

Substanzkonsum von Lehrpersonen in der Schweiz im Kontext von Arbeitsüberforderung und -unzufriedenheit*

Emmanuel Kuntsche, Marina Delgrande Jordan, Schweizerische Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme (SFA)

Zusammenfassung

In der Studie wurde der Frage nachgegangen, inwiefern die tägliche Menge an Alkohol und Tabak und die Häufigkeit des Konsums bei Lehrpersonen mit deren Arbeitsüberforderung und -unzufriedenheit zusammenhängt. Die Analysen erfolgten mittels logistischer und multipler Regressionen, basierend auf einer repräsentativen Stichprobe von 508 Lehrpersonen der 5. bis 9. Klasse in der Schweiz. Etwa 10% der Lehrpersonen tranken täglich Alkohol, knapp 20% rauchten täglich. Arbeitsüberforderte Lehrpersonen hatten, in Bezug auf die Häufigkeit, eine erhöhte Wahrscheinlichkeit für täglichen Alkoholkonsum, jedoch nicht für täglichen Tabakkonsum. Dagegen ging Arbeitsüberforderung, in Bezug auf die Menge, mit der Anzahl täglich gerauchter Zigaretten einher, jedoch nicht mit der getrunkenen Alkoholmenge. Präventive Massnahmen zum Alkohol- und Tabakkonsum bei Lehrpersonen sollten auf die Verminderung und Bewältigung von Arbeitsüberforderung abzielen.

1. Einleitung

Untersuchungen haben gezeigt, dass der Lehrberuf in besonderem Masse mit psychosozialen Belastungen einhergeht. In einer Studie, die in den Kantonen Freiburg und Luzern durchgeführt wurde, bezeichneten 60% der Lehrpersonen die allgemeine Berufsbelastung, beispielsweise durch Arbeitsüberforderung oder demotivierte Schulkinder, als überdurchschnittlich hoch (1). In einer Untersuchung im Kanton Basel-Stadt gaben 29% der Lehrpersonen an, sich durch mengenmässige Überforderung stark bis sehr stark belastet zu fühlen (2). Ähnliche Angaben lassen sich auch für andere deutschsprachige Kantone finden. So gab fast jede vierte Lehrkraft in einer Studie in den Kantonen Luzern, Thurgau und Zürich an, sich durch ihren Beruf hoch bis äusserst hoch belastet zu fühlen (3). Zur Arbeitsüberforderung trugen in dieser Studie vor allem die multiplen Anforderungen, die permanente Anspannung und das Problemverhalten der Schulkinder bei.

Trotz des beträchtlichen Anteils an Arbeitsüberforderten gaben die meisten der befragten Lehrpersonen eine hohe Arbeitszufriedenheit an (1,4). Generell finden Lehrpersonen ihren Beruf mehrheitlich attraktiv und arbeiten gerne im Lehrberuf. Entsprechend bezeichnete in der Studie in den Kantonen Freiburg und Luzern knapp die Hälfte aller befragten Lehrpersonen ihre Berufszufriedenheit als eher hoch bis sehr hoch (1). 79% der im Kanton Waadt befragten Lehrpersonen können sich in ihrer beruflichen Tätigkeit verwirklichen (4). Analoge Zahlen berichtet auch der Dachverband Schweizer Lehrerinnen und Lehrer (5).

Trotz der Befunde, dass Arbeitsunzufriedenheit nicht besonders weit verbreitet ist und ein Grossteil der arbeitsüberforderten Lehrpersonen die beruflichen Belastungen zu bewältigen scheint, können sich für arbeitsüberforderte oder -unzufriedene Lehrpersonen dennoch gravierende Konsequenzen ergeben. Studien zeigten, dass die Überforderung und Unzufriedenheit umso grösser ist, je mehr Beschwerden von den befragten Lehrpersonen geäussert werden (2,3). Die Ergebnisse der vorangegan-

Key Words

Teachers
Alcohol
Tobacco
Work Conditions
School

* Dieses Forschungsprojekt wurde vom Bundesamt für Gesundheit mit dem Vertrag Nr. 00.000300 unterstützt. Die Befragung der Lehrpersonen wurde im Rahmen der Studie «Health Behaviour in School-Aged Children (HBSC)» durchgeführt. Die Erfassung und Auswertung der Lehrpersonenangaben wurde durch SFA Eigenmittel finanziert.

