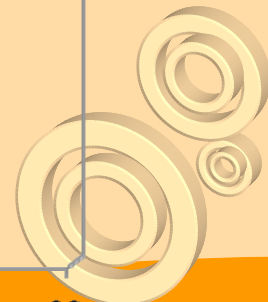
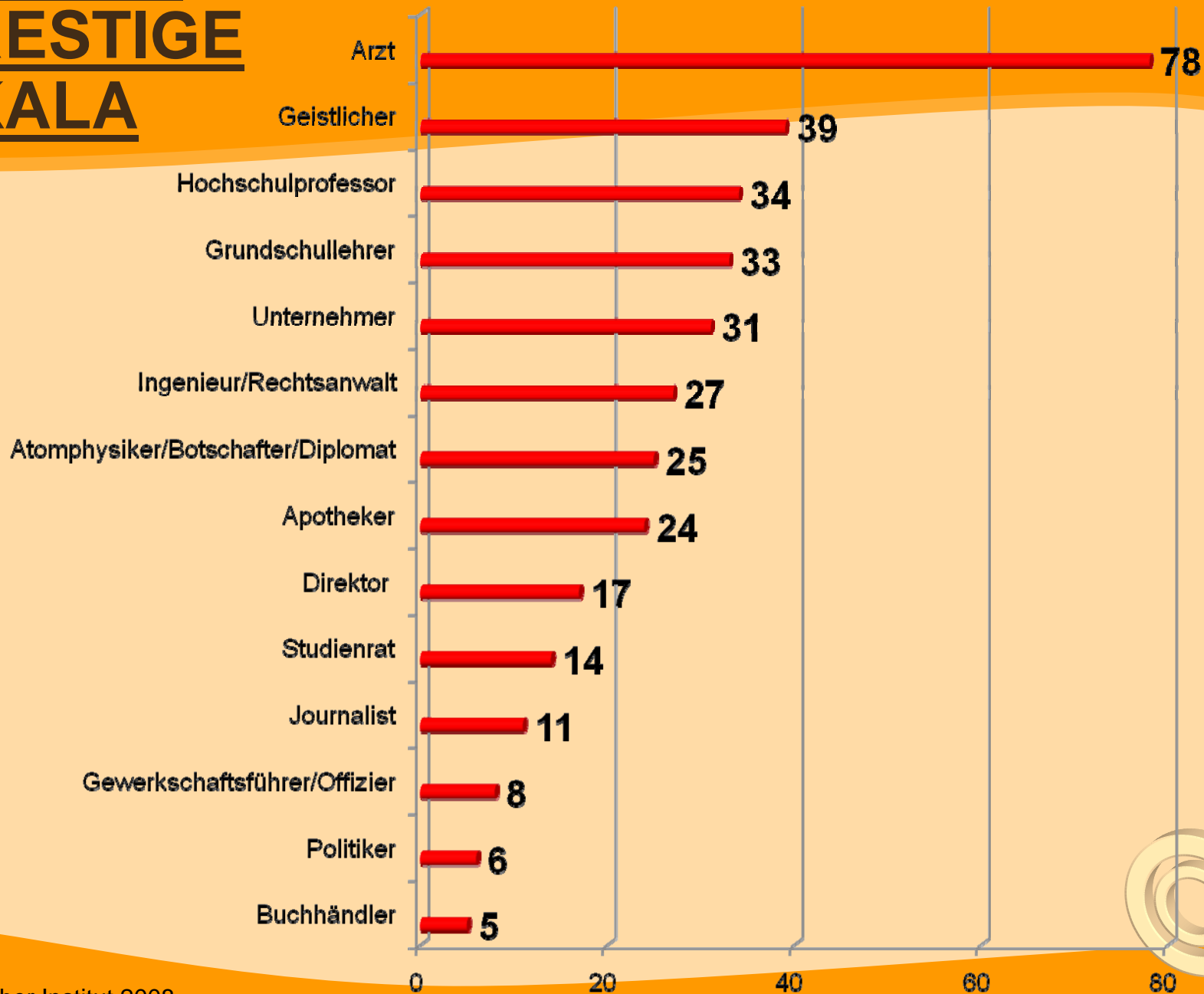


