

Puzzle für ein erfüllendes Lehrerleben

Rezension von Dipl.-Päd. Detlef Träbert

Selten hatte ich ein Buch in Händen, dessen Coverabbildung derart präzise das Programm seines Inhalts repräsentiert wie „Was Lehrerinnen und Lehrer stark macht“ von Helmut Heyse ^{*)}. Drei Puzzleteile, die je mit einem Wort beschriftet sind, hängen über Eck aneinander. In der Mitte steht „Gesundheit“, links „Leistungsfähigkeit“ und rechts „Arbeitszufriedenheit“. Gesundheit ist also das Bindeglied zwischen den beiden anderen, die einander an einer Ecke berühren. Man kann sie als Voraussetzung für Arbeitszufriedenheit und Leistungsfähigkeit verstehen, aber auch als ihr Resultat: So zu arbeiten, dass man zufrieden sein kann, stärkt die Gesundheit genauso wie die Fähigkeit zu guten Leistungen

Dieses Titelbild spiegelt den Inhalt eines Lesebuches, das sein Autor in erster Linie für Berufsanfänger geschrieben hat. Helmut Heyse kann das ganz hervorragend, denn er war über 30 Jahre lang Referent für Schulpsychologie bei der Bezirksregierung Trier und kennt die Schulwirklichkeit aus der doppelten Perspektive des Beraters für Lehrkräfte wie auch für Schüler und ihre Eltern. Zum Abschluss seines Berufslebens baute er im Auftrag des Kultusministeriums Rheinland-Pfalz das „Projekt Lehrergesundheit“ auf und leitete es bis 2004. Das vorliegende Buch greift genau dieses Thema auf und stellt es übersichtlich gegliedert in drei Teilen dar.

Teil 1 widmet sich der psychischen Lehrergesundheit vor allem hinsichtlich der berufsspezifischen Aspekte von Sollen, Können und Wollen. Hier geht es um den eigenen Einfluss auf die seelische Verfassung. Teil 2 beschreibt unter der Überschrift „Individuelle Schutzfaktoren für die psychische Gesundheit“ jene Kompetenzen, die hilfreich dafür sind, das seelische Gleichgewicht zu stabilisieren oder es in Krisen immer wieder herzustellen. Es ist der umfangreichste Teil mit elf Kapiteln, in denen es um gesundheitsförderliche Denkstile, Kommunikation, Stressbewältigung, emotionale Kompetenz, Zeitmanagement und vieles mehr geht. Der abschließende dritte Teil stellt „Schutzfaktoren auf Ebene der Schule und des Kollegiums“ dar. Darin beschreibt Heyse konkrete Möglichkeiten, gesunde Arbeitsbedingungen in Schule herzustellen, sowie Methoden für die eigene Weiterentwicklung: Supervision, Kollegiale Fallberatung oder auch das Lernarrangement KESS (= Kooperative Entwicklungsarbeit zur Stärkung der Selbststeuerung) und weitere.

„Was Lehrerinnen und Lehrer stark macht“ ist ein echtes Fachbuch und verzichtet auch nicht auf die entsprechende Fachsprachlichkeit. Das macht es jedoch nicht schwer lesbar, wenn man sich denn genügend Zeit dafür lässt. Ohnehin wird der Lesefluss ständig durch kleine Aufgaben und Fragelisten unterbrochen. So wie ein schulisches Lesebuch die Verarbeitung der Texte mit Aufgaben und Fragestellungen herausfordert, stärkt Heyse den Effekt der Lektüre mit Zwischen- oder Nachfragen und vor allem mit Listen zur Selbstevaluation. So kann jede Leserin, jeder Leser eigene Schwerpunkte setzen. Die eingestreuten Zitate und Aphorismen am Seitenrand lockern die Lektüre zusätzlich auf.

Die Empfehlung des Buches vor allem für Berufsanfänger ist zwar nachvollziehbar, aber nicht bindend zu verstehen. Schließlich bietet es auch Schulleitern und Mentoren eine Menge Material für die sinnvolle Betreuung junger Lehrkräfte. Vor allem aber lohnt seine Lektüre für persönliche Zwischenbilanzen im Berufsleben. Alle zehn Jahre wird man es ganz anders lesen, die gleichen Informationen unterschiedlich bewerten und vor allem nutzen. Was Lehrerinnen und Lehrer stark macht, kann sie nämlich auch stark erhalten.

^{*)} Helmut Heyse: Was Lehrerinnen und Lehrer stark macht. Ein Lesebuch für ein erfüllendes Berufsleben, Bern (hep verlag) 2016, 229 S., € 24,- (E-Book € 19,99)

© 31.07.2017 by Dipl.-Päd. Detlef Träbert
www.schulberatungsservice.de