

# **Norbert Havers**

## **Lehrertrainings für angehende Referendare**

Erschienen in: B. Jürgens (Hrsg.) Kompetente Lehrer ausbilden – Vernetzung von Universität und Schule in der Lehreraus- und -weiterbildung, 2006, S. 81 – 87. Aachen: Shaker.

Veröffentlichung im Internet mit Genehmigung des Shaker Verlags, Aachen.

### **1. Der schwierigen Übergang vom Studium ins Referendariat**

Seit vielen Jahren ist bekannt, dass angehende Lehrkräfte den Übergang vom Studium ins Referendariat als besonders belastend erleben. Viele empfinden sich auf die neuen Aufgaben nur unzureichend vorbereitet). Sie fühlen sich oft allein gelassen und hilflos. Noch mehr als bei anderen Berufsanfängern spricht man bei jungen Lehrern von einem "Praxisschock"(de Lorent, 1992. Angesichts dieser Schwierigkeiten wird von Experten der Lehrerbildung häufig eine gezieltere Vorbereitung auf das Referendariat gefordert als sie bisher üblich ist (Terhart, 2000). Seit 2003 arbeite ich an der Entwicklung und Verbesserung eines Seminars, in dem eingehende Lehramtsanwärter gezielt auf ihre neue Aufgabe und auch auf ihre neue Lebensphase vorbereitet werden. Dieses so genannte „Lehrertraining für Referendare“ ist eine Weiterentwicklung des „Münchner Lehrertrainings für Studierende“, das ich schon viele Jahre an der Universität München durchführe (Havers, 1998).

### **2. Rahmenbedingungen des Lehrertrainings**

Die Lehrertrainings für angehende Lehramtsanwärter und Referendare findet immer am Ende der Sommerferien, also unmittelbar vor Beginn des Referendariats statt. Es werden grundsätzlich nur Teilnehmer aufgenommen, die kurz davor stehen, in den Schuldienst einzutreten. Diese kommen aus allen Lehramtstudiengängen. Da in dem genannten Zeitraum mehrere Trainingsseminare stattfinden, können wir eines dieser Seminar nur für zukünftige Grundschullehrer anbieten. Ein weiteres Seminar wendet sich an zukünftige Sekundarschullehrer. Es gibt aber auch Trainingsseminare, an denen sowohl Primar- als auch Sekundarschullehrer teilnehmen. Die maximale Teilnehmerzahl ist 18 Personen.

Die Trainings umfassen jeweils fünf Tage im Block. Sie finden jeweils von Montag bis Freitag statt. Mit Ausnahme des Freitags dauert jeder Trainingstag von 9 bis 17 Uhr. Da die

Trainings nicht Teil der regulären Lehrerbildung sind, gelten sie als Fortbildungsveranstaltungen. Sie wurden 2004 -2006 unterstützt aus Mitteln der Bund-Länder-Kommission für Bildungsplanung und Forschungsförderung im Rahmen des Verbundprojekts „Wissenschaftliche Weiterbildung“ und sei 2003 ebenfalls durch den Bayerischen Lehrerinnen- und Lehrerverband.

## **2. Inhalte der Lehrertrainings für angehende Referendare**

Im Lehrertraining kommen vor allem solche Inhalte zur Sprache, die dazu beitragen können, mit den psychischen Belastungen des Referendariats besser zurechtzukommen. Es werden unter anderem die folgenden Themen behandelt:

- Konstruktiver Umgang mit Kritik
- Kommunikation mit den Betreuungslehrern
- Kommunikation mit den Eltern der Schüler
- Balance zwischen beruflichem Engagement und Freizeit
- Entspannungstechniken
- Als wichtigstes Thema: Umgang mit Disziplinschwierigkeiten

### **2.1 Konstruktiver Umgang mit Kritik**

Referendare und Lehramtsanwärter halten häufig Unterrichtsstunden in Gegenwart ihrer Betreuungslehrer. Diese werden dann anschließend miteinander besprochen und auch kritisiert. Einige Male während der Ausbildung halten die Referendare auch Prüfungslehrproben, die dann anschließend von einem Fachgremium beurteilt und kritisiert werden. Für viele Referendare ist diese Kritik an ihrem eigenen Unterricht eine starke psychische Belastung. In einer Übung des Lehrertrainings setzen wir uns deshalb mit den verschiedenen Aspekten von Kritik auseinander. Ziel dieser Übung ist es, dass die Teilnehmer auch die positiven Seiten von Kritik für sich persönlich entdecken und dass sie erkennen, dass konstruktive Kritik für die berufliche Weiterentwicklung unerlässlich ist.