# Biografiemanagement

Ich war früher Lehrer,  
aber das hielten meine

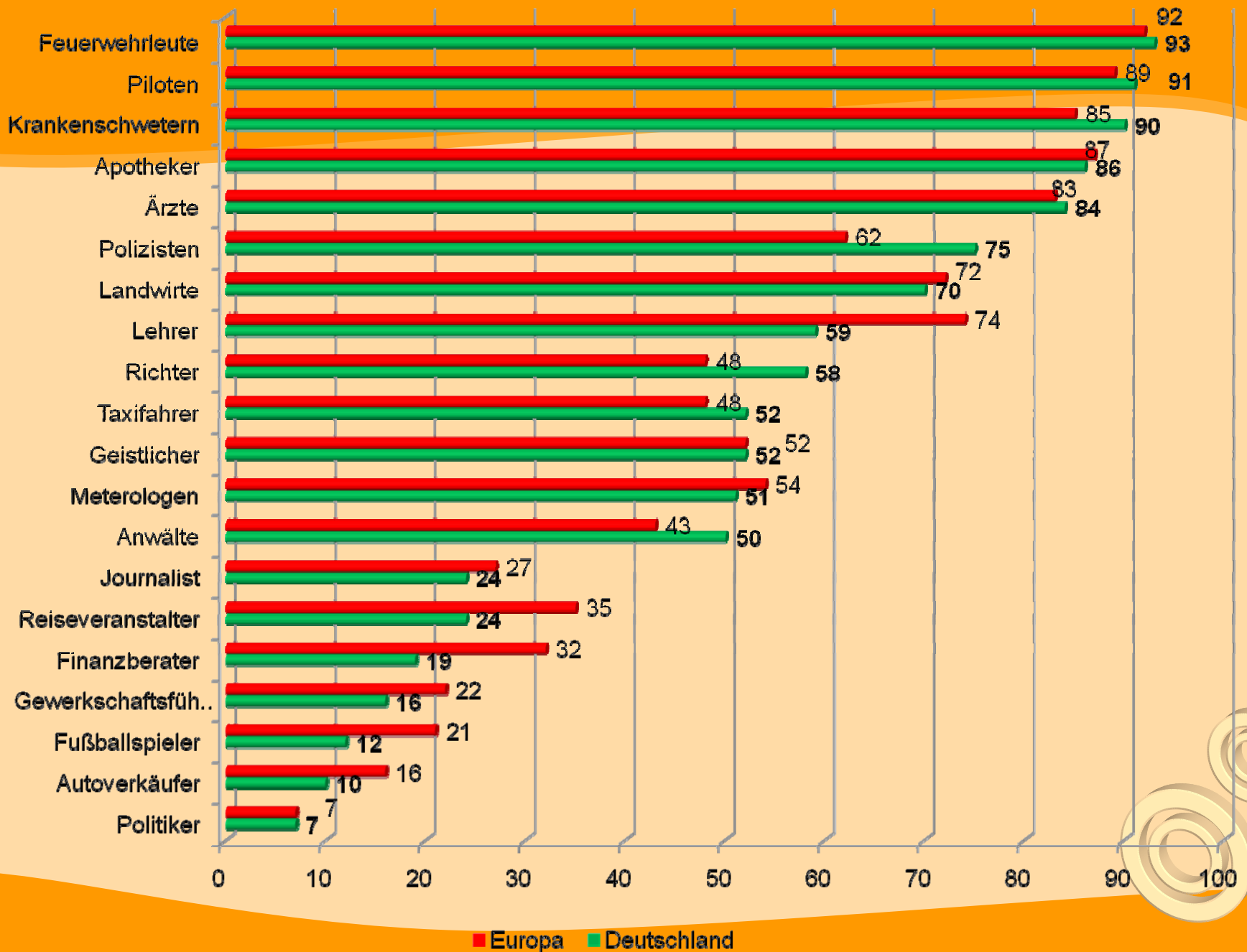


# BERUFS PRESTIGE SKALA



# VERTRAUEN IN BERUFSGRUPPEN

Sehr hohes und ziemlich hohes Vertrauen/ Readers Digest



# Biografiemanagement



## 1. Partnerinterview

## 2. Informationsinput: Wissenschaftliche Forschung zur Berufswahlentscheidung

- Berufswahlentscheidung (Schutz, Crowder & White)
- Typologie von Lehramtsstudierenden
- Lehrerberufsleben (Huberman)
- Lehrerlernen (Fuller/Brown)

# Biografiemanagement

## 3. Anforderungen, Belastungen, Coping

- Arbeitsbezogenes Verhaltens- und Erlebensmuster (Schaarschmidt)
- Copingstrategien
- Kontaktmuster
- Awareness
- Schulz von Thun

## 4. Formulierung von Entwicklungsaufgaben

## 5. Abschlussrunde

# PARTNERINTERVIEW

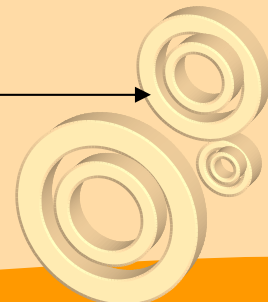
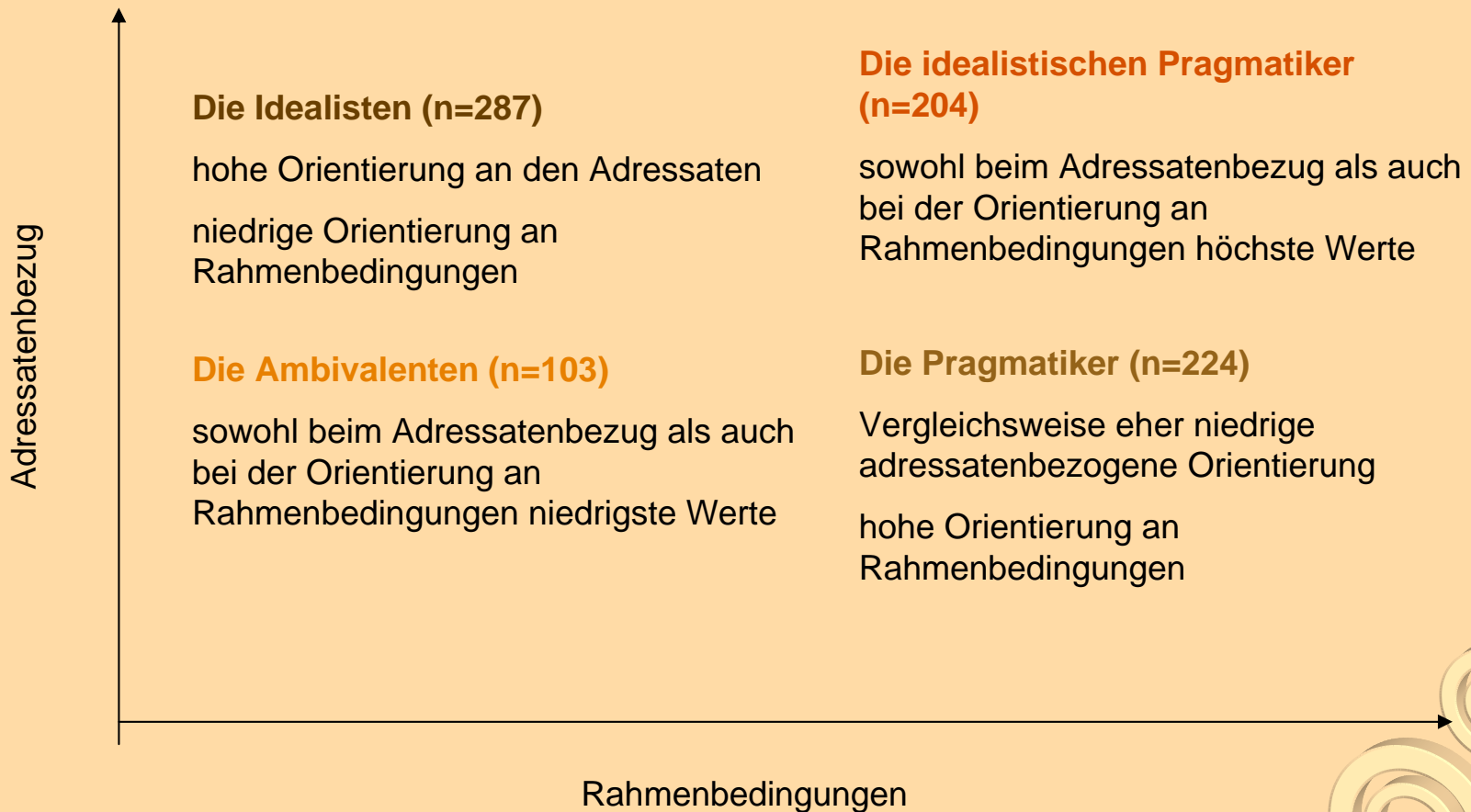
- **Welche Motive/Gründe waren ausschlaggebend für Deine Studienentscheidung Lehramt?**
- **Wie hast Du Dich über das Studium informiert?**
- **Welches Studium hätte Dich noch interessiert, wenn Du Dich nicht für das Lehramtsstudium entschieden hättest? Warum?**
- **Beschreibe eine Situation, in der Du eine ähnliche Rolle eingenommen hast wie diejenige einer Lehrperson! Woran hast Du in der Situation erkannt, dass Du die Fähigkeiten für diesen Beruf mitbringst?**



