

Klaudia Klaffke

Bausteine für eine professionelle Beziehungskompetenz

***Summary:** Heutzutage kann wohl kaum noch eine Lehrkraft davon ausgehen, allein aufgrund der institutionellen Rolle Autorität in einer Klasse zu haben. Die Herausforderung für Lehrkräfte besteht darin, persönliche Autorität zu entwickeln. Dazu gehören ein entwickeltes Selbstgefühl, was bedeutet, sich selbst zu kennen und wahrzunehmen, sowie eine professionelle Beziehungskompetenz, die sich auch in der Bereitschaft zeigt, Verantwortung für die Atmosphäre in der Lerngruppe zu übernehmen. Schülerinnen und Schüler können aufgrund des Erfahrungs- und Machtgefälles innerhalb des Schulsystems nicht gleichberechtigt sein, aber für eine gute Beziehung ist es wichtig, dass sie gleichwürdig behandelt und angesprochen werden. Das heißt, ihre Bedürfnisse und Interessen sollten anerkannt und einbezogen werden, ohne dass notwendigerweise alle Bedürfnisse erfüllt werden und ohne dass die Lehrkraft dabei die Führung aufgibt.*

Einleitung

Die Fähigkeit und Bereitschaft von Lehrerinnen und Lehrern, Verantwortung für eine gute Arbeitsatmosphäre und für gute Beziehungen in der Klasse zu übernehmen, ist grundlegend nicht nur für das Wohlbefinden aller Beteiligten, sondern auch (wie verschiedene Studien zeigen – vgl. Beitrag von Thomas Klaffke) für den Lernerfolg der Schülerinnen und Schüler.

Manche Lehrerinnen und Lehrer scheinen „Naturtalente“ in diesem Bereich zu sein – doch ein so wichtiger Bereich des pädagogischen Handelns sollte m.E. nicht dem Zufall überlassen bleiben.

Wie können Sie professionell ihre eigene Beziehungskompetenz kennenlernen und weiterentwickeln?

Ich möchte Sie mit diesem Artikel anregen und inspirieren, darüber nachzudenken und möglicherweise ungewohnte Ideen und Haltungen auf sich wirken zu lassen.

Wertschätzung für sich selbst und andere

Die Basis für Beziehungskompetenz ist es, sich selbst gut zu kennen und anzunehmen:

Wenn ich mit mir selbst nicht im Kontakt und im Einklang bin, kann ich wohl kaum mit anderen gut im Kontakt sein.

Zunächst geht es also darum: Wie bin ich in Kontakt mit mir selbst? Nehme ich mich selbst im Schulalltag überhaupt wahr?

Das kann ganz schlicht auf der körperlichen Ebene beginnen: Wie stehe ich morgens vor der Klasse – sind meine Füße stabil im Kontakt mit dem Boden? Wie spüre ich meinen Körper –

gerade jetzt, während ich diesen Artikel lese? Spüre ich den Kontakt zum Stuhl/Sessel? Fühlt sich das angenehm an? Sitze ich vielleicht schon länger mit überkreuzten Beinen, obwohl ich weiß und fühle, dass ich mich so verspanne? Oder spüre ich meinen Körper nur, wenn er schmerzt? Und was dann? Beseitige ich den Schmerz möglichst schnell mit chemischen Mitteln – oder nehme ich den Schmerz als Signal, meine Haltung oder den Gebrauch meines Körpers zu verändern?

In ähnlicher Weise kann ich meinen Atem als Ausdruck meines Gefühlslebens entweder gar nicht wahrnehmen oder die Wahrnehmung pflegen und entwickeln und damit eine wertvolle Möglichkeit nutzen, mich selbst zu erfahren und mich selbst zu steuern.

Hilfreiche Methoden, um sich in diesem Bereich weiterzuentwickeln, sind alle Übungswege, die gleichzeitig mehrere der fünf natürlichen Kompetenzen ansprechen: Atem, Körper, Herz, Bewusstsein, Kreativität. also z.B. Feldenkrais, Yoga, achtsamkeitsbasierte Meditation MBSR, kreativer Tanz, Singen usw. (vgl. Jensen 2014a, S. 50ff.)

