

## Inhaltsverzeichnis

<b>TEIL I EINLEITUNG .....</b>	<b>9</b>
<b>1 Problemstellung und Vorgehensweise .....</b>	<b>9</b>
<b>TEIL II FORSCHUNGSSTAND .....</b>	<b>15</b>
<b>2 Studien zu Belastungen, zur Bewältigung und zur Berufszufriedenheit von Lehrkräften.....</b>	<b>15</b>
<b>2.1 Zur Belastung und Berufszufriedenheit von Lehrkräften allgemein .....</b>	<b>15</b>
<b>2.2 Studien zur Belastung von Sportlehrkräften .....</b>	<b>20</b>
2.2.1 Ergebnisse aus Fragebogenstudien zur Sportlehrerbelastung.....	20
2.2.2 Ergebnisse weiterer Studien zur Sportlehrerbelastung.....	25
<b>2.3 Studien zur Berufszufriedenheit, zum Bewältigungsverhalten und zu Ressourcen von Sportlehrkräften.....</b>	<b>30</b>
<b>2.4 Fazit, Forschungsdesiderate und Ziele der vorliegenden Studie.....</b>	<b>31</b>
<b>TEIL III THEORETISCHER BEZUGSRAHMEN .....</b>	<b>34</b>
<b>3 Theoretische Grundlagen zu gesundheitlichen Belastungen und zu deren Bewältigung .....</b>	<b>34</b>
<b>3.1 Das Salutogenesemodell von Antonovsky .....</b>	<b>34</b>
3.1.1 Das Kohärenzgefühl .....	35
3.1.3 Stressoren und Spannungszustand .....	36
3.1.4 Generalisierte Widerstandsressourcen.....	37
<b>3.2 Zum spezifischem Verhältnis von Belastung und Bewältigung.....</b>	<b>38</b>
<b>4 Folgerungen für die Anlage der empirischen Studie .....</b>	<b>40</b>
<b>4.1 Zu untersuchende Faktoren.....</b>	<b>40</b>
<b>4.2 Organisationsspezifische Besonderheiten der Schulformen in Bezug auf die Sportlehrertätigkeit .....</b>	<b>41</b>
<i>Sportlehrkräfte an Grundschulen.....</i>	<i>41</i>

<i>Sportlehrkräfte an Hauptschulen</i> .....	42
<i>Sportlehrkräfte an Realschulen</i> .....	42
<i>Sportlehrkräfte an Gymnasien</i> .....	43
<i>Sportlehrkräfte an Gesamtschulen</i> .....	43
<b>5 Präzisierung der Fragestellungen für die empirische Untersuchung</b> .....	<b>45</b>
<b>TEIL IV EMPIRISCHE STUDIE</b> .....	<b>46</b>
<b>6 Quantitative Studie</b> .....	<b>46</b>
<b>6.1 Zur Durchführung der quantitativen Untersuchung</b> .....	<b>46</b>
<b>6.2 Ergebnisse</b> .....	<b>47</b>
<b>6.3 Fazit</b> .....	<b>55</b>
<b>7 Qualitative Studie</b> .....	<b>57</b>
<b>7.1 Kriterien der Auswahl der Probanden und Probandinnen der qualitativen Untersuchung</b> .....	<b>57</b>
<b>7.2 Forschungsdesign der qualitativen Studie</b> .....	<b>58</b>
<b>7.3 Ergebnisse – Belastungsfaktoren und Bewältigungsstrategien im Sportlehrerberuf</b> .....	<b>63</b>
<b>7.3.1 Fachspezifische Belastungen durch sachliche Bedingungen</b> .....	<b>63</b>
7.3.1.1 <i>Belastungen durch die Notengebung im Sport</i> .....	64
7.3.1.2 <i>Belastungen durch zusätzliche Aufgaben im Schulsport</i> .....	67
7.3.1.3 <i>Belastungen durch curriculare Vorgaben</i> .....	69
7.3.1.4 <i>Belastungen durch die Angst vor Verletzungen der Schüler/-innen</i> .....	73
7.3.1.5 <i>Belastungen durch physische Anforderungen im Sportunterricht</i> .....	75
7.3.1.6 <i>Körperkontakt und Berührungen im Sportunterricht als Belastungsfaktoren</i> .....	80
7.3.1.7 <i>Zusammenfassung der Ergebnisse zu fachspezifischen Belastungen</i> .....	82
<b>7.3.2 Fachspezifische Belastungen durch räumliche Bedingungen</b> .....	<b>83</b>
7.3.2.1 <i>Belastungen durch die Bedingungen in den Sporthallen</i> .....	84

