

Ingrid Geschwentner

Unterricht ist Beziehung – Berufserfahrung im Lebensraum Schule



Unterricht ist ein Wechselspiel zwischen Personen und zwischen Personen und Themen. Fast 20 Jahre Unterrichtserfahrung, vier davon als Schulleiterin, lassen in mir immer stärker die Überzeugung reifen, dass das Wichtigste am Unterrichten die menschliche Beziehung zwischen Schülern/Schülerinnen und Lehrern/Lehrerinnen ist, ja dass das Wesen des Unterrichts selbst Beziehung ist.

Einen wesentlichen Beitrag zu dieser Erkenntnis leistete der langjährige Fachleiter für Englisch am Staatlichen Studienseminar für die Ausbildung von Lehrkräften in Karlsruhe, Prof. Bräumer, den ich zu Beginn meiner Zeit als Schulleiterin kennen lernte. Er vermittelte seinen Referendarinnen und Referendaren, dass guter Unterricht von guten Beziehungen geprägt sei und nicht etwa vordergründig vom Einsatz der aktuellsten Medien. Die von ihm ausgebildeten Lehrkräfte waren und sind in der Lage, den Schülern und Schülerinnen im Unterricht das sichere gute Gefühl zu geben, dass sie eine verlässliche Beziehung eingegangen sind und dass alle Parameter des Unterrichts hinter die Qualität dieser Beziehung zurücktreten und an ihr gemessen werden.

Viele in der Schule Tätige und an ihr Partizipierende werden der Einschätzung, dass guter Unterricht von einer guten Beziehung zwischen Lernenden und Lehrenden geprägt ist, zustimmen: aus Erinnerung an die eigene Schulzeit, aus eigener Erfahrung mit der Schule unserer Zeit und aus dem Gefühl heraus, dass gute zwischenmenschliche Beziehungen immer eine gute Voraussetzung für gelingendes menschliches Handeln bilden. Bei Erinnerungen, Erfahrungen und Gefühlen braucht es aber nicht zu bleiben, seit die Hirnforschung uns wissenschaftliche Beweise für diesen Sachverhalt liefert. Diese stellt der Freiburger Psychoneuroimmunologe Joachim Bauer in seinem Buch „Das Gedächtnis des Körpers. Wie Beziehungen und Lebensstile unsere Gene steuern“ (Frankfurt 2002) vor. Bauer fasst die neuesten Erkenntnisse der Neurobiologie zusammen und bezieht diese auf konkrete Lebenspraxis, er geht insbesondere auf das berufliche Handeln von Lehrenden ein.

Biologische Prozesse beim Unterrichten

Lehrende erreichen permanent die Gehirne der Lernenden. Das Gehirn ist mit seinen großen Bausteinen Kortex (Großhirnrinde), limbisches System (Zentrum für emotionale Intelligenz) und Amygdala (Mandelkern) ständig damit beschäftigt, Nervenzell-

netzwerke zu aktivieren und Synapsen zu bilden, mit deren Hilfe chemische Botenstoffe als Informationsträger fließen können. Biologische Vorgänge bei psychischem Erleben lassen sich im Gehirn verifizieren. Die neuronalen Netzwerke steuern das Wechselspiel zwischen Psyche und Soma und unseren Genen. Gene fungieren nicht als „Autopiloten“. In zwischenmenschlichen Beziehungen und durch Lebensstile werden durch Hirnaktivitäten Hormone freigesetzt, welche die Gene aktivieren und sie in die Richtung steuern, die die zwischenmenschliche Beziehung assoziiert.

