzzeit auch am Nachmittag
4. mehr Zeit (z. B. eine Freistunde) pro Unterrichtstag für Erholung, Gespräche etc.
5. Unterrichtsbeschränkung max. 4 / 5 / 6 U-Std pro Tag
6. lange Blöcke vermeiden / Unterricht auf ganzen Tag verteilen
7. Feste Kooperationszeiten (auch Konferenzen) / Teamarbeit
8. wie bisher

# Wie sollte die Arbeitszeit in der Woche geregelt sein? (Experten)



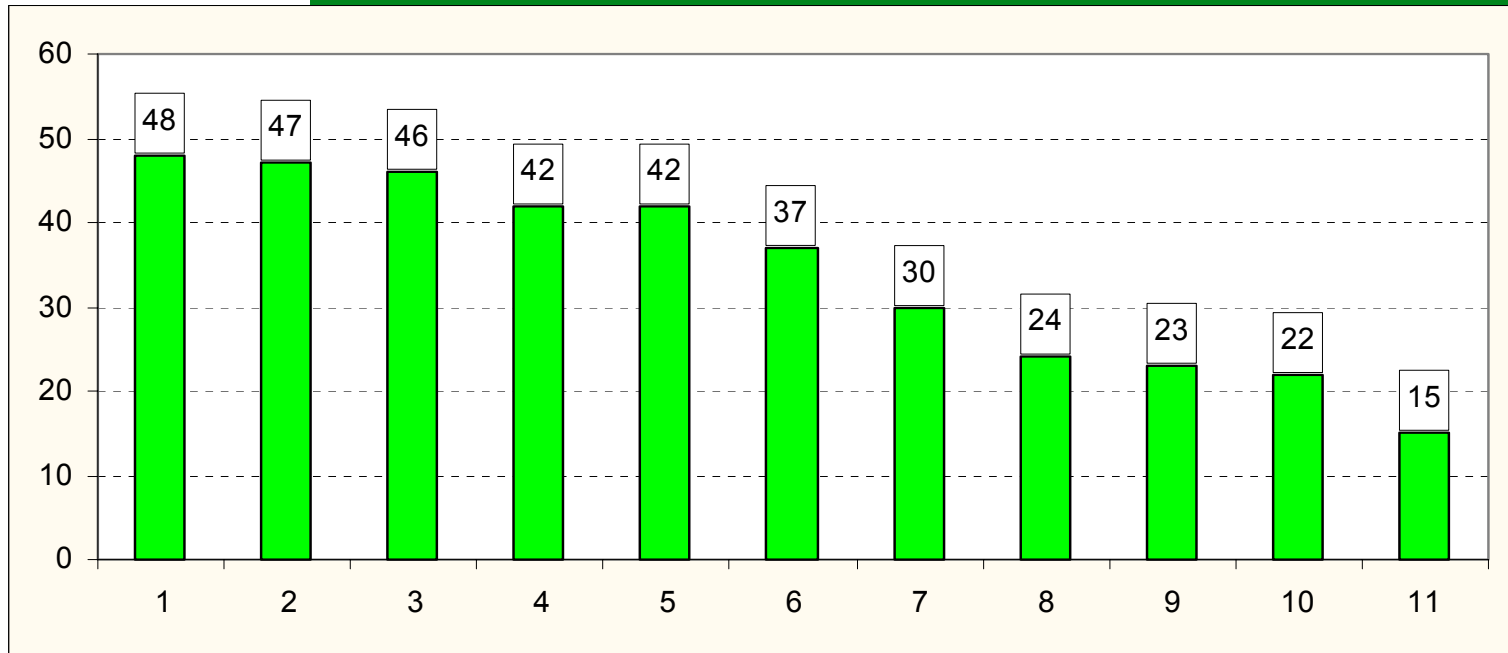
1. weniger (bzw. keine) Wochenendarbeit / 5-Tage Woche
2. gleichmäßige Verteilung der Unterrichtszeit auf die Wochentage (Vermeidung von Belastungsspitzen)
3. Festlegung von Kooperationszeiten (Teambesprechungen, gemeinsame Vorbereitung etc.)
4. Stundenobergrenze (Überstunden anrechnen, Vgl. öffentlicher Dienst ...)
5. Kernzeit/Anwesenheitspflicht
6. ungleichmäßige Verteilung der Unterrichtszeit auf die Wochentage (längere und kürzere Tage)
7. LAZ-Modell Präsenzzeit
8. Individuelle Freiräume lassen (Arbeit zu Hause oder in der Schule; Gleitzeiten ...)
9. weniger Pflichtstunden pro Woche

# Wie sollte die Arbeitszeit im Schuljahr geregelt sein (Experten)



1. (Sommer-)Ferien für die Lehrer zugunsten einer Entlastung der Unterrichtswoche kürzen
2. Belastungen über das Jahr gleichmäßiger verteilen (z. B. besonders arbeitsintensive Phasen zeitlich mehr trennen)
3. LAZ-Modell Jahresarbeitszeit
4. wie bisher
5. Ferien sollen so bleiben
6. wöchentlich genau geregelt / vergleichbar mit Beamten (auch Urlaubsregelung) / auch Außer-unterrichtliches zählt zur Arbeitszeit
7. echte Ferien / Erholung