Wenn ich so den Kontakt und die Selbstakzeptanz mir selbst gegenüber stärken, bin ich gegenwärtiger, präsenter und eher in der Lage, auch mit anderen Menschen in Verbindung zu sein oder eben auch mitteilen zu können, wenn ich mal gerade nicht so gut da bin – also z.B. wahrzunehmen, *wie* ich morgens in meine Klasse gehe und dann beispielsweise mitzuteilen:

„Guten Tag zusammen! Ich hatte heute keinen guten Morgen, weil meine jüngste Tochter heute Nacht gezahnt hat. Ich hab kaum geschlafen – wenn meine Nerven heute blank liegen und ich besonders lärmempfindlich bin, dann liegt es nicht an euch! Ich hoffe wir können trotzdem gut miteinander arbeiten!“

Damit übernimmt die Lehrerin bzw. der Lehrer die Verantwortung für die möglicherweise nicht ganz so entspannte Atmosphäre in der Klasse und ist Vorbild dafür, wie man seine persönlichen Grenzen zeigt ohne andere dafür verantwortlich zu machen.

Sie/er zeigt sich als Person – ohne jedoch zu privat zu werden (das würde z.B. geschehen, wenn daraus ein längerer Exkurs über die niedliche kleine Tochter würde oder die Schwierigkeiten als Alleinerziehende/r und die Ungerechtigkeit der Welt oder wenn der gestörte Schlaf wochenlang als Entschuldigung für fehlende Unterrichtsvorbereitung herhalten müsste ...).

Wenn ich so achtsam und wertschätzend mit mir selbst umgehe, fällt es mir auch leichter, den Schülerinnen und Schülern Wertschätzung zu vermitteln und das ist nicht nur wichtig, damit sich alle wohlfühlen, sondern wirkt sich auch unmittelbar auf den Lernerfolg aus, wie Helle Jensen (2014b, S. 13) in einem Beitrag in der „Lernenden Schule“ ausführte:

„Ich denke, für die älteren Schülerinnen und Schüler ist es vor allem wichtig, dass sie sich vom Lehrer wertgeschätzt fühlen. Anerkennung und Respekt im Sinne von Wertschätzung – das ist sehr wichtig, denn man kann nicht gut lernen, wenn man Angst hat und wenn man nicht als die Person wahrgenommen wird, die man ist. Dann verbraucht man eine Menge Energie, um sich als Mensch zu behaupten, Energie, die man eigentlich für das Lernen verwenden könnte.“¹

Selbstgefühl und Selbstbewusstsein

In der alltäglichen Sprache wird häufig nicht unterschieden zwischen Selbstbewusstsein und Selbstgefühl. Oft reden wir davon, dass jemand wenig Selbstbewusstsein hat, wenn er oder sie sehr unsicher wirkt. Wenn wir dann – als pädagogische Maßnahme – diese Person zu überzeugen versuchen, wie toll sie z.B. in Mathe ist, hilft das oft nicht, um sicherer in die

nächste Klassenarbeit zu gehen und schon gar nicht, um im Kontakt mit den Mitschülerinnen und Mitschülern selbstbewusster aufzutreten.

Selbstbewusstsein oder Selbstvertrauen bezeichnet dabei die äußere Dimension: Was ich kann, was ich leiste, was richtig und falsch ist, was durch äußere Autoritäten bewertet wird. Selbstbewusstsein wird gestärkt, wenn ich etwas leiste und meine Leistung positiv bewertet wird, wenn ich z.B. in der Schule oder im Sport erfolgreich bin (vgl. Jensen/Jul 2012, S.70ff.).

Im schulischen Bereich richten wir häufig die Hauptaufmerksamkeit auf das Selbstbewusstsein, da es dort ja oft um Lernprozesse und die Bewertung von Lernleistungen geht.

Selbstgefühl bezeichnet die innere Dimension: Was weiß ich über mich und wie stehe ich dazu, kenne ich meine Bedürfnisse und meine Grenzen und kann ich sie mit gutem Gewissen vertreten – auch wenn es „Gegenwind“ gibt? Fühle ich mich wertvoll als Mensch – ganz unabhängig von meinen Leistungen? Werde ich ernst genommen – auch wenn meine Bedürfnisse der Mehrheit widersprechen und nicht erfüllt werden können? Nehme ich meine innere Autorität wahr und kann ich mich selbst steuern?