genen Untersuchungen (siehe Valorisierung) zeigen, dass arbeitsüberforderte oder -unzufriedene Lehrpersonen von Depressivität, Anspannung und somatischen Beschwerden betroffen sind. So konnte über ein Drittel der Gesamtvarianz von Depressivität und Anspannung allein durch Arbeitsüberforderung und -unzufriedenheit erklärt werden. Darüber hinaus zeigte sich, dass diese beiden Faktoren mit somatischen Beschwerden wie Kopf-, Bauch- und Rückenschmerzen einhergehen. Das ist insofern besorgniserregend, als eine waadtländer Studie belegt, dass Stress und Erschöpfung unter Lehrpersonen sich so stark verschlimmern können, dass der Beruf vorübergehend nicht mehr ausgeübt werden kann (6).

In Bezug auf weitere mögliche Konsequenzen von Arbeitsüberforderung und -unzufriedenheit untersucht die vorliegende Studie deren Zusammenhänge mit dem Konsum psychoaktiver Substanzen von Lehrpersonen in der Schweiz. Gemäss Entfremdungs- und Stresstheorien kann der Konsum psychoaktiver Substanzen bei Erwerbstätigen eine Antwort auf die materiellen und psychosozialen Merkmale des Arbeitsumfeldes sein (7). Diese Theorien gehen davon aus, dass Substanzkonsum zur Bewältigung von negativen Empfindungen oder Stress eingesetzt wird. Stressfaktoren am Arbeitsplatz sind zum Beispiel gefährliche, zu komplexe oder zu viele Aufgaben, welche zu Arbeitsüberforderung führen können. Beispiele für Entfremdungsfaktoren sind unbegründete Lohnunterschiede oder Mangel an Entfaltungsmöglichkeiten, welche zu einem Gefühl der Machtlosigkeit oder zu Arbeitsunzufriedenheit führen können.

In den letzten zehn Jahren hat die Anzahl Studien über den Zusammenhang zwischen Stress beziehungsweise Entfremdung am Arbeitsplatz und Substanzkonsum von Erwerbstätigen zugenommen. Insbesondere belegen jüngere Studien den Zusammenhang zwischen Arbeitsüberforderung sowie weiteren Indikatoren von Stress am Arbeitsplatz und Alkoholkonsum. Vasse und Mitarbeitende (8) konnten beispielsweise nachweisen, dass ein Übermass an Arbeitsanforderungen, vermittelt über soziale Isolation, Anspannung und innere Unruhe mit dem Ausmass des durchschnittlichen wöchentlichen Alkoholkonsums zusammenhängt. Ng und Jeffery (9) konnten zeigen, dass in der Gruppe der gestressten Erwerbstätigen Rauchen weiter verbreitet ist als bei nicht gestressten Erwerbstätigen. Dies mag auch damit zusammenhängen, dass Rauchen langfristig zu erhöhten Spannungszuständen beiträgt, weil das subjektive Entspannungsgefühl nach dem Rauchen durch den Wegfall der Entzugssymptome entsteht (10).

In Bezug auf Entfremdung am Arbeitsplatz konnten Studien zumeist jedoch nur einen geringen Zusammenhang zwischen Arbeitsunzufriedenheit und Substanzkonsum von Erwerbstätigen nachweisen (7). Dieser geringe Zusammenhang lässt sich jedoch damit erklären, dass nicht alle Erwerbstätigen auf Arbeitsunzufriedenheit gleich reagieren. Es ist anzunehmen, dass bei Erwerbstätigen, die dem Bewältigen von schwierigen Situationen ausweichen, ein stärkerer Zusammenhang zwischen Arbeitsunzufriedenheit und Alkoholkonsum besteht.

Forschung über den Zusammenhang zwischen Stress beziehungsweise Entfremdung am Arbeitsplatz und psychoaktivem Substanzkonsum von Erwerbstätigen ist in der Schweiz bisher vernachlässigt worden. Eine umfassende Literatursuche in diesem Zusammenhang konnte lediglich eine überregionale Studie identifizieren. Diese im Auftrag des Staatssekretariats für Wirtschaft durchgeführte Studie konnte nachweisen, dass häufiger Alkoholkonsum besonders bei gestressten Erwerbstätigen verbreitet ist (11). Anhand einer national repräsentativen Stichprobe von Lehrpersonen der 5. bis 9. Klasse in der Schweiz untersucht die vorliegende Arbeit Zusammenhänge zwischen dem Alkohol beziehungsweise Tabakkonsum und der Arbeitsüberforderung beziehungsweise -unzufriedenheit. Dabei wird angenommen, dass Arbeitsüberforderung einen höheren Zusammenhang mit dem Alkohol beziehungsweise Tabakkonsum von Lehrpersonen aufweist als Arbeitsunzufriedenheit.