Unsere Gehirne schaffen die Voraussetzung, die für die von Lehrenden beabsichtigte Vermittlung von Wissen in Verbindung mit Freude am Lernen notwendig ist, nur in einer gelingenden Beziehung. Daher sollte an den Anfang von Unterricht die Gestaltung der Beziehung zwischen Lehrenden und Lernenden rücken. „Wahrnehmungen der jeweiligen äußeren Situation haben, auf dem Weg über Nervenzell-Systeme der fünf Sinne, einen Signalzufluss zur Großhirnrinde und dem mit ihm verbundenen limbischen System (den ‚Zentrum für emotionale Intelligenz‘) zur Folge. Einer der faszinierendsten Aspekte der Hirnfunktion ist die Umwandlung von Erlebniseindrücken in biologische Signale. Wie seriöse wissenschaftliche Untersuchungen (...) zeigten, können Vorgänge in zwischenmenschlichen Beziehungen massiven Einfluss auf die Regulation zahlreicher Gene und aufgrund dessen nicht nur seelische, sondern auch weitreichende biologische Auswirkungen haben.“ (Bauer, S. 9 f.)

Der Mensch, das entscheidende Medium des Unterrichts

Im Unterricht werden Wissen, Kenntnisse und Fertigkeiten vermittelt, dazu bedarf es einer ausgeklügelten Didaktik und geschickter Methodik, und manchmal spielt die Wahl der Medien eine wichtige Rolle. So werden Lernziele, nachdem sie definiert worden sind, erreicht oder verfehlt. Manchmal werden sie verfehlt, obwohl die didaktische Zugangsweise raffiniert, die Methodik brillant und der Medieneinsatz aufwändig waren. Der Grund für den Misserfolg ist, dass das entscheidende Medium des Unterrichts, der Mensch, nicht präsent, nicht wahrhaftig, und nicht echt war.

Die Boten des Lernprozesses sind Menschen, deren Wissen und Gefühle im Unterricht präsent sind, die Übertragung zwischen diesen Menschen erfolgt durch ihr Sprechen sowie ihre durch Stimme und Körper gestaltete Sprache. Darin drückt sich die zwischenmenschliche Beziehung aus. Darin erkennen die Schülerinnen und

Schüler, ob es die Lehrkraft gut mit ihnen meint, ob sie hinter dem steht, was sie verkündet, ob sie sich bemüht, fair und gerecht zu sein, ob sich Leistung lohnt, weil die Rückmeldung die Stärkung der guten zwischenmenschlichen Beziehung ist.

Erinnern Sie sich an Inhalte einzelner Unterrichtsstunden? Wissen Sie, wie Sie Dreisatzrechnung gelernt haben? Können Sie heute auf Ihr Schulenglisch zurückgreifen? Wie war das mit den chemischen Elementen, mit den physikalischen Gesetzen, mit den Noten in der Musik? Konnten Sie in der Berufsausbildung die Arbeitsblätter zum Deutsch- und Gemeinschaftskundeunterricht verwenden? Konnten Sie die Inhalte der Biologiestunden anwenden, wenn Ihr Kind krank war? Fanden Sie sich auf Reisen zurecht, weil die Länder und Städte in Erdkunde behandelt worden waren? Können Sie heute Ausstellungen so schnell verstehen, weil Sie aus dem Unterricht in Geschichte und Kunstgeschichte die dafür nötigen Inhalte mitgenommen haben?

Im Unterschied zu den Lerninhalten können Sie sich mit Sicherheit erinnern an die Schultheateraufführungen, weil eine engagierte Pädagogin sie einstudiert hatte. Sie können lateinische und griechische Verse zitieren, weil ein glaubwürdiger Altphilologie sie vermittelt hatte. Sie denken gerne an Klassenfahrten zurück, weil die zuständige Lehrerin bestimmte Dinge verboten oder erlaubt hatte. Sie singen heute noch im Chor oder Sie spielen ein Musikinstrument, weil die Musiklehrerin Ihr Talent entdeckt hatte. Sie haben Mathematik studiert, weil Ihr Lehrer das Interesse in Ihnen grundgelegt hatte. Sie sind ein Fan von Picasso, weil Ihr Lehrer für Bildende Kunst in der Oberstufe Ihnen die Größe dieses Genies vermittelt hatte. Vielleicht können Sie ja auch beten, weil sie es bei einem guten Schulpfarrer gelernt haben. Und Sie wissen ganz bestimmt viele skurrile Geschichten, lustige Begebenheiten und vermeintlich unwichtige Einzelheiten aus dem Unterricht, weil das Zwischenmenschliche daran so bedeutungsvoll war.

