

Hilfe annehmen können im Kontext Schule *Über Möglichkeiten und Angebote für LehrerInnen*

Otmar Wiesmeyr

Tagtäglich SchülerInnen zu unterrichten, sie auf ihrem nicht immer einfachen Werdeprozess zur eigenständigen Persönlichkeit zu begleiten, sich den immer aufwendiger werdenden organisatorischen Anforderungen zu stellen und sich möglichst intensiv am schulischen Leben zu beteiligen, kann dazu führen, dass **Fragen nach der eigenen Gesundheit** und notwendigen Hilfen nicht oder erst spät gestellt werden.

Auch LehreInnen brauchen Hilfe und Unterstützung, wenn es darum geht, Probleme mit unkonzentrierten, unruhigen, aggressiven oder auch passiven und inaktiven Schülern zu bewältigen, sich konstruktiv mit Eltern auseinanderzusetzen und die Zusammenarbeit mit KollegInnen zu optimieren.

Untersuchungsergebnisse (Lehrerstudie des BMUK, Potsdamer Studie) belegen hohe Belastungssituationen bei LehrerInnen, die sie daran hindern dem Gesundheitsideal, das durch Engagement, Belastbarkeit und Zufriedenheit gekennzeichnet ist, weitgehendst zu entsprechen.

Die **erhöhten Anforderungen** an den Lehrberuf stehen auch in Zusammenhang mit veränderten gesellschaftlichen Bedingungen wie einer vielschichtigeren aber auch unüberschaubarer gewordenen Beziehungskultur, dem Wandel in Richtung einer multikulturellen Gesellschaft sowie dem zunehmenden Einfluss der elektronischen Medien. Dabei erschwert die postulierte **Einzelverantwortung der LehrerInnen** in allen möglichen schulischen Bereichen das Inanspruchnehmen von Hilfe. Tatsächlich zeigen jedoch viele Beispiele, dass am Zustandekommen von Schwierigkeiten eine Vielzahl an Wirkfaktoren beteiligt sind, die oft nur gemeinsam als solche erkannt und gelöst werden können.

Die Hürde, Hilfe annehmen zu wollen, kann dort eher überwunden werden, wo **Bereitschaft zum Gespräch und zur Unterstützung ehrlich vermittelt wird**. Dabei genügt bereits oft das Zuhören, ohne viel dazu zu tun. **Intervision und kollegiale Beratung** sind dazu die entsprechenden Fachausdrücke. Immer wieder berichten KollegInnen, dass bei solchen Gesprächen alle Beteiligten profitieren.

Professionelle Unterstützung in Form der **Supervision** bewährt sich seit Jahren an den Schulen und wird auch zunehmend in Anspruch genommen. In dem folgenden **Fallbeispiel** berichtet eine Lehrerin in einer Supervisionsgruppe von einem äußerst schwierigen Schüler. Trotz aller möglichen Interventionen, wisse sie nun nicht mehr weiter. In der Gruppe werden die vielen Anstrengungen der Lehrerin und ihr Einsatz anerkennend hervorgehoben. Die Lehrerin findet in dieser vertrauensgebenden Umgebung zusätzliche Sichtweisen und Ansätze, die sie in ihrer Arbeit mit dem schwierigen Schüler umsetzen möchte. Ihre Sichtweisen vom Schüler werden erweitert und ergänzt und erlauben ihr wieder mit mehr Mut und Hoffnung ihre anstrengende Arbeit weiterzuführen.

Supervision kann einzeln oder in Gruppen durchgeführt werden mit dem Ziel, die berufliche Kompetenz der LehrerInnen zu stärken und damit den beruflichen Alltag effektiver und besser bewältigbar zu machen.

Viele innovative **Schulentwicklungsprozesse** entstanden als Folge von Supervisionen, in denen wichtige Erkenntnisse gewonnen und in das Schulleben integriert wurden.

Auch der umgekehrte Weg, dass sich eine ganze Schule mit Themen wie Schulhauskultur, Gesundheit, multikulturelle Verständigung, Schulgemeinschaft usw. beschäftigt, kann für einzelne LehrerInnen eine hilfreiche Unterstützung sein, da damit das Einzelkämpfertum von der Gewissheit abgelöst werden kann, nicht allein sondern gemeinsam unterwegs zu sein.