2. Vorgehen/Methodik

2.1 Studien- und Stichprobenbeschreibung

Im Rahmen der Studie «Health Behaviour in School-aged Children (HBSC)», die unter der Schirmherrschaft der Weltgesundheitsorganisation (WHO) alle vier Jahre in verschiedenen, zum grössten Teil europäischen Ländern durchgeführt wird, wird das Alltagsleben und die Gesundheit von Schulkindern im Alter zwischen 11 und 16 Jahren erhoben. 2002 wurde sie zum fünften Mal (nach 1986, 1990, 1994 und 1998) von der Schweizerischen Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme (SFA) für die Schweiz durchgeführt. Neben den Antworten der Schüler und Schülerinnen wurden auch die Ansichten der Lehrpersonen über die Gesundheitserziehung an der Schule sowie ihre Einschätzung der Belastung durch ihre berufliche Tätigkeit und des Gesundheitsstatus mit einem separaten Lehrpersonenfragebogen erfasst. Wie die Jugendlichen hatten auch die Lehrpersonen eine Schulstunde Zeit den Fragebogen auszufüllen. Ihre Teilnahme war ebenfalls freiwillig und die resultierenden Daten wurden vollständig anonym behandelt. Die Daten wurden von März bis Juni 2002 erhoben. Die Zufallsauswahl der Klassen zwischen dem 5. und 9. Schuljahr und ihrer Lehrpersonen wurde anhand des Verzeichnisses des Bundesamtes für Statistik (BFS), in dem alle Klassen der öffentlichen schweizerischen Schulen aufgelistet sind, vorgenommen. 2002 wurden 689 Klassen aus der gesamten Schweiz zufällig ausgewählt. Von den 589 Klassen, die an der Untersuchung teilnahmen, haben 577 Lehrpersonen geantwortet. Daraus ergibt sich eine Rücklaufquote von 83.7% bezogen auf die Stichprobe und von 98.0% bezogen auf die teilnehmenden Klassen. Die Auswahl der Lehrpersonen kann als repräsentativ für die gesamte Schweiz gelten.

Da das Erziehungsdepartement des Kanton Waadt bereits 1999 eine detaillierte Untersuchung zur Arbeitsbelastung und Gesundheit bei Lehrpersonen durchgeführt hatte (4), erhielten die waadtländer Lehrpersonen (n=44) eine kürzere Version des Fragebogens, in der unter anderem die Fragen zur Arbeitsüberforderung und -unzufriedenheit nicht enthalten waren. Die waadtländer Lehrpersonen und andere, welche nicht alle Fragen beantwortet hatten, wurden aus den Analysen ausgeschlossen (n=69; 11.9%). Die resultierende Stichprobe enthält daher 508 Lehrpersonen. Die Männer waren in der Stichprobe in der Überzahl (Männer: 65.9%; Frauen: 34.1%). Das Durchschnittsalter lag bei 42.8 Jahren. Die Verteilung auf die Sprachregionen (Deutsch: 79.7%; Französisch: 14.0%; Italienisch: 6.3%) unterstrich die Repräsentativität der Stichprobe auf nationaler Ebene. Ferner war jedes Schuljahr von der 5. bis zur 9. Klasse etwa gleich stark vertreten.

2.2 Das Erhebungsinstrument

Die beiden Skalen Arbeitsüberforderung und Arbeitsunzufriedenheit zur Erfassung der Belastung durch die berufliche Tätigkeit wurden von Enzmann und Kleiber (12) entwickelt. Die Autoren stützten sich bei der Itemauswahl auf einen bereits früher entwickelten Fragebogen im Modellversuch «Fachkräfte für die psychosoziale Versorgung» der Freien Universität Berlin und der FHSS-Berlin. Beide Skalen bestehen aus je sechs Items und haben sich im schulischen Kontext als praktikable und zuverlässige Erhebungsinstrumente erwiesen.

