

# Vorwort

»Ach so, Sie sind Lehrerin? Aha ... na ja ...«

»Sie sind Gestalttherapeutin? Das ist ja interessant!  
Was sagen Sie denn zu folgendem Problem: [...]?«

Es verblüfft mich immer wieder aufs Neue, wie unterschiedlich die Reaktionen sind, je nachdem ob ich mich als Lehrerin oder als Gestalttherapeutin vorstelle. Die beiden Berufsbilder lösen offensichtlich fast entgegengesetzte Assoziationen aus. Dabei fällt auf, dass viele Mitmenschen auf den Lehrerberuf mit Misstrauen und Vorsicht reagieren. Wertschätzung und Vertrauen sind nicht gerade selbstverständlich. In Skandinavien ist das Bild ein anderes: Der Lehrerberuf ist dort sehr geschätzt und beliebt, nur die Besten erhalten Studienplätze. Hierzulande bewegt er sich auf den hinteren Rängen der Beliebtheitsskala.

Wir alle waren in der Schule und sind deshalb scheinbar mit dem Wissen ausgestattet, direkt beurteilen zu können, was die Qualität von Schule ausmacht. Und in dieser Hinsicht hagelt es nur so an Kritik: Die Lehrer sind schlecht, sie wissen nicht mit den Kindern umzugehen, bringen ihnen nicht genug bei, machen sie nicht berufsreif, benoten viel zu streng oder verteilen unangemessen gute Noten, haben viel zu viel Ferien, sind »faule Säcke« und dazu noch nahezu unkündbar.

Zudem wird durch die Bildungspolitik häufig noch die Botschaft transportiert, dass eigentlich *jeder* Lehrer werden kann, was sich insbesondere bei der Suche nach Quereinsteigern zeigt. Fast hat es den Anschein, als sei jeder für den Lehrerberuf geeignet und eine bewusste pädagogische Haltung für die Schule gar nicht weiter

wichtig. Genau das wiederum macht es engagierten Lehrerinnen und Lehrern schwer, gute Arbeit zu leisten, weil es zu ihrer Frustration und Erschöpfung beiträgt.

Tendenziell wird zurzeit zwar verstärkt wahrgenommen, dass es auch Lehrer nicht leicht mit den »heutigen« Kindern haben, und viele Außenstehende wollten ihren Beruf nicht mit dem des Lehrers eintauschen, Ferienzeiten hin oder her. Trotzdem gibt es weiterhin viele kraftraubende Spannungsfelder im Beziehungsnetz Schule und Gesellschaft.

Seit Jahren beobachte ich, wie mit dem Berufsbild des Lehrers umgegangen wird. Dadurch hat sich meine Haltung gegenüber diesem Beruf, der ja auch der meine ist, sehr verändert. Ich möchte die Schule, so wie ich sie erlebe, zwar nicht verteidigen, aber mir fällt auf, dass dem System Schule viele Defizite vorgeworfen werden, Lehrer/-innen aber kaum Unterstützung erhalten, um aus diesem Dilemma herauszukommen.

Vor circa zehn Jahren, zu Beginn meiner erneuten Beschäftigung in einer Schule und im Lehrerfortbildungsbereich, schaute ich verblüfft auf manche Phänomene, die ich in Schulen beobachten konnte: Ich war entsetzt über die Formen der Kommunikation, den immensen Zeitdruck, die Lautstärke und den häufig unreflektierten Umgang mancher Lehrer/-innen mit sich selbst und ihrer professionellen Rolle, der fehlenden Psychohygiene.

Im Laufe der Zeit, in der ich therapeutisch mit Lehrer/-innen gearbeitet und die ich selbst als Lehrerin oder Konfliktberaterin in Schulen verbracht habe, erweiterte sich aber mein Blick, als ich feststellte, wie viele Lehrer/-innen krankheitsbedingt – vor Erreichen der Altersgrenze – aus ihrem Beruf ausscheiden, wie viele mit einem hohen Leidensdruck leben und trotz zahlreicher Fortbildungen keinen adäquaten Umgang mit ihren beruflichen Belastungen finden. Ich lernte unsensible Lehrer/-innen kennen, die keinerlei Gespür für ihr Verhalten hatten, und ich lernte sehr warmherzige, reflektierte Lehrer/-innen kennen, die ihren Beruf liebten und sich

weiterentwickeln wollten, hin zu mehr persönlicher und beruflicher Reife. Und trotzdem kämpften auch diese Kolleginnen und Kollegen gegen Ausbrennen, Erschöpfung und Überlastung.

