



Katja Görich

## Fit fürs Klassenzimmer

Konzeption und Evaluation eines Resilienzförderungsprogramms  
für Lehramtsstudierende

# Studien zur Professionsforschung und Lehrerbildung

Herausgegeben von  
Till-Sebastian Idel, Manuela Keller-Schneider,  
Katharina Kunze und Christian Reintjes

Katja Görich

# Fit fürs Klassenzimmer

Konzeption und Evaluation eines  
Resilienzförderungsprogramms  
für Lehramtsstudierende

Verlag Julius Klinkhardt  
Bad Heilbrunn • 2019

k

Die vorliegende Arbeit wurde vom Fachbereich Erziehungs- und Kulturwissenschaften der Universität Osnabrück unter dem Titel „Fit fürs Klassenzimmer – Konzeption und Evaluation eines Resilienzförderungsprogramms für Lehramtsstudierende“ als Dissertation angenommen.

Gutachter: Prof. Dr. Wassilis Kassis, Prof. Dr. Claudia Solzbacher.

Tag der Disputation: 16.04.2019.

Dieser Titel wurde in das Programm des Verlages mittels eines Peer-Review-Verfahrens aufgenommen.  
Für weitere Informationen siehe [www.klinkhardt.de](http://www.klinkhardt.de).

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek  
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation  
in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten  
sind im Internet abrufbar über <http://dnb.d-nb.de>.

2019.kg. © by Julius Klinkhardt.

Das Werk ist einschließlich aller seiner Teile urheberrechtlich geschützt.  
Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung  
des Verlages unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen,  
Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Grafik Umschlagseite 1: © Katja Görich.

Druck und Bindung: AZ Druck und Datentechnik, Kempten.

Printed in Germany 2019.

Gedruckt auf chlorfrei gebleichtem alterungsbeständigem Papier.

ISBN 978-3-7815-2351-7

# Kurzzusammenfassung

Lehrerinnen und Lehrer leiden aufgrund komplexer Tätigkeitsanforderungen überdurchschnittlich häufig unter psychischen Belastungen (z.B. Käser & Wasch, 2011) und zeigen ein verringertes Wohlbefinden (Dağlı & Baysal, 2017; Kidger et al., 2016). Zudem wechselt ein erheblicher Anteil der Lehrkräfte bereits kurz nach dem Berufseinstieg die Profession (Gallant & Riley, 2017; Smith & Ingersoll, 2004). Diese Zustände implizieren einen hohen systemischen Handlungsbedarf, der schon zu Beginn der Karriere vorhanden ist und dem die Forschung und Ausbildung bisher nicht ausreichend gerecht werden konnten. Gegenstand der Studie war es daher, ein Programm für Lehramtsstudierende zu entwickeln und zu evaluieren, das ihre Resilienz, also ihre psychische und soziale Widerstandskraft, fördert. Es orientiert sich an der Struktur des online-basierten BRiTE-Frameworks (Building Resilience in Teacher Education; Mansfield, Beltman, Broadley, & Weatherby-Fell, 2016) und enthält fünf Module. Diese wurden im Rahmen von drei Blockseminaren im face-to-face-Setting und in neu ausgestalteter Form umgesetzt. Die Teilnehmenden bildeten die Experimentalgruppe ( $n = 59$ ) und Seminare ohne Resilienzbezug die Kontrollgruppe ( $n = 35$ ). In einem längsschnittlichen Design wurden Masterstudierende des Grundschullehramts in der Zeit vor und direkt nach einem fünfmonatigen Praxisblock untersucht. Nach dem Praxisblock – etwa ein halbes Jahr nach Abschluss des Resilienzförderungsprogramms – waren in der Experimentalgruppe die Burnout-Werte stärker als in der Kontrollgruppe gesunken. Dieser Unterschied zwischen den zwei Gruppen wurde nicht durch Affekt und Resilienz vor dem Praxisblock mediiert. Es ergaben sich in der Experimentalgruppe des Weiteren sowohl ein höherer positiver Affekt im Sinne eines höheren Wohlbefindens als auch eine stärkere Lehrer\*innen-Selbstwirksamkeitserwartung. Die Wirksamkeit der Maßnahme konnte folglich bestätigt werden. Die Durchführung solcher Seminare stellt demnach eine Möglichkeit zur Anpassung des Lehramtsstudiums an Universitäten mit Praxissemester dar, um adaptive Entwicklungsprozesse zu begünstigen. Limitierend sind ein möglicher Versuchsleiter\*innen-Effekt und die für spezifische Analysen geringe statistische Power zu nennen. Zukünftige Forschung könnte Wirkungswege und die Nachhaltigkeit der Effekte untersuchen sowie ob das Programm bei bereits praktizierenden Lehrkräften wirksam ist und welche Folgen dies für deren Schüler\*innen hat.