Der Zigaretten- und Alkoholkonsum wurde durch die folgende Frage gemessen: «Es gibt kaum eine Gesellschaft, in der keine Rauschmittel konsumiert werden. Wie gehen Sie persönlich mit Alkohol, Tabak und Cannabis um?». Im ersten Antwortteil wurde zunächst die Häufigkeit des Konsums erfasst. Anschliessend wurde die Anzahl pro Tag gerauchter Zigaretten beziehungsweise konsumierter Standardgläser alkoholischer Getränke (3dl Bier, 1 dl Wein oder 0.25dl Schnaps) bei denjenigen Lehrpersonen erfasst, die täglich konsumierten.

2.3 Statistische Analysen und Präsentation der Daten

Zuerst wird die Verbreitung des Zigaretten- und Alkoholkonsums von Lehrpersonen beschrieben. Geschlechts- und Altersunterschiede wurden dabei mit dem Chi²-Test beurteilt. Weiter wurde mittels logistischer Regression geprüft, ob Arbeitsüberforderung und Arbeitsunzufriedenheit den Konsumstatus von Lehrpersonen (täglich vs. nicht täglicher Tabak- bzw. Alkoholkonsum) zu erklären vermag. Dabei wurde in einem ersten Modell der Konsumstatus durch Geschlecht und Alter zu erklären versucht. In einem zweiten Modell wurden anschliessend Arbeitsüberforderung und Arbeitsunzufriedenheit als weitere erklärende Variablen hinzugenommen. Diese Vorgehensweise hat den Vorteil, dass abgeschätzt werden kann, wie viel Varianz abgesehen von den soziodemographischen Variablen Geschlecht und Alter im zweiten Modell erklärt werden kann.

Anschliessend wurde in der Gruppe der täglich Tabak- beziehungsweise Alkoholkonsumierenden der Zusammenhang zwischen Arbeitsüberforderung und Arbeitsunzufriedenheit und konsumierten Zigaretten beziehungsweise Standardgläsern Alkohol mittels multipler Regression schrittweise analysiert.

3. Resultate

Wie in Tabelle 1 ersichtlich wird, hat etwas weniger als die Hälfte aller befragten Lehrpersonen nie geraucht. Etwa ein Drittel raucht gelegentlich oder hat das Rauchen aufgegeben und knapp jede/r Fünfte raucht täglich. Geschlechtsunterschiede kommen hauptsächlich durch den höheren Anteil an Frauen zustande, die nie geraucht haben, wogegen Männer einen höheren Anteil in der Gruppe aufweisen, die gelegentlich raucht oder das Rauchen aufgegeben hat. Bei täglich Rauchenden lassen sich keine ausgeprägten Geschlechtsunterschiede feststellen. Mit steigendem Alter erhöht sich tendenziell der Anteil derjenigen, die gelegentlich rauchen oder das Rauchen aufgegeben haben. Der höchste Anteil an täglich Rauchenden ist in der Gruppe der 35- bis 49-Jährigen zu finden.

Tabelle 1: Häufigkeit des Tabak- und Alkoholkonsums von Lehrpersonen

	Anzahl Befragter n	Konsumhäufigkeit nie	gelegentlich ¹	täglich	Chi ² -test
Tabakkonsum					
Gesamt	508	46.7%	35.2%	18.1%	
Geschlecht					*
Männlich	335	42.4%	38.8%	18.8%	
Weiblich	173	54.9%	28.3%	16.8%	
Alter					n.s.
20–34 Jahre	136	55.1%	27.9%	16.9%	
35–49 Jahre	210	44.3%	36.2%	19.5%	
50–65 Jahre	162	42.6%	40.1%	17.3%	
Alkoholkonsum					
Gesamt	508	4.1%	85.2%	10.6%	
Geschlecht					***
Männlich	335	2.4%	84.2%	13.4%	
Weiblich	173	7.5%	87.3%	5.2%	
Alter					***
20–34 Jahre	136	6.6%	92.6%	0.7%	
35–49 Jahre	210	2.9%	84.3%	12.9%	
50–65 Jahre	162	3.7%	80.2%	16.0%	

Anmerkung: ¹Tabak: ich rauche seltener als täglich oder habe das Rauchen aufgegeben; Alkohol: mehrmals im Monat aber nicht jeden Tag; n.s.: nicht signifikant; *p<0.05; ***p<0.001.