# BERUFSWAHLENTSCHEIDUNG



# TYPOLOGIE VON LEHRAMTSSTUDIERENDEN



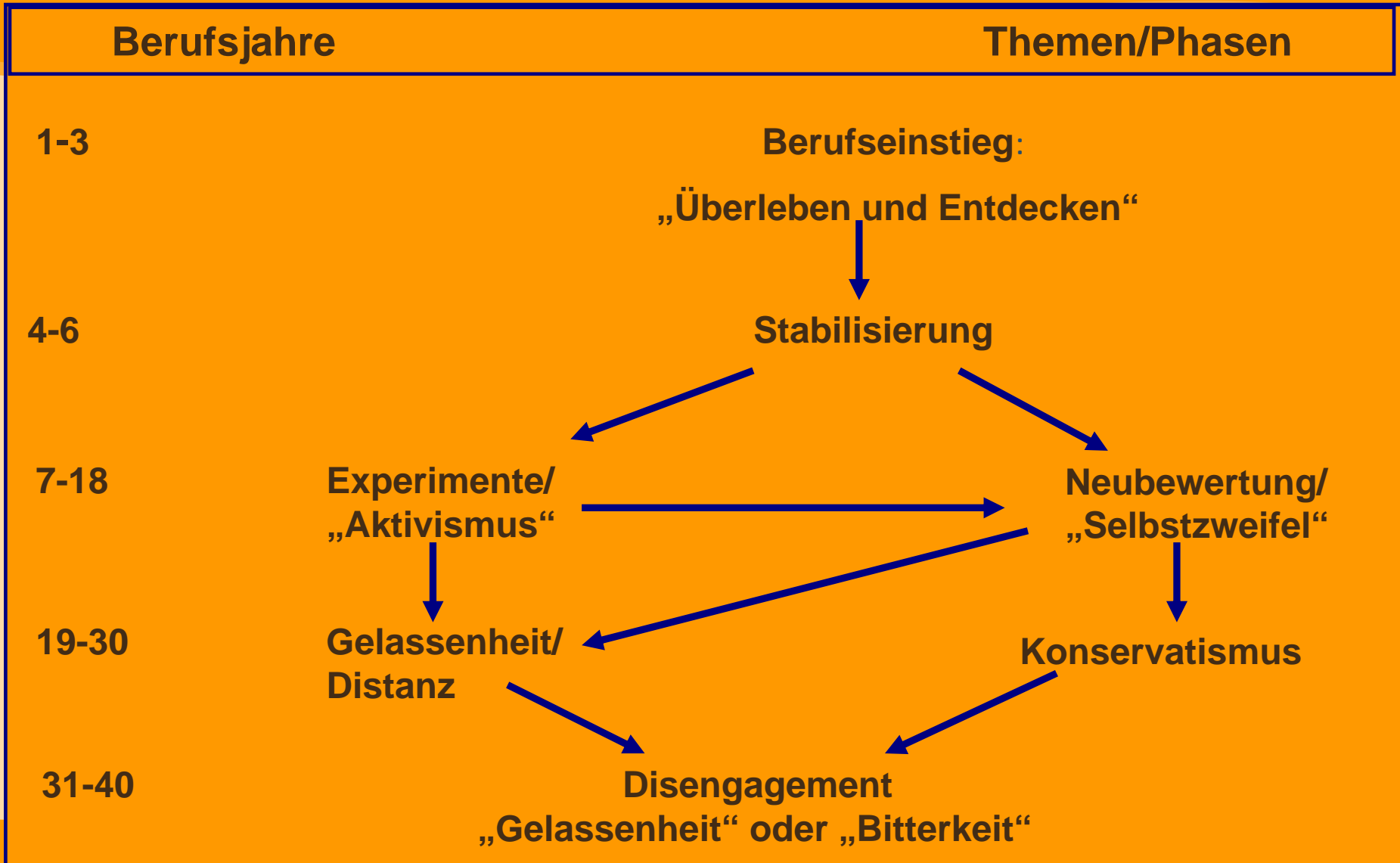


# TIPOLOGIE VON LEHRAMTSSTUDIERENDEN

Schularten 1.Semester	Pragmatiker	Idealisten	Idealistische Pragmatiker	Ambivalente
GS (n=226)	22,6	<b>41,2</b>	27,9	8,4
HS (n=123)	30,9	<b>34,1</b>	24,4	10,6
RS (n=120)	<b>40,8</b>	25,0	20,8	10,6
GYM (n=186)	26,9	<b>31,2</b>	21,5	20,4
FS (n=113)	18,6	<b>44,2</b>	28,3	8,8
Gesamt	27,4	35,1	24,9	12,6

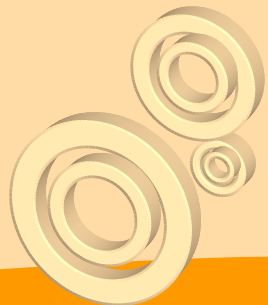
# LEHRERLEBEN

Modell der Abfolge zentraler Themen im Berufsleben von Lehrkräften (Huberman 1991)



# Arbeitsaufgabe – Lebensphasen

- Lesen Sie den Ihnen zugewiesenen Text!
- Welche zusätzliche Informationen bekommen Sie zum erläuterten Modell von Hubermann?