Gesundheit der Lehrer und Lehrerinnen

Eine der wichtigsten Erkenntnisse der Stressforschung ist, dass gute zwischenmenschliche Beziehungen nicht nur im Gehirn ‚abgebildet‘ und ‚gespeichert‘ werden, sondern dass sie die am besten wirksame und völlig nebenwirkungsfreie ‚Droge‘ gegen seelischen und körperlichen Stress darstellen. Zwischenmenschliche Beziehungen sind das Medium, in dem sich nicht nur unser seelisches Erleben bewegt, sondern in dem sich auch unsere körperliche Gesundheit bewahren lässt. Überall da, wo sich Quan-

tität und Qualität zwischenmenschlicher Beziehungen vermindern, erhöht sich das Krankheitsrisiko.“ (Bauer, S. 13)

Gute Beziehungen, die einen gesunden Hirnstoffwechsel auslösen, sind nicht nur Bedingung für das Gelingen der Wissensvermittlung auf der Seite der Lernenden, sondern auch für die Gesundheit der Lehrenden.

„Raten von Dienstunfähigkeit und vorzeitiger Zur-Ruhe-Setzung, die seit Jahren bei ziemlich genau 50 Prozent liegen, haben die Situation der Lehrer wiederholt in die Schlagzeilen gebracht. Wie ist zu erklären, dass z. B. in Baden-Württemberg zuletzt 49,5 Prozent der beamteten Lehrer wegen Dienstunfähigkeit in den vorzeitigen Ruhestand gingen, während diese Rate bei den Verwaltungsbediensteten im gleichen Bundesland im gleichen Zeitraum bei 28,4 Prozent und bei den Vollzugsbediensteten sogar nur bei 22,1 Prozent lag? Das durchschnittliche Alter vorzeitig in den Ruhestand versetzter Lehrer liegt bundesweit zwischen 51 und 56 Jahren. Burnout scheint der Lehrerkiller Nr. 1 zu sein.“ (Bauer, S. 221 f.)

Stress, Ängste und Zwänge, Depressionen, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, chronische Schmerzen und besonders das Burnout-Syndrom sind Erkrankungen, die auftreten können, wenn der Hirnstoffwechsel auf gestörte zwischenmenschliche Beziehungen reagiert. Wie kommt es dazu? Der Lehrberuf ist sehr anstrengend, wenn die Lehrkraft das Gefühl hat, alles für guten Unterricht zu tun, dies von der Klasse und den Eltern aber anders wahrgenommen wird. Hat ein Negativerlebnis erst einmal stattgefunden, zieht es Kreise innerhalb der Schule und in das nächste Schuljahr hinein, sodass die Lehrkraft in einen Teufelskreis gerät, aus dem sie aus eigener Kraft kaum wieder heraus findet.

Ein Charakteristikum des Lehrberufs ist die Einsamkeit. Alleine eine Klasse durch ein Schuljahr führen, heißt auch: alleine verantwortlich sein für ca. 30 junge Individuen, die alle mit einem persönlichen Schicksal versehen, mit einer Vergangenheit behaftet und mit den unterschiedlichsten Träumen ausgestattet, einige wenige



Schulbetrieb in der „guten alten Zeit“? – Unterricht in den fünfziger Jahren

Wochenstunden lang das tun sollen, was diese Lehrkraft ganz alleine in dieser aktuellen Situation ihres Lebens von ihnen erwartet. 15% der Jugendlichen gelten nach der von Joachim Bauer vorgestellten Untersuchung – insbesondere durch problematische Familienverhältnisse verursacht – als „gestört“. Eine Lehrkraft betreut je nach Unterrichtsfächern und Deputatsumfang ca. 150 bis 360 Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene. Hinzu kommt, dass viele Lehrkräfte nicht nur unter „schwierigen“ Schülerinnen und Schülern leiden, sondern auch unter mangelnder Unterstützung durch Eltern und Vorgesetzte. Auch auf diesen Ebenen ist die Schaffung guter Beziehungen vonnöten.