### **2.2 Kommunikation mit den Betreuungslehrern**

Verschiedene Untersuchungen haben gezeigt, dass die psychische Belastung von Lehramtsanwärtern am effektivsten durch eine gute Zusammenarbeit mit den Betreuungslehrern gemildert wird. Diese Zusammenarbeit besteht z. B. darin, dass die Betreuungslehrer den Referendaren gezielte Tipps für ihren Unterricht geben oder dass sie ihnen ihre schriftliche

Unterrichtsvorbereitungen ausleihen, damit die Referendare diese dann als Vorlagen für ihre eigenen Vorbereitungen benutzen können. Manchmal entsteht diese Zusammenarbeit jedoch nicht von selbst, weil der Betreuungslehrer nicht daran denkt oder weil er zeitlich überlastet ist. Wir haben deshalb ein eigenes Rollenspiel entwickelt, in dem die angehenden Referendare üben, ihre Betreuungslehrer gezielt um solche Hilfe zu bitten.

### **2.3 Kommunikation mit den Eltern der Schüler**

Wenn es Konflikte mit einzelnen Schülern gibt, ist häufig ein Gespräch mit den Eltern dieser Schüler unerlässlich. Solche Konfliktgespräche mit Schülereltern sind aber häufig ein "Angstthema" für angehende Lehramtsanwärter. Diese sagen sich nämlich nicht ganz zu Unrecht, dass Schülereltern, die zehn Jahre älter sind als sie selber ihre Autorität in Frage stellen können. Um solche Konfliktgespräche mit Schülereltern zu üben, haben wir im Lehrertraining ein eigenes Rollenspiel vorgesehen.

### **2.4 Balance zwischen beruflichem Engagement und Freizeit**

Als eine wichtige Ursache für die Stressbelastung von Lehrkräften wird von einigen Forschern "mangelnde Distanzierungsfähigkeit" genannt (Schaarschmidt 2004). Damit ist Folgendes gemeint: Die betroffenen Lehrer schaffen es nicht, in ihrer Freizeit die Gedanken und Sorgen loszulassen, die mit ihrer Lehrertätigkeit verbunden sind. Zur Auseinandersetzung mit dieser Problematik haben wir im Lehrertraining eine künstlerische Gestaltungsübung entwickelt: Die Teilnehmer gestalten eine Collage zum Thema "Mein Beruf und ich". In dieser Collage soll die Polarität zwischen Beruf und Privatleben zum Ausdruck kommen. Für viele Seminarteilnehmer ist die Arbeit an dieser Collage einen Anstoß, sich schon zu Beginn ihrer Berufstätigkeit mit dieser zentralen Problematik des Lehrerberufs auseinander zu setzen.

### **2.5 Entspannungstechniken**

Im Unterschied zu anderen Akademikern setzen Lehrer nur relativ selten Entspannungsübungen ein, um sich vom Berufstress zu erholen. Damit die angehenden Referendare die positive Wirkung von Entspannungstechniken persönlich erfahren können, bieten wir am Ende jedes Trainingstages Übungen zur progressiven Muskelentspannung an. Wir haben diese Methode deshalb gewählt, weil sie sich im Vergleich zu anderen Entspannungstechniken leicht erlernen lässt und weil ihre positiven Wirkungen unmittelbar erfahrbar sind (Kaluza 2004).

## 2.6. Umgang mit Disziplinschwierigkeiten

Ich habe den Umgang mit Disziplinschwierigkeiten als unser wichtigstes Thema bezeichnet. Es ist deshalb unser wichtigstes Thema, weil den Berufsanfängern nichts so sehr auf den Nägeln brennt wie die Frage: "Wie gehe ich mit schwierigen Schülern um?"

Etwa die Hälfte aller Übungen im Münchner Lehrertraining für Referendare beschäftigt sich mit dem Thema Disziplinschwierigkeiten. Wir behandeln dieses Thema *nicht* auf eine theoretische Art und Weise. Es geht also *nicht* um solche Fragen wie: "Wie häufig sind Disziplin Konflikte und was sind ihre Ursachen?" Im Hinblick auf Disziplinschwierigkeiten geht uns vielmehr um die Förderung von soziale Kompetenz und um die Förderung von Selbsterkenntnis und emotionaler Selbstkontrolle. Ich möchte kurz erläutern, was damit gemeint ist:

### 2.6.1 Förderung von Sozialkompetenz beim Umgang mit Disziplinschwierigkeiten

Unter „Sozialkompetenz?“ versteht man die Befähigung eines Menschen zur Lösung von Problemen im Umgang mit Mitmenschen (Hinsch & Pfingsten 2002). Sozialkompetenz beim Umgang mit Disziplinschwierigkeiten beinhaltet Folgendes:

