

Zweitveröffentlichung



Hummel, Theresia Gabriele; Hausladen, Kristina Natascha

„Do it digital and healthy!“ : Eine Fortbildungsmaßnahme zur Förderung der psychischen Gesundheit frühpädagogischen Bildungspersonals

Datum der Zweitveröffentlichung: 30.10.2025

Verlagsversion (Version of Record), Zeitschriftenartikel

Persistenter Identifikator: urn:nbn:de:bvb:473-irb-111054x

Erstveröffentlichung

Hummel, Theresia Gabriele; Hausladen, Kristina Natascha (2025): „Do it digital and healthy!“: Eine Fortbildungsmaßnahme zur Förderung der psychischen Gesundheit frühpädagogischen Bildungspersonals, in: Diskurs Kindheits- und Jugendforschung = Discourse: Journal of Childhood and Adolescence Research, Leverkusen-Opladen: Verlag Barbara Budrich GmbH, Jg. 20, Nr. 1, S. 119–124, doi: 10.3224/diskurs.v20i1.08

Rechtehinweis

Dieses Werk ist durch das Urheberrecht und/oder die Angabe einer Lizenz geschützt. Es steht Ihnen frei, dieses Werk auf jede Art und Weise zu nutzen, die durch die für Sie geltende Gesetzgebung zum Urheberrecht und/oder durch die Lizenz erlaubt ist. Für andere Verwendungszwecke müssen Sie die Erlaubnis der Rechteinhaberinnen und Rechteinhaber einholen.

Für dieses Dokument gilt eine Creative-Commons-Lizenz.



Die Lizenzinformationen sind online verfügbar:

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/legalcode>

„Do it digital and healthy!“ – Eine Fortbildungsmaßnahme zur Förderung der psychischen Gesundheit frühpädagogischen Bildungspersonals

Theresia Gabriele Hummel, Kristina Hausladen

1 Psychische Gesundheit frühpädagogischen Bildungspersonals

Ein Großteil des frühpädagogischen Personals empfindet den eigenen Arbeitsalltag oftmals als belastend und emotional erschöpfend und ist dementsprechend einer besonders hohen Burnout-Gefahr ausgesetzt (z. B. Jungbauer & Ehlen, 2015). Frühpädagogische Fachkräfte, die in ihrer psychischen Gesundheit beeinträchtigt sind, haben häufig höhere Fehlzeiten und scheiden früher aus dem Beruf aus (Grant et al., 2019); dieser Mechanismus wirkt sich wiederum auf den ohnehin prekären Fachkräftemangel aus. Zudem konnte nachgewiesen werden, dass stärkere Symptome eines Burnouts mit einer reduzierten Empathiefähigkeit bei frühpädagogischen Fachkräften einhergeht (Trauernicht et al., 2021) und eine geringere Qualität der Fachkraft-Kind-Interaktion bewirkt (Trauernicht et al., 2023; Ansari et al., 2022). Letzteres stellt eine wesentliche Komponente der Qualität der frühkindlichen Bildung und Betreuung dar und ist somit von enormer Bedeutung für den kurz- und langfristigen Verlauf der kindlichen Entwicklung (Anders, 2013). Dementsprechend ist es dringend erforderlich, die Gesundheitsförderung und die Prävention psychischer Erkrankungen bei frühpädagogischen Fachkräften zu intensivieren und diese langfristig zu unterstützen.

Bisherige Debatten zu Risiko- und Schutzfaktoren für die Wahrscheinlichkeit, psychisch zu erkranken, konzentrierten sich vor allem auf strukturelle Rahmenbedingungen wie bspw. Arbeitszeiten und Personalverhältnisse. Neuere Studien belegten jedoch, dass vor allem soziale Aspekte des Arbeitsumfelds wichtige Faktoren für das Auftreten von Burnout-Symptomen sind (Trauernicht et al., 2024; Zinsser et al., 2016). Besonders das Handlungsfeld der Elternzusammenarbeit spielt eine entscheidende Rolle für die psychische Gesundheit der Fachkräfte: Es zeigte sich, dass frühpädagogische Fachkräfte, die Zusammenarbeit mit Eltern häufig scheuen, nicht hinreichend dafür qualifiziert sind und etwaige Herausforderungen in der Zusammenarbeit zwischen Kita und Elternhaus einen Hauptfaktor für arbeitsbedingte Erschöpfungszustände darstellen kann (Trauernicht et al., 2022). Eine fachliche Unterstützung und Qualifizierung im Bereich der Elternzusammenarbeit können daher auch zur psychischen Stabilisierung frühpädagogischer Fachkräfte

beitragen und somit der aktuellen Personalfuktuation entgegenwirken, Elternbedarfen an weiteren Kita-Plätzen entgegenkommen und eine hohe pädagogische Qualität begünstigen. Vor diesem Hintergrund wurde die Fortbildungsmaßnahme „Do it Digital and Healthy!“ (Digity) entwickelt, die im Folgenden vorgestellt werden soll.

