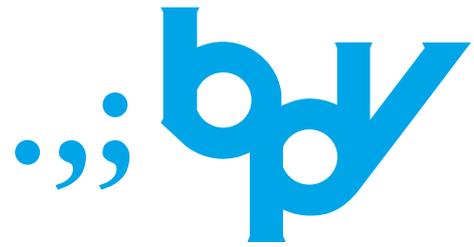


04_2025



DAS GYMNASIUM IN BAYERN

DIE ZEITSCHRIFT FÜR LEHRERINNEN
UND LEHRER AN GYMNASIEN UND
BERUFLICHEN OBERSCHULEN (FOSBOS)

Podiumsdiskussion

Ist das Schule oder kann das weg?
Bildung in Zeiten von Lehrermangel,
Leistungsrückgang und Bürokratie

Anna Stolz, MSt, Bayerische Staatsministerin für Unterricht und Kultus
Prof. Dr. Cordula Artzt, Direktorin des Leibniz-Instituts für Bildungswissenschaften
Prof. Dr. Marcel Schütz, Initiator des Sättigungsforums für Organisations- und
Management an der HES Northern Business School
Michael Schwägerl, SPD-Landtagsabgeordneter

IST DAS SCHULE ODER KANN DAS WEG?

bpv-Forum: Bildung in Zeiten
von Lehrermangel, Leistungs-
rückgang und Bürokratie

»Realistische Ziele«
Interview zu den Deutschklassen

Grundwerte mit 10drei
15-minütige Übungsformate

Emotionale Intelligenz
Wie sie im Lehrerberuf hilft

RUND UM DEN LEHRERBERUF

Motivation und Sozialkompetenz durch emotionale Intelligenz



Emotionale Intelligenz – das mag im ersten Moment widersprüchlich klingen, wird doch der Begriff »Intelligenz« gemeinhin mit Rationalität, dem Gegenteil der Emotionalität, in Verbindung gebracht. Mit Expertin Johanna Lucić hat die GiB-Redaktion darüber gesprochen, was hinter emotionaler Intelligenz steht, inwiefern Rationalität und Emotionalität keine konkurrierenden Konzepte sind und warum die Bedeutung emotionaler Intelligenz im Lehrerberuf nicht zu unterschätzen ist.

Das erstmals 1990 von den US-amerikanischen Psychologen John D. Mayer und Peter Salovey formulierte Konstrukt der emotionalen Intelligenz beschreibt die Fähigkeit eines Menschen, Gefühle zu erkennen, mit ihnen umzugehen und sie angemessen auszudrücken. »Eine zentrale Kompetenz emotionaler Intelligenz ist natürlich die Empathie, also das Einfühlungsvermögen. Man nimmt wahr, was das Gegenüber empfindet, ohne dabei zu bewerten«, erklärt Johanna Lucić. Sie ist neben ihrem Beruf als Kunstlehrerin am Gymnasium auch Trainerin für Kommunikation und systemische Coachin sowie Vorsitzende des Instituts zur Stärkung der Erziehungskompetenz. Im Rahmen dessen schult sie mit dem Seminar »KlasseTeam« (siehe Infokasten S. 29) auch Lehrkräfte in ihren Beziehungs- und Erziehungskompetenzen. Emotionale Intelligenz beinhaltet neben der Empathie auch den reflektierten Umgang mit den eigenen Gefühlen. »Das bedeutet, in mich zu gehen und zu erkennen, was der Auslöser für meine Emotionen in einer bestimmten Situation ist und welche Gefühle womöglich tatsächlich dahinterstehen. Häufig missinterpretieren wir unsere Gefühle: zum Beispiel sind wir gar nicht wütend, so wie es erscheint, sondern enttäuscht. Nicht sauer, sondern überfordert. In der Reflexion erkenne ich, durch welche Vorurteile und Gedankenmuster meine Emotionen beeinflusst werden«, so die Expertin. Die Gefühle zu verbalisieren und gleichzeitig einen sicheren Raum der Interaktion zu schaffen, in dem sich das Gegenüber angenommen und verstanden fühlt, sei die dritte zentrale Kompetenz emotional intelligenter Kommunikation. »Diesen Raum kann

ich auch im Umgang mit meinen eigenen Emotionen schaffen, zum Beispiel, indem ich nicht so streng mit mir selbst bin.«

Diese empathische Kommunikation spiele bislang in unserer Gesellschaft nur eine untergeordnete Rolle, sagt Lucić weiter. Über Gefühle zu sprechen, sei noch immer mit vielen Klischees behaftet. »Dabei kann man sehr kompetent und führungsstark über Gefühle sprechen, ohne als unsachlich wahrgenommen zu werden.« Gerade im Lehrerberuf und der Interaktion zwischen Lehrkräften und Schülerinnen und Schülern sei emotional intelligentes Verhalten zentral. »Aus meiner Sicht müsste diese Praxis noch viel stärker in die Lehrerausbildung integriert werden«, betont Lucić.

