

## ***Gesundheitszustand und -verhalten österreichischer Lehrkräfte: Ergebnisse der Lehrer/innen-Gesundheitsbefragung 2010***

### **Hintergrundinformationen zur Studie**

Die durchgeführte Befragung gab österreichischen Lehrer/innen ab der Sekundarstufe (mit Ausnahme jener an sonder- und heilpädagogischen Schulen) die Möglichkeit, selbst Angaben zu verschiedenen Aspekten ihrer Gesundheit, ihres gesundheitsrelevanten Verhaltens und zu wichtigen Gesundheitsdeterminanten zu machen.

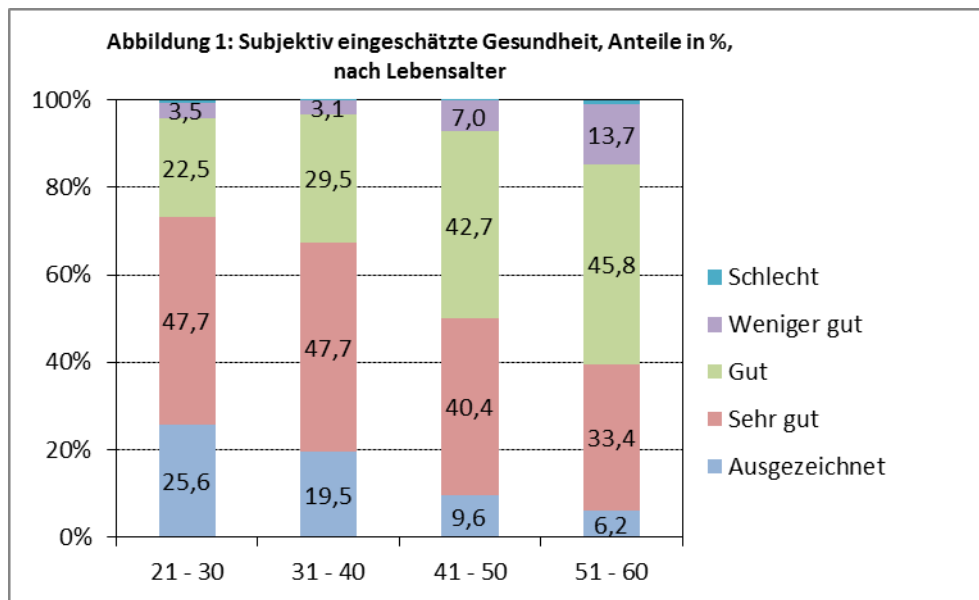
Die Stichprobenziehung erfolgte über eine geschichtete Zufallsauswahl. Einigen Abweichungen der demografischen Struktur der Stichprobe von jener der entsprechenden Grundgesamtheit wurde durch Anwendung von Gewichtungsfaktoren Rechnung getragen [1]. Die Rücklaufquote betrug 40,2%. Durch die relativ hohe Varianz der erhobenen Daten ist eine systematische Verzerrung wenig wahrscheinlich. Wegen der großen Anzahl der Teilnehmenden (n=3753) lassen sich durchaus zuverlässige Rückschlüsse auf die Gesamtpopulation ziehen.

Das vorliegende Factsheet bietet eine kompakte Zusammenfassung und Darstellung deskriptiver Auswertungen zu den wichtigsten erhobenen Variablen. Etwaige Interpretationen erfolgten im Lichte anderer Studien und österreichweiter Vergleichsdaten. Für weiterführende Informationen zur Studie sei auf den Forschungsbericht des LBIHPR verwiesen [2].

### **Allgemeine Gesundheitsaspekte und Gesundheitsverhalten**

#### **Subjektiver Gesundheitszustand**

Die Lehrer/innen wurden unter anderem gefragt, wie sie ihren Gesundheitszustand im Allgemeinen beschreiben. Aus den Antworten (Abb.1) wird die Abhängigkeit des selbst eingeschätzten Gesundheitszustandes vom Lebensalter ersichtlich.



