

DIE PERSÖNLICHKEIT DES MENSCHEN STÄRKEN

Sollen können müssen! Die KEG entdeckt Coaching als wunderbare Methode der Persönlichkeitsstärkung. Erwin Müller, Rektor der Grundschule in Plattling und Bezirksvorsitzender der KEG Niederbayern berichtet über seine Coaching-Erfahrungen mit Trainer Stefan Schmid.

Sollen können müssen! Die Anforderungen und Erwartungen an die LehrerInnen und ErzieherInnen steigen ständig. Inklusion, Integration, LehrplanPLUS, verhaltensauffällige Kinder etc. damit sollen die Lehrkräfte und ErzieherInnen zurechtkommen können. Nein: Müssen! Sie sollen können müssen! Wie soll das gelingen? Selbstverständlich gibt es Fortbildungen zu den einzelnen Bereichen. Aber wird dabei die Persönlichkeit jeder einzelnen Lehrkraft, jeder einzelnen Erzieherin berücksichtigt? Kann jede Lehrkraft, jede Erzieherin mit einem verhaltensauffälligen Kind umgehen, weil sie Seminare dazu besucht hat, wie sich die Verhaltensauffälligkeit äußert und was man da so alles tun oder lassen soll? Was aber, wenn die Lehrkraft, die Erzieherin Stress damit hat, mit den oben genannten Anforderungen und Erwartungen umzugehen. Was, wenn Neuerungen Angst bereiten? Kann die Lehrkraft, die Erzieherin dann noch ihr gesamtes Potential an Wissen und Kenntnissen nutzen? Sieht man sich die Zahlen zum Thema Burnout oder Erschöpfung bei Lehrkräften und ErzieherInnen an, dann scheint da etwas nicht zu klappen.

Scheinbar können manche Lehrkräfte und ErzieherInnen (und es werden immer mehr) sich unter Stress nicht mehr selber steuern, nicht mehr auf ihre gelernten Ressourcen zurückgreifen. Das führt zwangsläufig zu Symptomen oder verschlechtert bereits vorhandene.

Dazu werden im weiten Feld „Lehrergesundheit“ viele Seminare und Programme angeboten, wie man präventiv dafür sorgen kann, dass man gesund bleibt. Was aber, wenn man gar nicht erkennt, wann man mit welchem Programm ansetzen soll, wann der Stress, die Angst beginnt, wann man sich nicht mehr selbst steuern kann?

Dazu geht die KEG nun einen neuen Weg und der heißt Coaching.

Erwin Müller, Rektor der Grundschule in Plattling und Bezirksvorsitzender der KEG Niederbayern hat sich, wie mittlerweile viele Kollegen auch, ein Coaching beim Coach und Trainer Stefan Schmid „gegönnt“. Wir haben ihn zu seinen Erfahrungen damit befragt.

Herr Müller, wie kamen Sie dazu, sich für ein Coaching mit Stefan Schmid zu interessieren?

Seit Jahren arbeite ich als Klassenlehrer und Schulleiter und stoße immer wieder auf Situationen, die persönliche Grenzen aufzeigen. Situationen mit denen man sich schwer tut, die man meint nicht verändern zu können und die man als gegeben nehmen muss wirken stark belastend. Die Gefahr ist groß mehr oder weniger in diesen wiederkehrenden Situationen zu erstarren, befreites aktives Handeln wird dadurch sehr erschwert- manchmal unmöglich, Planungsarbeit in diesen Bereichen außerordentlich behindert; rat- und hilflos zu sein kann sehr frustrierend wirken. Weil man durch unzählige Vorerfahrungen glaubt, das Ergebnis bereits zu kennen(proph-

zeiende Voraussagen), werden wiederkehrende ähnliche Situationen nicht mehr als selbst steuerbar eingeschätzt. Erfahrungen von Ohnmacht und Fremdbestimmung haben mich als engagierten Lehrer stark belastet.

