

„Stress in der Schule“
(Studie gegen Schulstress)
von Peter Rudlof, 08.06.2005
(ORF Radio Ö2 – Radio Steiermark am Abend)

Neben anderen Schulen wird in Weiz im Rahmen der Studie Schulsupport über Befragungen und über EKG-Langzeitmessungen untersucht, wie sich die Belastungs- und Erholungsphasen über einen Tag gestalten, und wie es um die Schlafqualität in der Nacht steht. Ob unter anderem Yoga hier die Lebensqualität für Lehrerinnen und Lehrer verbessern kann, und ob Yoga Lehrern und Schülern tatsächlich bei der Arbeit und in der Schule helfen kann, soll die Studie beantworten.

DI Claudia Zeiringer und Mag. Alexander Avian vom Institut für Nichtinvasive Diagnostik des Joanneum Research im Interview mit Peter Rudlof.

Copyright © 2005 ORF