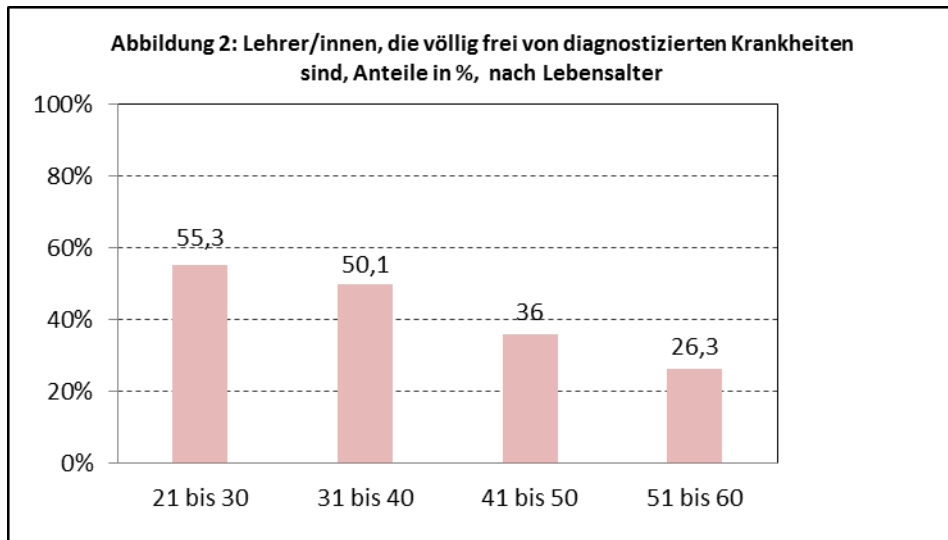
Diese war zu erwarten, da mit höherem Lebensalter immer auch die Wahrscheinlichkeit für gesundheitliche Probleme bzw. das Auftreten von Erkrankungen ansteigt. Dieser Zusammenhang ist in vielen Berufen zu beobachten und ist nicht direkt auf Belastungen durch jahrelange Lehrtätigkeit zurückzuführen.

Über die Altersgruppen hinweg geben 91% der Lehrkräfte eine gute, sehr gute oder ausgezeichnete

Gesundheit an. Der vergleichbare Wert in der etwa gleichaltrigen österreichischen Gesamtbevölkerung beträgt laut Daten aus der Gesundheitsbefragung der Statistik Austria [3] 84%. Diese Abweichung ist durch das überdurchschnittliche Bildungsniveau der Lehrer/innen zu erklären, welches dazu beiträgt, dass sie über mehr individuelle (Wissen, Werthaltungen..) und soziale (Netzwerke, allgemeine Lebensbedingungen..) Ressourcen verfügen bzw. diese besser nutzen können.

## Erkrankungen und Beschwerden

Abbildung 2 stellt dar, wie viele Lehrer/innen (in %) nach eigenen Angaben an keiner *diagnostizierten Erkrankung* leiden. Der Anteil sinkt wie zu erwarten mit zunehmendem Alter. Über alle Altersgruppen hinweg



beläuft er sich auf 36%. Die Freiheit von Krankheit ist damit bei den Lehrer/innen in etwa ähnlich weit verbreitet wie in der Gesamtbevölkerung. Dieses Bild ergibt sich bei einem Vergleich mit umfassenderen Erhebungen zum Thema [4;3]<sup>1</sup>. Auch die gängigsten Erkrankungsarten ähneln jenen in der Gesamtbevölkerung. Am häufigsten angegeben wird mit 37% die Kategorie der Muskel- und Skelett-Erkrankungen.

Daneben wurden die Lehrkräfte auch befragt, ob und wie oft sie unter bestimmten *Beschwerden* leiden. Am häufigsten klagen sie mit 33,1% über regelmäßige<sup>2</sup> Erschöpfungszustände. Gleich dahinter folgen (in Übereinstimmung mit den erhobenen Krankheiten) Schmerzen im Skelettsystem wie Nacken- und Schulterschmerzen (22,5%), sowie Rücken- und Kreuzschmerzen (20,5%)<sup>3</sup>. Mit jeweils knapp über 10% treten außerdem regelmäßige Schlafprobleme, Nervosität, Antriebslosigkeit und Gereiztheit auf.

## Körpergewicht und Bewegung

Der Anteil der (laut WHO-Definition) Normalgewichtigen unter den Lehrkräften ist in den oberen Altersgruppen höher als in den unteren (siehe Abb.3). Lehrerinnen sind im Vergleich zu ihren männlichen Kollegen öfter normal- oder untergewichtig, unabhängig vom Lebensalter.

Ungeachtet von Geschlecht und Alter haben 60,6% der Lehrkräfte Normalgewicht. Das ist deutlich mehr als in der Gesamtbevölkerung. Der Anteil an Übergewichtigen (gelb) liegt in der Lehrerschaft damit um 6,2%, jener der Adipösen um 4,2% unter dem entsprechenden Anteil in der Gesamtbevölkerung<sup>4</sup>.

