

# Ankommen im Beruf 5 Jahre Höhenflug

Ein arg verunsicherter Lehrer macht den ersten Schritt zur Veränderung: Er steht zu seinen Schwierigkeiten und nimmt Hilfe in Anspruch. Danach setzt er an zu einem Höhenflug. **Von Stephan Hasler-Dul.**

Vor den Sommerferien liegt eine Postkarte in meinem Briefkasten. «5 Jahre Höhenflug – mit dieser Vision hast du mich bei unserem ersten Beratungsgespräch im Mai 2013 konfrontiert. Diese Vision hat mich seither ständig begleitet und motiviert. Dass die letzten 5 Jahre für mich so gut verliefen, führe ich unter anderem auf die Beratungsgespräche und vor allem auf die kraftvolle Vision zurück.»

Der Klient meldet sich mit dieser Karte kurz vor seiner Pensionierung wieder bei mir. Er teilt seine Freude und Dankbarkeit über den erfolgreichen Abschluss seiner Berufstätigkeit. Meine Neugierde ist geweckt, und so verabrede ich mich zu einem Gespräch. Ich will ergründen, welche Aspekte und Komponenten hilfreich und unterstützend waren. Die Erfolgsgeschichte kann ein Vorbild für ähnlich gelagerte Fälle sein und Lehrpersonen Zuversicht und Mut vermitteln.

## Heftiger Gegenwind

Ich erinnere mich an den Frühling 2013, als die Aussichten für ein gutes Ende der Berufslaufbahn des Lehrers alles andere als rosig waren. Auf der Beratungsstelle erscheint ein verunsicherter 60-jähriger Oberstufenlehrer aus einer Landgemeinde, der von mehreren

Elternpaaren heftig kritisiert wird. Diese Verunsicherung wirkt sich auf den Unterricht aus, der nicht mehr so geführt werden kann, wie der Lehrer dies will. Er verliert zusehends seine Sicherheit und seinen Glauben in seine Selbstwirksamkeit. Eine Situation, wie sie sich leider ab und zu bei älteren Lehrpersonen ereignen kann. Da arbeitet man ein Leben lang erfolgreich, ist anerkannt, und plötzlich dreht der Wind und bläst einem heftig entgegen. Die Ursache kann klein sein, die Wirkung ist es selten.

## Kraftvolle Vision

Der Gegenwind beginnt bei C.S. 2011. Eine unglücklich verlaufene «Kropfleerete» 2012 befeuert den Prozess, den der Lehrer zuneh-

mend als mobbingartig erlebt. Nach «happigen» Elterngesprächen zum Jahresbeginn meldet sich der 60-jährige Lehrer auf der Beratungsstelle. Damit hat er den ersten und wichtigen Schritt zur Veränderung gemacht: Er steht zu seinen Schwierigkeiten und nimmt sie an.

In der Beratung erlebt er zuerst einmal eine Überraschung. Ich frage nicht wie erwartet nach den Problemen und deren Ursachen, sondern nach den geglückten, erfolgreichen Momenten, die trotz anspruchsvoller, angestrenzter Situation immer noch vorkommen. Ich frage nach den Schülerinnen und Schülern, die der Lehrer noch immer erreicht und begeistern kann. Dieser Perspektivenwechsel weg vom Belastenden hin zum Ge-



Es ist der Gegenwind, der den Flieger aufsteigen lässt. (Chinesische Weisheit)

”

**Da arbeitet man ein Leben lang erfolgreich, ist anerkannt, und plötzlich dreht der Wind. Die Ursache kann klein sein, die Wirkung ist es selten.**

lingenden ist heilsam und öffnet den Blick für die offerierte Vision, den restlichen Berufsweg als «Höhenflug» zu denken. Durch die begleitende Phantasiereise kann der Klient die Kraft der Vision spüren und erleben. Er glaubt an deren Verwirklichung. Sie leitet und begleitet ihn von nun an.