# Lehrerlernen Fuller/Brown (1975)

**routine  
stage**

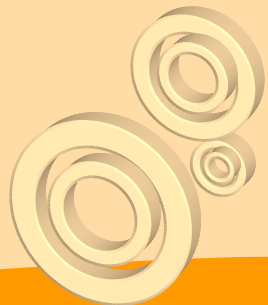
Die Lehrperson bemüht sich um die Ausübung erzieherischer Verantwortung. Schüler und deren individuellen Interessen und Nöte stehen im Zentrum. Übergang auf eine Individual-pädagogische Perspektive

**mastery  
stage**

Die Lehrperson bemüht sich um Beherrschung/ Gestaltung der Unterrichtssituation. Langsam erfolgt eine Ablösung vom Ich-Bezug zum Situationsbezug, vom blossen Überleben zur routinierten Unterrichtsgestaltung

**survival  
stage**

Die Lehrperson ist damit beschäftigt, den Alltag zu bewältigen und im Klassenzimmer ‚zu überleben‘. Sie ist sich gewissermassen selbst noch das größte Problem



## Arbeitsbezogenes Erlebens- und Verhaltensmuster

- **Lehrer sind überproportional belastet**
- **Individuelle Belastungsfaktoren (berufsintern und -übergreifend) wirken sich im Bereich Gesundheitsschädigung dramatisch aus**
- **Kernstichprobe umfasst 7693 LehrerInnen aus 11 deutschen Bundesländern + A, GB, P, Tschechien, Russland**
- **Zum Vergleich wurden Personen aus anderen Berufsgruppen (z. B. Pflegekräfte, Strafvollzug, Polizei, Feuerwehr, Erziehung) mit weitgehend ähnlichen Belastungsfaktoren herangezogen**
- **Insgesamt ca. 17.000 Personen**



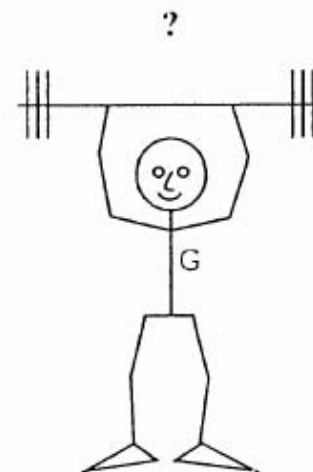
### Muster G



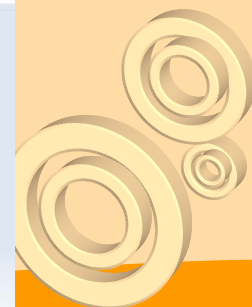
BEFORE WORK



AFTER WORK



Hohes berufliches Engagement, ausgeprägte Widerstands fähigkeit gegenüber Belastungen, positives Lebensgefühl



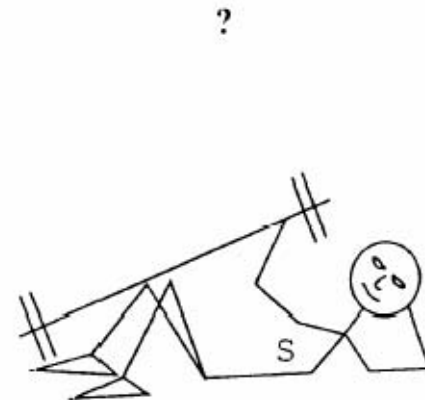
### Muster S



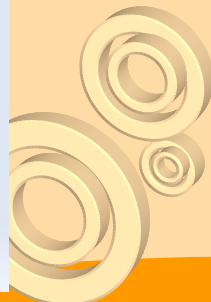
BEFORE WORK



AFTER WORK



Ausgeprägte Schonungstendenz gegenüber beruflichen Anforderungen



## Arbeitsbezogenes Erlebens- und Verhaltensmuster

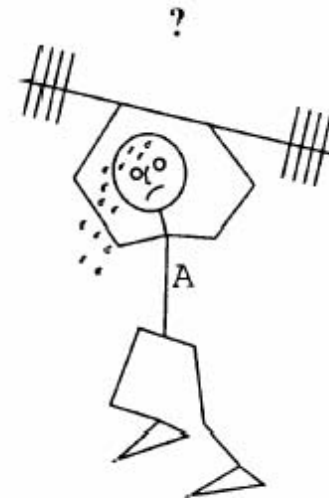
### Muster A



BEFORE WORK



AFTER WORK



Überhöhtes Engagement, das keine gleichermaßen hohe Entsprechung im Lebensgefühl findet; verminderte Widerstandsfähigkeit gegenüber Belastungen