Auch im Ausmaß ihrer körperlichen Bewegung schneiden die Lehrer/innen überdurchschnittlich gut ab. Um regelmäßig aktive von inaktiven Personen zu unterscheiden, verwendet die Statistik Austria als Kriterium, ob sich eine Person an zumindest drei Tagen pro Woche so intensiv bewegt, dass sie ins Schwitzen gerät. Der Anteil der aktiven Lehrer liegt demnach mit 34% leicht, jener der aktiven Lehrerinnen mit 31% klar über dem entsprechenden Wert in der Gesamtbevölkerung, der bei den Männern 32% und bei den Frauen 23%<sup>5</sup> beträgt.

<sup>1</sup> Die zwischen den Erhebungen teils stark voneinander abweichenden Kategorisierungen machen einen Vergleich der Zahlen hier sehr kompliziert, weswegen an dieser Stelle darauf verzichtet wird.

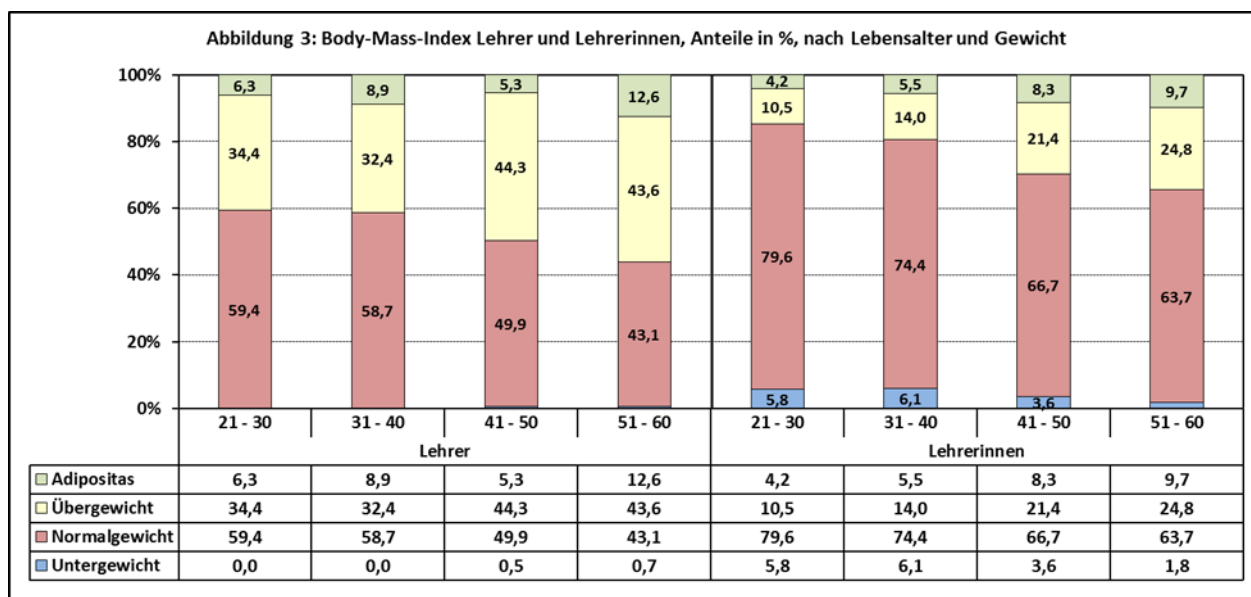
<sup>2</sup> Das sind solche, die zumindest „mehrmals pro Woche“ auftreten.

<sup>3</sup> Abweichend von den Krankheiten wurden die Schmerzen nicht zusammengefasst in einer Kategorie, sondern differenziert erhoben, was die jeweils geringeren %-Anteile erklärt.

<sup>4</sup> Die aktuellen Daten zu den BMI-Werten der Österreicher/innen finden sich auf der [Homepage der Statistik Austria](#)