# Weitere Anmerkungen (Experten)

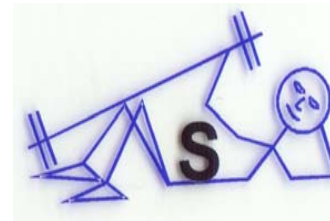


1. gerechtere Verteilung der Arbeitsbelastungen
2. Präsenzzeitmodell
3. Korrekturen und außerunterrichtliche Verpflichtungen auf Arbeitszeit anrechnen
4. mehr Entlastung für arbeitsintensive (Korrektur-)Fächer (Ermäßigungsstunden...), Kassenlehrer...
5. Gesundheitsförderung / echte Erholung nicht zu kurz kommen lassen
6. eigenen Arbeitsplatz an der Schule einrichten, Arbeitsbedingungen verbessern, Literatur, Mittagessen
7. weniger Aufgaben über den Unterricht hinaus, weniger Bürokratie / Verwaltung, Entlastung durch Kooperation zw. Schulen / Kollegien
8. mehr Hilfe in Erziehung und Betreuung durch Sozialarbeiter, Psychologen, Hilfskräfte/Personal...
9. Reduktion der Unterrichtsverpflichtung
10. Feste Kooperationszeiten / Teamarbeit
11. kleinere Klassen

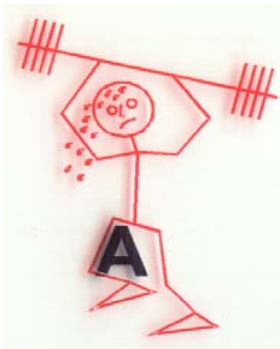
## 4 Muster des Verhaltens und Erlebens gegenüber der Arbeit:



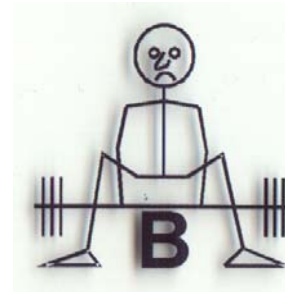
**Muster G** – berufliches Engagement, ausgeprägte Widerstandsfähigkeit gegenüber Belastungen, positives Lebensgefühl („Gesundheitsmuster“)



**Muster S** – ausgeprägte Schonungstendenz gegenüber beruflichen Anforderungen

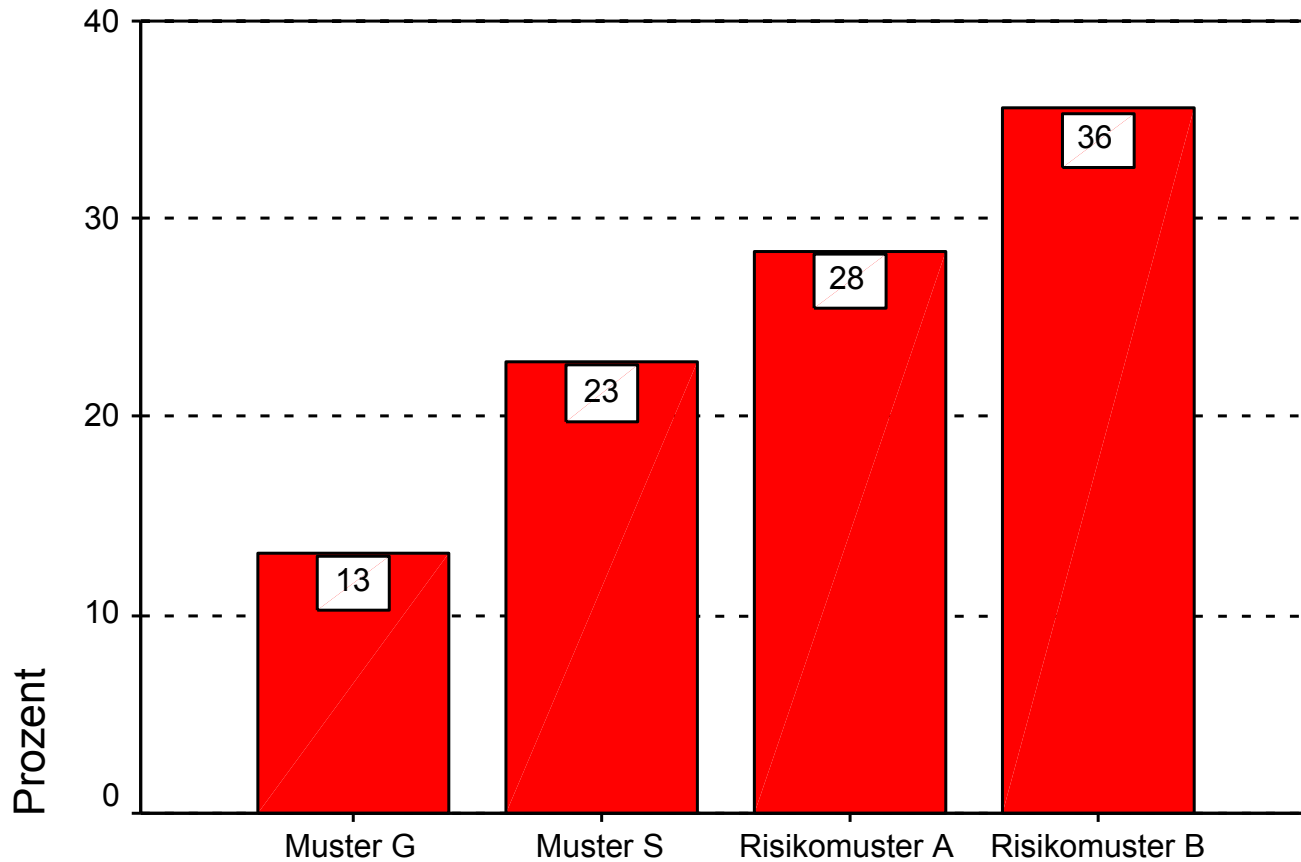


**Risikomuster A** – überhöhtes Engagement (Selbstüberforderung) bei verminderter Widerstandsfähigkeit und eher eingeschränktem Lebensgefühl