Die Basis für das Selbstgefühl wird in der frühen Kindheit in der Familie gelegt und entwickelt sich im Laufe des Lebens weiter. Es hat einerseits eine quantitative Dimension: Wieviel weiß ich über mich?

Andererseits gibt es eine qualitative Dimension: Wie stehe ich dazu? Kann ich mich selbst anerkennen oder sind mir meine Eigenarten unangenehm und lästig?

Beispiele:

- Ich bin oft sehr kritisch mit anderen erwachsenen Menschen – diese Seite mag ich nicht an mir.
- Es fällt mir sehr schwer, pädagogische Artikel zu schreiben – aber weil ich die Erfahrung gemacht habe, dass ich nach getaner Arbeit mit dem Ergebnis zufrieden bin, stelle ich mich trotzdem ab und zu dieser Herausforderung – auch wenn es mir schwer fällt. So bin ich eben...
- Ich kann eigentlich gut in Gruppen reden – aber aus Sorge, zu viel Raum zu beanspruchen, nehme ich mir manchmal nicht genug Zeit für meine Anliegen und ärgere mich dann hinterher über mich selbst.

Der Unterschied zwischen Selbstbewusstsein und Selbstgefühl wird deutlich, wenn z.B. Schülerinnen bzw. Schüler mit guten Noten trotzdem sehr unsicher in Prüfungen gehen und alles gute Zureden („Du schaffst das schon, du kannst das doch, die letzte Arbeit war doch super gut usw.) ihnen nicht hilft. Unter Umständen verzweifeln sie sogar erst recht, weil zu der Unsicherheit noch die Botschaft kommt: Du hast doch gar keinen Grund unsicher zu sein – d.h., zu der Unsicherheit kommt noch das Gefühl, falsch zu empfinden, also sich nicht trauen zu können und macht so die Verwirrung komplett.

Hilfreich könnte ein anerkennendes, erforschendes Gespräch sein, um den offensichtlich fehlenden Bereich des Selbstgefühls zu erkunden und dem Schüler oder der Schülerin dazu zu verhelfen, so gestärkt und mit einem erweiterten Wissen über sich selbst in die Prüfung zu gehen.

Auch Lehrerinnen und Lehrer mit hervorragenden Examensnoten kennen es vielleicht, in bestimmten Situationen sehr von Selbstzweifeln geplagt zu werden.²

Feedback und Selbstwertgefühl

Wie unterschiedlich Selbstwertgefühl und Selbstbewusstsein wirken, zeigt sich auch und gerade beim Feedback, das Lehrkräfte ihren Schülerinnen und Schülern geben.³

John Hattie wies nach, dass Feedback für das Lernen bedeutsam ist, wobei allerdings einige Arten von Feedback wirksamer sind als andere (vgl. Hattie 2013, S. 206ff). Zusammengefasst lässt sich sagen, dass Feedback bezogen auf den Lernprozess den Lernenden hilft, ihre Lernziele zu bearbeiten und ihre intrinsische Motivation aufrechtzuerhalten. Dagegen sind Lob und Bestrafung und Belohnungen in Bezug auf Leistungsverbesserungen die am wenigsten effektiven Formen. Sichtbare Belohnungen verringerten sogar die intrinsische Motivation, und unter Berufung auf eine Studie von Deci et.al. (1999, S. 659) kommt Hattie zu der Schlussfolgerung, dass leistungsbezogenes Feedback und extrinsische Belohnungen in der Regel negativ seien, weil sie die Übernahme eigener Verantwortung für die Selbstregulierung und Selbstmotivierung minimieren.

Nach meinem Verständnis bezieht sich ein leistungsbezogenes Feedback eher auf das Selbstbewusstsein, das abhängig bleibt von der Bewertung anderer und der Außensicht, während ein auf den Lernprozess bezogenes Feedback eher das Selbstwertgefühl und die Fähigkeit zur Selbstverantwortung stärkt. Voraussetzung dafür ist allerdings, dass es von Bewertung frei bleibt und den Lernenden dazu verhilft, den eigenen Stand im Lernprozess einschätzen und sich selbst Ziele setzen zu können.