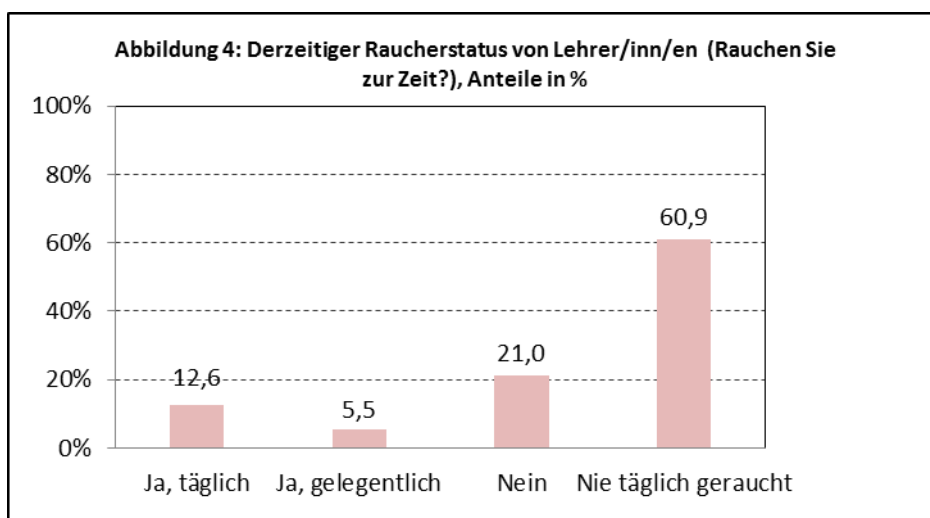
<sup>5</sup> Die aktuellsten Daten zur körperlichen Aktivität der Österreicher/innen finden sich auf der [Homepage der Statistik Austria](#)

**Gesundheitszustand und -verhalten österreichischer Lehrkräfte:  
Ergebnisse der Lehrer/innen-Gesundheitsbefragung 2010**



**Rauchverhalten**

Überdies ist positiv anzumerken, dass unter den österreichischen Lehrkräften mit einem Anteil von 12,6% vergleichsweise wenige *täglich* rauchen. Der Österreich-Schnitt liegt laut Statistik Austria bei 23,3%<sup>6</sup>. Zählt man jene Lehrer/innen hinzu, die in ihrem Leben schon einmal



in ihrem Leben schon einmal tägliche Raucher/innen waren, aber jetzt nicht mehr oder nur mehr gelegentlich rauchen (vgl. Abb. 4), kommt man auf 39,1%. In der Gesamtbevölkerung beläuft sich dieser Anteil auf 43,7%. Lehrer/innen rauchen also generell weniger häufig und es gelingt ihnen offenbar auch öfter, mit dem täglichen Rauchen wieder aufzuhören.

<sup>6</sup> Die neuesten Zahlen zum Rauchverhalten der Österreicher/innen finden sich auf der [Homepage der Statistik Austria](#), unter „Raucherstatus 2006/2007“

## Psychische und soziale Gesundheitsaspekte

### Lebenszufriedenheit

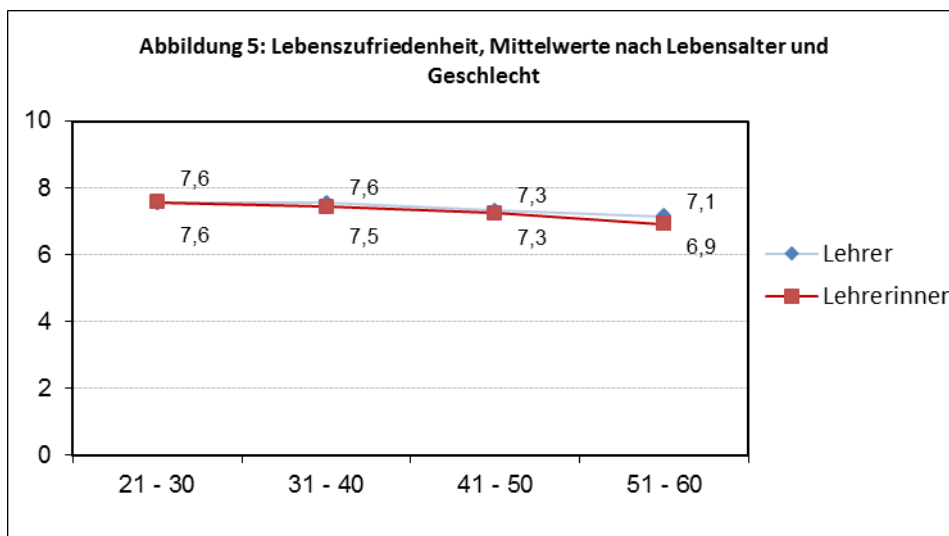
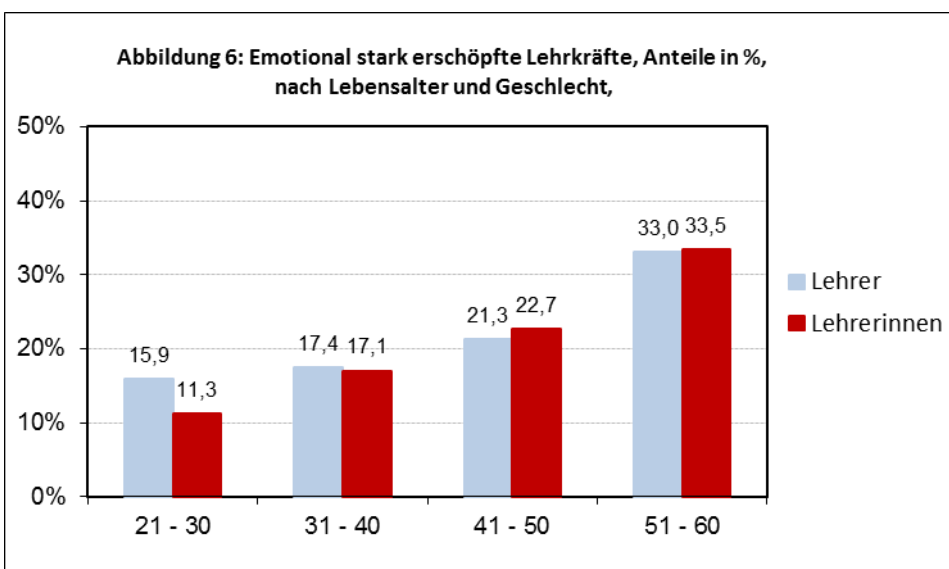