So intensivierte sich mein Interesse an dem Gebiet der Lehrer-gesundheit: Was macht Lehrer/-innen gesund oder krank? Wann herrscht in einer Schule ein Klima, das nicht krankmachend ist? Und dazu gehört selbstverständlich auch der Blick auf Schule aus der Sicht von Schülerinnen und Schülern. Lehrer und Schüler verbringen wertvolle Lebenszeit an ihrer Schule, und deshalb ist ein positives Schulklima immer erstrebenswert.

Wäre es nicht auch erstrebenswert, wenn sowohl Lehrer als auch Schüler sagen könnten: »Ich gehe gerne in die Schule«, statt sich vielfach stöhnend durch den Tag zu quälen und andere mit Sätzen wie »Zum Glück nur noch zwei Stunden« oder »Nur noch 22 Tage bis zu den Ferien« zu überfallen?

Deshalb möchte ich zu einem neuen Blick auf den Lehrerberuf ermutigen, der an Bedeutung sogar noch zugenommen hat – gerade weil der häusliche Rahmen für viele Kinder und Jugendliche instabil geworden ist und die familiären Belastungen steigen und steigen. Lehrer/-innen ist oft nicht bewusst, wie wichtig sie in ihrer Rolle sind: Als Bezugsperson können sie für manche Schüler/-innen ein entscheidender Halt und Ausgangspunkt für schulisches Engagement und Leistungsbereitschaft sein.

Wer erlebt hat, wie einflussreich und wichtig die Schulzeit ist, der weiß, wie viel Leid und zum Glück auch Freude sie bewirken kann. So gut wie jeder ehemalige Schüler erinnert sich an eine Lehrerpersönlichkeit, die ihm entscheidende Impulse mit auf den Lebensweg gegeben hat. Der einzelne Lehrer kann viel Positives bewirken, großen Einfluss auf den Lebensweg eines Kindes nehmen, und sollte sehr bewusst mit dieser Macht umgehen. Lehrer/-innen können Lebenswege mit bahnen, aber auch zerstören. Deshalb ist es so wichtig, dass ihnen bewusst ist, mit welchen Mitteln sie ihre Schüler/-innen »erreichen« und wie sie tragende Beziehungen auf-

## Abhängigkeit und Autonomie

Natürlich versuchen die meisten Lehrer/-innen, Schüler aufzubauen und ihnen Wege aufzuzeigen, wie sie sich verbessern können. Aber jeder Lehrer lebt mit der Erfahrung, auch ein Schüler gewesen zu sein, mit all den schulischen Erfahrungen, die dazu gehören. Und genau dieser Schüler sitzt jedem Lehrer noch in den Knochen. Jetzt steht dieser ehemalige Schüler selbst vor der Klasse und ist in Gefahr, alte, vertraute »Schülergefühle« in seine Arbeitshaltung zu integrieren.

Sofern ihm dies nicht ins Bewusstsein rückt, wiederholen sich alte Mechanismen und Einstellungen: Manch ein Lehrer verhält sich seinem Schulleiter gegenüber wie der kleine Schüler, der er selbst einmal war, hofft auf ein Lob, möchte »gut« sein und viel dafür tun, um dieses Ziel zu erreichen. Oder er lässt Schwächen unter den Tisch fallen bzw. kann auch als Erwachsener nicht zu diesen stehen, drückt sich davor, Verantwortung für sein Verhalten zu übernehmen, und traut sich nicht mit Ansichten und Aktionen ans Licht, von denen er nicht sicher ist, ob die Schulleitung sie gutheißt oder akzeptiert.

