

INHALTSVERZEICHNIS

Einführung	15
Teil I	
LEHRERBELASTUNG UND LEHRERGESUNDHEIT	21
1. Arbeitsbedingungen und -belastungen an Regel- und Waldorfschulen	22
1.1 Definitionen wesentlicher Aspekte der Belastung	22
1.2 Die Potsdamer Lehrerstudie	24
1.2.1 Entwicklung des AVEM als methodisches Instrument zur Bewältigungsmessung	24
1.2.2 Ergebnisse	27
1.3 Studien zu Arbeitsbedingungen und -belastungen bei Waldorflehrern	29
1.4 Zusammenfassung/Reflexion	32
2. Erkenntnisse der Burnoutforschung als Ansatzpunkt für die Entwicklung von Interventionskonzepten für belastete Zielgruppen	34
2.1 Definition und Symptomatik von Burnout	35
2.2 Phasenentwicklung, Diagnostik und Komorbidität	37
2.3 Erklärungsansätze der Burnoutentstehung	38
2.3.1 Differenzialpsychologische, individuenzentrierte Ansätze	38
2.3.2 Arbeits- und organisationspsychologische Ansätze	41
2.3.3 Soziologisch-sozialwissenschaftliche Ansätze	42
2.4 Interventionskonzepte in Prävention und Gesundheitsförderung	43
2.4.1 Kurz- und langfristige Interventionsstrategien	43
2.4.2 Interventionsprogramme für Lehrer	44

2.4.3 Erforschung der Therapie des Burnout-Syndroms	45
2.5 Zusammenfassung/Reflexion	46

TEIL II

BEZUGSWISSENSCHAFTLICHE ERKENNTNISSE UND IHRE BEDEUTUNG FÜR DIE KUNSTTHERAPEUTISCHE INTERVENTIONSPLANUNG	49
1. Gesundheitswissenschaftliche Erkenntnisse	50
1.1 Gesundheitsbegriff und Resilienzkonzept	50
1.2 Salutogenetische und hygiogenetische Sichtweise von Gesundheit und Krankheit	52
1.3 Prävention und Gesundheitsförderung	55
2. Psychologisch-psychotherapeutische Erkenntnisse	58
2.1 Stresstheorien	59
2.1.1 Transaktionales Stressbewältigungsmodell nach Lazarus & Folkman (1984)	59
2.1.2 Neurowissenschaftlicher Erklärungsansatz der Stressentstehung	62
2.2 Ressourcenorientierung	63
2.2.1 Ressourcen	64
2.2.2 Ressourcenorientierte Interventionsplanung bei Burnout	66
2.2.3 Kreativität als Ressource	67
2.2.4 Ziel- und Lösungsorientierung als Therapieprinzipien	68
2.3 Die Psychologie des Wohlbefindens	70
2.3.1 Terminologie und Struktur des Wohlbefindens	71
2.3.2 Interventionsansätze zur Steigerung des Wohlbefindens ..	73
2.3.3 Neurobiologische Erkenntnisse zur Entstehung von Wohlbefinden	75
3. Zusammenfassung/Reflexion	76

Teil III

KUNSTTHERAPEUTISCHE ANSÄTZE UND IHRE WIRKMECHANISMEN 80

1. Kunsttherapeutische Ansätze und ihre Relevanz für
die Interventionsplanung 80
- 1.1 Tiefenpsychologisch orientierte Kunsttherapie nach
C. G. Jung 80
- 1.2 Symboltheorie nach Kast 81
- 1.3 Maltherapie und ihre Wirkfaktoren nach Riedel 82
2. Neurobiologische Besonderheiten künstlerischen Gestaltens 84
3. Kunsttherapeutische Forschung 86
4. Zusammenfassung/Reflexion 88

Teil IV

PLANUNG UND DURCHFÜHRUNG EINES KUNSTTHERAPEUTISCHEN PROJEKTTAGES 92

1. Ziele, Inhalte, Methoden und Materialien 93
- 1.1 Intervention 1: Positive Gefühle 96
- 1.2 Intervention 2: Gruppenmandala 98
- 1.3 Intervention 3: Fluss der Wunder 100
- 1.4 Intervention 4: Unser Wunschbaum 102
2. Zusammenfassung/Reflexion 103

Teil V

DIE EMPIRISCHE UNTERSUCHUNG	105
1. Kurzbeschreibung der Pilotstudie und ihrer Rahmenbedingungen	106
1.1 Ziel und Fragestellung der Studie	106
1.2 Forschungsaufgabe, Hypothesen und Design	107
1.3 Setting/Stichprobe	107
1.4 Datenschutz/Ethikkommission	108
2. Forschungsmethodik	108
2.1 Die quantitative Analyse	108
2.1.1 Datenerhebung	109
2.1.2 Datenauswertung/statistische Methoden	111
2.1.3 Zwischenanalyse zur Probandenauswahl für den qualitativen Teil der Studie	111
2.2 Die qualitative Analyse – Datenerhebung und -auswertung	112
2.3 Vertiefende Einzelfallanalysen – ein Methoden-Mix	113
3. Ergebnisse	115
3.1 Ergebnisse der quantitativen Analyse	115
3.1.1 Stichprobenbeschreibung	115
3.1.2 Veränderung des habituellen Wohlbefindens	117
3.1.3 Veränderung des aktuellen Wohlbefindens	120
3.1.4 Zusammenfassung der quantitativen Ergebnisse	122
3.2 Ergebnisse der qualitativen Analyse	123
3.2.1 Die Wirkfaktorentabelle	124
3.2.2 Definition der kunsttherapeutischen Wirkfaktoren	125
3.2.3 Relative Häufigkeit der Fundstellen – eine quantitative Analyse qualitativer Daten	131
3.2.4 Zusammenfassung der qualitativen Ergebnisse	133
4. Vertiefende Einzelfallanalysen	134

4.1	Einzelfallanalyse „Frau K.“	135
4.1.1	Persönliche, gesundheits- und berufsbezogene Daten	135
4.1.2	Veränderung des aktuellen und habituellen Wohlbefindens – Ergebnisse der Fragebögen	136
4.1.3	Veränderung des aktuellen und habituellen Wohlbefindens – kunsttherapeutische Wirkfaktoren	136
4.1.4	Gestaltungen am Projekttag	140
4.1.5	Zusammenfassung und Reflexion der Ergebnisse „Frau K.“	142
4.2	Einzelfallanalyse „Herr H.“	146
4.2.1	Persönliche, gesundheits- und berufsbezogene Daten	146
4.2.2	Veränderung des aktuellen und habituellen Wohlbefindens – Ergebnisse der Fragebögen	147
4.2.3	Veränderung des aktuellen und habituellen Wohlbefindens – kunsttherapeutische Wirkfaktoren	149
4.2.4	Gestaltungen am Projekttag	151
4.2.5	Zusammenfassung und Reflexion der Ergebnisse „Herr H.“	153
4.3	Zusammenfassung und Reflexion der Einzelfallanalysen	157
Teil VI		
ZUSAMMENFASSUNG, DISKUSSION UND AUSBLICK		160
ANHANG		
Literaturverzeichnis		171
Abbildungsverzeichnis		183
Tabellenverzeichnis		184
Abkürzungsverzeichnisse		185
Text Intervention 3 zur geleiteten Imagination		188
Register		190
Gestaltungen der Gruppe (Auswahl)		195
Gestaltungen „Frau K.“ (Einzelfallanalyse)		204
Gestaltungen „Herr H.“ (Einzelfallanalyse)		206