## Abstract

Teachers are more likely to suffer from psychological strain due to complex job requirements (e.g. Käser & Wasch, 2011), display smaller values of wellbeing (Dağlı & Baysal, 2017; Kidger et al., 2016) and often change their profession early after entering working life (Gallant & Riley, 2017; Smith & Ingersoll, 2004). The implications of these findings have not been met sufficiently by research or teacher education until now. Therefore, the goal of this study was to develop and evaluate a program for pre-service teachers to foster their resilience by increasing their psychological and social resistance to disturbances. It is based on the structure of the online-based BRiTE-Framework (Building Resilience in Teacher Education; Mansfield, Beltman, Broadley, et al., 2016) and contains five modules. They were translated into practice by three block seminars with face-to-face-setting and in a completely new manner. Participants constituted the experimental group ( $n = 59$ ) and additional seminars without any link to resilience constituted the control group ( $n = 35$ ). A longitudinal design was chosen. Participants of all seminars were pursuing a master's degree of teaching in elementary schools and were about to complete a five month internship. They filled out surveys during the period before and directly after this internship. After the internship, that is nearly half a year after the end of the resilience program, burnout scores went more down in the experimental group than in the control group. This effect was not mediated by affect or resilience before the internship. Additionally, scores of positive affect, that is an indicator for wellbeing, and scores of teaching-related self-efficacy increased more in the experimental group. Consequently, the prevention program has been evaluated positively. Thus, in universities with extended practical phases adaptive processes of development could be enhanced by such seminars. Results are potentially limited by an experimenter effect and low statistical power. Future research could focus on the cause of these effects and whether the program has effects on later professional phases. Moreover, it can also be tested if it is effective for teachers who are already on the job and how students are influenced by their teacher's degree of resilience.

# Inhaltsverzeichnis

<b>Danksagung</b> .....	<b>11</b>
<b>1 Einleitung</b> .....	<b>13</b>
<b>2 Theorie</b> .....	<b>17</b>
2.1 Stand der Forschung: Risikostatus im Lehrberuf .....	17
2.1.1 Begriffsklärung .....	17
2.1.2 Prävalenz von Burnout bei Lehrenden .....	27
2.1.3 Auswirkungen von Burnout im Schulkontext .....	27
2.1.4 Verringeretes Wohlbefinden .....	29
2.1.5 Risiko des Berufsausstiegs .....	30
2.2 Begriffsklärung Resilienz .....	32
2.3 Resilienz bei Lehrpersonen .....	37
2.4 Die Wellen der Resilienzforschung mit Bezugnahme zum Lehrkontext .....	41
2.4.1 Erste Welle der Resilienzforschung: Individuumsfokus .....	42
2.4.2 Zweite Welle der Resilienzforschung: Umweltfokus .....	43
2.4.3 Dritte Welle der Resilienzforschung: Förderprogramme .....	44
2.4.4 Vierte Welle der Resilienzforschung: Multilevel-Perspektive .....	46
2.5 Stand der Forschung: Resilienzförderung bei (angehenden) Lehrpersonen .....	47
2.5.1 Das Potsdamer Trainingsmodell .....	48
2.5.2 Implikationen einer Interviewstudie mit Lehrenden .....	51
2.5.3 Das learning communities Modell .....	52
2.5.4 Das BRiTE-Framework .....	54
2.6 Konzeption des Programms RefueL – theoretische und empirische Fundierung .....	63
2.6.1 Transfer wissenschaftlicher Erkenntnisse in die praktische Maßnahme RefueL .....	64
2.6.2 Konzeption und wissenschaftliche Einordnung des Moduls Building Resilience .....	68
2.6.3 Konzeption und wissenschaftliche Einordnung des Moduls Relationships .....	68
2.6.4 Konzeption und wissenschaftliche Einordnung des Moduls Wellbeing .....	73
2.6.5 Konzeption und wissenschaftliche Einordnung des Moduls Taking Initiative .....	78
2.6.6 Konzeption und wissenschaftliche Einordnung des Moduls Emotions .....	81
2.7 Evaluationsstrategie und Hypothesenbildung .....	84