2 Die Fortbildungsmaßnahme „Digity“

„Digity“ ist im gleichnamigen Projekt eingebettet, das vom Europäischen Sozialfond für einen Zeitraum von zwei Jahren gefördert wird (vom 01.05.2023 bis 30.04.2025). Neben der Entwicklung des Fortbildungskonzepts umfasst das Projekt die Durchführung von mehreren Erprobungsdurchgängen. Die definierte Zielgruppe stellen hierbei unterschiedliche Akteur:innen in der frühpädagogischen Praxis dar (z. B. Fachberatungen, Kita-Leitungen, Fachkräfte im Gruppendienst), die im besten Falle bei denselben Trägern angestellt sind, so dass eine Vernetzung der Teilnehmenden im Sinne von Arbeitskreisen ermöglicht werden kann. Ein solches Modell hat sich im Qualifizierungsmodell des Bundesprogramms „Sprach-Kitas“ (z. B. Anders et al., 2020) als erfolgreich erwiesen. Hierdurch werden die Anforderungen auf unterschiedlichen Ebenen miteinander verknüpft, welches die Nachhaltigkeit der Implementierung sichert.

2.1 Ziele und theoretische Grundlagen

Das Fortbildungsangebot greift den Zusammenhang von nicht gelingender Elternzusammenarbeit und emotionaler Erschöpfung von frühpädagogischen Fachkräften auf und integriert Komponenten der Prävention psychischer Erschöpfung. Hierbei liegt die Annahme zugrunde, dass insbesondere die Nutzung digitaler Medien bisherige Herausforderungen in der Elternzusammenarbeit reduzieren kann und somit eine Stressreduktion seitens des Personals bewirken kann. So bietet bspw. eine digital gestützte Elternkommunikation Kitas die Möglichkeit, bestehende Barrieren wie Zeitmangel, geringe Aufmerksamkeit für Kita-Belange sowie Sprachbarrieren und geringe Erreichbarkeit zu überwinden und neue Herangehensweisen in der Elternzusammenarbeit erfolgreich zu etablieren (Hummel et al., 2024). Konkret zielt „Digity“ darauf ab, Fachkräfte zu befähigen, die Potenziale digitaler Medien für eine wirksame Elternzusammenarbeit im Alltag zu erkennen, Sicherheit im Umgang mit digitalen Geräten zu erlangen sowie eine Arbeitsentlastung durch einen effizienten Einsatz digitaler Medien zu schaffen.

Hierzu greift das Projekt Theorien auf, die Stresssituationen als komplexe Wechselwirkungsprozesse verstehen (z. B. transaktionales Stressmodell von Lazarus, 1984). Darüber hinaus schließt es an Modelle an, in denen Wissen, motivationale Voraussetzungen und Haltung als relevante Aspekte professioneller Handlungskompetenz definiert werden (z. B. Fröhlich-Gildhoff et al., 2011) und orientiert sich an Forschung und Theorien zu effektiven Methoden der Zusammenarbeit zwischen Kita und Elternhaus (z. B. Hummel et al., 2022). Ferner werden Erkenntnisse zur Wirksamkeit von Fortbildungen im frühpädagogischen Kontext aufgegriffen, die die Verknüpfung unterschiedlicher Theorien und die Bedeutsamkeit des situativen Lernens betonen.