Wenn sich Schulleitungen dieser Dynamiken nicht bewusst sind und sie diese vielleicht noch anheizen, indem sie dem Kollegium gegenüber wenig Wertschätzung zeigen, kann dies fatale Folgen haben: Vielfach konnte ich beobachten, dass Lehrer/-innen an ihrer Schule grundsätzlich »gut« sein möchten, aber die eigenen Schulerfahrungen noch nicht genügend reflektiert haben. In vielen Lehrerkollegien herrscht deshalb Schweigen und die Dominanz einer kleinen wortreichen Gruppe. Es fehlt eine konstruktive Konflikt- und Diskussionskultur, stattdessen werden viel zu schnell Machtkämpfe inszeniert.

Häufig kommt es auch vor, dass im kleinen Kreis viel geredet und manchmal lautstark Position bezogen wird. In großer Runde, im Beisein der Schulleitung, fällt es vielen aber schwer, sich mit ihrem Standpunkt zu zeigen oder Kollegen bei Konflikten zu unterstüt-

zen. Es ist erstaunlich, wie groß oft die Angst zu sein scheint, die eigene Meinung klar und offen zu vertreten. Der innere Konflikt, der sich dahinter verbirgt, basiert auf Selbstwertproblemen und den noch unreflektierten Kindheitserfahrungen mit Schule oder Autoritäten im Allgemeinen – im Grunde geht es um den unbewussten Umgang mit Abhängigkeit und Autonomie.

<b>Abhängigkeit: unbewusste Haltung</b>	<b>Autonomie: bewusste, reflektierte Haltung</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Ich passe mich an, zeige keine Mängel, keine Schwächen, sage nicht Nein. Dafür hoffe ich, gelobt und gesehen zu werden, meinen Wert zu steigern.</li> <li>● Ich habe Angst, etwas nicht zu können, nicht zu genügen – dadurch auch eine verstärkte Angst vor Veränderungen, somit ein großes Sicherheitsbedürfnis. (Mancher berufserfahrene Lehrer wurde schon vor neuen Projekten krank, um z. B. Teamteaching oder Gruppenarbeiten in nicht vertrauten Gruppierungen zu vermeiden.)</li> <li>● Ich ordne mich der Schulleitung unter, passe mich an und zeige nicht, was ich denke. Zu vielem habe ich keine eigene Meinung.</li> <li>● Ich ertrage viel und versuche nicht zu spüren, dass mir etwas zu viel ist. Ich zeige mich belastbar und leistungsfähig, damit gesehen wird, dass ich eben doch gut bin (= Note 1).</li> <li>● Ich gehe oft mit einer inneren Opferhaltung an Aufgaben heran, mit dem Gefühl der Überforderung und der bangen Frage: Was muss ich denn jetzt noch alles machen?</li> </ul> <p>→ <i>Ich muss ...</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Ich nehme mich wahr und achte (auf) mich. Ich lerne gerne hinzu.</li> <li>● Ich Sorge gut für mich. Ich spüre und achte meine Grenzen und nehme auch Dinge hin, die ich nicht ändern kann – entscheide mich aber bewusst dafür. Ich registriere z. B. einfach, dass meine Schulleitung wenig Wertschätzung für das Kollegium zeigt und niemanden aus dem Kollegium für die gute und sehr arbeitsintensive Projektwochengestaltung lobt. Bei Bedarf teile ich meinen Standpunkt aber offen und ohne Groll mit. Denn weil ich vieles an meinem Beruf schätze, komme ich auch mit Defiziten anderer zurecht.</li> <li>● Ich gebe Probleme zu, bitte um Hilfe oder frage nach Unterstützungswegen, ohne mich dadurch schwach und inkompetent zu fühlen.</li> </ul> <p>→ <i>Ich will ...</i></p>

Jugendlicher die Welt erlebt und welche Bewältigungsstrategien er entwickelt: Erlebt er über einen langen Zeitraum hinweg, dass nur seine Mängel gesehen werden, oder lernt er sogar, dass es nur über seine »Fehler« Aufmerksamkeit erhält, vertieft sich das Lebensgefühl »Ich bin nichts wert« (siehe auch die folgende Übersicht, Abb. 2).

Dieses Gefühl kann von Eltern, Lehrern und Mitschülern ausgelöst oder verstärkt werden. Wird dann auch noch wenig Kontakt zu einem Kind hergestellt, versucht oder weiß man nicht, es zu erreichen, lebt dieses oft in großer innerer Einsamkeit. Diese drückt sich entweder in Rückzug aus – das sind Kinder, die im Unterricht lange nicht auffallen, weil man oft nur mit den »Störern« beschäftigt und froh ist über jedes ruhige Kind – oder im aggressiven Angriff und Machtkampf. Aber ebenso wie Eltern, Lehrer/-innen und Mitschüler ihren Teil zur Verringerung des Selbstwertgefühls beitragen können, können sie es auch stützen und stärken.