Wenn aufgrund der schulischen Rahmenbedingungen eine Bewertung notwendig ist, so sollte sie klar vom Lernprozess getrennt werden und möglichst erst am Ende des Lernprozesses stattfinden.

Grenzen setzen und freundlich „Nein“ sagen

„Kinder brauchen Grenzen“ ist ein gängiger Slogan – aber ist er auch wahr?

Wie wäre es, wenn wir behaupten würden: „Männer brauchen Grenzen“? Da würde der manipulative und nicht wertschätzende Charakter dieser Aussage eher deutlich.

Was Kinder und Jugendliche brauchen, sind Erwachsene, die ihre eigenen Grenzen deutlich spüren und vermitteln, ohne dabei die Kinder und Jugendlichen zu kritisieren und zu verletzen. (Und das ist übrigens auch im Kontakt zwischen Erwachsenen notwendig, auch im Lehrerkollegium!)

Von Pädagogen höre dann oft den Einwand: „Aber man muss die Schüler doch kritisieren, damit sie wissen, was richtig und falsch ist!“

Muss man das?

Ich finde nicht! Ich fühle mich viel wohler damit, wenn ich einfach klar und freundlich und bestimmt „Nein“ sage, wenn ich etwas nicht will. Es braucht nicht immer großartige Erklärungen, warum man etwas nicht will – das kann sogar ablenken und dazu führen, dass man in sich in Diskussionen verstrickt. Oft ist es hilfreicher, das gewünschte Verhalten zu benennen, statt Schülerinnen und Schüler zu kritisieren oder ihnen Vorwürfe zu machen.

Beispiel: „Ich will, dass ihr jetzt alle anfangt zu arbeiten!“

Anstatt: „Kevin und Leo müsst ihr dauernd quatschen? Habt ihr wieder mal nicht mitgekriegt, dass ihr anfangen sollt zu arbeiten? Wenn ihr nicht sofort anfangt, kriegt ihr noch eine Sonderaufgabe!“

„Herausfordernde“ Schülerinnen bzw. Schüler sind oft „außer sich“. Erwachsene versuchen dann oft dem Kind Grenzen zu setzen – also um das Kind herum einen Zaun zu errichten.

Damit kann ich vielleicht verhindern, dass ein Kleinkind meine teure Blumenvase herunterwirft, aber damit kann ich kein erwünschtes Verhalten, also z.B. Aufmerksamkeit oder Mitarbeit im Unterricht, erreichen.

Ein unruhiges und herausforderndes Kind wird durch Tadel oft noch unsicherer und unruhiger, denn das innere chaotische Gefühl und der Kontaktverlust werden stärker, wenn dem Kind signalisiert wird: „Du bist falsch!“

Parallel dazu verliert oft auch die Lehrerin oder der Lehrer in Stresssituationen den Kontakt zu sich selbst und reagiert nicht so professionell, wie es eigentlich ihrer/seiner Überzeugung entspricht.

Das menschliche Grundbedürfnis, für andere wertvoll zu sein, wird für beide nicht erfüllt – das kann auf beiden Seiten zu Gereiztheit, Frustration oder Aggressivität führen.

Da die Schülerinnen und Schüler nicht die Verantwortung für die Atmosphäre in der Klasse haben können, ist es die Verantwortung der Lehrpersonen, konstruktiv zu einer Veränderung beizutragen. Dabei ist es wichtig, nicht auf das Verhalten des Kindes zu fokussieren, sondern möglichst den Blick auf die Motivation bzw. die Ursachen dahinter zu richten und damit dem Kind helfen, wieder mehr bei sich zu sein und seine Fähigkeit und Bereitschaft zur Mitarbeit stärken.