<b>3 Methoden .....</b>	<b>91</b>
3.1 Stichprobe und Akquise .....	91
3.2 Ablauf der Befragungen.....	93
3.3 Fragebogeninstrument.....	95
3.4 Präventionsmaßnahme RefueL .....	99
3.4.1 Modul 1: Building Resilience .....	101
3.4.2 Modul 2: Relationships.....	103
3.4.3 Modul 3: Wellbeing.....	108
3.4.4 Modul 4: Taking Initiative .....	111
3.4.5 Modul 5: Emotions .....	113
3.5 Vorgehen während des Praxissemesters .....	116
3.6 Datenanalyse.....	117
3.6.1 Operationalisierung der Burnout-Symptomatik.....	117
3.6.2 Analysestrategie.....	121
<b>4 Ergebnisse .....</b>	<b>125</b>
4.1 Ergebnisse auf den drei Evaluationslevels reaction, learning und behavior (Hypothese 1).....	127
4.1.1 Ergebnisse der Lehrevaluation .....	127
4.1.2 Ergebnisse in Bezug auf den Lernerfolg.....	130
4.1.3 Ergebnisse in Bezug auf eine Verhaltensänderung.....	131
4.2 Deskriptive Daten .....	132
4.3 Inferenzstatistische Ergebnisse auf dem Evaluationslevel results (Hauptwirksamkeitsnachweis, Hypothese 2) .....	135
4.3.1 Testung der Wirksamkeit mittels MBI .....	136
4.3.2 Testung der Wirksamkeit mittels OLBI-S .....	140
4.4 Testung der Wirkungsweise des Programms RefueL (Hypothese 3).....	142
4.4.1 Testung mittels Regression innerhalb der Experimentalgruppe .....	143
4.4.2 Testung mittels Gruppenvergleichen .....	145
4.5 Testung der Funktion des Affekts und der Resilienz als Mediatorvariablen (Hypothesen 4 und 5).....	148
4.6 Explorative Analysen.....	152
4.6.1 Entwicklung der Lehrer*innen-Selbstwirksamkeitserwartung .....	153
4.6.2 Entwicklung des positiven Affekts .....	154
4.6.3 Entwicklung der Resilienz im engeren Sinne .....	155
4.7 Zusammenfassung der Analyseergebnisse.....	156
<b>5 Diskussion .....</b>	<b>161</b>
5.1 Interpretation der Ergebnisse .....	161
5.1.1 Effekte des Programms RefueL.....	161
5.1.2 Einfluss der Nutzungsfrequenz auf die Wirkung des Programms RefueL .....	165

5.1.3	Einfluss des Affekts und der Resilienz auf die Wirkung des Programms RefueL.....	168
5.2	Theoretische und praktische Implikationen .....	169
5.2.1	Beitrag zur Professionalisierungsdebatte .....	170
5.2.2	Auswirkungen auf die Burnout-Symptomatik .....	175
5.2.3	Auswirkungen auf die Lehrer*innen-Selbstwirksamkeitserwartung ..	176
5.2.4	Auswirkungen auf den positiven Affekt.....	177
5.2.5	Auswirkungen auf die Resilienz im Allgemeinen .....	178
5.3	Limitationen.....	181
5.4	Zukünftige Forschung.....	184
<b>Literaturverzeichnis .....</b>		<b>189</b>
<b>Abbildungsverzeichnis.....</b>		<b>199</b>
<b>Tabellenverzeichnis.....</b>		<b>203</b>
<b>Anhangsverzeichnis .....</b>		<b>205</b>
<b>Anhang.....</b>		<b>207</b>