Abbildung 5 fasst die Angaben der Lehrer/innen zur eigenen Lebenszufriedenheit zusammen, die auf einer Skala zwischen 0 (niedrig) und 10 (hoch) erhoben wurden. Wie ersichtlich befinden sich die Durchschnittswerte in den höheren Altersgruppen auf einem leicht niedrigeren Niveau. Der Gesamtdurchschnitt liegt bei 7,3 Punkten und deckt sich damit genau mit jenem der österreichischen Bevölkerung.

Aufgrund der Ergebnisse zum subjektiven Gesundheitszustand (s.o.) wäre vielleicht zu erwarten gewesen, dass die Lehrkräfte auch hier überdurchschnittlich gute Werte erzielen. Allerdings handelt es sich bei der Lebenszufriedenheit um ein umfassenderes Konzept, das sich auf das Leben als Ganzes bezieht und somit



noch stärker soziale und emotionale Aspekte des eigenen Wohlbefindens mit erfasst. Daraus ließe sich die vorsichtige Vermutung ableiten, dass das durchschnittliche Abschneiden hier vielleicht mit besonderen psychischen und kommunikativen Belastungen zu tun hat, die der Lehrberuf mit sich bringt.

Etwas erhärtet wird diese Vermutung durch den Blick auf einen Indikator, der sich auf den psychischen Aspekt der Gesundheit beschränkt.

Es handelt sich dabei um den Grad der emotionalen Erschöpfung, der als Schlüsselindikator für das Burnout-Syndrom gilt. Nach international üblicher Kategorisierung kann er die Ausprägungen „niedrig“, „mittel“ und „hoch“ annehmen.

Hohe emotionale Erschöpfung stellt noch keine klinische Diagnose dar, weist aber auf eine Burnout-Gefährdung hin. Für betroffene Personen wäre also eine Reduktion der beruflich erlebten Belastung wichtig, um nicht ins Burnout zu geraten. Laut den erhobenen Daten sind etwa ein Drittel der älteren Lehrkräfte von Burnout gefährdet. Auch ungeachtet des Alters ist dieser Anteil mit knapp 25% relativ hoch. Derartige Werte sind in Österreich aber anscheinend charakteristisch für Berufe im Sozial- und Gesundheitsbereich, die ständigen Kontakt mit Menschen und hohe kommunikative Fähigkeiten erfordern. Dies zeigt eine österreichische Erhebung aus dem Jahr 2008, die sich mit Menschen in solchen Berufen beschäftigt [5]. Sie weist einen Anteil an emotional stark Erschöpften von ca. 29% aus.

## **Fazit**

Bei Betrachtung der Daten zu allgemeinen Gesundheits- und Verhaltensaspekten kommt man zu dem Schluss, dass die österreichischen Lehrkräfte in diesen Bereichen entweder überdurchschnittlich gut abschneiden oder im Vergleich zur Gesamtbevölkerung keine nennenswerten Besonderheiten aufweisen. Besondere berufsspezifische Benachteiligungen lassen sich daraus jedenfalls nicht ableiten. Jedoch scheinen die Lehrer/innen gerade im Bereich der psychischen und sozialen Gesundheit hohen Belastungen ausgesetzt zu sein.