Ein Beispiel:

- Mit einem unruhigen Kind reden: „Ich sehe, dass es heute für dich ganz schwierig ist zuzuhören...“ (als offene interessierte Frage – der Tonfall und die Haltung dabei sind entscheidend!)
- Und dann selbst interessiert zuhören, falls das Kind erzählt, was heute mit ihm los ist.
- Aber auch, wenn die Schülerin bzw. der Schüler nichts dazu sagen mag– die Botschaft ist: Du interessierst mich und es ist menschlich, manchmal nicht gut zuhören zu können.
- Die andere Möglichkeit: „Ich habe dir schon x-mal gesagt, dass du zuhören sollst. Reiß dich endlich mal zusammen!“ Dies beinhaltet die Botschaft: „Du bist falsch/ein schlechter Schüler/eine schlechte Schülerin, weil du nicht tust, was ich sage, und wenn man sich zusammenreißt, kann man immer zuhören ...“
- Dabei kann ja die Unruhe auch ein Zeichen dafür sein, dass eine Pause nötig ist oder dass die Lehrperson gerade sehr lange monologisiert. Dann wäre es gut, wenn er/sie so viel Überblick und Souveränität hätte, um die Unruhe oder das störende Verhalten als Feedback aufzugreifen und die Methode zu wechseln.

Diesen notwendigen Überblick kann man entwickeln, wenn man an seiner fachpersönlichen Entwicklung arbeitet und so immer häufiger erreicht, mit seiner Empathie und Wahrnehmung gleichzeitig bei sich und beim anderen zu sein. In dem Buch: „Hellwach und ganz bei sich“ spricht Helle Jensen (2015) von der „60:40-Formel“: 60% Aufmerksamkeit für sich und 40% Aufmerksamkeit für den anderen. In dem sehr empfehlenswerten Buch finden sich viele Übungen und Hintergrundtexte dazu. Gerade heute, wo wir mit immer mehr Input und äußeren Reizen überflutet werden, ist es wichtig, immer wieder in kurzen Pausen zwischendurch wahrzunehmen, wo gerade mein Fokus ist und wo ich hin will.

Ganz besonders, wenn mir als Pädagogin bzw. als Pädagoge viel daran liegt, empathisch mit Schülerinnen und Schülern und auch Eltern umzugehen, besteht die Gefahr, dass ich dabei mich selbst und meine Grenzen nicht mehr deutlich wahrnehme. In Fortbildungen habe ich erlebt, dass viele Lehrerinnen und Lehrer von der 60:40-Formel sehr überrascht waren, dies

aber hilfreich fanden – allerdings braucht diese ungewohnte Art seine Aufmerksamkeit zu steuern doch eine gewisse Übung.

Führung und persönliche Autorität

Heutzutage kann sich wohl kaum noch eine Lehrperson davon ausgehen, dass sie allein aufgrund ihrer institutionellen Rolle Autorität in der Klasse hat. Jede Lehrerin bzw. jeder Lehrer ist herausgefordert ihre/seine *persönliche Autorität* zu entwickeln. Dazu gehört ein entwickeltes Selbstgefühl (sich selbst kennen und wahrnehmen) und die Bereitschaft, Verantwortung für die Atmosphäre in der Lerngruppe zu übernehmen.

Weiterhin ist es wichtig zu wissen bzw. herauszufinden, was ich erreichen will und wie ich auf gute Art die Schülerinnen und Schüler einbeziehen kann. Schülerinnen und Schüler können aufgrund des Erfahrungs- und Machtgefälles innerhalb des Schulsystems nicht gleichberechtigt sein, aber für eine gute Beziehung ist es wichtig, dass sie gleichwürdig behandelt und angesprochen werden. Das heißt, ihre Bedürfnisse und Interessen sollten anerkannt und einbezogen werden, ohne dass notwendigerweise alle Bedürfnisse erfüllt werden und ohne dass die Lehrperson die Führung dabei aufgibt.

Dabei werden sicherlich auch immer wieder Konflikte entstehen, und dann kommt es auf die Fähigkeit des Erwachsenen an, seine Grenzen zu vertreten ggf. auch unbeliebte Entscheidungen zu treffen, ohne die Schülerinnen und Schüler dabei zu demütigen oder verletzen.

Kommunikation– ein Beispiel

Versetzen Sie sich in die Rolle einer Schülerin/eines Schülers. Wie empfinden Sie die folgenden Antworten der Lehrerin auf eine Frage der Klasse?