# Danksagung

Diese Promotionsarbeit hätte in der nun vorliegenden Form nicht ohne die Unterstützung einiger wichtiger Personen entstehen können. Ich bedanke mich als erstes ganz herzlich bei meinem Erstgutachter und Betreuer – ich schreibe bewusst nicht Doktorvater – Prof. Dr. Wassilis Kassis. Trotz seines Weggangs von der Universität Osnabrück in die Schweiz hat er die Fernbetreuung via Skype ermöglicht und sich viele Stunden virtuell mit mir den Kopf zerbrochen sowie mit mir diskutiert und abgewogen. Seine fachlichen Einschätzungen und akribischen Rückmeldungen haben mir geholfen, die Arbeit auf diese Weise fertigzustellen. Mein Dank gilt ebenso meiner Zweitgutachterin Prof. Dr. Claudia Solzbacher. Dadurch, dass sie mich in ihr Doktorand\*innen-Kolloquium aufgenommen hat, wurde mir weiterhin der wissenschaftliche Austausch ermöglicht, habe ich wichtige Einblicke in theoretische Diskurse erhalten und vieles bezüglich Leser\*innenführung gelernt. Des Weiteren danke ich Prof. Dr. Roger Keller für die Unterstützung bei der Testung statistischer Voraussetzungen sowie den aufschlussreichen Austausch zur Darstellung der Ergebnisse. Prof. Dr. Christian Reintjes danke ich für die fruchtbaren Gespräche zur Professionsdebatte sowie hilfreiche Anregungen in Bezug auf die Diskussion meiner Ergebnisse.

Ich bedanke mich bei Magdalena Hollen und Nanni Kaiser, die Teil des sehr unterstützenden Doktorand\*innen-Kolloquiums waren sowie bei Carolin Kiso und Judith Lagies, die auch außerhalb des Kolloquiums viele hilfreiche Ideen zu meiner Arbeit eingebracht haben. Mein herzlicher Dank geht auch an meine Kolleginnen Dorothee Falkenreck, Sylvia Jäde, Tessa-Marie Menzel und Ursula Mesch für die vielfältige Unterstützung sowie speziell an Patricia Heller, die mir stets zuverlässig sowohl beratend als auch emotional zur Seite stand.

Für die organisatorische Ermöglichung der Resilienzförderungsseminare und Befragungen danke ich Dr. Ekkehard Ossowski, Alina Schmidt, Dr. Christoph Sturm, Sebastian Ellinghaus und Andrea Mochalski.

Ich danke von Herzen Christian Wolf, der mir geholfen hat, die Wahrnehmung für das Wichtige und Richtige zu bewahren, und rund um die Uhr ein offenes Herz und offene Arme für mich hatte. Zudem zählte er zu meinen klugen, fleißigen und detailgenauen Korrekturleser\*innen – ebenso wie Frederike Urke, wofür ich unglaublich dankbar bin. Ich bedanke mich herzlich bei meinen Eltern, meinem Bruder, meinen Großeltern und meinen Freund\*innen für den emotionalen Beistand sowie die Zuversicht und das Vertrauen, dass ich diese Arbeit erfolgreich abschließen werde. Sie alle waren mir eine Quelle der Resilienz, denn sie gaben mir die Kraft, auch bei widrigen Umständen eine adaptive Entwicklung zu zeigen.