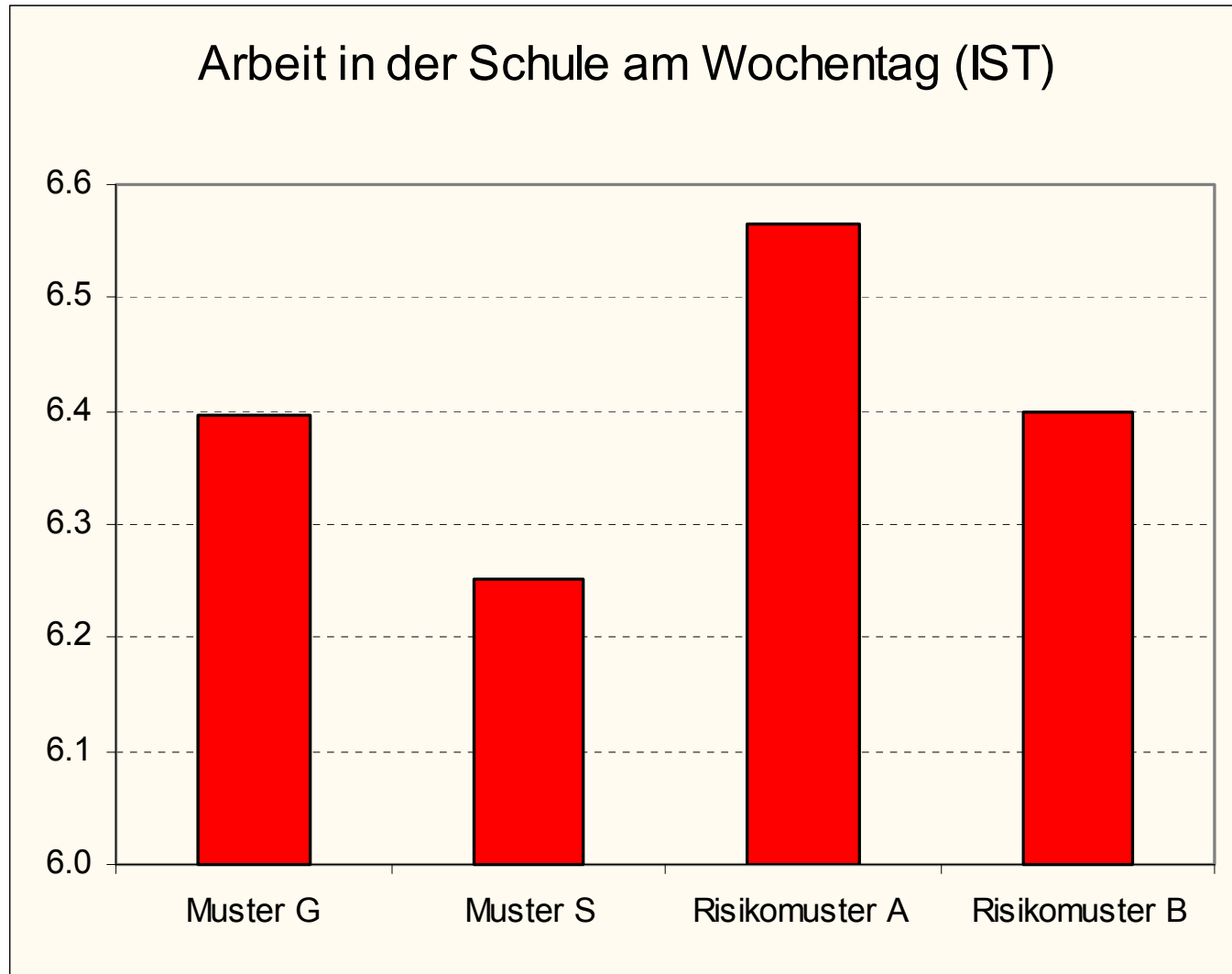


**Risikomuster B** – Resignation und deutlich verminderte Belastbarkeit, einhergehend mit reduziertem Arbeitsengagement

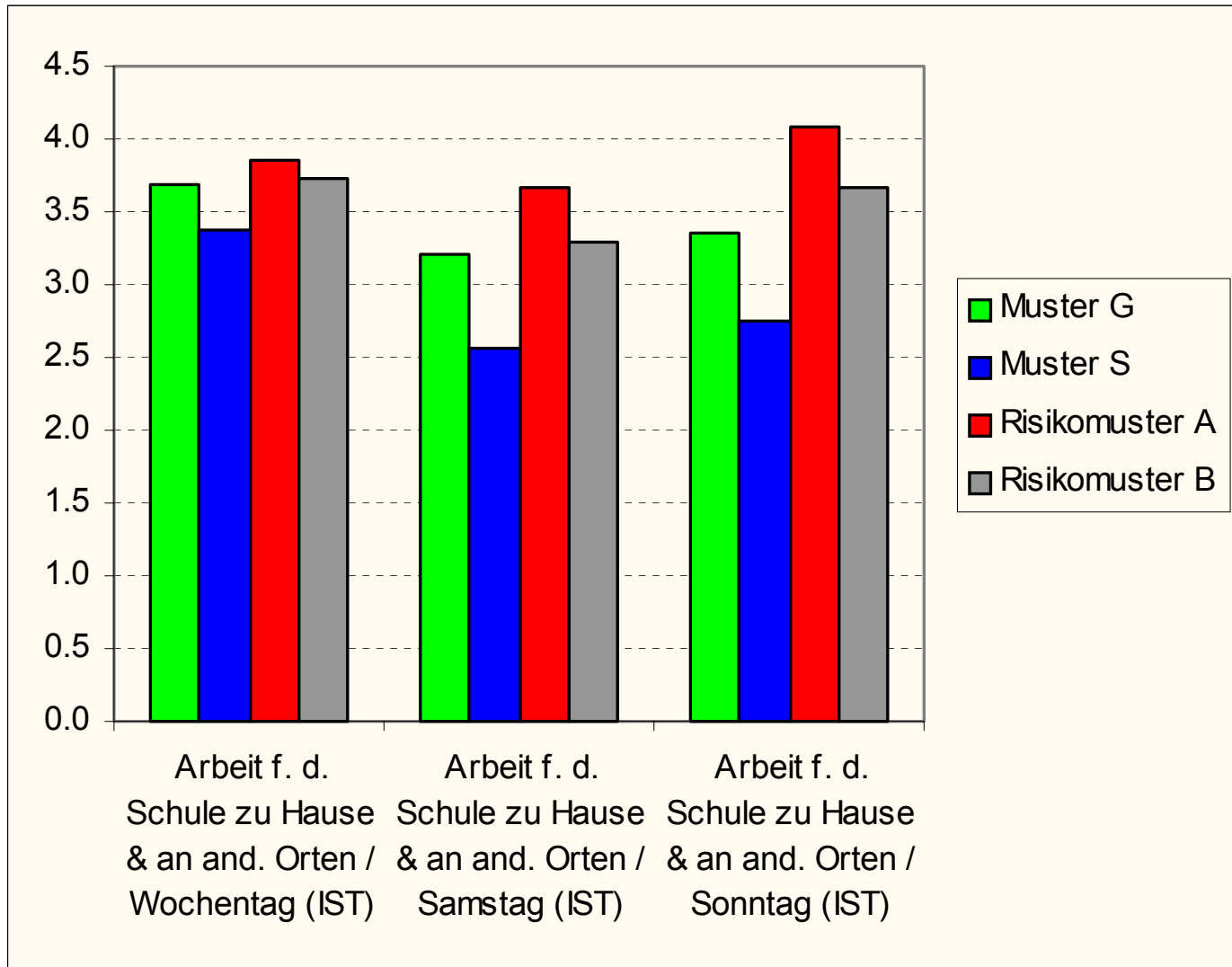