Im schlimmsten Fall kann eine negative Spirale losgetreten werden, die bewirkt, dass man sich in vielen weiteren Bereichen nichts mehr zutraut. Diese Erfahrungen dürfen allerdings keine Erstarrung der pädagogischen Arbeit nach sich ziehen, Analyse von Misserfolgen darf nicht so weit gehen, dass man nicht mehr handeln kann oder will. Ich vermied es zu fragen, was will ich denn selbst jetzt (aus dem Bauch heraus), und was kann mir analytisch dabei helfen damit ich es schaffen kann. Mut, Zuversicht und Zutrauen innerhalb der pädagogischen Arbeit schwinden.

Wie ist das bei Ihnen jetzt nach dem Coaching.

Das Coaching mit Stefan Schmid hat mir gezeigt, dass meine persönlichen Grenzen eigentlich immer wieder ähnliche und wiederkehrende Situationen waren, deren Umgang durch die eigene Persönlichkeit festgelegt ist und mitunter schwer fällt. Nach dem Coaching kenne ich nun meine eigene Persönlichkeit noch viel genauer und erkenne jetzt meine „Marker“ d.h. Gewohnheitsmuster die zum einen weiterhelfen aber zum anderen auch manches erschweren und meine Arbeit belasten. Ich bin mir meiner Stärken und vor allem meiner eigenen Handlungsressourcen noch viel bewusster und ich weiß, was ich will und mit welcher persönlichen Ressource ich es schaffen kann. Dinge, die mir gänzlich gegen die Persönlichkeit laufen, kann ich jetzt mit Hilfe von Kollegen bzw. auf anderen Wegen und mit anderen Strategien angehen. Das Coaching führt dazu, dass Gefühle und Emotionen mein Handeln wieder intensiver bestimmen. Dies führt zu einer äußerst positiven Grundstimmung. Aktiv handelnd zu bleiben und Gefühls- und Bauchentscheidungen so mancher Kopfentscheidung zu bevorzugen sind mit anfänglich nicht leicht gefallen. Diese sind aber letztlich der Weg aus so mancher Ohnmachtssituation. Gefühle



und Emotionen wollen stets handeln, der analytische Bereich begleitet und prüft, verhindert aber nicht gänzlich, dass ich mich schier unlösbarer Aufgaben stelle; so entsteht ein ausgewogenes Gleichgewicht und ich empfinde zunehmend Glück und Zufriedenheit bei meinen schulischen Herausforderungen.

Was hat sich noch verändert?

Die Offenheit Neues anzugehen ohne bereits ein Scheitern voraus zu analysieren. Das ist ein Weg, der meine Berufszufriedenheit in vollster Weise unterstützt. Aber auch meine eigenen persönlichen Grenzen des Machbaren zu erkennen ist sehr hilfreich, weil ich mir und auch anderen offen eingestehen kann, dass ich manches auch nicht kann und dass kein Mensch für alles in gleicher Weise geeignet ist. Ich empfinde meine Persönlichkeit als wertvolles Gut, die ich nicht verändern muss – Selbststeuerung ist ein enormer Gewinn in vielen Bereichen, macht vieles leichter.

Was hat Ihnen die Maßnahme persönlich gebracht?

Mir persönlich hat Coaching im Bereich Entscheidungsfindung noch mehr Sicherheit gegeben. Mut und Zuversicht in meiner Arbeit wurden nach dem Coaching noch stärker verankert und bestimmen jetzt mein berufliches Umfeld. Zudem hat mir mein Persönlichkeitsprofil gezeigt, dass ich nichts verändern muss, sondern, dass ich individuell durch Selbststeuerung mit unterschiedlichen Dingen anders umgehen kann. Ich habe gelernt mich bewusst zu steuern und kann so auch belastenden Arbeitssituationen mit meiner Persönlichkeit begegnen und aktiv handelnd bleiben.

Wie wirkt sich das auf Ihre Arbeitsumgebung, Ihr Kollegium aus?