7.3.2.2 Belastungen durch die Bedingungen in Schwimmbädern .....	88
7.3.2.3 Belastungen durch die Bedingungen der Außenanlagen .....	91
7.3.2.4 Belastungen durch mangelhafte Ausstattung der Sportstätten .....	93
7.3.2.5 Beschreibung der Belastungen durch Umkleiden und Duschen .....	95
7.3.2.6 Beschreibung der Aussagen zum Ordnungsrahmen, zum Lärm und zu stimmlichen Anforderungen.....	96
7.3.2.7 Zusammenfassung der Ergebnisse zu den fachspezifischen Belastungen durch räumliche Bedingungen.....	101
<b>7.3.3 Fachspezifische Belastungen durch die zeitlichen Bedingungen.....</b>	<b>103</b>
7.3.3.1 Belastungen durch ungenügende Pausen.....	103
7.3.3.2 Belastungen durch weite Wege.....	105
7.3.3.3 Belastungen durch Zeitknappheit beim Umkleiden und Duschen.....	107
7.3.3.4 Zusammenfassung der Ergebnisse zu den zeitlichen Bedingungen.....	110
<b>7.3.4 Fachspezifische Belastungen durch soziale Bedingungen.....</b>	<b>111</b>
7.3.4.1 Belastungen durch das Schülerverhalten: Disziplin, Motivation, Sozialverhalten .....	111
7.3.4.2 Belastungen durch koedukativen Sportunterricht .....	118
7.3.4.3 Belastungen aufgrund der soziokulturellen Heterogenität der Schülerschaft .....	122
7.3.4.4 Belastungen aufgrund der unterschiedlichen motorischen Leistungsfähigkeit der Schüler/-innen.....	128
7.3.4.5 Belastungen durch geringere berufliche Anerkennung.....	131
7.3.4.6 Belastungen durch Interaktionen innerhalb der Sportfachschaft .....	135
7.3.4.7 Zusammenfassung der Ergebnisse zu den sozialen Bedingungen.....	139
<b>7.4 Die Bedeutung der Belastungsfaktoren im Hinblick auf gesundheitliche Risiken .....</b>	<b>142</b>
<b>7.5 Berufsbezogene Ressourcen der Sportlehrertätigkeit - Sonnenseiten des Sportlehrerberufs.....</b>	<b>146</b>
7.5.1 Hohe Motivation der Schüler/-innen .....	146
7.5.2 Sport unterrichten als Abwechslung und Ausgleich zu sonstigen Lehrtätigkeiten .....	149

---

7.5.3	Mehr inhaltliche und zeitliche Flexibilität als in anderen Schulfächern....	150
7.5.4	Das besondere pädagogische Verhältnis der Lehrkraft zu den Schülern und Schülerinnen .....	151
7.5.5	Die besondere Kommunikation unter Sportlehrerkolleginnen und -kollegen.....	153
7.5.6	Spezifische Erziehungs- und Bildungsziele des Faches Sport .....	153
7.5.7	Erfolgs-erlebnisse und positive Rückmeldungen der Schüler/-innen .....	154
7.5.8	Besondere Qualitäten der Schüler/-innen entdecken.....	156
7.5.9	Tätigkeiten im außerunterrichtlichen Schulsport.....	157
7.5.10	Die persönliche Affinität zu Bewegung, Spiel und Sport im Unterricht ausleben - Sport als Lebenselixier .....	158
7.6	<b>Diskussion der Ergebnisse: Reduktion der Belastungswahrnehmung durch berufsbezogene Ressourcen des Sportlehrerberufs? .....</b>	<b>159</b>
7.7	<b>Strategien der Sportlehrkräfte zur Bewältigung von Belastungen ....</b>	<b>162</b>
7.7.1	Resignation und Vermeidung.....	162
7.7.2	Rückzug aus dem Fach .....	163
7.7.3	Offensive Bewältigungsstrategien .....	169
7.7.4	Zusammenfassung der Ergebnisse zur Belastungsbewältigung.....	174
7.8	<b>Vergleichende Betrachtung: Belastungen, Ressourcen und Bewältigungsstrategien im Hinblick auf Schulform, Alter und Geschlecht .....</b>	<b>175</b>
<b>TEIL V RESÜMEE UND AUSBLICK .....</b>		<b>178</b>
8	<b>Zusammenfassende Betrachtung der Ergebnisse .....</b>	<b>178</b>
8.1	Physische und psychische Belastungen .....	178
8.2	Wahrgenommene gesundheitliche Lage, Ressourcen und Bewältigungsstrategien .....	183
9.	<b>Konsequenzen und Hinweise zur Implementierung der Forschungsergebnisse.....</b>	<b>186</b>
<b>Literatur .....</b>		<b>193</b>

---

<b>Abbildungsverzeichnis .....</b>	<b>200</b>
<b>Tabellenverzeichnis .....</b>	<b>200</b>