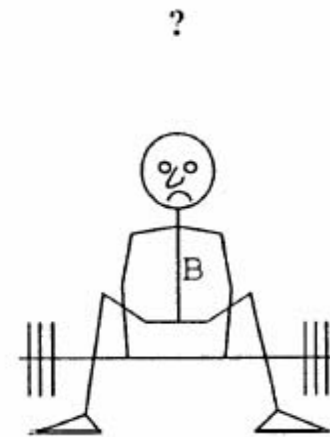
### Muster B



BEFORE WORK



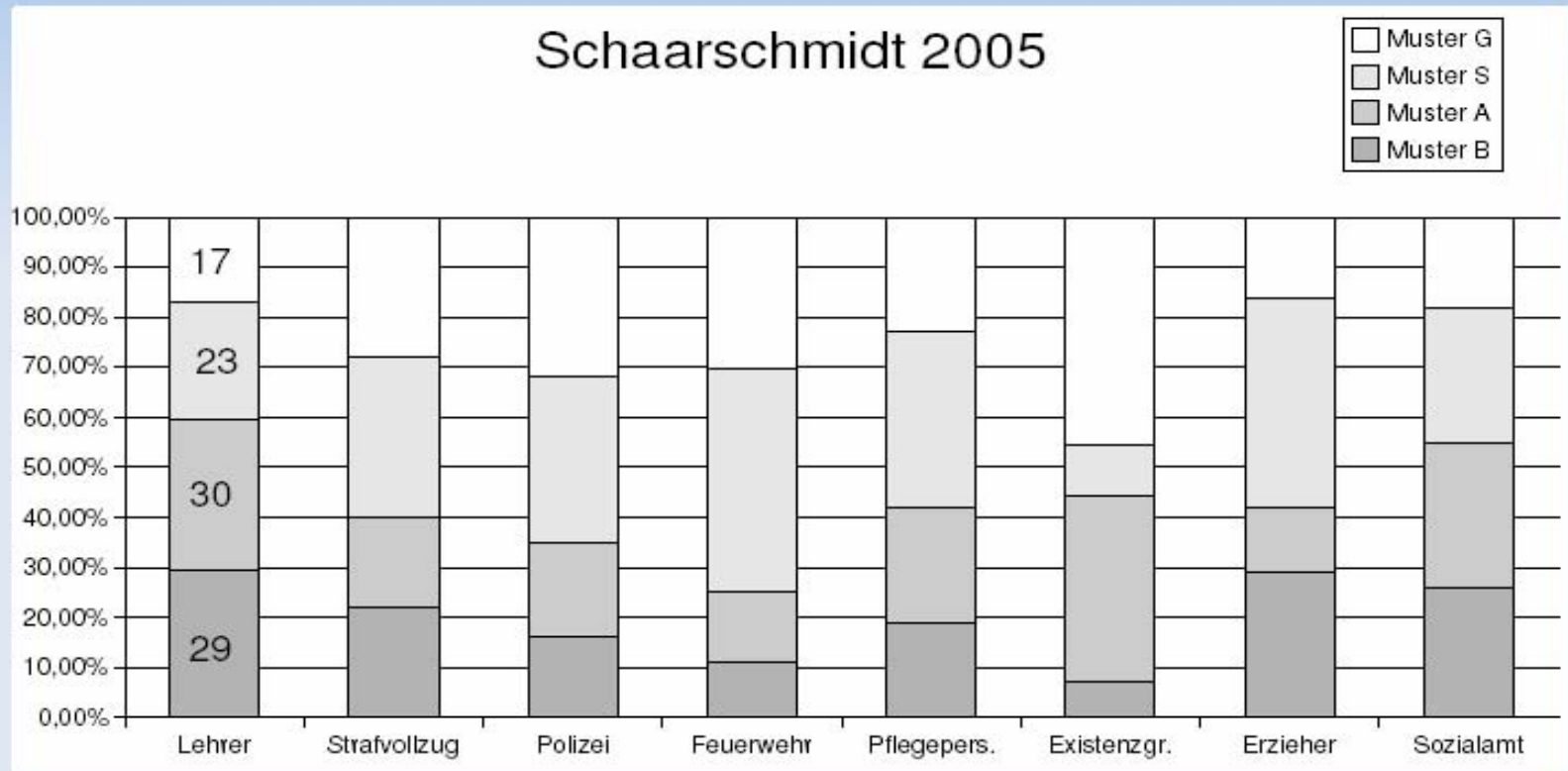
AFTER WORK



Reduziertes Arbeitsengagement, das mit verminderter Belastbarkeit und negativem Lebensgefühl einhergeht

## Arbeitsbezogenes Erlebens- und Verhaltensmuster

### Beanspruchungsmuster im Berufsvergleich

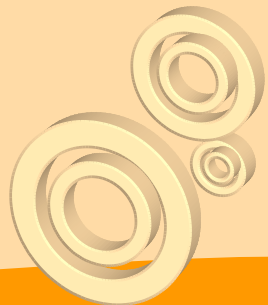


## Arbeitsbezogenes Erlebens- und Verhaltensmuster

[http://www.sicherearbeit.at/downloads/download\\_2491.pdf](http://www.sicherearbeit.at/downloads/download_2491.pdf)

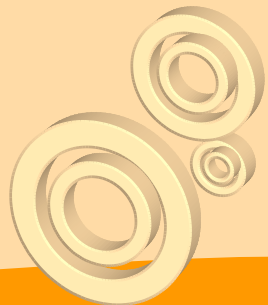
[http://www.sicherearbeit.at/downloads/download\\_2521.pdf](http://www.sicherearbeit.at/downloads/download_2521.pdf)

Schaarschmidt Uwe, Fischer Andreas W. „Diagnostik des beruflichen Bewältigungsverhaltens“ In: Sichere Arbeit 2006 Heft 3 und 4