2.2 Aufbau und Methoden

Die Fortbildung besteht aus drei Bausteinen: Zunächst findet ein 1,5-tägiger Workshop statt, in dem die zentralen Inhalte wie oben beschrieben erarbeitet und die Ausgangslagen der Fachkräfte in den Einrichtungen und beim Träger analysiert werden. Basierend auf der Analyse der Ausgangslage startet anschließend eine angeleitete Praxis- und Erprobungsphase, in der die Teilnehmenden in Arbeitskreisen aus Fachberatung, Kitaleitung und Fachkräften eine Methode der digitalen Elternzusammenarbeit oder einen Elternbildungsansatz entwickeln und implementieren. Diese Praxisphase wird durch individualisiertes Feedback, Goal-Attainment-Scaling und Reflexions- und Austauschphasen über eine digitale Plattform unterstützt. Der Fortschritt wird parallel über ein Projektstagebuch dokumentiert. Dieses dient auch zum Monitoring des arbeitsbezogenen Wohlbefindens und einer Reflexion des Verhältnisses von positiver Anstrengung und Überforderung bzw. Erschöpfung. Für die Praxis- und Erprobungsphase, die während der regulären Arbeitszeit der Fachkräfte stattfindet, werden den Teilnehmenden ca. zehn Wochen zur Verfügung gestellt. Auf diese Weise wird sichergestellt, dass ausreichend große Zeiträume für die Implementierung der Maßnahme auch z. B. bei Personalausfällen zur Verfügung stehen. Abschließend findet ein weiterer 1,5-tägiger Workshop statt, in dem die Praxisphase ausgewertet wird. Zudem werden Methoden zur nachhaltigen Verankerung von digitaler Elternzusammenarbeit und zur Prävention psychischer Erschöpfung in Kindertageseinrichtungen erarbeitet (z. B. Implementierung im pädagogischen Konzept der Einrichtung, Strategien zur Weitergabe der Fortbildungsinhalte in das Team). Darüber hinaus wird ein Entwicklungsplan für die Einrichtung erstellt, der die nächsten Entwicklungsziele und -schritte für die Fachberatungen, Kitaleitungen und Fachkräfte definiert.

3 Wissenschaftliche Begleitung von „Digity“

Das Projekt „Digity“ wird am Lehrstuhl für Frühkindliche Bildung und Erziehung an der Universität Bamberg zeitgleich wissenschaftlich begleitet. Die Studie ist im Längsschnitt angelegt; dementsprechend werden Daten der Teilnehmenden zu mehreren Messzeitpunkten – zum Auftaktworkshop, zur Praxis- und Erprobungsphase, zum Abschlussworkshop und drei Monate nach der Fortbildung im Follow-Up – erfasst. Ziel ist es, veränderbare Komponenten von stressreduzierendem Fachkraftverhalten in der Elternzusammenarbeit zu identifizieren, das durch Intervention beeinflusst werden kann.

3.1 Erhebungsinstrumente

Zur Messung der Wirkungen werden neben dem Projektstagebuch verschiedene Elemente genutzt: So werden die Teilnehmenden im Format eines Lernportfolios sowohl zu Beginn als auch zum Ende ihrer Fortbildungsteilnahme umfassend hinsichtlich ihrer professionellen Kompetenzen, ihrem Wohlbefinden sowie ihrem Arbeitsalltag standardisiert befragt. Diese Kompetenzmessungen ermöglichen die Analyse, inwieweit eine Weiterentwicklung relevanter Kompetenzen im Rahmen der Fortbildung stattgefunden hat und diese sich im

Rahmen einer veränderten Praxis und einem reduzierten Stressempfinden niederschlagen. Des Weiteren dienen diese Angaben zur Erfassung der Fortbildungsintensität und der nachhaltigen Verankerung der Fortbildungsinhalte im Arbeitsalltag sowie im gesamten Kita-Team. Die Feldphase läuft vom Herbst 2023 bis zum Frühjahr 2025, zum aktuellen Zeitpunkt liegen daher noch keine finalen Befunde vor. Im Folgenden können jedoch erste Einblicke bezüglich des Stressempfindens der Teilnehmenden zu Beginn der Fortbildung gegeben werden.

3.2 Erste Einblicke bezüglich des Stressempfindens der Teilnehmenden

Bis zum Sommer 2024 wurden zwei Fortbildungsdurchgänge durchgeführt, sodass sich ein kurzes Zwischenfazit schließen lässt. Es haben insgesamt 28 Fachkräfte (14 Leitungskräfte, 13 pädagogische Fachkräfte im Gruppendienst, 1 Fachberatung) teilgenommen. Aufgrund dieser geringen Stichprobengröße sind die Ergebnisse jedoch nur eingeschränkt interpretierbar. Was sich jedoch zeigt, ist, dass sich die meisten Teilnehmenden, wie das Konzept der Fortbildung intendiert, in Verbünden aus mehreren Fachkräften der gleichen Einrichtung und des gleichen Trägers zu Arbeitskreisen zusammenschließen konnten.