Bezüglich des Alkoholkonsums ist die Gruppe der gelegentlich Konsumierenden am häufigsten vertreten. Nur etwa jede 25. Lehrperson ist abstinent. Täglicher Alkoholkonsum kommt bei etwa jeder zehnten Lehrperson vor. Bezüglich des Alkoholkonsums zeigen sich deutliche Geschlechtsunterschiede. Frauen sind häufiger nie oder gelegentlich Konsumierende, wohingegen Männer häufiger täglich konsumieren. Sowohl die Abstinenzrate schwankt über die Altersgruppen (Kategorie 'nie' in Tabelle 1), als auch der gelegentliche und tägliche Alkoholkonsum. So ist der gelegentliche Konsum mit zunehmendem Alter geringer, während es beim täglichen Konsum genau umgekehrt ist.

Betrachtet man ausschliesslich täglich Konsumierende, so werden in der Gruppe der täglich Tabak konsumierenden im Durchschnitt 16 Zigaretten pro Tag geraucht (M = 15.95, SD = 9.3, Min = 2, Max = 40, n = 92). Männer rauchen mit durchschnittlich 17.3 Zigaretten pro Tag etwas mehr als Frauen (M = 13.0 Zigaretten, t = 2.10, p < 0.05). Über die Altersgruppen hinweg konnte jedoch keine generelle Erhöhung der Anzahl konsumierter Zigaretten gefunden werden (r = .03, n.s.). Bezüglich der täglich konsumierten Alkoholmenge liegt der Durchschnitt bei 2.5 Standardgläsern (M = 2.56, SD = 1.23, Min = 1, Max = 5, n = 54). Obwohl mit durchschnittlich 3.2 Standardgläsern Alkohol pro Tag der Konsum der Frauen gegenüber dem der Männer leicht erhöht erscheint, ist dieser Unterschied nicht statistisch signifikant (M = 2.4 Standardgläser, t = 1.79, n.s.). Analog zum Zigarettenkonsum konnte über die Altersgruppen hinweg keine generelle Erhöhung festgestellt werden (r = .19, n.s.).

In Tabelle 2 wird der Konsumstatus von täglich gegenüber nicht täglich Tabak beziehungsweise Alkohol Konsumierenden durch verschiedene erklärende Faktoren in einer logistischen Regression vorhergesagt. In einem ersten Modell wurden dazu ausschliesslich soziodemographische Merkmale verwendet. Analog zu Tabelle 1 zeigen sich keine Geschlechts- oder Alterseffekte in Bezug auf den täglichen Tabakkonsum. Entsprechend liegt die Varianzaufklärung bei null Prozent. In Bezug auf den täglichen Alkoholkonsum werden die Geschlechtsunterschiede aus Tabelle 1 in der logistischen Regression aufgrund der hohen Streuung nicht signifikant. Alterseffekte bleiben jedoch bedeutsam; mit steigendem Alter haben Lehrpersonen eine höhere Wahrscheinlichkeit zu den täglich Alkohol Konsumierenden zu gehören. Die Varianzaufklärung liegt bei knapp zehn Prozent.

Tabelle 2: Determinanten des Konsumstatus von Lehrpersonen (täglich (1) vs. nicht täglich (0) Tabak- bzw. Alkoholkonsum; Odds Ratios der Logistischen Regression, Konfidenzintervalle in Klammern und Varianzaufklärung)

	Tabakkonsum	Alkoholkonsum
Modell 1		
Geschlecht ¹	1.20 (0.71–2.03)	1.86 (0.86–4.01)
Alter	1.00 (0.97–1.02)	1.06*** (1.03–1.10)
R ² _{expliziert}	0.0%	9.1%
n	508	508
Modell 2		
Geschlecht ¹	1.17 (0.69–1.99)	2.14 (0.97–4.70)
Alter	1.00 (0.97–1.02)	1.06** (1.03–1.10)
Arbeitsüberforderung	0.97 (0.66–1.42)	2.14** (1.28–3.56)
Arbeitsunzufriedenheit	1.17 (0.81–1.70)	0.76 (0.45–1.28)
R ² _{expliziert}	0.0%	12.5%
n	508	508

Anmerkungen: ¹1 = männlich, 0 = weiblich; **p < 0.01; ***p < 0.001.