# Verteilung der AVEM-Muster in der Stichprobe (nur Lehrer)



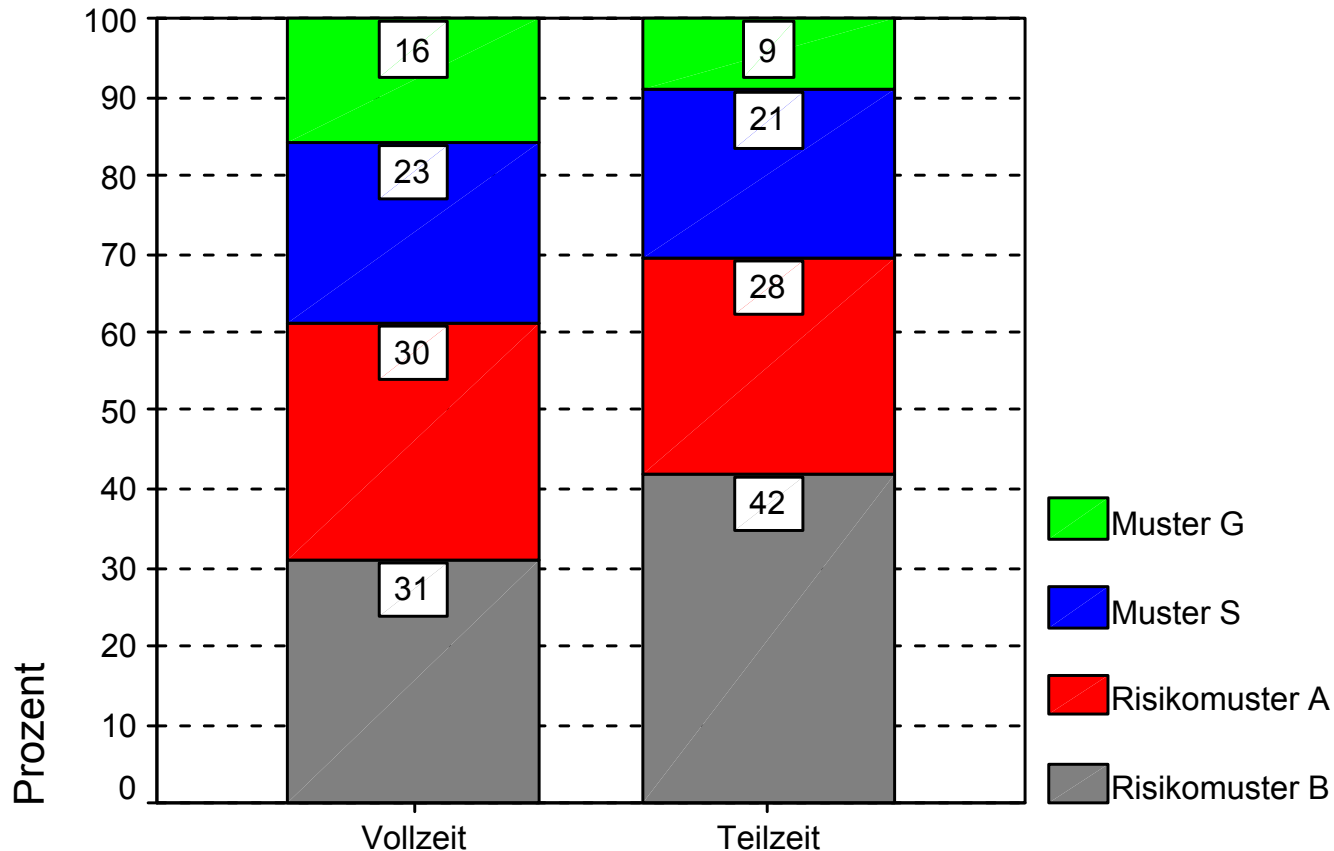
# Mittlere Dauer der Tätigkeit in der Schule für die vier AVEM-Muster