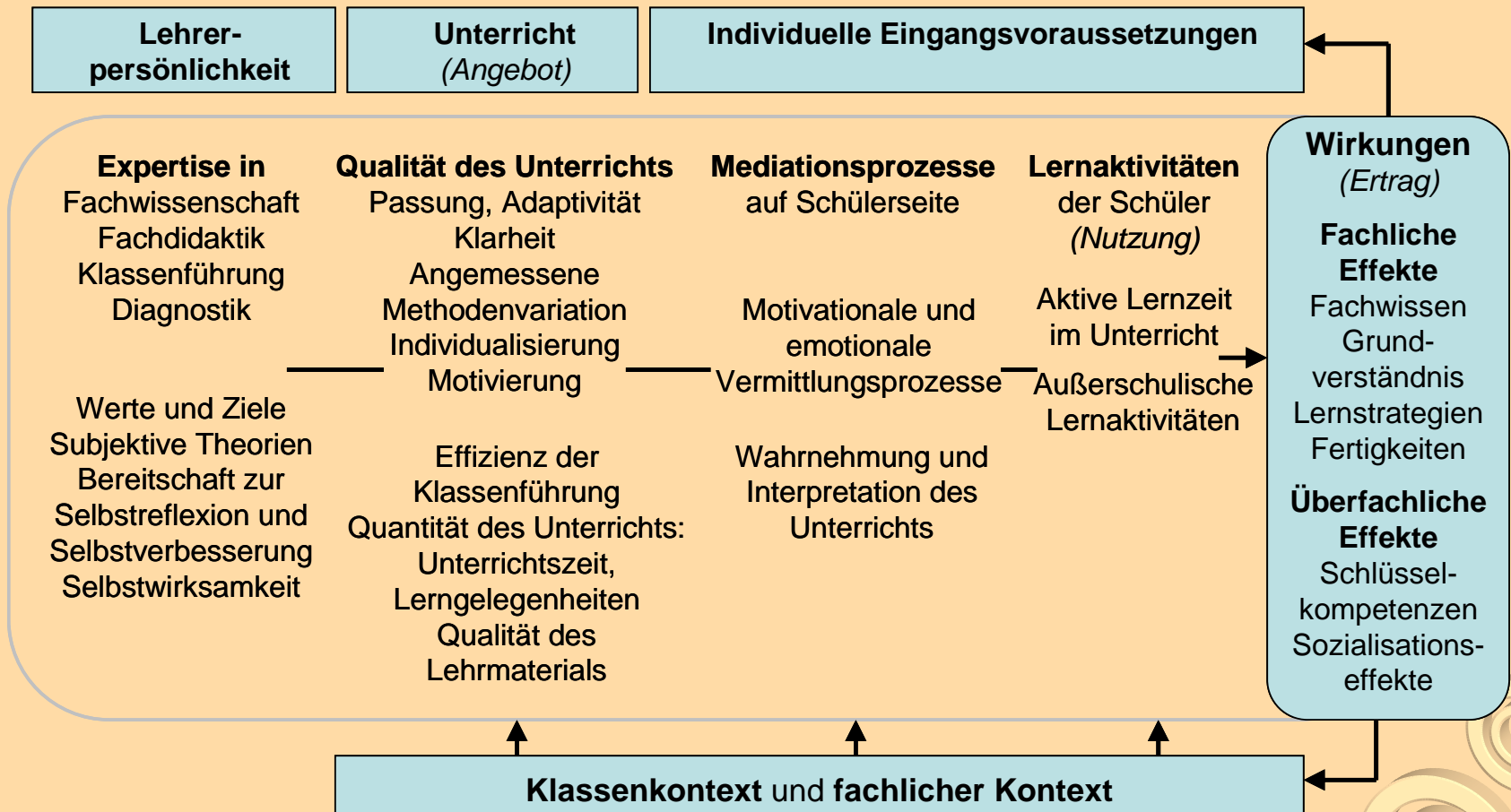


# Arbeitsaufgabe – Lehr-Lernsituationen

Schildern Sie eine gelungene und eine mislungene selbsterfahrene Lehr-Lernsituation!



# Angebots-Nutzungs-Modell der Wirkungsweise des Unterrichts (Helmke, 2009)



## Guter Unterricht durch gelingendes Lernen bei Brophy (2002)

1. Ein unterstützendes  
Klassenklima

Schüler lernen am besten in intakten und rücksichtsvollen Lerngemeinschaften

2. Gelegenheit zu lernen

Schüler lernen mehr, wenn der überwiegende Teil der Unterrichtszeit für lehrplanbezogene Aktivitäten verwendet wird und wenn die Klassenführung betont, dass Schüler sich auf lehrplanbezogene Aktivitäten konzentrieren sollen

3. Ausrichtung des Lehrplans

Alle Bestandteile des Lehrplans sind auf ein stimmiges Gesamtkonzept hin ausgerichtet, mit dem die Unterrichtsziele und -zwecke erreicht werden können



## Guter Unterricht durch gelingendes Lernen bei Brophy (2002)

### 4. Die Herstellung von Lern-Orientierungen

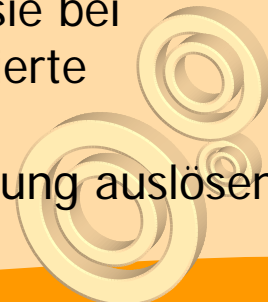
Lehrer können Schüler auf das Lernen vorbereiten, indem sie vorab eine Ausgangsposition bieten, die erklärt, welche Ereignisse erreicht und welche Lernstrategien angewendet werden sollen

### 5. Stimmige und zusammenhängende Unterrichtsinhalte

Um sinnvolles Lernen und Behalten zu ermöglichen, werden die Inhalte klar erklärt. Dabei wird besonders eingegangen auf ihre Struktur und ihren inneren Zusammenhang

### 6. Sinnhafte Unterrichtsgespräche

Fragen sind so angelegt, dass sie bei Schülern eine längere, strukturierte themenbezogene Beschäftigung/Auseinandersetzung auslösen



## Guter Unterricht durch gelingendes Lernen bei Brophy (2002)

7. Schaffung von Übungs- und Anwendungsmöglichkeiten

Schüler brauchen genügend Möglichkeiten, um das, was sie gelernt haben, zu üben und anzuwenden, und um ihre Leistung nach einer Rückmeldung zu verbessern

8. Das Interesse der Schüler an Aufgaben unterstützen

Lehrer geben Schülern alle notwendige Hilfe und Unterstützung für eine produktive Beteiligung am Lernen in der Schule

9. Die Vermittlung von Lernstrategien

Lehrer zeigen und vermitteln den Schülern Lern- und Arbeitsstrategien





## Guter Unterricht durch gelingendes Lernen bei Brophy (2002)

### 10. Kooperatives Lernen

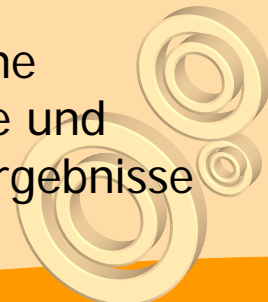
Schüler profitieren oft vom arbeiten zu zweit oder in kleinen Gruppen, um Verständigung aufzubauen oder sich gegenseitig zu Fähigkeiten zu verhelfen