S.: Frau Hoffmann, können wir mal wieder eine Lesenacht machen?“

L.: Gut – wir können darüber reden. Beim letzten Mal habe ich mich darüber geärgert, dass ich so viel Arbeit mit dem Aufräumen hatte und dass es erst nach 2.00 Uhr ruhig war. Das war mir zu spät! Habt ihr eine Idee, wie wir das besser regeln können? (Oder: Ich will, dass spätestens um 24 Uhr Ruhe ist. Wie können wir das hinkriegen?) (*klar und freundlich*)

Oder :

L.: „Und wer hat dann wieder den ganzen Stress mit aufräumen und für Nachtruhe sorgen? Mit euch Chaoten mach ich das nicht nochmal!“ (*vorwurfsvoll genervter Unterton*)

Oder:

L.: „Nein, in diesem Schuljahr nicht mehr.“ (*klar und freundlich*)

Abschließen möchte ich diesem Beitrag mit einem Zitat von Jesper Juul:

„Gibt es eine Gebrauchsanweisung im Umgang mit Störungen? Kurz gesagt: nein! Wesentlich sind die Haltung, die Werte und das Verhalten. Wesentlich ist der Anfang: die ersten zwei Wochen in der Schule. Jedes Kind braucht die Erfahrung, sich willkommen und anerkannt zu fühlen, einbezogen zu sein und gesehen zu werden. All das teilt sich dem einzelnen Kind durch deine Augen, Mimik, Stimme und Körpersprache mit. Du musst nicht jedes Kind sofort kennen oder für jedes Kind individuell Zeit haben, aber zwei Dinge müssen tief in deiner professionellen Präsenz verankert sein: die Erkenntnis, dass alle Kinder lernen wollen und zu jeder Zeit ihr

Bestes geben wollen. Ohne diese Haltung werden Deine Worte für sie geringe oder gar keine Bedeutung haben!“ (Juul 2015, S.72)

ANMERKUNGEN

¹ Mehr dazu bei Juul/Høeg et.al. 2012

² Mehr dazu bei Jensen/Juul 2012

³ Den Hinweis auf diesen Aspekt verdanke ich Prof. Natalie Fischer, Universität Kassel

LITERATUR

- Hattie, John (2013): Lernen sichtbar machen. Überarbeitete deutschsprachige Ausgabe von Visible Learning – von Wolfgang Beywl und Klaus Zierer. Hohengehren, Baltmannsweiler: Schneider Verlag
- Jensen, Helle (2014a): Hellwach und ganz bei sich. Weinheim und Basel: Beltz
- Jensen, Helle (2014b): Klassenführung braucht Beziehungskompetenz. In: *Lernende Schule* 65 (2014), S.13-15.
- Jensen, Helle/ Juul, Jesper (2012): Vom Gehorsam zur Verantwortung. Für eine neue Erziehungskultur. Weinheim und Basel: Beltz
- Juul, Jesper/Høeg, Peter/Bertelsen, Jes/ Hildebrandt, Stehen/ Jensen, Helle/ Stubberup, Michael (2012): *Miteinander. Wie Empathie Kinder stark macht.* Weinheim und Basel: Beltz
- Juul, Jesper (2015): Führungskompetenz im Klassenzimmer. Von der autoritären Lehrerrolle zur professionellen Beziehungskompetenz. In: *Friedrich Jahreshft XXXIII* (2015), S. 70-72.

ZUR AUTORIN/ZUM AUTOR

Dipl.Päd.(M.A.) Klaudia Klaffke,
Gründung und Leitung einer Freiaktiven Montessorischule 2004-2012
Fortbildung Familycounselling bei J.Juul, H.Jensen u.a. 2008-2010
Fortbildung Training empathy bei H.Jensen u.a. seit 2015
Seit 2013 Familien und Teamberatung, pädagogische Fortbildungen für Eltern und Pädagogen
www.familienberatung-klaffke.de

¹ Mehr dazu bei Juul/Høeg et.al. 2012,

² Mehr dazu bei Jensen/Juul 2012

³ Den Hinweis auf diesen Aspekt verdanke ich Prof.Natalie Fischer, Universität Kassel