Burnout ist eine Krankheit, die dann auftritt, wenn die zwischenmenschlichen Beziehungen gestört sind, wenn durch psychische Prozesse biologische Veränderungen im Gehirn stattfinden. Sie kann geheilt werden, wenn die zwischenmenschlichen Beziehungen wieder in gelingenden Bahnen verlaufen, wenn die Hirnfunktionen wieder „in Ordnung“ kommen. Dies kann man aber nicht durch Verabreichung von Medikamenten erreichen, sondern nur durch Gespräche: Supervision, Coaching oder Psychotherapie.

Gespräche heilen Beziehungen: vier Fallbeispiele

„Ich lasse mich von Ihnen nicht mobben. Jetzt rufe ich meine Mutter an.“ Gesagt, getan: Miriam (Gymnasium Klasse 10) verlässt wütend die Französischstunde. Sie wehrt sich damit gegen das im Unterricht aufgestaute Machtgefälle: Die Lehrerin hat die Macht, Miriam die Ohnmacht. Der Vorfall hat Gespräche mit allen Beteiligten und Außenstehenden zur Folge, in denen erreicht wird, dass die Lehrerin lernt, die Beziehung zu Miriam zu verändern, indem sie ihre Macht überdenkt und reguliert. Sie kann ihr Machtgehabe reduzieren, indem sie die Schülerin auch bei sehr geringen Erfolgen bestärkt und menschliches Wohlwollen signalisiert.

In einer 6. Klasse bleibt der Lernerfolg im Englischunterricht aus. Bei einem Unterrichtsbesuch zeigt sich, dass die Lehrerin weitab vom Entwicklungsstand der Sechstklässlerinnen agiert. Sie korrigiert permanent mit einem Gesichtsausdruck, der Unverständnis für Fehler signalisiert, und wählt eine Sprache, die einen Großteil der Klasse nicht erreicht. Die Kinder machen einen eingeschüchterten Eindruck. In dem anschließenden Gespräch zeigt sie Einsicht und die Absicht, ihren Zugang zu den Kindern zu verändern. In den folgenden Stunden versucht sie, indem sie bewusst auf ihr Verhalten achtet, die Kinder altersspezifisch ernst zu nehmen und

ihren Unterrichtsstil der Lerngruppe anzupassen. Durch die verbesserte zwischenmenschliche Beziehung werden die Noten deutlich besser.

Eine achte Klasse hat eine neue Klassenlehrerin. Diese stellt nach kurzer Zeit nicht nur schwache Leistungen fest, sondern sie spürt auch große soziale Unstimmigkeiten. Die Lehrerin führt Einzelgespräche mit den Jugendlichen und deren Eltern, spricht mit der gesamten Klasse, mit den Kolleginnen und Kollegen und mit der Schulleiterin. Sie führt Klassenkonferenzen und Elternabende durch und einmal im Monat bildet sie mit der Klasse einen „Stuhlkreis“. Alle sitzen dann im Kreis und reden über ihre Schwierigkeiten. Es gelingt dieser Lehrerin, zu ihrer Klasse eine ausgezeichnete zwischenmenschliche Beziehung aufzubauen und im Laufe der Zeit die Beziehungen der Jugendlichen untereinander deutlich zu verbessern. Dadurch verbessern sich auch die Leistungen.