# Mittlere Dauer der Tätigkeit für die Schule für die vier AVEM-Muster



## Verteilung der Verhaltens- und Erlebensmuster bei Voll- und Teilzeitbeschäftigten



# Delegierbarkeit verschiedener Berufsaufgaben an belastete Lehrkräfte

Anmerkung. Antwortskala: 1 = nicht möglich, ..., 4 = gut möglich.

**Mittelwert**

Arbeit mit einzelnen Schülern	3.45
Servicearbeiten: Bibliothek, Internetrecherchen, Lehrmittel, Medien ...	3.35
Hausaufgabenhilfe	3.20
Diagnostik und Förderung der Sprachkompetenz	3.12
Verwaltungsarbeiten für die Schulleitung, z. B. Zeugnisse ausdrucken, Listen führen ...	3.01
Förderunterricht in kleinen Gruppen	2.95
Fächerübergreifende Themen und Materialien erarbeiten	2.91
Entwicklung neuer Curricula und Materialien	2.81
Kontaktstelle zu externen Beratungseinrichtungen	2.70
Schulische Freizeitangebote, Hobby-Kurse	2.66
Fächerverbindende Projekte	2.57
Korrekturen	2.50
Betreuung von Betriebs-Praktika	2.46
Schulinterne Evaluation	2.45
Projektbegleitung	2.44
Übernahme von Beratungsaufgaben	2.40
Aspekte der Elternarbeit	1.97
Organisation und Begleitung bei Schulfahrten, Ausflügen ...	1.70
Pausenaufsicht	1.69

# Delegierbarkeit verschiedener Berufsaufgaben an externes Personal

*Anmerkung.* Antwortskala: 1 = nicht möglich, ..., 4 = gut möglich.

**Mittelwert**

Schulische Freizeitangebote, Hobby-Kurse	3.84
Hausaufgabenhilfe	3.69
Servicearbeiten: Bibliothek, Internetrecherchen, Lehrmittel, Medien ...	3.63
Projektbegleitung	3.43
Verwaltungsarbeiten für die Schulleitung, z. B. Zeugnisse ausdrucken, Listen führen ...	3.39
Arbeit mit einzelnen Schülern	3.36
Diagnostik und Förderung der Sprachkompetenz	3.28
Organisation und Begleitung bei Schulfahrten, Ausflügen ...	3.13
Förderunterricht in kleinen Gruppen	3.08
Pausenaufsicht	3.03
Betreuung von Betriebs-Praktika	2.69
Kontaktstelle zu externen Beratungseinrichtungen	2.62
Fächerverbindende Projekte	2.60
Entwicklung neuer Curricula und Materialien	2.36
Schulinterne Evaluation	2.28
Fächerübergreifende Themen und Materialien erarbeiten	2.24
Übernahme von Beratungsaufgaben	2.20
Aspekte der Elternarbeit	1.77
Korrekturen	1.60

## 19 Pflichtzeitstunden pro Woche für alle (davon 1 Vertretungsstunde)

- Vor- und Nachbereitungsaufwand verringert sich deutlich
- Reine Unterrichtszeit wird nur wenig reduziert  
(19 Zeitstunden = 25.3 Unterrichtsstunden von 45')

## Verhältnis 1:1 von Unterricht und Vor- und Nachbereitung

d. h. durchschnittlich 19 Stunden für Vor- und Nachbereitung pro Woche  
(bisheriges Verhältnis 1 : 0.84)

## 8 Zeitstunden pro Woche für weitere pädagogische Aufgaben

- Beraten und Fördern: 4 Stunden
- Verwalten: 1 Stunde
- Konferenzen: 1 Stunde
- Schulentwicklung: 1 Stunde
- Kooperationszeit: 1 Stunde

## Wochenarbeitszeit von 46 Stunden

- 19 Stunden (Zeitstunden) Unterricht
- 19 Stunden Vor- und Nachbereitung  
(im Durchschnitt)
- 8 Stunden weitere pädagogische Aufgaben  
(im Durchschnitt)

## Präsenzzeit an den Unterrichtstagen

z. B. Mo. – Do. 7.30 – 16.30; Fr. 7.30 – 15.00

- Wechsel zwischen Unterricht und anderen Tätigkeiten und zwischen be- und entlastenden Phasen
- Förderung von Kommunikation und Kooperation
- klarere Trennung der Lebensbereiche Schule – Nicht-Schule

Voraussetzung: Gewährleistung angemessener Arbeits- und Lebensbedingungen in der Schule!