1. Die Fähigkeit, durch eine gute Unterrichtsorganisation Disziplinschwierigkeiten *vorzubeugen*. Wir haben Übungen entwickelt, in denen die angehenden Referendare z. B. lernen, klare Regeln aufstellen und den Unterricht so strukturieren, dass kein Leerlauf entsteht.
2. Die Fähigkeit, beim Entstehen von Disziplinproblemen pädagogisch wirkungsvoll *einzugreifen*. In verschiedenen Rollenspielen üben wir zielsicheres Eingreifen schon bei leichten Regelverstößen sowie entschlossenes Auftreten bei schwerwiegenden Disziplinproblemen
3. Die Fähigkeit, schwerwiegende Disziplinschwierigkeiten auch *längerfristig anzugehen*. Hier sind bestimmte *kommunikative Fertigkeiten* von Bedeutung, z. B. die Fähigkeit, auch mit besonders renitenten Schülern ein Konfliktgespräch zu führen. Auch diese Fähigkeit üben wir im Rollenspiel.

### 2.2.2 Förderung von emotionaler Selbstkontrolle

Barbara Jürgens (2000) hat zu Recht darauf hingewiesen, dass für den Umgang mit Disziplin-konflikten die Gedanken und Gefühle der Lehrkräfte eine große Rolle spielen. Es macht z. B. viel aus, ob ein Lehrer während eines Disziplin-konfliktes denkt: "Der Schüler *wollte mich* durch seine Unterrichtsstörung *ärgern*," oder ob er denkt: "Der Schüler hat wahrscheinlich gestört, um im Mittelpunkt zu stehen. Mit meiner Person hat das eigentlich nichts zu tun.“

Der Umgang mit Gedanken und Gefühlen spielt vor allem bei der Besprechung der Videoauf-nahme eine große Rolle. Der Trainer, der diese Besprechung leitet, hat nach unserer Auffassung drei Aufgaben:

1. Er soll den Trainingsteilnehmern helfen, sich ihre Gedanken bewusst zu machen,
2. Er solle ihnen zeigen, wie man schädliche und förderliche Gedanken voneinander unter-scheidet.
3. Er solle ihnen beibringen, in Konfliktsituationen auf förderliche Gedanken zurückzu-greifen und schädigende Gedanken zu vermeiden.

### **3. Methoden des Münchner Lehrertrainings**

Im Münchner Lehrertraining verwenden wir eine Vielzahl unterschiedlicher Methoden. Bei unserem wichtigsten Thema, dem Umgang mit Disziplinschwierigkeiten, kommen aber vor allem zwei Methoden zum Einsatz: Rollenspiel und Video-Feed-back. Diese beiden Methoden möchte ich kurz erläutern:

#### **3.1 Rollenspiel**

Ich möchte unsere Vorgehensweise anhand eines konkreten Beispiels erläutern: In einem dieser Rollenspiele ging es um die Lösung von Gleichungen mit Brüchen. Für die Rolle der Lehrkraft hatte sich zwei Studentinnen freiwillig gemeldet. Diese hatten etwa 20 Minuten Zeit, um ge-meinsam ihren Unterricht vorzubereiten und wurde bei dieser Vorbereitung von einer Ko-trainerin unterstützt. Die Kotrainerin sagte ihnen auch, mit welchen Disziplinschwierigkeiten Sie in der Stunde zu rechnen hätte und überlegte mit ihnen zusammen Möglichkeiten, die Disziplin-schwierigkeiten einzudämmen.

In der Zeit, in der sich die beiden Studenten auf ihre *Lehrerrolle* vorbereiteten, wurden die übrigen Seminarteilnehmer in einem anderen Raum auf ihre *Schülerrollen* vorbereitet. In diesem Falle bekamen sie die Instruktion, Papierflieger in die Klasse zu werfen, sobald die Lehrerin einmal wegschaute. Sie sollten das so lange machen, bis die Lehrerin einmal durchgriff und der Klasse unmissverständlich zu verstehen gab, dass sie das Flieger-Werfen nicht länger dulden würde. So lange die Lehrerin allerdings nur ermahnte oder Konsequenzen *nur androhte*, sollten sie weitermachen.

Sobald beide Gruppen mit der Einübung ihrer Rollen fertig waren, fanden die eigentlichen Rollenspiele statt. Zuerst spielte eine der beiden Studentinnen, die vor der die Lehrerrolle ein geübt hatten, und anschließend die andere. Die Rollen der Störer waren ähnlich wurden aber im zweiten Durchgang von anderen Rollenspielen besetzt. Die beiden Rollenspiele dauerten jeweils zehn Minuten und wurden auf Video aufgezeichnet.