Lisa (Klasse 9), ihre Mutter, ihr Physiklehrer und die Schulleiterin sitzen an einem Tisch im Direktorat. Lisa stört den Unterricht permanent, sie wird dafür mit Zusatzarbeiten und Nachsitzen sowie der Beteiligung am Hausputz bestraft. In dem Gespräch stellt sich heraus, dass Lisa gerne sauber macht, dass sie sich freut, wenn das Treppengeländer durch ihre Arbeit in neuem Glanze strahlt. Außerdem stellt sich heraus, dass Lisa – eine weitgehend unauffällige begabte Schülerin – an Physik kein Interesse hat. Die Sprachen sind ihr Metier. Ihr Lehrer kann das nicht verstehen, hält er doch die Bedeutung der Physik – auch für Lisa! – für unumgänglich wichtig. Im Gespräch ergibt sich eine Bewegung in der Beziehung zwischen beiden: Der Lehrer lernt, Lisa wert zu schätzen, obwohl sie sein Fach nicht mag, und Lisa lernt, den Lehrer wert zu schätzen, obwohl er ausgerechnet Physik unterrichtet. Beide vereinbaren eine friedliche Koexistenz im Unterricht: keine Störungen, keine Strafen. In den folgenden Unterrichtsstunden fällt Lisa nicht mehr durch Störungen auf. Es hat sich gezeigt, dass gute zwischenmenschliche Beziehungen durch Gespräche herbeigeführt werden können und das Lehren und Lernen leichter machen.

Hilfestellungen für Lehrer und Lehrerinnen: Supervision, Coaching, Psychotherapie

Zahlreiche Imponderabilien prägen das Handeln in der Schule. Lehrkräfte können nicht alleine für gute zwischenmenschliche Beziehungen der Schüler/innen untereinander, der Schüler/innen zu den Lehrkräften und auch noch für ihre eigene neu-

robiologische Gesundheit sorgen. Sie sollten frühzeitig in professionellen berufsbeleitenden Gesprächskreisen angstfrei ihr berufliches Tun und die damit verbundenen Fragen und Probleme einbringen. Supervisoren und Supervisorinnen können durch geeignete Gesprächsführung eine Veränderung des Blicks auf dieses Tun herbeiführen. Die neue Sichtweise eines Sachverhalts ermöglicht Veränderung von Verhalten. Veränderung von Verhalten hat Veränderung von Beziehungen zur Folge, und damit ist der wichtigste Schritt zur Gesundheit im Berufsleben getan.

Ist eine Gruppensupervision nicht geeignet, kommen Einzelsupervision oder Coaching in Frage, liegt bereits ein Krankheitsbild vor, ist eine Psychotherapie oder eine psychosomatische Behandlung nötig. „Leidet ein Arbeitnehmer bereits an klinisch relevanten Burnout-Symptomen, dann sollte eine psychotherapeutische oder psychosomatische Behandlung erfolgen. Unspezifische Kuren helfen hier allerdings nicht weiter, vielmehr ist eine spezifische psychosomatische Behandlung angezeigt, bei der die Betroffenen lernen können, ihre zwischenmenschlichen Beziehungen so zu gestalten, dass ihre seelische und körperliche Gesundheit am Arbeitsplatz keinen Schaden nimmt. Der weitverbreiteten Auffassung, der einzige aus dem Burnout-Syndrom herausführende Weg sei die Frühberentung oder die vorzeitige Zur-Ruhe-Setzung, sollte angesichts der Heilungschancen mit Hilfe einer psychosomatisch orientierten Behandlung entgegengetreten werden.“ (Bauer, S. 225 f.)

Da die gesundheitliche Störung auf Veränderungen im Hirnstoffwechsel beruht, die durch gestörte zwischenmenschliche Beziehungen ausgelöst wurden, liegt nahe, dass der umgekehrte Weg die Heilung bewirken kann. „Wie hier ausführlich dargestellte Ergebnisse neuerer Studien zeigen, wirkt Psychotherapie nicht nur auf die Seele, sondern auch auf neurobiologische Strukturen. Psychotherapie kann dazu führen, dass sich neurobiologische Veränderungen, die sich begleitend zu einer seelischen Gesundheitsstörung entwickelt haben, zurückbilden. So gesehen, ist Psychotherapie eine Heilmethode, die nicht nur die Seele, sondern auch den Körper erreicht.“ (Bauer, S. 238)

Unterricht ist ein Wechselspiel zwischen Personen und zwischen Personen und Themen. Gelingende Didaktik und Methodik bereiten die Themen so auf, dass die beteiligten Personen zur gegebenen Zeit über diese Themen in eine pädagogische Beziehung treten können. Beziehung ist Leben, Unterricht heißt: In Beziehungen leben lernen.