Die Bestärkung durch das Coaching, die Akzeptanz und Toleranz, dass unterschiedliche Kollegen mit derselben beruflichen Situation anders umgehen ist wohl tuend und gewinnbringend in der Kollegialität der Schule. Ich lebe jetzt viel bewusster und weiß um die „Erstarrungsgefahren“ bei mir und auch bei meinen Kollegen. Ich kann auch Kollegen, die nur noch Schwierigkeiten sehen und sich aus wiederkehrenden belastenden Situationen nicht befreien können, besser verstehen und anders annehmen. Ich kann sie in ihrer Eigenart schätzen und versuche ihnen nichts aufzuzwingen, was sie nicht leisten können. Und ich kann sie ermuntern, im Handeln zu bleiben und nicht zu erstarren.

Sie sind Bezirksvorsitzender der KEG Niederbayern, gibt es Überlegungen, dieses Coaching Ihren Mitgliedern zu empfehlen oder es gar zu unterstützen?

Ja, die gibt es, und sie sehen folgendermaßen aus: Die KEG Niederbayern will das Angebot der „Niederaltelbacher Coachingtage“ (Erläuterung dazu siehe Kasten) regelmäßig anbieten. Das Angebot soll allen Lehrkräften und besonders den KEG-Mitgliedern bayernweit zur Verfügung stehen. Die KEG hat sich als Berufsverband für Lehrkräfte und Erzieher in Anbetracht der aktuellen und zukünftigen Herausforderungen - Inklusion-Integration, Veränderungen der Lehrerrolle in den neuen Lehrplänen, Ganztagschulen, zunehmende gesellschaftliche Erziehungsaufgaben und vieles mehr - das Ziel gesetzt, die Lehrer- und Erzieherpersönlichkeit zu stärken, um diesen Herausforderungen begegnen zu können und trotzdem handelnd zu bleiben und nicht zu erstarren.

Die Ergebnisse des „Arbeitskreises Schule“ der Bayerischen Wirtschaft VBW haben erschreckende Ergebnisse an den Tag gebracht. Jeder 10. Erzieher und noch mehr Lehrkräfte sind an Burnout bzw. an Überlastung am Arbeitsplatz erkrankt. Dabei sind und werden viele Bedingungen hausgemacht: Unter anderem fehlen eine klare Trennung von Beruf und Privatleben, Rückzugsmöglichkeiten zur Stärkung und Erholung, Teilnahme an stärkenden Maßnahmen der Lehrergesundheit, etc. Doch all dies braucht Pädagoginnen und Pädagogen, die sich selbst kennen und selbst steuern können. Damit ich an Kursen wie z.B. Stimmbildung oder Körperhaltung gewinnen kann, muss ich vorher eine starke Persönlichkeit entwickelt haben. Die KEG möchte durch das Coaching mit Stefan Schmid die Voraussetzung schaffen, dass Lehrer und Erzieher in der für die Gesellschaft nachhaltig wertvollen Arbeit stets aktiv handelnd, und kritisch reflektierend bleiben.

Warum ist Ihnen die Stärkung der Lehrerpersönlichkeit so wichtig?

Die KEG will die Lehrer- und Erzieherpersönlichkeit deshalb stärken, weil nur starke Persönlichkeiten den uns anvertrauten Kindern Halt und Führung geben können, weil nur starke Persönlichkeiten Unzulänglichkeiten akzeptieren und an Lösungen, um die Systeme in Klasse und Kindergarten zu optimieren, arbeiten können, die für alle Beteiligten gewinnbringend sind. Starke Lehrerpersönlichkeiten sollen durch gute Selbsteinschätzung ihre Grenzen kennen und im rechten Maße Kräfte in ihrer pädagogischen Arbeit freisetzen können, die dem Wohle der anvertrauten Kinder dient, aber ohne sich selbst gänzlich außer Acht zu lassen.