Den Wert jedes einzelnen Schülers/jeder einzelnen Schülerin nicht zu schmälern, sondern zu *stärken*, sollte tagtägliche Haltung im Lehrerberuf sein. Sie selbst werden ganz neue Freude empfinden, wenn Sie Schülern grundsätzlich mit dieser Haltung begegnen.

Und wenn Ihre Schüler/-innen Ihnen diese Haltung mit der Zeit glauben, bringen sie Ihnen auch Vertrauen und Kooperationsbereitschaft statt Misstrauen und (gespielte) Gleichgültigkeit entgegen.

## Übungen zur (eigenen) Wertschätzung

### **?! Tankstelle**

- Nutzen Sie mit einer Klasse bzw. Gruppe eine Stunde, in der Sie gemeinsam die Potenziale, Fähigkeiten und positiven Kräfte aller Schüler/-innen sammeln. Achten Sie unbedingt darauf, jeden Schüler zu berücksichtigen und keinen auszuschließen. Auch für aggressive Schüler, die viele »nerven«, lassen sich mit Sicherheit positive Seiten finden.

**?!**

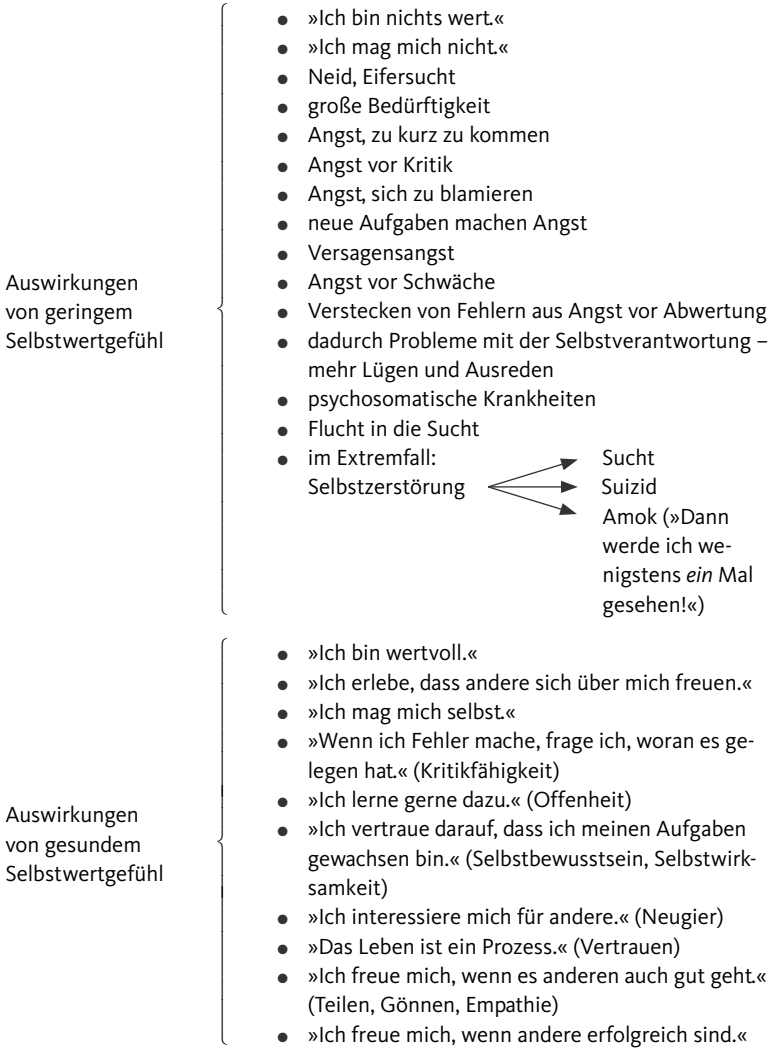


Abb. 2: Auswirkungen von geringem und gesundem Selbstwertgefühl