### 11. Lernzielorientierte Leistungsbewertung

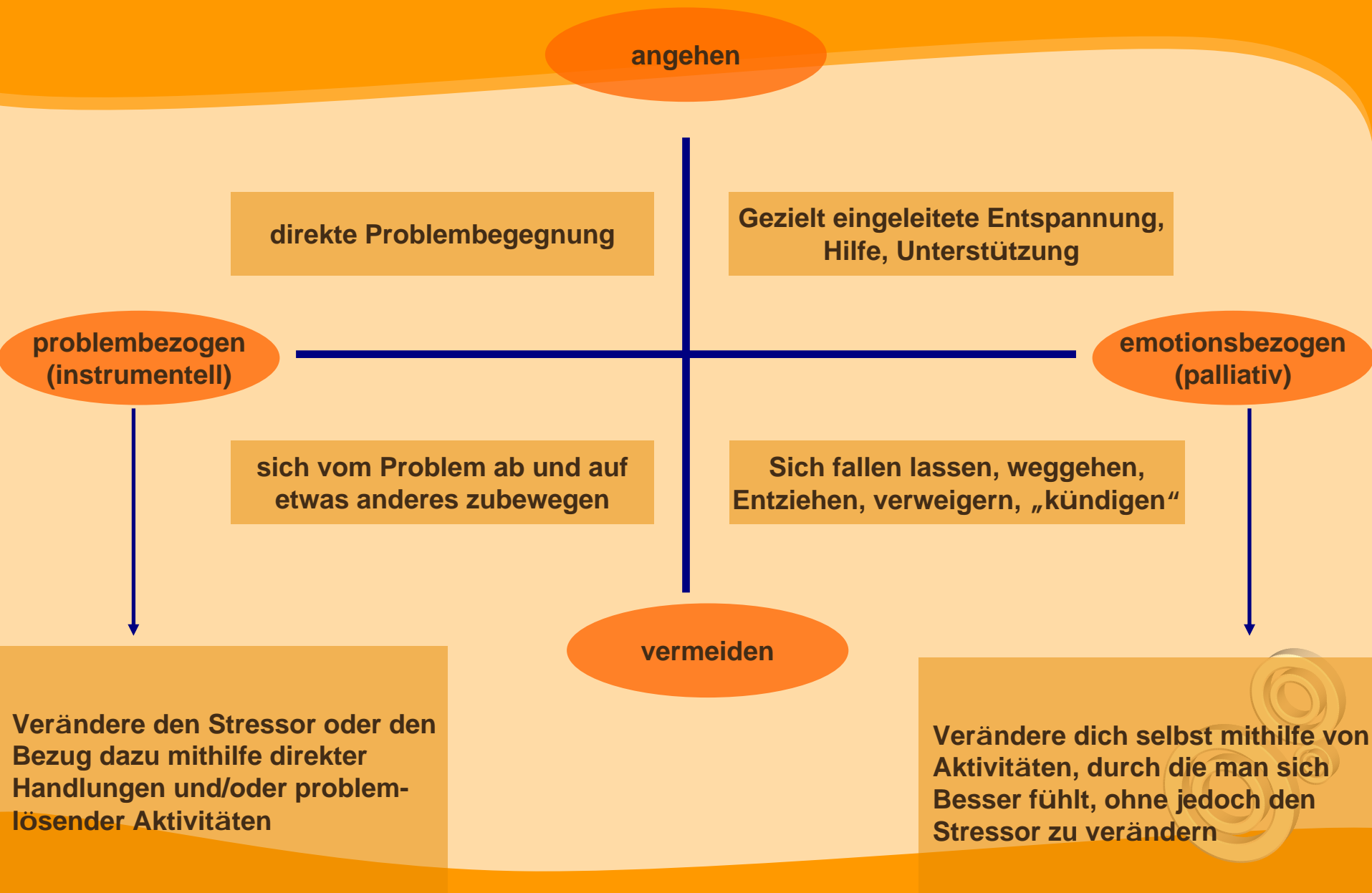
Die Lehrer nutzen eine Vielfalt formeller und informeller Beurteilungsverfahren, um zu überprüfen, ob die Schüler die Lernziele erreichen

### 12. Formulierung von Lernerwartungen

Lehrer formulieren angemessene Erwartungen an Lernergebnisse und verfolgen auch, ob diese Lernergebnisse erreicht werden

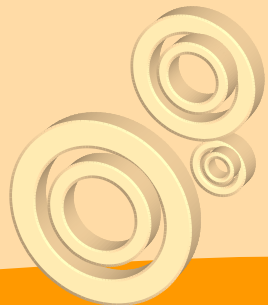


# Grundformen der Bewältigung nach Lazarus (1975)

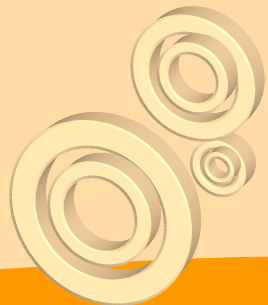


## Gestalttherapeutische Typisierung

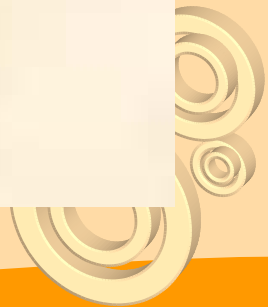
- Deflexion
- Introjektion
- Konfluenz
- Projektion
- Retrofektion