## 1 unterrichtsfreier Arbeitstag für jede Lehrkraft

- Es soll der notwendigen Differenzierung nach Fächern, Schulformen und Klassenstufen durch unterschiedliche Arbeitsschwerpunkte entsprochen werden.
- Es wird darüber hinaus ein entlastender Effekt erwartet.

## Unterrichtsblöcke

Wo möglich und angebracht: Schaffung größerer Unterrichtsblöcke, um den häufigen Wechsel des Faches, der Klasse und des Raumes zu vermeiden.

## 1 Nachmittag pro Woche unterrichtsfrei (gesamtes Kollegium)

für Konferenzen, Kooperationsgespräche, Schulentwicklung (im Rahmen des vorgesehenen Zeitkontingentes von 3 Stunden)

## Verkürzung der Sommerferien

Die Sommerferien werden um eine knappe Woche (33 Zeitstunden) verkürzt, um die Unterrichtswochen weiter zu entlasten.

Die Gesamt-Jahresarbeitszeit beträgt damit 1804 Stunden.  
(Es wird von 38,5 Unterrichtswochen pro Jahr ausgegangen.)

## Delegierung von Aufgaben

- an schulexterne Personen
- an Lehrkräfte, die aus gesundheitlichen Gründen von Unterrichtsverpflichtungen zu entlasten, aber noch arbeitsfähig sind

delegierbare Aufgaben: u. a. Förderarbeit mit einzelnen Schülern, Service- und administrative Tätigkeiten)

Schaffung der entsprechenden rechtlichen Regelungen erforderlich

- 46-Stunden-Woche
- 19 Pflichtzeitstunden Unterricht
- 19 Stunden für Vor- und Nachbereitung (Durchschnitt)
- 8 Stunden für weitere pädagogische Aufgaben (Durchschnitt)
- Präsenzzeit mit Wechsel von Aufgabeninhalten
- Unterrichtsblöcke
- 1 unterrichtsfreier Arbeitstag
- Verkürzung der Sommerferien
- Delegation

Alle Vorschläge zum Volumen der Arbeitszeit, zu den zeitlichen Relationen der Aufgaben und zur Verteilung der Zeiten über den Tag, die Woche und das Jahr gelten im Prinzip auch für die Teilzeitkräfte (ausgehend von einer Wochenarbeitszeit, die dem Umfang der festgelegten Teilzeit entspricht).

## Vorschlag für die Struktur des Arbeitstages und der Arbeitswoche einer durchschnittlichen Lehrkraft

<b>Montag</b> 7.30-16.30 Uhr	<b>Dienstag</b> 7.30-16.30 Uhr	<b>Mittwoch</b> unterrichtsfreier Arbeitstag	<b>Donnerstag</b> 7.30-16.30 Uhr	<b>Freitag</b> 7.30-15.00 Uhr
<b><u>vormittags:</u></b> 3 Std. Unterricht 2 Std. Vorb./Nachb.	<b><u>vormittags:</u></b> 4 Std. Unterricht 1 Std. Vorb./Nachb.	<b><u>vormittags:</u></b> 4 Std. Vorb./Nachb. 1 Std. Verwaltung	<b><u>vormittags:</u></b> 3 Std. Unterricht 2 Std. Vorb./Nachb.	<b><u>vormittags:</u></b> 3 Std. Unterricht 2 Std. Vorb./Nachb.
<b><u>nachmittags:</u></b> 2 Std. Unterricht 1 Std. Gespräche m. Schülern bzw. Eltern (letztere evtl. auch abends)	<b><u>nachmittags:</u></b> 1 Std. Schulprojekt 1 Std. Koop.-Gespr. 1 Std. Konferenz (unterrichtsfreier Nachmittag für alle)	<b><u>nachmittags:</u></b> 3 Std. Beraten / Fördern	<b><u>nachmittags:</u></b> 2 Std. Unterricht 1 Std. Vorb./Nachb.	<b><u>nachmittags:</u></b> 2 Std. Unterricht

# Vor- und Nachbereitungszeit pro Unterrichtsstunde (in Minuten)

Klassenstufe	1-4	5+6	7+8	9+10	11-13
Deutsch	70	70	75	75	85
Mathematik	60	60	60	65	70
Fremdsprache	65	65	70	70	80
Naturwissenschaft	-	70	70	70	75
Gesellsch.wissenschaft	-	65	70	70	75
Religion	50	55	60	60	65
Kunst	50	50	55	60	65
Musik	50	50	50	50	50
Sport	35	35	35	35	35
Sachkunde	70	-	-	-	-

# 1. Beispiel

(überdurchschnittl. Vor- und Nachbereitungsaufwand)

## Lehrkraft A

10 Stdn. Deutsch Kl. 11-13 (85 min V/N)

9 Stdn. Religion Kl. 9-10 (60 min V/N) (davon 1 Std. Vertretung)

In der Summe:

19 Stdn. Unterricht

(rund) 23 Stdn. Vor-/Nachbereitung

4 Stdn. weitere Aufgaben

Unterrichtsfreier Arbeitstag ist voll für Vor- und Nachbereitung zu nutzen!