Bezüglich des allgemeinen Stresslevels der Teilnehmenden zu Beginn der Fortbildung gibt es eine große Streuung zwischen den Teilnehmenden: Auf einer 7-stufigen Skala¹ bestehend aus neun Items geben die Fachkräfte durchschnittlich an, dass sie sich mäßig gestresst fühlen ($M = 3,5$; $SD = 0,9$; $Min = 1,7$; $Max = 5,9$). Das Stresslevel mit Bezug zur Elternzusammenarbeit wurde ebenfalls auf einer 7-stufigen Skala bestehend aus sechs Items erfasst. Dieses fällt geringer aus ($M = 2,2$; $SD = 1,0$; $Min = 1,0$; $Max = 5,7$) als das allgemeine Stresslevel. Zusätzlich zur Angabe des Stresslevels wurden die Teilnehmenden gebeten, persönliche Stressoren im Rahmen der Elternzusammenarbeit zu identifizieren. Im Mittel gaben die 28 Teilnehmenden fünf Stressoren an ($M = 4,8$; $SD = 2,4$; $Min = 2$; $Max = 9$). Hierbei werden recht vielfältige Themen genannt: So werden strukturelle Rahmenbedingungen des Arbeitsalltags (z. B. Personalmangel, Zeitdruck, hohe Anforderungen), aber auch Aspekte des sozialen Miteinanders (z. B. Desinteresse der Eltern, Konfliktsituationen, geringe Wertschätzung) als Stressoren in der Elternzusammenarbeit identifiziert. Auch die Durchführung spezifischer Angebote werden als Stressoren empfunden (z. B. Tür- und Angelgespräche).

4 Ausblick

Fortbildungen bzw. Interventionen zur Förderung der psychischen Gesundheit frühpädagogischer Fachkräfte bringen vielfältige Herausforderungen mit sich. Angesichts der erforderlichen Zeitressourcen für eine Fortbildungsteilnahme liegt eine Herausforderung im Zugang zu stressbelasteten Fachkräften. So ist anzunehmen, dass ein erhöhtes Stresserleben die Wahrscheinlichkeit, an einer umfangreichen Fortbildung teilzunehmen, verringert. Hier kann das Projekt „Digity“ bislang nur teilweise ansetzen: Die Ausgangswerte

¹ Zustimmung zu einzelnen Items: 1 = gar nicht, bis 7 = sehr stark

zum Stresslevel der bisher 28 Teilnehmenden weisen darauf hin, dass aktuell durchschnittlich eher weniger gestresste Fachkräfte an der Fortbildung teilnehmen; nichtsdestotrotz weisen manche Teilnehmenden auch ein erhöhtes Stresslevel auf. Zudem ist anzunehmen, dass Fachkräfte, die bereits in der Vergangenheit Erfahrungen mit hohem Stressempfinden in der Elternzusammenarbeit gesammelt haben, eher Interesse aufweisen, an der Fortbildung teilzunehmen; wenngleich ihr Stresslevel zum Fortbildungszeitpunkt niedriger ausfällt. Zuletzt soll darauf hingewiesen werden, dass durch das Fortbildungsangebot das Gesundheitsverhalten der Fachkräfte auch präventiv gestärkt werden kann. Die Analysen im Längsschnitt werden zeigen, inwiefern „Digity“ das Stresserleben der Teilnehmenden in der Elternzusammenarbeit langfristig beeinflussen kann.