Um diesen Problemen entgegenzuwirken, können bestimmte berufsspezifische Stressmanagementtrainings eingesetzt werden, die Lehrer/innen dabei helfen, mit den psychosozialen Beanspruchungen ihres Berufes besser umzugehen, und für deren Wirksamkeit laut Felder-Puig et al. 2011 [6] recht hohe Evidenz vorliegt. Arbeitsumfeldbezogene Maßnahmen und multimodale Ansätze, die organisatorische und individualisierte Maßnahmen kombinieren, sind vielversprechend, es gibt aber noch zu wenige bzw. zu unklare Befunde für ihre Effektivität. Für alle Berufe, so auch den Lehrberuf, gilt jedoch, dass ein günstiges Arbeitsklima, unterstützende und anerkennende Vorgesetzte, gute persönliche Beziehungen zwischen den Kolleg/inn/en, Respekt im beruflichen Umgang miteinander und gemeinsame Zielvorstellungen einem Burnout vorbeugen.

## **Literatur:**

- [1] Griebler, R., Hohn, M., Dür, W. (2011). Dokumentation zum 8. österreichischen HBSC-Survey 2009/10. LBIHPR Forschungsbericht. Wien: Ludwig Boltzmann Institut Health Promotion Research (LBIHPR)
- [2] Hofmann, F., Griebler, R., Ramelow, D., Unterweger, K., Griebler, U., Felder-Puig, R. & Dür, W. (2012). Gesundheit und Gesundheitsverhalten von Österreichs Lehrer/innen: Ergebnisse der Lehrer/innen-befragung 2010. Wien: LBIHPR Forschungsbericht
- [3] Klimont, J., Kytir, J., Leitner, B. (2007): Österreichische Gesundheitsbefragung 2006/2007. Hauptergebnisse und methodische Dokumentation. Wien: Statistik Austria und Bundesministerium für Gesundheit, Familie und Jugend
- [4] Leoni, T. (2011): Fehlzeitenreport 2011. Krankheits- und unfallbedingte Fehlzeiten in Österreich. Wien: Österreichisches Institut für Wirtschaftsforschung
- [5] Scherz, E. und Laburda, A. S. (2008): Burnout im Gesundheits- und Sozialbereich. Analyse – Definition – Sofortmaßnahmen. Broschüre der Interessengemeinschaft work@social. Wien: Gewerkschaft der Privatangestellten, Druck – Journalismus – Papier
- [6] Felder-Puig R., Vogt C., Flaschberger E. (2011): Maßnahmen zur Förderung der LehrerInnengesundheit. Gibt es überzeugende Wirksamkeitsnachweise? LBIHPR Forschungsbericht

## **Die österreichische Lehrer/innen-Gesundheitsbefragung:**

Die Lehrer/innen-Gesundheitsbefragung 2010 fand parallel zur Schüler/innenbefragung der WHO „Health Behaviour in School-aged Children (HBSC)“ statt, beschränkte sich im Gegensatz dazu jedoch nur auf Österreich. Die Erhebung erfolgte zum zweiten Mal nach 2006 durch das Ludwig Boltzmann Institut Health Promotion Research (LBIHPR) unter Projektleitung von Priv.Do. Mag. Dr. Wolfgang Dür. Nähere Informationen zur Studie finden sie auf: <http://lbihpr.lbg.ac.at/>

**Autor/inn/en dieses Factsheets:** Felix Hofmann, Rosemarie Felder-Puig - Ludwig Boltzmann Institut Health Promotion Research (LBIHPR) Wien

## **IMPRESSUM:**

**Herausgeber und Verleger:** Bundesministerium für Gesundheit (BMG), Ludwig Boltzmann Institut Health Promotion Research

**Erscheinungsjahr:** 2013

**Für den Inhalt verantwortlich:** Priv. Doz. Dr. Pamela Rendi-Wagner, Leiterin der Sektion III, BMG

**Druck:** Kopierstelle BMG, 1030 Wien, Radetzkystraße 2;

**Bestellmöglichkeiten:** Tel.:+43-0810-818164 ; E-Mail: [broschuerenservice@bmg.gv.at](mailto:broschuerenservice@bmg.gv.at); Im Internet auf:

<http://www.bmg.gv.at>