# 1 Einleitung

Bereits seit geraumer Zeit ist bekannt, dass sich der Übergang vom universitären Studium in die Berufspraxis für Lehrkräfte als besonders schwierig gestalten kann und Lehrende unter hohen beruflichen Belastungen stehen (de Heus & Diekstra, 1999; Smith & Ingersoll, 2004). Aus diesem Grund werden sie oftmals allgemein als Risikogruppe bezeichnet (z.B. Borges, Santos, Saraiva, & Pocinho, 2018). Das Ausmaß der Herausforderungen für Lehrkräfte manifestiert sich beispielsweise in einem hohen Aufkommen von Burnout. In Europa liegen die Prävalenzraten für Burnout unter Lehrkräften bei circa 25 bis 35% (Quattrin et al., 2010) und somit weit höher als in anderen Berufsgruppen (de Heus & Diekstra, 1999). Im asiatischen Raum erreichen sie sogar Werte bis zu 70% (zusammenfassend Al-Asadi, Khalaf, Al-Waaly, Abed, & Shami, 2018). Ebenso ist das Risiko für einen frühen Professionswechsel bei dieser Personengruppe erhöht: In den USA verlassen je nach Schulform bis zu 26% der Lehrpersonen nach dem ersten Lehrjahr endgültig den Beruf (Smith & Ingersoll, 2004) und in Australien werden die entsprechenden Schwundquoten auf circa 50% geschätzt (Gallant & Riley, 2017). Im deutschsprachigen Raum mangelt es bislang an empirischen Untersuchungen. Zudem erfolgt die Forschung zumeist unsystematisch, wie ein systematischer Überblick über das Forschungsfeld der beruflichen Mobilität von Lehrpersonen ergab (Sandmeier, Gubler, & Herzog, 2018). Die vorhandenen Befunde zu Burnout und hohen Schwundquoten werden durch Studien ergänzt, die herausgestellt haben, dass bei Lehrpersonen ein verringertes Wohlbefinden vorhanden ist (Dağlı & Baysal, 2017; Kidger et al., 2016).

Die beschriebene Situation verdeutlicht, dass besonders Lehrkräfte einer hohen Resilienz, also psychischen und sozialen Widerstandskraft, bedürfen, um sich trotz der widrigen Umstände adaptiv zu entwickeln (Bobek, 2002). Deshalb ist es wichtig, dass Lehrende frühzeitig Wege zur Resilienz erproben. Bisher existieren besonders Abhandlungen über die Resilienz bereits praktizierender Lehrkräfte (z.B. Gu, 2014) und auch Trainingsmodelle zur psychischen Gesundheit im Lehrbereich konzentrieren sich meist auf diese Zielgruppe (z.B. Schaarschmidt & Kieschke, 2007b). Dies erschwert aufgrund des fortgeschrittenen Zeitpunkts in der Regel das Erzielen positiver Effekte (Van der Put, Van der Laan, Stams, Deković, & Hoesve, 2011). Bei den wenigen für Lehramtsstudierende konzipierten Maßnahmen mangelt es darüber hinaus häufig an systematischen Wirksamkeitsüberprüfungen inklusive inferenzstatistischer Analysen (z.B. Mansfield, Beltman, Broadley, et al., 2016).

Die aktuelle Forschungslage legt nahe, ein Programm zur Resilienzförderung bei Lehrenden zu konzipieren, um den beschriebenen Schwierigkeiten zu begegnen. Dabei ist es, wie oben angedeutet, sinnvoll, möglichst früh anzusetzen und bereits das Lehramtsstudium anzupassen, um die Wahrscheinlichkeit für eine hohe Wirksamkeit zu erhöhen und im Idealfall vorbeugend beziehungsweise präventiv wirken zu können. Die Argumentation dafür, die universitäre Ausbildung der zukünftigen Lehrkräfte anzupassen, wird zusätzlich dadurch gestützt, dass dies die Qualität der Schulbildung für die folgenden Generationen sichern kann:

Als hochentwickelte Industrienation, deren wichtigste Ressource Bildung ist und die einen wachsenden Bedarf an hochqualifizierten Fachkräften hat, muss Deutschland ein besonderes Augenmerk auf die Qualität der Schulbildung legen. Die Grundlagen dafür werden im Hochschulsystem gelegt: Bei der Ausbildung der Lehrer. (Die Bildungsinitiative des Stifterverbandes, 2014, S. 20)

Bei der Konzeption eines entsprechenden Programms stellt sich zunächst die Frage, welche Variablen in Zusammenhang mit der Resilienz von Lehramtsstudierenden stehen. Im Fokus dieser Arbeit liegt das Interesse, auf Basis dieser Variablen in einem ersten Schritt ein Resilienzförderungsprogramm zu entwickeln und durchzuführen. In einem zweiten Schritt ist systematisch zu überprüfen, inwiefern die Resilienz auf diese Weise bereits im Studium gefördert werden kann.