## 2. Beispiel

(unterdurchschnittl. Vor- und Nachbereitungsaufwand)

### Lehrkraft B

10 Stdn. Sport            Kl. 5-8 (35 min V/N)

9 Stdn. Mathematik Kl. 5-8 (60 min V/N) (davon 1 Std. Vertretung)

### In der Summe:

19 Stdn. Unterricht

(rund)            15 Stdn. Vor-/Nachbereitung

12 Stdn. weitere Aufgaben (v.a. Arbeit mit Sportgruppen)

Unterrichtsfreier Arbeitstag ist voll für die weiteren Aufgaben zu nutzen!

# Umsetzung des Modells

Alle Inhalte sind in ihrem Kontext zu berücksichtigen.

Gestaltungsspielräume sind in Eigenverantwortung der jeweiligen Schule zu nutzen.

## Weiterführung in folgenden Schritten:

- Gewinnung von Versuchsschulen
- Schaffung der mentalen, organisatorischen und räumlichen Voraussetzungen zur Realisierung des Modells
- Erprobung über zwei Jahre (bei ständiger Prozessbegleitung)
- Evaluation unter Einbeziehung von weiteren Schulen (Kontrollgruppendesign)
- Empfehlungen zur breiteren Umsetzung und ggf. auch zur Modifikation des Modells

### **Inhalte der Evaluation:**

- Zeiterfassung und Befindensscheck über online-Tagebuch
- Erfassung des arbeitsbezogenen Verhaltens und Erlebens und Bewertung der Arbeitsbedingungen (mittels ABC-L) über Vor- und Nachmessung

<b>Kriterium</b>	<b>Unser Modell</b>
<b>Qualität der pädagogischen Arbeit</b>	<b>Zeit für außerunterrichtliche Arbeit</b>
<b>Neue Unterrichtskonzepte</b>	<b>45 Minuten aufgehoben</b>
<b>Verlässlichkeit der Schule</b>	<b>Vertretung besser organisierbar</b>
<b>Kommunikation und Kooperation</b>	<b>viel Zeit</b>
<b>Qualität des sozialen Klimas</b>	<b>eher positiv</b>
<b>Transparenz nach innen</b>	<b>ja</b>
<b>Transparenz nach außen</b>	<b>ja</b>
<b>Arbeitszeitgerechtigkeit</b>	<b>durch Puffertag</b>
<b>Angemessener Verwaltungsaufwand</b>	<b>keine Dokumentationspflicht</b>
<b>Begrenzung der Arbeitszeit</b>	<b>ja</b>
<b>Gleichmäßige Verteilung der Arbeitszeit</b>	<b>ja pro Tag/Woche und Jahr</b>
<b>Trennung von Arbeit und Freizeit</b>	<b>ja deutlich besser</b>
<b>Persönliche Zeitsouveränität</b>	<b>ja abends und am Wochenende</b>
<b>Setzen von Arbeitsschwerpunkten</b>	<b>am Puffertag</b>

**Wir danken für die Aufmerksamkeit und  
bitten um rege Diskussion!**

# Änderung bedeutet Verunsicherung, die Gefühle werden oft anders begründet

- Routine und Sicherheit aufgeben
- Verlust, bevor man das Neue schätzen kann
- Zweifel an Herstellbarkeit – Arbeitsplätze in der Schule
- Zweifel an Wünschbarkeit – Präsenz für bessere Trennung
- Zweifel an der Wirksamkeit – wird die Entlastung eintreten
- Zweifel an Kooperation der „Gegenseite: Zieht das MK mit?
- Zweifel am Entwicklungszeitraum: jetzt wo Kassen leer sind

- Kosten auf beiden Seiten akzeptieren Nulltarif auf keiner Seite möglich
- Konsens über Änderungsbedarf stärken
- Aufkommende Bedenken respektvoll diskutieren →
- ergebnisoffene Experimente 2 Jahre + Kontrollgruppe
- Partizipation: Mitgestaltung = Mitverantwortung = gemeinsame Evaluation mit Experten

## 11 Merkmale in 3 Bereichen:

### Engagement

1. Subjektive Bedeutsamkeit der Arbeit
2. Beruflicher Ehrgeiz
3. Verausgabungsbereitschaft
4. Perfektionsstreben
5. Distanzierungsfähigkeit

### Widerstandskraft

6. Resignations-tendenz bei Misserfolg
7. Offensive Problem-bewältigung
8. Innere Ruhe und Ausgeglichenheit

### Lebensgefühl

9. Erfolgserleben im Beruf
10. Lebens-zufriedenheit
11. Erleben sozialer Unterstützung

## 11 Merkmale in 3 Bereichen:

### Arbeitsengagement

- Subjektive Bedeutsamkeit der Arbeit
- Beruflicher Ehrgeiz
- Verausgabungsbereitschaft
- Perfektionsstreben
- Distanzierungsfähigkeit

### Widerstandskraft

- Resignationstendenz
- Offensive Problembewältigung
- Innere Ruhe und Ausgeglichenheit

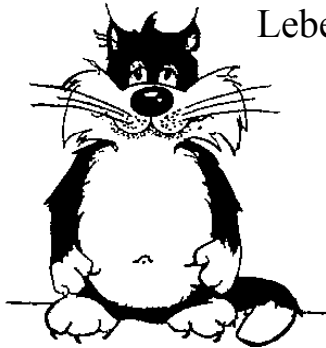
### Emotionen

- Erfolgserleben im Beruf
- Lebenszufriedenheit
- Erleben sozialer Unterstützung

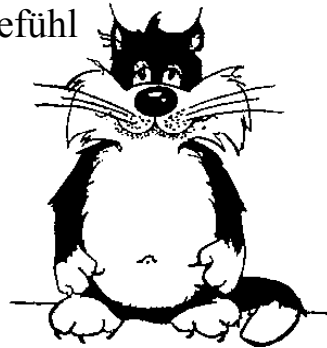
## 4 Muster arbeitsbezogenen Verhaltens und Erlebens