Die KEG möchte, dass durch die Stärkung der Persönlichkeit und die Erweiterung der Selbststeuerungskompetenzen jedes Einzelnen, die Maßnahmen der Lehrerfortbildung im Bereich Lehrergesundheit verstärkt wahrgenommen werden können. Wir möchten, dass durch das Coaching die Gefahren von Überlastung am Arbeitsplatz durch die Verflechtung von Belastungen im Privatleben, reduziert werden.

Zusätzlich wollen wir uns die, für die Mitarbeiter wertvollen, Erfahrungen von gut funktionierenden und erfolgreichen Unternehmen in der freien Wirtschaft zunutze machen und Coaching, das bei diesen Unternehmen den oberen und mittleren Führungsebenen zur Verfügung steht, auch unseren Lehrkräften und besonders unseren Mitgliedern zur Verfügung stellen.

Vielen Dank für das Gespräch.

Das sagen Lehrer- und Erzieherkollegen nach der Teilnahme am Coaching mit Stefan Schmid:

Jutta W., 42:

„Mir hat das Coaching erst mal meine eigenen Stärken und Schwächen deutlich gemacht. Das ist so, wie wenn man sich plötzlich aus einer anderen Sicht ganz neu sieht. Das eigene Haltungsziel hilft und unterstützt, ist wie eine Säule auf die man sich stützen und verlassen kann. Ich sehe jetzt meine Stärken und Schwächen deutlicher, kann anders damit umgehen. Durch das Coaching gelingt es mir belastende Schulsituationen anders wahrzunehmen und ihnen auf eine neue Weise gegenüberzutreten. Dies ist zu meinem Wohl und zum Wohle meiner Schüler. Bei dem Coaching wird auch folgendes deutlich: Wo will ich eigentlich hin? Wo sind meine beruflichen Ziele? Habe ich mir meine Ziele richtig gesetzt? Passen diese Ziele überhaupt zu mir? Für mich war das eine gute Orientierung und Bestätigung.“

Armin Neubauer, 42:

„Ich habe mich im Coaching von Stefan Schmid sehr wohl, angenommen und respektiert gefühlt. Seine Kompetenz auf dem Gebiet ist bemerkenswert, hat mir aber auch die nötige Sicherheit gegeben! Dadurch habe ich wieder gelernt, meinen eigenen Körper zu spüren und in mich hinein zu hören. Stefan Schmid als kompetenter Coach leitet und führt, was zum einen Sicherheit vermittelt, zum anderen fühle ich mich verstanden und das evtl. geschwächte Selbstvertrauen beginnt wieder, von neuem zu erstarben. „Man weiß wieder, was man kann“! Für uns als Lehrer trägt es stark dazu bei, „die Ruhe zu bewahren“, Geduld auszuhalten und wieder zwischen „Stress im Beruf“ und „DAHEIM“ grundlegend unterscheiden zu können. Wer Probleme mit einer Klasse hat, dem hilft das Coaching absolut, wieder mit beiden Beinen vor der Klasse zu stehen. Das Coaching stellt kein Allheilmittel dar und hat auch nicht die Universallösung. Es bietet jedoch ein Training, mit dem man selbstständig auf Lösungen kommt und sich somit seinen Lehreralltag wieder stressfreier gestalten kann.“

Katrin S., 32:

„Coaching bringt mir Selbstbestätigung, Erfolgserlebnisse und die Erkenntnis, dass ich mich nicht verändern brauche – das ich so passe wie ich bin. Das sich die Arbeitsbedingungen meinen Kompetenzen anpassen sollten – nicht umgekehrt. Coaching trifft bei mir genau ins Schwarze, durch wissenschaftlich fundierte Kenntnisse schafft es Stefan Schmid von mir ein Bild zu zeichnen, in dem ich mich sehr wiedererkenne – das ist die Grundlage für eine Adlerperspektive, von der aus ich erkenne, in welchem Arbeitsbereich ich mich noch schwer tue. Und genau da setzt der Coach an, mit dir zusammen, um eine Veränderung herbeizuführen – nicht in deiner Person, sondern in deiner Reaktion. Spielerisch, leicht und für ein gutes Selbstwertgefühl. Das hat sehr gut getan.“

Was halten Sie davon, dass die KEG das Coaching unterstützen will?