In einem zweiten Modell wurden Arbeitsüberforderung und Arbeitsunzufriedenheit als weitere erklärende Faktoren hinzugenommen. In Bezug auf den täglichen Tabakkonsum leistet jedoch keine der beiden Variablen einen Erklärungsbeitrag. Die Varianzaufklärung bleibt bei null Prozent. In Bezug auf den täglichen Alkoholkonsum wird neben dem Alter die Arbeitsüberforderung signifikant. Arbeitsüberforderte Lehrpersonen haben eine deutlich erhöhte Wahrscheinlichkeit zur Gruppe täglich Alkoholkonsumierender zu zählen. Obwohl die Arbeitsunzufriedenheit keinen Betrag leistet, liegt die Varianzaufklärung im zweiten Modell bei über zwölf Prozent.

Nach der Analyse von Determinanten für den täglichen Konsum von Tabak beziehungsweise Alkohol wurde ausschliesslich in der Gruppe der täglich Tabak beziehungsweise Alkohol Konsumierenden betrachtet, welche Faktoren mit der konsumierten Menge in Verbindung stehen (siehe Tabelle 3). In einem ersten Modell, welches wiederum ausschliesslich soziodemographische Merkmale zur Erklärung verwendete, zeigte sich, dass mit zunehmendem Alter auch die Anzahl konsumierter Standardgläser pro Tag zunimmt. Die Varianzaufklärung unter Einbezug ausschliesslich soziodemographischer Merkmale lag bei 5 Prozent für Tabakkonsum und bei 13 Prozent für Alkoholkonsum.

Tabelle 3: Determinanten der Anzahl Zigaretten bzw. Standardgläser Alkohol bei täglich Konsumierenden (standardisierte Regressionskoeffizienten Beta, t-Werte in Klammern und Varianzaufklärung)

	Anzahl Zigaretten	Anzahl Standardgetränke
Modell 1		
Geschlecht [†]	.20 (1.86)	-.23 (-1.72)
Alter	.08 (0.75)	.26* (2.01)
Varianzaufklärung (R ²)	5.3%	12.8%
n	92	54
Modell 2		
Geschlecht [†]	.18 (1.73)	-.24 (-1.68)
Alter	.08 (0.72)	.26 (1.95)
Arbeitsüberforderung	.27* (2.37)	-.00 (-0.02)
Arbeitsunzufriedenheit	.07 (0.61)	.05 (0.29)
Varianzaufklärung (R ²)	14.5%	13.0%
n	92	54

Anmerkungen: [†]1 = männlich, 0 = weiblich; *p < 0.05.

In einem zweiten Modell wurden wiederum Arbeitsüberforderung und Arbeitsunzufriedenheit als weitere erklärende Faktoren hinzugenommen. In Bezug auf die Anzahl täglich konsumierter Zigaretten erweist sich die Arbeitsüberforderung als signifikant. Je stärker Lehrpersonen von ihrer Arbeit überfordert sind, desto mehr Zigaretten rauchen sie pro Tag. Entsprechend liegt die Varianzerklärung im zweiten Modell zweieinhalb mal so hoch wie in dem Modell mit ausschliesslich soziodemographischen Variablen. In Bezug auf die Anzahl täglich konsumierter Gläser alkoholischer Getränke erweist sich weder Arbeits-

überforderung noch Arbeitsunzufriedenheit als signifikant. Entsprechend verändert sich die Varianzaufklärung kaum.

4. Diskussion

Die vorliegende Studie hatte das Ziel, anhand einer repräsentativen Stichprobe von Lehrpersonen den Zusammenhang zwischen Alkohol- beziehungsweise Tabakkonsum und der Arbeitsüberforderung beziehungsweise -unzufriedenheit zu untersuchen. Basierend auf vorangegangenen Studien (8,9) konnte allgemein bestätigt werden, dass Arbeitsüberforderung mit erhöhtem Tabak- und Alkoholkonsum einhergeht. Interessanterweise zeigten sich jedoch Unterschiede zwischen der Häufigkeit des gewohnheitsmässigen Konsums und dem Ausmass des täglichen Konsums. Arbeitsüberforderte Lehrpersonen hatten eine deutlich erhöhte Wahrscheinlichkeit zur Gruppe täglich Alkohol Konsumierender zu zählen, während kein Zusammenhang in Bezug auf täglichen Tabakkonsum sichtbar wurde. Im Gegensatz dazu ging das Ausmass an Arbeitsüberforderung mit der Anzahl täglich gerauchter Zigaretten einher, jedoch nicht mit der Anzahl täglich getrunkenen Standardgläser alkoholischer Getränke.