### 3.2 Video-Feed-back

Beim Videofeed-back zeigen wir immer nur einzelne Ausschnitte aus dem Rollenspiel, halten dann den Videorecorder an und analysieren dann gemeinsam den vorher gezeigten Video-Ausschnitt. Besonders interessant für unsere Fragestellung sind solche Stellen auf dem Videoband, in denen Disziplinschwierigkeiten auftreten. Wir konzentrieren uns bei der Beobachtung darauf, wie die Lehrkraft darauf reagiert und wie erfolgsversprechend ihre Reaktion war.

Beim Videofeed-back frage ich häufig diejenigen, die vorher die Schülerrolle gespielt hatten, wie die Reaktion der Lehrkraft auf sie gewirkt hat. Ich frage zum Beispiel: "Hatten Sie an dieser Stelle noch Lust, mit dem Fliegerwerfen weiterzumachen?" Ich frage auch diejenige Studentin, welche die Rolle der Lehrkraft gespielt hatte, wie das Störverhalten der Schüler auf sie gewirkt hat und wie sich die so entstandenen Gefühle auf ihr Verhalten auswirkten.

Beim Videofeed-back geht es also nicht in erster Linie darum, den Studenten gute Ratschläge zugeben. Unser erstes Ziel ist vielmehr, dass die zukünftigen Referendare *funktionale Zusammenhänge* zwischen ihrem *eigenen Reaktionen* und der Bereitschaft der Schüler erkennen mit den *Disziplinschwierigkeiten weiterzumachen*. Ein weiteres Ziel besteht darin, dass diejenigen Studenten, die gerade eine Lehrerrolle gespielt haben, zu einer genaueren Wahrnehmung ihrer eigenen Gedanken und Gefühle geführt werden und zu der Erkenntnis, wie diese Gedanken und Gefühle ihr eigenes Handeln beeinflussen.

#### 4. Auswirkung des Lehrertrainings auf die Praxis

Wir haben im Laufe der Jahre zahlreichen Nachbefragung durchgeführt, um festzustellen, auch die im Lehrertraining erlernten Methoden in der Praxis auch tatsächlich angewandt werden. Die Ergebnisse dieser Untersuchungen waren sehr ermutigend: Es stellte sich heraus, dass die ehemaligen Teilnehmer des Lehrertrainings sich noch vier bis sechs Jahre später genau an einzelne Übungen erinnern konnten und dass sie vieles von dem, was sie dort gelernt hatten auch in der Praxis anwenden (Passig 2002). Besonders deutlich waren die Lerneffekte des Lehrertrainings beim Einsatz nicht-verbaler Methoden beim Umgang mit Disziplinschwierigkeiten. Solche nicht-verbaler Methoden sind zum Beispiel Mimik, Gestik, Blickkontakt oder ein sehr nahes Herangehen an den störenden Schüler.

#### Literatur

- De Lorent, H. P. (1992). Praxisschock und Supervision. Auswertung einer Umfrage bei neu eingestellten Lehrern. *Pädagogik*, 44, 9, S. 22-25.
- Havers, N. (1998). Disziplinschwierigkeiten im Unterricht. Ein Trainingsseminar im Lehrstudium. *Die Deutsche Schule*, 90, 2, S. 189-198.
- Hinsch, R. & Pfingsten, U. (2002). *Gruppentraining sozialer Kompetenzen (GSK). Grundlagen, Durchführung, Anwendungsbeispiele*. 4. Aufl. Weinheim: Beltz.
- Jürgens, B. (2000). *Schwieriger Schüler? Disziplin Konflikte in der Schule*. Hohengehren: Schneider.
- Kaluza, G. (2004). *Stressbewältigung. Trainingsmanual zur psychologischen Gesundheitsförderung*. Heidelberg: Springer.
- Passig, C. (2002). *Evaluation der Langzeitwirkung des Münchner Lehrertrainings (unveröffentlichter Staatsexamensarbeit im Fach Schulpsychologie)*. München: Institut für pädagogischen Psychologie der Ludwig-Maximilians-Universität.
- Schaarschmidt, U. (2004): *Halbtagsjobber? Psychische Gesundheit im Lehrerberuf - Analyse eines Veränderung bedürftigen Zustandes*. Weinheim: Beltz.
- Terhart, E. (Hrsg.) (2000). *Perspektiven für die Lehrerbildung in Deutschland. Abschlussbericht der von der Kultusministerkonferenz eingesetzten Kommission*. Weinheim: Beltz.

## **DVD zum Lehrertraining**

*Das Münchner Lehrertraining* (2006). DVD, erhältlich über: Unterrichtsmitschau der Universität München, Martiusstr. 4, 80804 München