

Psychobiologische Auswirkungen von Unterrichtsstörungen auf Lehrpersonen

SNF Projekt Nr. 100019_185484

Liebe Lehrpersonen

Wir möchten Sie dazu einladen, an einer Studie zu Stress im Berufsalltag von Lehrpersonen teilzunehmen. Hierzu suchen wir Lehrerinnen und Lehrer aller Stufen mit einem Wochenpensum von mindestens 16 Lektionen. Ziel dieser Studie ist es, herauszufinden, wie sich die Stressbelastung von Lehrpersonen zwischen einem Arbeitstag und einem unterrichtsfreien Tag unterscheidet und welche Formen von Unterrichtsstörungen bei Lehrpersonen kurzfristig nachweisbare physiologische Stressreaktionen auslösen.

Was bedeutet die Teilnahme für die Lehrpersonen?

Die Erhebung erfolgt im Zeitraum von Januar bis Juni 2020 über insgesamt drei Tage und Ihr zusätzlicher Zeitbedarf für Fragebögen, Materialübergabe, etc. beträgt ca. 6 Stunden. Bei einem ersten Termin gehen wir mit Ihnen die Studieninformation und die Einverständniserklärung durch. Anschliessend beantworten Sie einige Fragebogen zur Lehrergesundheit und zu beruflichen Ressourcen und werden mit der einfachen Bedienung der technischen Geräte (Sensor, Salivetten) vertraut gemacht. Wir messen Ihre Körpergrösse und Ihr Gewicht (Bodymassindex), Ihren Ruheblutdruck und entnehmen Ihnen eine kleine, unmerkliche Haarprobe am Hinterkopf, um Ihre Haarcortisolkonzentration zu bestimmen. Sie geben eine Speichelprobe ab, damit wir ihre Testosteronwerte untersuchen können. Für die Hauptuntersuchung ein bis sechs Wochen später erfassen Sie vom Aufstehen bis 20:00 Uhr mit mobilen Messgeräten sowie über mehrere Speichelproben Ihre Stressbelastung an einem freien Tag und an einem Arbeitstag in der Schule. Dabei registriert das Messgerät kontinuierlich Ihre Herzrate und die Herzratenvariabilität. Dieses Vorgehen erlaubt es uns, Ihre physiologischen Stressoren über ganze Tagesverläufe zu erfassen und in Beziehung zu Ihrem ca. vierstündig videografierten Schulunterricht zu setzen. 6 und 12 Monate nach der ersten Erhebung beantworten Sie und Ihre Schülerinnen und Schüler einen Kurzfragebogen. Bei der Lehrperson erfolgt eine weitere Erhebung nach 24 Monaten. Bei Hausbesuchen an den Erhebungstagen werden zusätzlich der Ruheblutdruck und der BMI bestimmt sowie nach 12 Monaten eine weitere kleine Haarprobe genommen.

Bedeutsamkeit Ihrer Teilnahme

Dank Ihrer Teilnahme sind wir in der Lage, besser zu verstehen, welche Faktoren des Schulalltags Stress auslösen, bzw. welche Faktoren Lehrpersonen vor Stress schützen. Damit würden Sie einen grossen Beitrag zur Entwicklung von Stresspräventions- und Interventionsansätzen in Ihrem Berufsfeld leisten. Auf Wunsch erhalten Sie nach Abschluss der Studie eine Zusammenfassung Ihrer persönlichen Ergebnisse und erhalten so einen detaillierten (und absolut vertraulichen) Einblick in Ihr Stressprofil und Ihre Ressourcen. Des Weiteren stellen wir Ihnen nach Abschluss der Erhebung einen Wellness-Gutschein von 50 CHF zur Verfügung.

Kontakt

Interessierte Lehrpersonen können sich direkt bei mir melden. Für Rückfragen stehe ich sehr gerne zur Verfügung.

Mit freundlichen Grüssen



Prof. Dr. Alexander Wettstein
PHBern, Institut für Forschung, Entwicklung und Evaluation
Fabrikstrasse 8, CH-3012 Bern, Telefon Büro: 031 309 22 72
Mail: alexander.wettstein@phbern.ch