Täglicher Tabakkonsum kann als eine Gewohnheit angesehen werden, die sich meist im Jugendalter herausbildet und sich danach als äusserst resistent gegenüber Veränderungen erweist. Entsprechend zeigen die präsentierten Daten, dass das Alter der Lehrpersonen weder einen Einfluss auf die Häufigkeit des Tabakkonsums noch auf die Anzahl pro Tag gerauchter Zigaretten hat. Dass ferner täglicher Tabakkonsum nur schwer wieder aufgegeben werden kann, zeigt sich auch darin, dass der Anteil täglich Tabak Konsumierender Lehrpersonen im Vergleich zu täglich Alkohol Konsumierender fast doppelt so hoch liegt. Es hat den Anschein, als ob Arbeitsüberforderung Lehrpersonen nicht dazu motiviert, mit dem täglichen Rauchen zu beginnen. Analog zu einer amerikanischen Untersuchung (9) ging jedoch bei Lehrpersonen, welche die Angewohnheit haben täglich zu rauchen, Arbeitsüberforderung mit einem erhöhten Zigarettenkonsum einher. Dabei trägt regelmässiges Rauchen weder dazu bei, Arbeitsüberforderung und beruflichen Stress zu bewältigen noch sich körperlich zu entspannen. Das subjektive Entspannungsgefühl nach dem Rauchen entsteht lediglich durch den Wegfall der Entzugssymptome und trägt längerfristig zu erhöhten Spannungszuständen bei (10).

Bei den Zusammenhängen zwischen Arbeitsüberforderung und Alkoholkonsum verhält es sich anders. Arbeitsüberforderung geht nicht mit einer gesteigerten Anzahl täglich konsumierter Standardgläser alkoholischer Getränke einher. Dieser Befund kann

auf die biopsychosozialen Effekte von Alkohol zurückgeführt werden. Da exzessiver Alkoholkonsum bei einer Trinkgelegenheit unter anderem mit Kopfschmerzen, verlängerten Reaktionszeiten und Aufmerksamkeits- und Koordinationsstörungen einhergeht, riskieren arbeitsüberforderte Lehrpersonen ihren Arbeitsalltag mit seinen übermässigen Belastungen nicht mehr bewältigen zu können, wenn sie täglich grosse Mengen Alkohol trinken. Hingegen haben arbeitsüberforderte Lehrpersonen eine höhere Wahrscheinlichkeit, zur Gruppe täglich Alkohol Konsumierender zu zählen. Dieser Befund mag damit in Zusammenhang stehen, dass arbeitsüberforderte Lehrpersonen der Ansicht sein könnten, mit täglichem moderatem Alkoholkonsum die übermässigen Belastungen des Arbeitsalltags besser verkraften zu können. Insgesamt scheint es auf die Gewohnheiten der jeweiligen Lehrperson anzukommen, ob die Häufigkeit des Alkoholkonsums oder die Anzahl täglich gerauchter Zigaretten erhöht wird.

In Bezug auf die Arbeitsunzufriedenheit konnten weder für die Häufigkeit noch für die Menge des Tabak- beziehungsweise Alkoholkonsums Zusammenhänge gefunden werden. Zusätzlich zu der Tatsache, dass nur ein geringer Bruchteil der Lehrpersonen arbeitsunzufrieden ist (1), scheint Arbeitsunzufriedenheit auch nicht mit erhöhtem Substanzkonsum einherzugehen. Dieser Befund ist wichtig für die Gesundheitsförderung und Suchtprävention bei Lehrpersonen. Im Vergleich zu Arbeitsüberforderung scheint Arbeitsunzufriedenheit ein eher geringes Problem darzustellen, die darüber hinaus auch mit weniger gravierenden Substanzkonsumgewohnheiten einhergeht.

5. Empfehlungen

Die vorliegende Arbeit verdeutlicht, dass präventive Massnahmen besonders auf die Verminderung von Arbeitsüberforderungen abzielen sollten. Dabei ist neben individuellen Belastungen auch die Arbeitsplatzgestaltung von Lehrpersonen von Bedeutung. Ungünstige Arbeitsbedingungen wie zum Beispiel zu grosse Schulklassen, fehlende Unterstützung durch Kollegen und Kolleginnen und ein Konkurrenz-klima an der Schule, aber auch schulhygienische Bedingungen wie Lärm oder Beleuchtung sollten erfasst und den Bedürfnissen der Lehrpersonen entsprechend verbessert werden. Wenn die Schule als Ort der Gesundheitsförderung gilt, dann sollten auch die Arbeitsbedingungen für Lehrpersonen gesundheitsförderlich sein. Konkrete Bewältigungsstrategien können zum Beispiel dazu führen, dass die Lehrperson lernt, besser mit Stresssituationen umzugehen. Hierbei ist es wichtig, gemeinsam mit der Lehrperson mögliche Strategien zu entwickeln.