Im Rahmen dieses Promotionsvorhabens wird eine Lehrveranstaltung für Lehramtsstudierende entwickelt, die zum Ziel hat, resilienzförderliche Prozesse in Gang zu setzen. Zeitlich ist diese vor dem sogenannten Praxissemester, in dem die Studierenden ein fünfmonatiges Schulpraktikum absolvieren, verortet. Somit können neu gewonnene Erkenntnisse, Fähigkeiten und Ressourcen unmittelbar in einem berufsalltagähnlichen Kontext erprobt werden, ohne dass sich mögliche maladaptive Routinen bereits etabliert haben. Im Anschluss an das Praxissemester wird die Lehrveranstaltung auf ihre Wirksamkeit überprüft. Der Ertrag der Arbeit liegt in einem wissenschaftlich fundierten und evaluierten Konzept für eine resilienzförderliche Lehrveranstaltung. Auf diese Weise wird ein Beitrag zur Qualitätssicherung in der Ausbildung von Lehrpersonen sowie für die Professionalisierungsdebatte mit Schwerpunkt auf dem berufsbiographischen Bestimmungsansatz (Terhart, 2011) geleistet.

Im Folgenden wird beschrieben, in welchen Schritten sich die Entwicklung und Evaluation des Programms „Resilienzförderung für Lehramtsstudierende“ (RefueL<sup>1</sup>) in dieser Promotionsarbeit vollziehen. In Kapitel 2 zum theoretischen Hintergrund wird zunächst der aktuelle Forschungsstand des Risikostatus im Lehrberuf dargelegt. Die Argumentation basiert dabei einerseits auf den hohen Prävalenzraten von Burnout und ihren Auswirkungen im schulischen Kontext und andererseits auf dem wissenschaftlich nachgewiesenen verringerten Wohlbefinden bei Lehrkräften und den problematisch hohen Schwundquoten im Lehrberuf. Auf Grundlage dessen wird die Notwendigkeit der Resilienz von Lehrenden herausgearbeitet. Es folgt eine Begriffsklärung in Bezug auf Resilienz im Allgemeinen und im Spezifischen bei Lehrkräften, die eine Darstellung der vier Wellen der Resilienzforschung einschließt. Anschließend wird der aktuelle Forschungsstand zu Resilienzförderungsmaßnahmen bei (angehenden) Lehrenden analysiert. Es wird dabei das Forschungsdesiderat herausgearbeitet, eine Maßnahme für Lehramtsstudierende im face-to-face-Setting zu entwickeln, die systematisch auf ihre Wirksamkeit überprüft wird. Basierend auf Forschung, die sich mit Schutzfaktoren im Lehrkontext auseinandergesetzt hat, sowie auf ersten existierenden Resilienzförderungskonzepten für Lehrpersonen wird RefueL neu konzipiert. Es beruht auf der Struktur der fünf Module des online-basierten australischen BRiTE-Frameworks (Building Resilience in Teacher Education; Mansfield, Beltman, Broadley, et al., 2016) und entspricht eigens festgeleg-

---

1 Alle Abkürzungen sind in Anhang O zu finden.

ten Gütekriterien, die sicherstellen, dass es sowohl praktisch handhabbar als auch theoretisch und empirisch fundiert ist. Der Theorieteil schließt mit der Ableitung einer Evaluationsstrategie anhand der vier Evaluationslevels nach Kirkpatrick und Kirkpatrick (2006) und der darauf basierenden Hypothesen ab.

In Kapitel 3 wird das methodische Vorgehen dargestellt. Die Stichprobe bestand aus 94 Lehramtsstudierenden im Master für das Grundschullehramt, die zu Beginn der Studie vor einer Praxisphase standen. Akquiriert wurden die Studierenden vorrangig über den regulären Lehrbetrieb, in den das Seminar RefueL sowie Seminare ohne Resilienzbezug eingebettet waren. Die Teilnehmenden wurden sowohl vor Beginn der Seminare als auch danach und im Anschluss an das Praxissemester befragt. Als Erhebungsinstrument diente ein Fragebogen, der Skalen zu den Bereichen Resilienz, Burnout-Symptomatik, Wohlbefinden und Lehrer\*innen-Selbstwirksamkeitserwartung beinhaltete. Auf diese Ausführungen folgend werden die Sinneinheiten, Inhalte und Arbeitsaufträge des konzipierten Resilienzförderungsprogramms – aufgeteilt in die fünf Module Building Resilience, Relationships, Wellbeing, Taking Initiative und Emotions – detailliert im Ablauf geschildert.