### **Flankierende Massnahmen**

Der Lehrer nimmt auch die auferlegte Hausaufgabe an und schreibt nun – bis zu seiner Pensionierung – nach jeder Woche die Erfolge in sein Schatzkästlein, er skaliert sie auf einer 10er-Skala und freut sich über die Fortschritte.

Mit flankierenden Massnahmen tut er sich weiter Gutes. Er reduziert das Pensum, gönnt sich eine Auszeit und besucht eine längere Weiterbildung an der PHBern, er verbringt und geniesst die Freizeit mit seiner Frau bewusster, lernt abzuschalten. Mit ausserschulischen Aktivitäten findet er einen weiteren Ausgleich und willkommene Bestätigung. Wichtig ist auch die aktive Unterstützung der Schulleitung und des Kollegiums, die wichtige Stärkung vor Ort.

So wächst die Sicherheit Schritt für Schritt, der Glaube an die eigene Wirksamkeit beginnt zu wachsen und findet ihre Realisierung. Der einstige Teufelskreis nach unten wendet sich in einen Engelskreis nach oben. Der Klient wird lockerer und gleichzeitig bestimmter. Er kann mal eine Fünf gerade sein lassen, kann auf der anderen Seite auch klar fordern. Die wiedergefundene Klarheit, die innere Ruhe, die ausgestrahlte Sicherheit wirken direkt auf die Schülerinnen und Schüler. Sie können ihren Lehrer wieder «lesen». Seine Sicher-

heit gibt ihnen Sicherheit und seine Überlegtheit hilft ihnen bei ihren Überlegungen. Der Lehrer hat sich wiedergefunden und strahlt das aus. Er kann die Schülerinnen und Schüler wieder nehmen, wie sie sind. Das tut ihnen gut. Und wenn er etwas von ihnen verlangt, ist die Bereitschaft wieder grösser, die Mühen des Lernens auf sich zu nehmen.

### **Aktive Pensionierungszeit**

Im Gespräch nach den Sommerferien in den ersten Wochen der Pensionierung sagt der Lehrer: «Ich habe mich und meine Mitte wiedergefunden. Mein Leitstern, meine Vision hat sich erfüllt. Ich habe fünf gute Jahre im Unterricht erleben dürfen». Er sei zwar weiterhin mit vielen Problemen konfrontiert gewesen – das gehöre zum Schulalltag – er habe jedoch einen neuen positiven Zugang zu ihnen gefunden und sie immer wieder als Lernchancen empfunden. Dies wiederum habe seine Glaubwürdigkeit gestärkt und den Klassen Sicherheit gegeben.

Zum Schluss des Gesprächs verrät er, dass er als ehemaliger Pilot natürlich von Anfang an eine Affinität zu seiner Vision gehabt habe. Das Fliegen sei nun aber vorbei, er suche nach Neuem, etwas Ruhigerem.

Sagt's und macht sich auf zu neuen Taten. Er will weiter hoch hinaus und hat nun einen Kurs fürs Gleitschirmfliegen gebucht. Er lernt mit einem neuen Instrument, auch künftig günstige Thermik zu nutzen, sich mit dem Gegenwind zu arrangieren und wird dann die Ruhe und Gelassenheit des Gleitens geniessen. ■



**Stephan Hasler-Dul**

Dozent und Berater, Fachbereichsverantwortlicher Berufseinstieg und Berufslaufbahn PHBern, Institut für Weiterbildung und Medienbildung, [www.phbern.ch/beratung](http://www.phbern.ch/beratung)

In den meisten Kantonen werden Beratungsangebote für Lehrerinnen und Lehrer angeboten. Diese werden von den Instituten für Weiterbildung oder anderen Stellen bereitgestellt. An der PHBern z. B. können sich Lehrpersonen während 6 Stunden kostenlos beraten lassen.

Informieren Sie sich über das Angebot in Ihrem Kanton.