

Gesund durch den Berufseinstieg

Der Arbeits- und Gesundheitsschutz beginnt ab dem ersten Tag. Jan-Moritz Mildenberger, Leiter des Referats Junglehrer, im Gespräch über Nöte und Wünsche der Berufseinsteiger.

Mit welchen Herausforderungen sehen sich Berufseinsteiger konfrontiert?

Die ersten Wochen und Monate sind für Berufsanfänger einerseits aufregend und bereichernd, andererseits aber auch sehr stressig und meist unüberschaubar. Glücklicherweise können sich die neuen Kolleginnen und Kollegen schätzen, die nach dem Referendariat an ihrer Schule eine Stelle bekommen. Für die meisten Berufseinsteiger steht jedoch ein Schulwechsel an. Dies bedeutet, dass sie sich in einem neuen Kollegium und mit neuen Schulformen auseinandersetzen und sich einarbeiten müssen. Hierbei wünschen sich viele Junglehrer Unterstützung durch erfahrene Kolleginnen und Kollegen, sei es bei organisatorischen oder inhaltlichen Fragen. Zudem ist es entscheidend, den Druck von den neuen meist auch jungen Kolleginnen und Kollegen zu nehmen. Es ist ein drastischer Unterschied, ob man - wie im Referendariat üblich - neun bis elf oder nun 20 bis 25 Unterrichtsstunden vorbereiten und halten muss. Gerade bei Unterrichtsfächern, die beispielsweise an den Berufsschulen einstündig unterrichtet werden, bedeutet dies ein immenser Mehraufwand, wenn man keine Synergieeffekte nutzen kann. Wünschenswert wäre es, wenn man Klassenstufen parallel unterrichten könnte. So kann man eine bessere Unterrichtsqualität und eine tiefere Reflexion erreichen. Einen meist unterschätzten Mehraufwand stellen kurzfristige Vertretungsstunden dar, da sie die bereits knapp bemessene Ressource Zeit im Lehreralltag nochmals verringern.

Was blenden viele Junglehrer in den ersten Jahren aus?

Das Referendariat ist erfolgreich beendet und man ist euphorisch, seinen Beruf endlich ausführen zu können. Die Zeit im Referendariat war nicht immer ein Spaziergang. Es gab Höhen und Tiefen und gerade rund um die Lehrproben lag das Arbeitspensum meist über 100%. Dass das Referendariat nur der Anfang war und es mit so einer übermäßigen Verausgabung nicht weitere 40 Dienstjahre funktionieren wird, muss man jetzt erst einmal realisieren. Es gilt hier eine gesunde Work-Life-Balance zu etablieren, damit man 40 Jahre leistungsfähig bleibt. Entscheidend ist dabei auch das Wort „Nein“. Oftmals kommt die Frage auf, ob man als Berufseinsteiger im

Zusammenhang mit Sonderaufgaben auch einmal dankend ablehnen darf, ohne befürchten zu müssen, nie wieder für Extraaufgaben berücksichtigt zu werden. Denn oft sagt man doch aus Verlegenheit „Ja“, um in der Gunst der anderen zu bleiben. Dass dies unter Umständen aber gerade zu einer Überforderung führt, sieht man in diesem Moment nicht. Rückblickend wird man jedoch erkennen, dass auch ein „Nein“ als Sprungbrett dienen kann. Schließlich kann man nur dann sehr gute Leistungen erbringen, wenn man etwas aus Überzeugung macht und nicht aus Verlegenheit oder sogar aus Angst, etwas zu verpassen.

Was bedeutet konkret Arbeits- und Gesundheitsschutz?

Jedes Unternehmen muss ein durchdachtes Arbeitsschutzmanagement haben. Diese Strukturen und Systeme sind jedoch nicht in allen Schulen vorhanden. Für viele Berufseinsteiger ist Arbeits- und Gesundheitsschutz ein Fremdwort. Dennoch verbindet man damit meist nur die Gefahren beim Arbeiten mit Maschinen und Gefahrenstoffen. Daneben werden gesundheitsgefährdende Faktoren wie Raumklima (CO₂-Gehalt, Temperatur etc.), Akustik, Beleuchtung, Möbel oder Elektromog gerne vernachlässigt. Fakt ist jedoch, dass das Kollegium den ganzen Schultag über unterschiedlichsten Faktoren ausgesetzt ist - und das über 40 Jahre hinweg. Dabei muss auch der Arbeitsplatz eines Lehrers bedarfsgerecht ausgestattet sein. Arbeitsmedizinische Untersuchungen, beispielsweise das Angebot für eine Bildschirmarbeitsplatzbrille, sind hier ebenso wichtig wie gesundheitsfördernde Maßnahmen. Während Unternehmen dies in den Arbeitsalltag integriert haben, werden an vielen Schulen prophylaktische Maßnahmen in den privaten Bereich verlagert. Arbeits- und Gesundheitsschutz im Alltag ist etwas, das selbstverständlich werden muss. Hierfür bedarf es Informationen und Aktionen. Nur so kann man eine ausgeglichene Work-Life-Balance schaffen.

Forderungen des Referats Arbeits- und Gesundheitsschutz für Berufseinsteiger

1. Parallel angelegte Deputatsplanung mit Dreijahresperspektive, Befreiung von Sonderaufgaben und weitgehender Verzicht auf die Übernahme von Vertretungsstunden im ersten Berufsjahr.
2. Unterstützung der Berufseinsteiger durch erfahrene Ansprechpartner im Kollegium (Mentorinnen und Mentoren), deren Mehraufwand durch Anrechnungsstunden berücksichtigt wird.

3. Verbindliche Bereitstellung von schriftlichen Informationen zu allgemeinen schulischen und gesundheitsschutzfördernden Fragen.
4. Einführung von flächendeckenden Fortbildungsangeboten zum Gesundheitsschutz gerade für Berufseinsteiger.
5. Gesundheitsfördernde Ausstattung aller Lehrerarbeitsplätze, auch im Hinblick auf Klima, Akustik, Farbe, Licht und Elektrosmog sowie die flächendeckende Durchführung von Angebotsuntersuchungen.