Jutta W.:

„Ich finde es toll, dass der KEG das Coaching unterstützt hat. Dies ist eine weitere Möglichkeit etwas für die eigene Lehrgesundheit zu tun: Wie gehe ich mit mir um? Wie gehe ich mit anderen um? Wie begegne ich bestimmten Schulsituationen, dass sie weniger belastend auf mich wirken?“

Armin Neubauer:

„Es wird immer etwas für die Kinder getan, nirgends findet man jedoch etwas für den Lehrer! Durch Schulzusammenlegungen, größere Klassen, Integration und Inklusion, Kinder mit Migrationshintergrund etc., ist der Lehrer immer mehr Dingen ausgesetzt, für die er gar nicht wirklich ausgebildet wurde. Gleichzeitig wird es nicht für notwendig befunden, dass man den Lehrer nach seinem Befinden befragt, um ihn auf neue Situationen vorzubereiten. „Wir müssen das können“! Zumindest hat es von „Oben runter“ so den Anschein. Nicht jeder hält das aus. Die Lehrerpersönlichkeit leidet zum einen darunter, weil man sich heillos überfordert fühlt - auf dem Papier sieht das ja alles gut aus, doch es zieht Rattenschwänze nach sich, die Seinesgleichen suchen! Zum anderen weiß man bald schon nicht mehr, wo man zuerst hinschauen, -gehen, oder sich -drehen soll mit der Flut an Aufgaben. Das Coaching hilft einem, sich grundsätzlich und grundlegend zu sammeln und neu aufzustellen, um Prioritäten zu setzen und sich selbst in den Fokus zu richten. Schließlich sollte man sich selbst doch noch am nächsten sein! Da Gesundheit und Persönlichkeit ein hohes Gut sind, sollte die KEG auf diesem Wege auf alle Fälle das Coaching in ihr Programm aufnehmen, denn Mitglieder sind sehr hellhörig, was ihre eigene Person betrifft.“

Petra B.:

„Da das Coaching definitiv darauf abzielt, die Lehrgesundheit zu erhalten, sollte es auch ein Anliegen von Lehrerverbänden sein, diesen wichtigen Faktor zu unterstützen. Von offizieller Seite fühlt man sich da als Lehrer oft allein gelassen. Umso wichtiger finde ich es, dass dann Lehrerverbände wie die KEG die Defizite erkennen, mit geeigneten Angeboten gegensteuern und die Lehrer in ihrem nicht immer leicht zu bewältigendem Lehreralltag durch Coachingkurse unterstützen.“

Karin Schubert:

„Es gibt viele Fortbildungsveranstaltungen die uns Lehrern helfen, Lerninhalte den Schülern optimal zu vermitteln. Um diesen Lerninhalten, den Schülern und den Eltern gerecht zu werden, wird von uns Lehrern des Öfteren scheinbar ein Spagat verlangt, der uns manchmal an unsere Grenzen bringt. Die KEG als Berufsverband und Interessenvertretung von Pädagogen nimmt durch das Coachingangebot sich eines Hauptzieles an: Die Gesundheit der Pädagogen. Durch das Coaching der Lehrer wird die Lehrerpersönlichkeit gestärkt. Die KEG gibt das tägliche Rüstzeug für motivierte und fähige Pädagogen, die dadurch sehr gute Arbeit leisten, da sie selber mit sich und ihrer Arbeit zufrieden sind.“

Die „Niederalteicher Coachingtage“:

In enger Kooperation mit der KEG sind die „Niederalteicher Coachingtage“, ein speziell auf Lehrkräfte und ErzieherInnen zugeschnittenes Seminar, entstanden. Es findet jeweils im Kloster Niederalteich statt.