Die **Bewältigung von Konflikten und Krisen** erfordern umfangreiche Konzepte, die sowohl schulorganisatorische Rahmenbedingungen, präventive Maßnahmen und effektive

Interventionsmöglichkeiten beinhalten. Das Erstellen von Krisenplänen, die Zusammenarbeit mit Institutionen und die Entwicklung einer Konfliktkultur an der Schule stellen fortwährende Aufgaben dar.

Eine zunehmende Bedeutung bei der Konfliktbewältigung kommt dabei auch der **Mediation** zu. Dabei können festgefahrene Positionen wieder bewegt und das Verständnis füreinander gefördert werden. Dazu gibt es einige vielversprechende Projekte, bei denen auch SchülerInnen als MediatorInnen eingesetzt werden. Alle diese Ansätze können zu einem friedlicheren und versöhnlicheren Umgang in der Schule beitragen.

Psychotherapeutische Unterstützung für die Schule erfolgt vorwiegend in Form der psychotherapeutischen Behandlung von SchülerInnen bei psychischen Problemen. Neuere Konzepte beschäftigen sich auch vermehrt mit dem Zusammenwirken elterlicher Erziehungsformen und schulischen Anforderungen.

Psychotherapeutische Angebote für LehrerInnen werden zunehmend auch von Krankenkassen angeboten.

Ein hilfreiches Netzwerk aus den schulinternen Ressourcen in Form des kollegialen Gesprächs und der Förderung eines guten Schulklimas sowie aus zusätzlichen schulexternen Angeboten wie Supervision, Mediation, Coaching und psychotherapeutische Unterstützung zu entwickeln, stellt eine notwendige Aufgabe für jede Schule dar, da der Einsatz für gesunde und zufriedene LehrerInnen letztendlich den SchülerInnen und der Schule als Ganzes zugute kommt.

Angebote für LehrerInnen im Kontext Schule

Ziele, Inhalte	Methoden, Techniken	Ansprechpartner
Berufliche Kompetenz,	Supervision	KollegInnen, DirektorInnen, SchulinspektorInnen, SchulpsychologInnen, SupervisorInnen
Konfliktlösung	Mediation	SchulpsychologInnen, MediatorInnen
Unterstützung beruflicher Entwicklungsprozesse	Coaching	KollegInnen, DirektorInnen, SchulinspektorInnen, Coachs, TrainerInnen
Hilfe und Unterstützung bei Fragestellungen und Schwierigkeiten mit Schulbezug	Psychologische Beratung und Behandlung	KollegInnen, DirektorInnen; SchulinspektorInnen, SchulpsychologInnen, PsychologInnen
Hilfe und Unterstützung bei Schwierigkeiten und psychischem Leid	Psychotherapie	PsychotherapeutInnen, Ärzte
Erfahrungsaustausch	Kollegiales Gespräch	KollegInnen
Übernahme von neuen Aufgaben, Konflikt- und Kommunikationskultur	Schulentwicklung: z.B. Schulhauskultur	Arbeitsgemeinschaften, DirektorInnen, SchulinspektorInnen, Schulgemeinschaft, SchulpsychologInnen, ReferentInnen
Verbalisieren und Darstellen von Themen und Belastungen	Online - Beratung (in Entwicklung)	DirektorInnen, SchulinspektorInnen, PsychologInnen, PsychotherapeutInnen, BeraterInnen

Literatur:

- Glasl, Friedrich: Selbsthilfe in Konflikten, Verlag Freies Geistesleben, Stuttgart, 2000
 Guggenbühl, Allan: Handordner "Aggression und Gewalt in der Schule - Schulhauskultur als Antwort", Edition IKM, Zürich 1999
 Schaarschmidt, U., Kieschke, U. & Fischer, A.: Beanspruchungsmuster im Lehrberuf. In: Psychologie in Erziehung und Unterricht, 4, 244-268, 1999
 Schaarschmidt, U. & Fischer, A.: Bewältigungsmuster im Beruf - Persönlichkeitsunterschiede in der Auseinandersetzung mit der Arbeitsbelastung. Vandenhoeck & Ruprecht, 2000