

# STRESS UND STRESSMANAGEMENT IN DER SCHULE

**Dienstag 10.15 – 11.45 Uhr Raum O15.10**  
 Dozentin: Petra Buchwald

**WS 10-11**  
[www.petra-buchwald.de](http://www.petra-buchwald.de)

<b>Seminarplan</b>	
19.10.	<b>Organisationsmodi des Seminars</b> Referatthemen, Literaturlisten
26.10.	<b>Stress und Stressbewältigung – eine Einführung (Petra Buchwald)</b> Referatthemen, Literaturlisten

## Referatthemen

02.11. (1)	<b>Die transaktionale Stresstheorie nach Richard Lazarus</b> Schwarzer, R. (2000). Streß, Angst und Handlungsregulation. Stuttgart: Kohlhammer. Schwarzer, R. (2004). Psychologie des Gesundheitsverhaltens. Einführung in die Gesundheitspsychologie. 3. überarb. Aufl. Göttingen: Hogrefe.
09.11. (2)	<b>Die Theorie der Ressourcenerhaltung nach Stevan Hobfoll</b> P. Buchwald, C. Schwarzer & S.E. Hobfoll (Hrsg.) (2004). <i>Stress gemeinsam bewältigen – Ressourcenmanagement und multiaxiales Coping</i> . Göttingen: Hogrefe. Buchwald, P. & Hobfoll, S. E. (2004). Burnout aus ressourcentheoretischer Perspektive. <i>Psychologie in Erziehung und Unterricht, 51</i> , 247-257.
16.11. (3)	<b>Belastungs- und Beanspruchungsmodell nach Rudow</b> Rudow, B. (1994). Die Arbeit des Lehrers: zur Psychologie der Lehrertätigkeit, Lehrerbelastung und Lehrergesundheit. Göttingen: Huber. Krause, A. (2003). Lehrerbelastungsforschung - Erweiterung durch ein handlungspsychologisches Belastungskonzept. <i>Zeitschrift für Pädagogik, 49(2)</i> , 254-273.
23.11. (4)	<b>Burnout bei Lehrkräften -1-</b> Poschkamp, Thomas (2008). Lehrergesundheit – Belastungsmuster, Burnout und Social Support bei dienstunfähigen Lehrkräften. Berlin: Logos
30.11. (5)	<b>Burnout bei Lehrkräften -2-</b> Käser, Udo & Wasch, Jennifer (2009). Burnout bei Lehrerinnen und Lehrern. Eine Bedingungsanalyse im Schulformvergleich.
07.12 (6)	<b>Stressmanagement im Erziehungsalltag</b> Schwarzer, C., Meißner, B. & Buchwald, P. (2001). <i>Stressmanagement im Erziehungsalltag</i> . Aachen: Caritasverband für das Bistum Aachen e.V.
14.12. (7)	<b>Stressbewältigung in Leistungssituationen</b> Buchwald, P. & Schwarzer, C. (2010). Impact of Assessment on Students' Test Anxiety. In Penelope Peterson, Eva Baker, Barry McGaw (Eds), <i>International Encyclopedia of Education</i> , volume 3, pp. 498-505. Oxford: Elsevier. Buchwald, P. (2007). Macht in Prüfungen - eine ressourcenorientierte Analyse. In M. Göhlich, E. König & C. Schwarzer (Hrsg.), <i>Beratung, Macht und organisationales Lernen</i> (S. 161 - 170). Wiesbaden: VS-Verlag für Sozialwissenschaften. Buchwald, P. (2004). Multiaxiales Coping und Leistung – Die Evaluation von Stressbewältigung in hierarchischen Prüfer-Prüfling-Dyaden. In P. Buchwald, C. Schwarzer & S. E. Hobfoll (Hrsg.), <i>Stress gemeinsam bewältigen – Ressourcenmanagement und multiaxiales Coping</i> (S. 164-181). Göttingen: Hogrefe
21.12.	Resümee
11.01.	<b>Stress und Coping von Jugendlichen – Internationale empirische Befunde</b> P. Buchwald, T. Ringeisen & M. Eysenck (Eds.) (2008). <i>Stress and Anxiety – Application to Life Span Development and Health Promotion</i> . Berlin: Logos. K. Moore & P. Buchwald (Eds.) (2009). <i>Stress and Anxiety – Application to Adolescence, Job Stress and Personality</i> . Berlin: Logos.
18.01.	<b>Schulische Stressbewältigung im interkulturellen Kontext</b> Buchwald, P. & Ringeisen, T. (2007). Wie bewältigen Lehrer interkulturelle Konflikte in der Schule? Eine Wirksamkeitsanalyse im Kontext des multiaxialen Copingmodells. <i>Interculture Journal - Online-Zeitschrift für Interkulturelle Studien, 5</i> , 71-98.
25.01.	<b>Stressbewältigung im Jugendalter</b> Anke Beyer, Arnold Lohaus (2006). <i>Stressbewältigung im Jugendalter</i> . Ein Trainingsprogramm. Göttingen: Hogrefe.
01.02.	<b>Klausur</b>

## **STRESS UND STRESSMANAGEMENT IN DER SCHULE**

Stress und Bewältigung sind Bestandteile menschlicher Interaktionen und manifestieren sich in der Schule durch die Dynamik der Institution sowie der dort Lernenden und Lehrenden. Stress kann die schulische Leistung mindern, hat aber auch ein motivierendes Potenzial, das mit Leistungssteigerungen verbunden ist. Im Rahmen dieses Spannungsfeldes werden ausgewählte theoretische Ansätze zu den Konzepten Stress, Bewältigung und Burnout vorgestellt und erörtert. Eine breite Diskussionsbasis bieten dazu das transaktionale Stressmodell, die Theorie der Ressourcenerhaltung und das dyadische Coping im Rahmen des multiaxialen Copingmodells. Die Anwendung der theoretischen Konzepte in praktischen Stressmanagement-Trainings wird ebenfalls dargestellt.