Literatur

- Anders, Yvonne, Kluczniok, Katharina, Bartels, Kai Caroline, Blaurock, Sabine, Grimmer, Julia, Große, Christiane, Hummel, Theresia, Kurucz, Csaba, Resa, Elisabeth, Then, Sebastian, Wieduwilt, Nadine & Roßbach, Hans-Günther (2020). *Policy Brief zum vierten Zwischenbericht zur wissenschaftlichen Evaluation des Bundesprogramms „Sprach-Kitas: Weil Sprache der Schlüssel zur Welt ist“*. Ergebnisse zur nachhaltigen Wirkung des Bundesprogramms. Berlin: Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend. Verfügbar unter: <https://fis.uni-bamberg.de/handle/uniba/54040> [05. Oktober 2024]
- Anders, Yvonne (2013). Stichwort: Auswirkungen frühkindlicher, institutioneller Bildung und Betreuung. *Zeitschrift für Erziehungswissenschaft*, 16 (2), 237–275. <http://dx.doi.org/10.1007/s11618-013-0357-5>
- Ansari, Arya, Pianta, Robert C., Whittaker, Jessica V., Vitiello, Virginia E. & Ruzek, Erik A. (2022). Preschool Teachers' Emotional Exhaustion in Relation to Classroom Instruction and Teacher-child Interactions. *Early Education and Development*, 33 (1), 107–120. <https://doi.org/10.1080/10409289.2020.1848301>
- Fröhlich-Gildhoff, Klaus, Nentwig-Gesemann, Iris & Pietsch, Stefanie (2011). *Kompetenzorientierung in der Qualifizierung frühpädagogischer Fachkräfte. Weiterbildungsinitiative Frühpädagogische Fachkräfte*. WiFF Expertise, Band 19. München.
- Grant, Ashley A., Jeon, Lieny & Buettner, Cynthia. K. (2019). Relating early childhood teachers' working conditions and well-being to their turnover intentions. *Educational Psychology*, 39 (3), 294–312. <https://doi.org/10.1080/01443410.2018.1543856>
- Hummel, Theresia, Cohen, Franziska & Anders, Yvonne (2024). Einsatz digitaler Medien in der Elternkommunikation. Nutzungsvielfalt und Zusammenhänge zu Fachkraftmerkmalen. *Frühe Bildung*, 1–9. <https://doi.org/10.1026/2191-9186/a000672>
- Hummel, Theresia, Cohen, Franziska & Anders, Yvonne (2022). The role of partnership practices in strengthening parental trust. *Early Child Development and Care*, 193 (3), 401–416. <https://doi.org/10.1080/03004430.2022.2093868>
- Jungbauer, Johannes & Ehlen, Sebastian (2015). Stressbelastungen und Burnout-Risiko bei Erzieherinnen in Kindertagesstätten. Ergebnisse einer Fragebogenstudie. *Gesundheitswesen*, 77, 418–423. <http://doi.org/10.1055/s-0034-1381995>

- Lazarus, Richard S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer Publishing Company.
- Trauernicht, Mareike, Anders, Yvonne, Oppermann, Elisa & Klusmann, Uta (2023). Early childhood educators' emotional exhaustion and the frequency of educational activities in preschool. *European Early Childhood Education Research Journal*, 31 (6), 1016–1032. <https://doi.org/10.1080/1350293X.2023.2217485>
- Trauernicht, Mareike, Anders, Yvonne, Oppermann, Elisa & Klusmann, Uta (2024). Emotional Exhaustion in German Preschool Teachers: The Role of Personal, Structural, and Social Conditions at the Workplace. *Journal of Research in Childhood Education*, 1–20. <https://doi.org/10.1080/02568543.2024.2325466>
- Trauernicht, Mareike, Besser, Nadine & Anders, Yvonne (2022). Burnout in der Kita und der Zusammenhang zu Aspekten der Arbeitszufriedenheit. *Frühe Bildung*, 11 (2), 85–93. <https://doi.org/10.1026/2191-9186/a000566>
- Trauernicht, Mareike, Oppermann, Elisa, Klusmann, Uta & Anders, Yvonne (2021). Burnout undermines empathising: do induced burnout symptoms impair cognitive and affective empathy? *Cognition & Emotion*, 35 (1), 185–192. <http://doi.org/10.1080/02699931.2020.1806041>
- Zinsser, Katherine M., Christensen, Claire G. & Torres, Luz (2016). She's supporting them; who's supporting her? Preschool center-level social-emotional supports and teacher well-being. *Journal of School Psychology*, 59, 55–66. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.jsp.2016.09.001>

Autor:innen

Theresia Gabriele Hummel, Dr., Otto-Friedrich-Universität Bamberg, Lehrstuhl für Frühkindliche Bildung und Erziehung.

Forschungsschwerpunkte: Qualität und Auswirkungen frühkindlicher institutioneller Bildung und Betreuung, Zusammenarbeit zwischen frühpädagogischen Fachkräften und Eltern, Professionelle Kompetenzen frühpädagogischer Fachkräfte, Quantitative Methoden der empirischen Sozialforschung.

Anschrift: Otto-Friedrich-Universität Bamberg, Lehrstuhl für Frühkindliche Bildung und Erziehung, 96045 Bamberg

E-Mail: theresia.hummel@uni-bamberg.de

Kristina Hausladen, Otto-Friedrich-Universität Bamberg, Lehrstuhl für Frühkindliche Bildung und Erziehung.

Forschungsschwerpunkte: Qualität und Auswirkungen frühkindlicher institutioneller Bildung und Betreuung, Zusammenarbeit zwischen frühpädagogischen Fachkräften und Eltern, Soziale Ungleichheit im Bildungswesen, Quantitative und qualitative Methoden der empirischen Sozialforschung.

Anschrift: Otto-Friedrich-Universität Bamberg, Lehrstuhl für Frühkindliche Bildung und Erziehung, 96045 Bamberg

E-Mail: kristina.hausladen@uni-bamberg.de