Nicht nur wegen der direkten Auswirkung auf die Lehrpersonen sind präventive Massnahmen hinsichtlich des Konsums psychoaktiver Substanzen notwendig. Im Sinne einer schulbetrieblichen Suchtprävention sollte die Schule eine möglichst restriktive Haltung gegenüber dem Suchtmittelkonsum entwickeln. Es sollte ferner klar ersichtlich sein, welche Regelungen für Suchtmittel gelten, wie auf Regelverstösse reagiert wird und welche Hilfeleistungen die Schule bei persönlichen Schwierigkeiten leisten kann. Es liegt an der Schulleitung zu beurteilen, in welcher Form das schulinterne Verhalten mit suchtpreventiven Bemühungen vereinbart werden kann.

6. Referenzen

1. Kramis-Aebischer K. Stress, Belastungen und Belastungsverarbeitung im Lehrberuf. 2. unveränderte Auflage. Bern/Stuttgart/Wien: Haupt, 1996.
2. Ulich E, Inversini S, Wülser M. Arbeitsbedingungen, Belastungen und Ressourcen der Lehrkräfte des Kantons Basel-Stadt. Zürich: Institut für Arbeitsforschung und Organisationsberatung, 2002.
3. Frei B. Belastungen im Lehrberuf. Zürich: Pädagogisches Institut der Universität Zürich, 1996.
4. Gonik V, Kurth S, Boillat MA. Analyse du questionnaire sur l'état de santé physique et mentale des enseignants vaudois. Rapport Final. Lausanne: Institut universitaire romand de Santé au Travail (IST), 2000.
5. LCH, n.d. (accessed 10.07.2007, at www.lch.ch)
6. Masson S. La pénibilité du travail des maîtres secondaires. Lausanne: Société Vaudoise des Maîtres Secondaires (SVMS), 1999.
7. Trice HM, Sonnenstuhl WJ. On the construction of drinking norms in work organizations. *J Stud Alcohol* 1990;51(3):201–20.
8. Vasse RM, Nijhuis FJN, Kok G. Associations between work stress, alcohol consumption and sickness absence. *Addiction* 1998;93(2):231–41.
9. Ng DM, Jeffery RW. Relationships between perceived stress and health behaviors in a sample of working adults. *Health Psychol* 2003;22(6):638–42.
10. Parrott AC. Does cigarette smoking cause stress? *Am Psychol* 1999;54(10):817–20.
11. Ramaciotti D, Perriard J. Les coûts du stress en Suisse. Zurich: Seco – Ressort Arbeit und Gesundheit, 2000.
12. Enzmann D, Kleiber D. Helfer-Leiden: Stress und Burnout in psychosozialen Berufen. Heidelberg: Asanger, 1989.

7. Wissenstransfer/Valorisierung

Delgrande Jordan M, Kuntsche E, Sidler J. Arbeitsüberforderung und -unzufriedenheit von Lehrpersonen in der Schweiz – Zusammenhänge mit Depressivität und somatischen Beschwerden. *Schweizerische Zeitschrift für Bildungswissenschaften* 2005;27:123–39.

Kuntsche E, Delgrande Jordan M, Sidler J. Rauchen und trinken Lehrpersonen täglich (mehr), wenn sie arbeitsüberfordert und -unzufrieden sind? *Abhängigkeiten* 2005;11:52–65.

Kuntsche E. Erziehungsstile von Lehrpersonen im Kontext von Arbeitsüberforderung und -unzufriedenheit. *Psychologie in Erziehung und Unterricht* 2006;53:155–66.

Korrespondenzadresse:
Dr. phil. Emmanuel Kuntsche
Schweizerische Fachstelle für Alkohol- und andere
Drogenprobleme (SFA)
Forschungsabteilung
Postfach 870
CH 1001 Lausanne
Tel. +41 21 321 29 52
Fax +41 21 321 29 40
E-Mail: ekuntsche@sfa-ispa.ch