### Muster G

Engagement, Widerstandsfähigkeit, positives Lebensgefühl



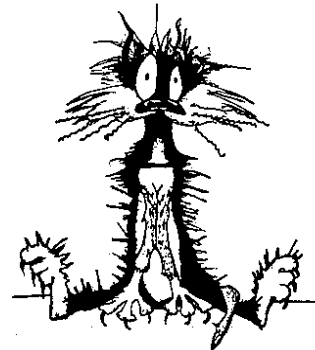
BEFORE WORK



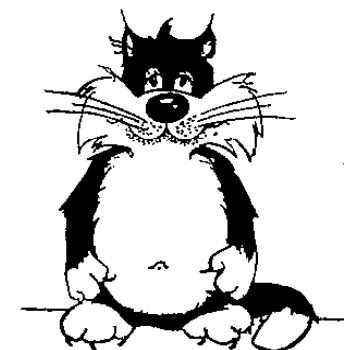
AFTER WORK

### Muster S

Schonungstendenz



BEFORE WORK



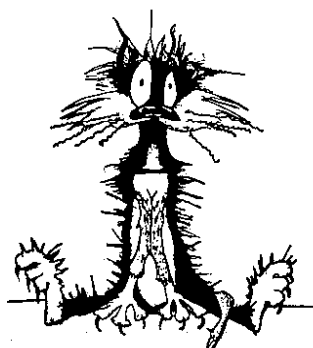
AFTER WORK

### Risikomuster A

Selbstüberforderung (überhöhtes Engagement und negative Emotionen)



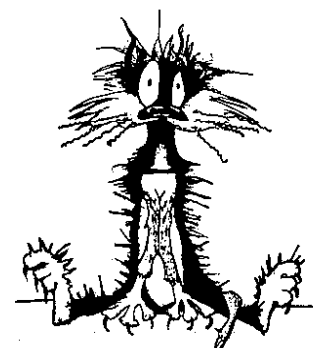
BEFORE WORK



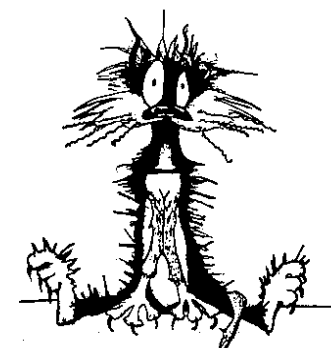
AFTER WORK

### Risikomuster B

Erschöpfung und Resignation



BEFORE WORK



AFTER WORK

→ Notwendigkeit zur differenzierteren Zeiterfassung

Fragen nach:

- Tätigkeit
- Zeitaufwand
- Stimmungslage

Schwierigkeiten:

- Motivation zur Teilnahme (zeitaufwändig)
- Repräsentativität und andere Verzerrungsmöglichkeiten

# 50 Gründe, nichts zu ändern...

- **Ich bin mir nicht sicher, ob der Chef das mag.**
- **Das ist zu ehrgeizig gedacht.**
- **Das kriegen wir nie durch.**
- **Dafür haben wir die Ausrüstung nicht.**
- **Das ist zu teuer. Das ist mir zu politisch.**
- **Das ist mir zu radikal. Da kommen wir in ganz tiefes Wasser.**
- **Dafür hat jemand anders die Verantwortung.**
- **Dazu bin ich nicht befugt. Es wird sicher zu lange dauern.**
- **Das können wir nicht riskieren.**
- **Wir haben dafür kein Geld. Davon haben wir nichts.**
- **Wir haben das schon immer so getan.**
- **Dafür ist eigentlich ein anderer Fachbereich zuständig.**
- **Wir schaffen das nie. Das ist nicht mein Problem.**

- **Das ist unmöglich. Damit haben wir keine Chance.**
- **Das ist hoch aufgehängt.**
- **Unsere Politik war bisher genau andersherum.**
- **Eigentlich läuft es ganz gut, wie es ist...**
- **Das ist zu kompliziert.**
- **Das haben wir auch schon probiert – ohne Erfolg.**
- **Das ist nicht mein Job. Dafür haben wir nicht das Personal.**
- **Das ist gerade mal Mode. Dafür haben wir keine Zeit.**
- **Unser System ist dafür zu eingefahren.**
- **In unserer Abteilung wird das nicht funktionieren.**
- **Wir warten dafür schon auf eine Verordnung.**
- **Wir haben dafür keinen Auftrag.**
- **Ich fürchte, wir machen uns damit keine Freunde.**
- **Von denen will sich keiner ändern.**
- **Das liegt eigentlich nicht auf unserer Linie.**

- **Das haben wir so noch nie gemacht.**
  - **Das geht nie durch.**
  - **Das ist erst mal Arbeit für einen Ausschuss.**
  - **Keine Chance.**
  - **Dieser Ansatz bringt nichts.**
  - **Ich persönlich bin ja dafür, aber...**
  - **Ich fürchte, wir sind da zu unbeweglich.**
  - **Dafür gibt uns keiner einen Cent.**
  - **Wir müssen das überdenken.**
  - **Das rechnet sich nicht.**
  - **Das ist nicht mein Problem...**
- 
- **Dr. Heiner Bögemann – Institut für ganzheitliche Gesundheitsförderung (IGG)**
  - **[www.gesundezeiten.de](http://www.gesundezeiten.de)**