Das Seminar besteht aus zwei Teilen:

1. Zwei ganze Tage in der Gruppe im Abstand von 14 Tagen oder drei Wochen.
2. Einzelcoachings (ca. 2 Stunden) mit der Besprechung der Ergebnisse aus der PSI-Kompetenzanalyse nach Prof. Dr. Julius Kuhl zwischen diesen beiden Tagen.

Die PSI-Kompetenzanalyse ist die Auswertung des Persönlichkeitstests, den die Teilnehmer online machen. Der Test wurde von Prof. Dr. Julius Kuhl an der Universität Osnabrück als Teil seiner PSI Theorie entwickelt und basiert auf aktuellsten wissenschaftlichen Erkenntnissen der Persönlichkeitspsychologie und der Neurowissenschaften. Die Testergebnisse zeigen, wie die Teilnehmer ihre Selbststeuerungskompetenzen und Ressourcen in unterschiedlichen Situationen und Kontexten einsetzen.

Die Erfahrungen, die Stefan Schmid in vielen Einzelcoachings und Seminaren mit Lehrkräften und ErzieherInnen sammeln durfte, sind in dieses Seminar eingeflossen.

Das Ziel des Seminars ist die Stärkung der Persönlichkeit der Teilnehmer durch die Erweiterung ihrer Selbststeuerungskompetenzen.



Stefan Schmid:

Stefan Schmid, Diplom Wirtschaftsgeograph Univ. ist seit mehr als 10 Jahren als Coach und Trainer tätig. In seinen Coachings und Trainings gewinnen die Teilnehmer Klarheit in Bezug auf ihre Selbststeuerungskompetenzen, ihre Motivationen, Bedürfnisse und Intentionen. Sie gewinnen Einsichten und Orientierungsinstrumente, die ihnen langfristig und nachhaltig helfen, befriedigende Entscheidungen zu treffen und ihr berufliches und persönliches Vorwärtskommen unterstützen. Stefan Schmid arbeitet als Basis für seine Coachings und Seminare begeistert u.a. mit der PSI-Kompetenzanalyse (nach der Persönlichkeits-System-Interaktions (PSI) Theorie von Prof. Dr. Julius Kuhl), und dem Zürcher Ressourcen Modell (ZRM). Dazu nutzt er die neuesten Erkenntnisse der Persönlichkeits-, Entwicklungs-, Ziel- und Motivationspsychologie sowie der Hirnforschung. Stefan Schmid hat aus den Erfahrungen von vielen Coachings und Seminaren mit Lehrkräften und ErzieherInnen die „Niederalteicher Coachingtage“ entwickelt, die speziell auf die Anforderungen und Bedürfnisse von Lehrkräften und ErzieherInnen zugeschnitten sind.

Weitere Informationen unter www.selbstleben.de



IST INTEGRATION LÄNDERSACHE?

Arif Tasdelen: „Gesetzentwurf der SPD ist kein Geschenk an Migrantinnen und Migranten, sondern eine Förderung von gleichen Chancen für alle“



Dietrich Molthagen (FES), Arif Tasdelen (MdL-SPD), Mitra Sharifi (AGABY) und Harald Güller (SPD-MdL) diskutieren über Integration.

Ende Februar ist die SPD im Bayerischen Landtag mit einem Integrationsgesetz gescheitert. Dennoch ist nach Ansicht von Arif Tasdelen, integrationspolitischer Sprecher der SPD, das Thema nicht vom Tisch. So lud die BayernSPD im Landtag zu einem Fachgespräch Integration ein. Einhelliger Tenor: Es muss sich etwas ändern. Und Integration ist nach Ansicht der SPD Ländersache. Dietmar Molthagen von der Friedrich-Ebert-Stiftung ging

in seiner Studie auf die Unterschiede in den einzelnen Bundesländern ein. Fazit: Bayern steht mit am Ende der Integrationsskala. Einer der Indikatoren: Im Bayerischen Landtag gibt es nur 3 Abgeordnete mit Migrationshintergrund, nur im Saarland, RheinlandPfalz, Mecklenburg-Vorpommern und Brandenburg sind noch weniger bzw. kein Abgeordneten.