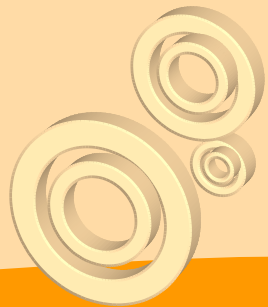
### DEFLEKTION



### INTROJEKTION



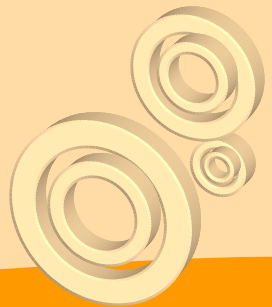
### KONFLUENZ



### PROJEKTION



### RETROFLEKTION



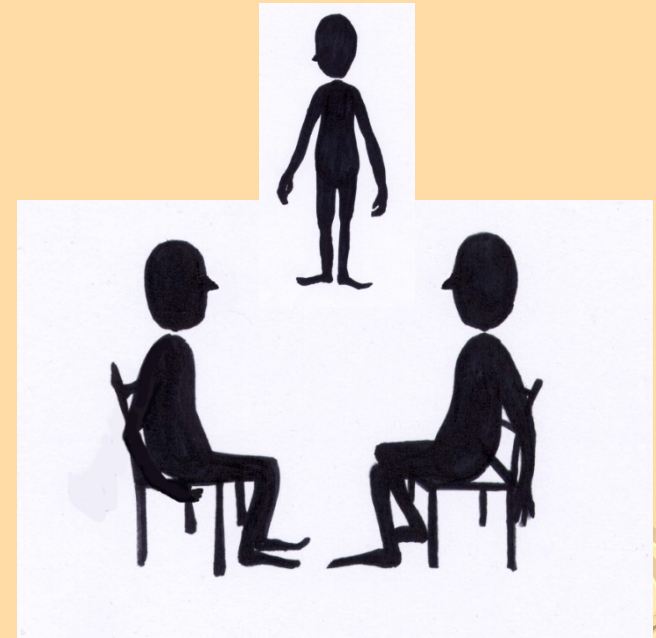


# Wahrnehmung von Bedürfnissen „Awareness“)

## Dreier – Gruppen - Übung

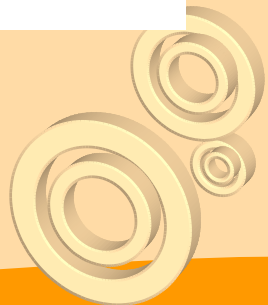
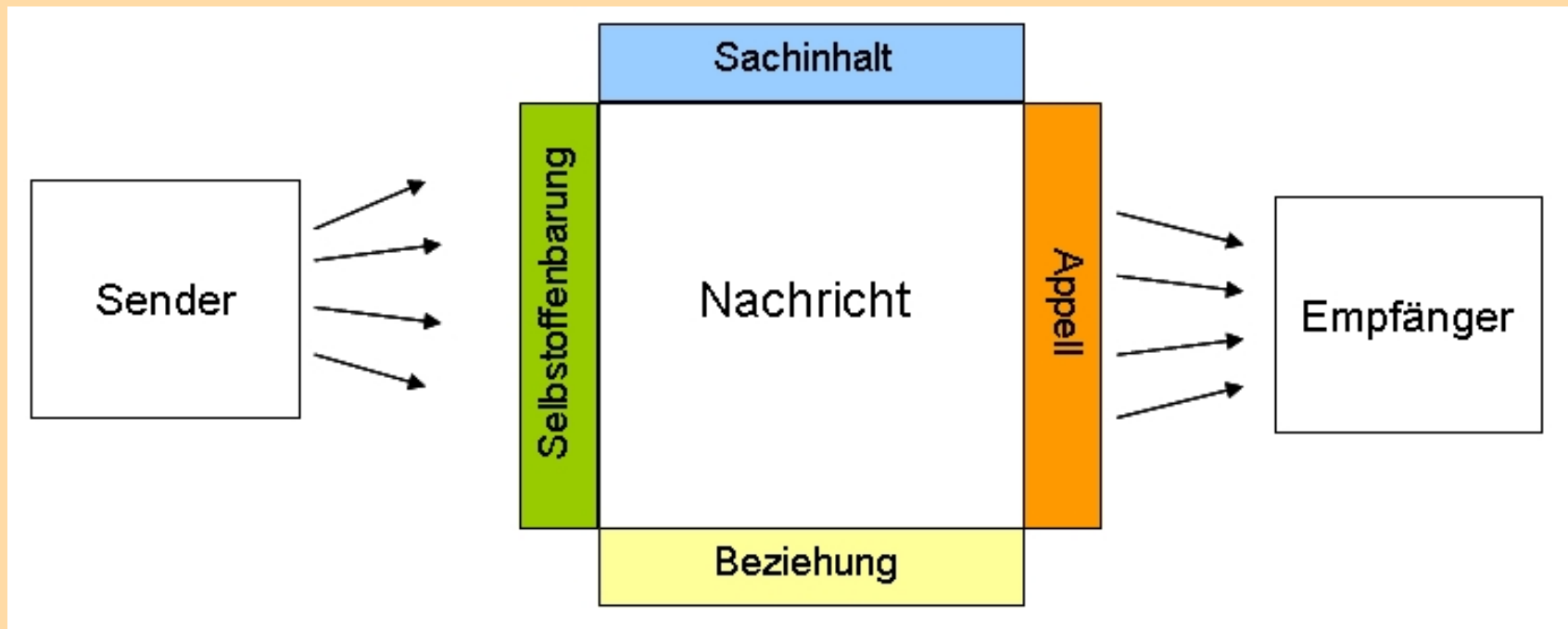
Sieben Minuten lang stellt eine Person einer anderen immer wieder die gleichen Fragen:

- Was willst Du?
- Wie kannst Du das erreichen?
- Was hindert Dich daran?
- Welchen Preis zahlst Du dafür?



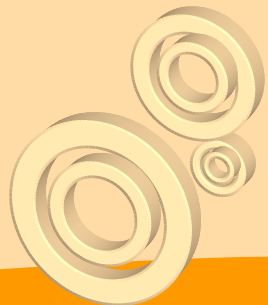
Eine dritte Person protokolliert die Antworten

# Kommunikationsmodell (Schulz von Thun)



# Arbeitsaufgabe - Konflikt:

- Formulieren Sie in ihrer Gruppe eine Konfliktsituation in Anlehnung des Ihnen vorliegenden Beispiels der „Dramaturgie einer Konfliktbildung“!
- Finden Sie Lösungsmöglichkeiten!



# Arbeitsaufgabe – Widerstand

Von Widerstand kann immer dann gesprochen werden, wenn vorgesehene Entscheidungen oder getroffene Maßnahmen, die auch bei sorgfältiger Prüfung als sinnvoll, „logisch“ oder sogar dringend notwendig erscheinen, aus zunächst nicht ersichtlichen Gründen bei einzelnen Individuen, bei einzelnen Gruppen oder bei der ganzen Belegschaft auf diffuse Ablehnung stoßen, nicht unmittelbar nachvollziehbare Bedenken erzeugen oder durch passives Verhalten unterlaufen werden (Doppler & Lauterburg, 2008)

- Überlegen Sie sich eine Situation bei der von Widerstand gesprochen werden kann!
- Überlegen Sie sich, wie Sie mit Widerstand umgehen!



# Entwicklungsaufgaben

## Belastung

1. Welche Ressourcen habe ich mit Belastungen umzugehen
2. Wo fühle ich mich besonders belastet
3. Was will ich verändern um besser mit Belastungen umzugehen

## Copingstrategien

1. Welche Copingstrategie wende ich besonders häufig an um mit Stressoren umzugehen
2. Wo fühle ich mich besonders gestresst
3. Was will ich verändern um besser mit Stressoren umzugehen

## Kontaktmuster

1. Welches ist mein bevorzugtes Kontaktmuster
2. In welchen Situationen wende ich es bevorzugt an
3. Was will und was kann ich daran ändern



**Wenn Du ein Leben lang glücklich sein willst:**

**Wenn Du eine Stunde lang glücklich sein willst:**

**schlafe**

**Wenn**

**geh fischen**

**Liebe Deine  
Arbeit**

**Wenn Du eine Woche**

**schlachte ein  
Schwein**

**Wenn Du einen Monat**

**heirate**

**Wenn Du ein Jahr glücklich sein willst:**

**erbe ein  
Vermögen**