

**Liebe Lehrerinnen und Lehrer,
liebe Erzieher mit sonderpädagogischen Aufgaben,
liebe Schulleiter!**

Wie wäre es, wenn an Ihrer Schule...

- ... der Krankenstand geringer wäre,**
- ... die Gewalt unter Schülern rückläufig,**
- ... die Kooperation im Kollegium (noch) besser?**

Genau dies sind die Erfolge, ist der reale Nutzen eines Projekts, das ich vor einiger Zeit an einer Schule im Sinne eines Pilotprojekts zusammengearbeitet habe.

... wie das geht?

Ich unterstütze Sie dabei, Ihre persönlichen Ressourcen besser zu nutzen – Zeit, persönliche Energie und Miteinander. Das Ergebnis ist ein verbessertes Schulklima – auf allen Ebenen. Ein besseres Klima bedeutet: besseres Lernen.

Wenn Sie mehr wissen möchten, lesen Sie einfach weiter.

... wenn Sie danach noch mehr wissen und das Klima an Ihrer Schule nachhaltig verbessern möchten, können Sie mich auf diesen Wegen erreichen:

text@annekatringall.de

Tel. +49 179 11 33 907

www.annekatringall.de

Ich freue mich auf das Gespräch mit Ihnen!



Dr. Annekatriin Gall

Akku laden!

Mehr Energie bei den Lehrern – besseres Schulklima

Sie als Lehrer leisten fachlich und menschlich täglich Großes – Respekt!

Was Sie, liebe Lehrerinnen und Lehrer, täglich leisten, verdient größten Respekt. Wenn ich Ihnen zuhöre, klingt es oft, als wären Sie Kämpfer. Zuweilen Einzelkämpfer – nicht in jedem Kollegium stimmt der Zusammenhalt. Aggressionen unter Schülern haben drastisch zugenommen, auch gegenüber Ihnen als Lehrer. Sie als Pädagogen leiden unter der negativen Zuwendung ebenso wie ihre Schüler. Ihr Stresslevel wächst über das Schuljahr auf ein vermutlich hohes Maß. Sie versuchen, Ihren Schülern in den meist überfüllten Klassen gerecht zu werden, Sie vermitteln ihnen Wissen – so gut wie möglich unter zuweilen erschwerten Bedingungen. Ressourcen sind knapp: Zeit, Räume, personelle Unterstützung. Auch Ihre persönliche Energie und das Miteinander im Kollegium sind Ressourcen. Um so wichtiger also, dass Sie mit sich selbst und Ihrer Gesundheit gut umgehen!

Bemerkenswerte Zusammenhänge

Leben ist ein Energiethema. Menschen haben dann genug Energie, wenn ihre psychischen Bedürfnisse dauerhaft befriedigt sind. Diese sind je nach Persönlichkeit verschieden ausgeprägt. Unser Energiehaushalt ist entscheidend dafür, wie wir mit uns selbst und anderen Menschen umgehen. Je besser geladen unserer „innerer Akku“ ist, desto reibungsärmer gestaltet sich unsere Kommunikation. Je weniger Energie wir haben, umso mehr geraten wir in unkonstruktive Muster, Automatismen hinein – in unsere persönlichen Stressmuster und sogenannte psychologische Spiele. Dabei werten wir entweder uns selbst oder andere ab – meist beides im Wechsel, wobei eine der Haltungen je nach Persönlichkeitsstruktur überwiegt. Psychologische Spiele sind sehr schlecht verbrachte Zeit: Sie zerstören Beziehungen, untergraben Vertrauen, verhindern Lernen – und kosten uns Energie ohne Ende.

Wenn ich als Lehrkraft in meinen eigenen Stressmustern bin, werde ich sehr wahrscheinlich Misskommunikation mit vorantreiben, mich also auf psychologische Spiele = Machtspiele einlassen. Ganz einfach, weil ich ein Mensch bin, keine perfekte Maschine. Dies ändert nichts an der verheerenden Wirkung. In klaren Worten: Ich missbrauche zuweilen die Macht meiner Lehrerrolle und stimulare Frustration und Aggression bei Schülern.

Gewagter Vorschlag: bei sich selbst anfangen

Vieles von dem, was „getan“ wird, ist meist: reden. Es gibt auch viele wertvolle Projekte, in denen neues Verhalten geübt und belohnt wird, das ist gut. Das Meiste jedoch läuft indes auch hier über: Gespräche, die versuchen, Schüler inhaltlich zu überzeugen. Über den kognitiven Weg. Und: Im Fokus steht der Schüler.

Was bei all der Diskussion um Schülergewalt und allem Beleuchten der „Problemfälle“ meist unter den Tisch fällt: Was da besprochen wird, ist das Ergebnis von Beziehungen: von dem, was nicht gut läuft in den Beziehungen. Wer in einer Beziehung die Macht hat, trägt für die Qualität der Beziehung die Verantwortung. In einer Beziehung zwischen Kind bzw. Jugendlichen sind das vorrangig die Eltern. Und auch die Lehrer.

Ich lade Sie ein, das Thema Schülergewalt einmal andersherum anzugehen:

- 1. Im Fokus steht der Lehrer, seine Persönlichkeit und sein Wohlbefinden.**
- 2. Wir arbeiten zu 20% kognitiv, zu 80% im Handeln = im Üben und im Erleben.**

Die Erfolge in bisherigen Projekten sind:

- 1. Gesundere Lehrer – geringerer Krankenstand.**
- 2. Weniger Gewalt unter Schülern.**
- 3. Verbesserte Kommunikation im Kollegium, mehr Wertschätzung für persönliche Verschiedenheit. Dadurch mehr Zusammenhalt und Kooperation.**

Neugierig? Lust auf Veränderung?

Lassen Sie uns über Ihre Wünsche und passende Möglichkeiten sprechen.

Dr. Annetrin Gall
Baustraße 9
19288 Ludwigslust

Fon + 49 179 11 33 907
text@annetringall.de
www.annetringall.de