Kapitel 4 setzt sich mit den empirischen Evaluationsergebnissen des Programms auseinander. Die Struktur orientiert sich an den vier Evaluationslevels nach Kirkpatrick und Kirkpatrick (2006) und es wird insgesamt herausgearbeitet, dass auf allen Levels positive Resultate vorliegen. Diese werden ergänzt durch Erkenntnisse der explorativen Analysen, die weitere positive Auswirkungen des Programms RefueL circa ein halbes Jahr nach Beendigung der Maßnahme belegen. Es ist somit zu schließen, dass das Programm wirksam ist. Das Kapitel schließt mit einer Zusammenfassung der Analysen.

In einem letzten Schritt werden in Kapitel 5 die Ergebnisse der Promotionsarbeit diskutiert. Dabei werden sowohl die Resultate in Bezug auf die Effekte der Maßnahme als auch solche in Bezug auf ihre Wirkungsweise interpretiert. Der Beitrag der Arbeit zur Professionalisierungsdebatte wird im Anschluss vorrangig im berufsbiographischen Bestimmungsansatz verortet. Darauf folgend werden theoretische und praktische Implikationen der positiven Entwicklungen der Faktoren Burnout-Symptomatik, positiver Affekt, lehrbezogene Selbstwirksamkeitserwartung und Resilienz im Allgemeinen abgeleitet. Die Arbeit schließt mit Limitationen und einem Ausblick auf zukünftige Forschung, der sich mit der Untersuchung der kritischen Elemente, der Wirkungswege, der Auswirkungen auf Schüler\*innen und mit der Erprobung des Programms bei bereits praktizierenden Lehrkräften auseinandersetzt.

Im Rahmen dieser Arbeit wurde das Programm RefueL zur Förderung der Resilienz von Lehramtsstudierenden im Vorfeld des Praxissemesters entwickelt und positiv evaluiert. Mit dem Programm wurde die fachliche und didaktische Berufsvorbereitung angehender Lehrkräfte während ihres Studiums um ein Angebot zur Ausbildung der psychischen und sozialen Widerstandsfähigkeit ergänzt. Das erarbeitete Programm besteht aus fünf Modulen zu den Themen Resilienz im Lehrkontext, soziale Beziehungen gestalten, Wohlbefinden, Ziele setzen und Probleme lösen sowie Emotionen regulieren. Diese Module enthalten vielfältige praktische Übungen zur Resilienzförderung und werden im face-to-face-Setting realisiert. Für die Evaluation wurde ein längsschnittliches Kontrollgruppen-Design gewählt. Es wurden u.a. hierarchische Regressionen gerechnet. Das Programm erwies sich auf vier verschiedenen Evaluationslevels als wirksam. Maßgeblich zeigte sich, dass Teilnehmende nach dem Praxissemester unter Kontrolle der Ausgangswerte eine geringere Burnout-Symptomatik, mehr positiven Affekt und eine höhere lehrbezogene Selbstwirksamkeitserwartung aufwiesen als Studierende der Kontrollgruppe. Die Studienergebnisse sprechen dafür, Resilienzförderungsprogramme an Universitäten mit Praxissemester im Curriculum zu verankern und so zur Professionalisierung angehender Lehrkräfte beizutragen.



#### Die Autorin

**Katja Görich**, Dr. phil., Jahrgang 1989, studierte an der Universität Gießen sowie der Universität Münster Psychologie. Nach ihrem Studienabschluss begann sie ihre Tätigkeit an der Universität Osnabrück am Institut

für Erziehungswissenschaft als wissenschaftliche Mitarbeiterin und Dozentin. Seit 2019 arbeitet sie innerhalb des Instituts für Erziehungswissenschaft in der Arbeitsgruppe Schulpädagogik mit dem Schwerpunkt empirische Schul- und Unterrichtsforschung. Ihre Arbeits- und Forschungsschwerpunkte sind Resilienzprozesse und -förderung insbesondere bei Lehramtsstudierenden, Professionalisierung von Lehrkräften sowie die quantitative Evaluation akademischer Lehre und von Präventionsmaßnahmen.

978-3-7815-2351-7



9 783781 523517