Lernbereitschaft und Engagement der Schüler fördern

So sei emotionale Intelligenz der Schlüssel zu einer guten Beziehung zu Schülerinnen und Schülern – und fördere dadurch auch deren Lernbereitschaft und Engagement. »Durch wissenschaftliche Studien ist belegt, dass eine gute Beziehung zur Lehrkraft die intrinsische Motivation von Schülerinnen und Schülern steigert«, verdeutlicht die Coachin. Für zentral hält Lucić außerdem die Möglichkeit, durch eine emotional intelligente Kommunikation das Gegenüber dazu zu befähigen, lösungskompetent zu handeln und konstruktiv mit schwierigen Situationen umzugehen. »Wenn ich als Lehrerin beispielsweise bei der Rückgabe einer Schulaufgabe zu einem aufgebrachteten Schüler auf authentische Weise in einem mitfühlenden Ton sage »Du bist jetzt sauer auf mich, weil ich dir eine schlechte Note gegeben habe«, dann kann ich dazu beitragen, dass seine negativen Gefühle abflauen«, so die Expertin. Dieser Effekt wurde auch in Studien mit bildgebenden Verfahren festgestellt: Dabei zeigte sich, dass allein durch das Benennen der Gefühle des Gegenübers sich das Stresszentrum im Gehirn reguliert und Stress reduziert wird. »Benenne ich die Gefühle eines Schülers ohne zu werten, so fühlt er sich ernst

genommen und merkt, dass ich ich auf seiner Seite bin«, erklärt Lucić diesen Effekt. Erst wenn die negativen Gefühle abgeflaut sind, wenn die Amygdala aufgehört hat zu feuern, kann der Schüler wieder klar denken. In einem zweiten Schritt kann ich als Lehrkraft den Schüler in seiner Lösungskompetenz stärken – durch konstruktive Fragen, die dem Schüler eine selbstständige Lösungsfindung ermöglichen.

Offen und wertfrei auf die Gefühle des Gegenübers einzugehen, mag ungewohnt oder sogar befremdlich sein. »Das ist nicht verwunderlich, denn es gibt für diese Art der Kommunikation noch kaum Vorbilder in der Gesellschaft. Das muss erst einmal gelernt werden«, so Lucić. Doch kann diese empathische Kommunikation überhaupt bei jedem einen Effekt zeigen? »Emotionale Intelligenz ist auf jeden Fall kein unverrückbares Persönlichkeitsmerkmal, das sich nicht erlernen lässt. Wie bei anderen Merkmalen – etwa, wie sensibel oder impulsiv jemand ist – haben wir zwar eine gewisse Veranlagung, doch wie stark diese ausgeprägt ist oder ob sie überhaupt markant zum Ausdruck kommt, hängt maßgeblich vom sozialen Umfeld ab. Hier hat das Elternhaus den allergrößten Einfluss, doch auch die Schule spielt eine wichtige Rolle«, erklärt die Kommunikationstrainerin. »Um sich in emotionaler Intelligenz zu schulen, ist es vor allem wichtig, offen dafür zu sein und es auch wirklich zu wollen.« Ist das der Fall, gebe es Methoden, um die emotionale Intelligenz zu stärken.

In die Rolle des Gegenübers hineinversetzen

Bei der an der Ludwig-Maximilians-Universität München entwickelten Fortbildung »KlasseTeam« wird mithilfe von Rollenspielen anhand verschiedener Situationen aus dem Schulalltag der emotional intelligente Umgang miteinander geschult. »Wenn sich eine Lehrkraft in die Schülerrolle versetzt und selbst erlebt, welchen Unterschied eine emotional intelligente Kommunikation vonseiten der Lehrkraft macht, ist das ein einprägendes Erlebnis«, berichtet Lucić von ihren Erfahrungen als »KlasseTeam«-Trainerin. Die Teilnehmer würden so selbst erleben, wie sich diese Art der Kommunikation auf die eigene Kooperationsbereitschaft auswirkt. »Wie setze ich Grenzen, ohne meinen Gegenüber vor den Kopf zu stoßen?«, »Wie kann ich die Kooperation meines Gegenübers gewinnen?« und »Wie kann ich eine Win-Win-Situation schaffen?« seien zentrale Fragen, mit denen sich das Training beschäftigt. Wichtig sei, dass die Teilnehmerinnen und Teilnehmer nicht einfach in eine ungewohnte Gesprächssituation hineingeworfen werden, sondern über die viertägige Fortbildung hinweg fortlaufend von einem Trainer in der Anwendung der neuen Art der Kommunikation gecoacht werden, um positive Erfahrungen machen zu können, betont Lucić.

Wer als Lehrkraft emotional intelligent kommuniziert, leistet damit nicht nur gute Beziehungsarbeit, sondern lebt diese Art der Kommunikation zugleich seinen Schülerinnen und Schülern vor. »Die Vorbildfunktion spielt hier eine entscheidende Rolle. Wenn ein Schüler regelmäßig diesen Umgang von seinem Lehrer vorgelebt bekommt, wird er diesen eher in seine eigene Verhaltensweise integrieren, emotional intelligent mit anderen kommunizieren und Konflikte fair angehen«, erklärt die Expertin. Heutzutage werde zwar bereits deutlich offener als noch in der Generation der Großeltern über Gefühle gesprochen und es gebe auch eine steigende öffentliche Aufmerksamkeit und Communities, die sich online vernetzen und von denen wir uns einen gesunden Umgang mit Emotionen anschauen können. Gleich-

zeitig gebe es durch den heutigen Medienkonsum auch negative Vorbilder im Umgang mit Gefühlen wie zunehmendes Cybermobbing und eine gewisse soziale Kälte, meint die Kommunikationstrainerin.

Um den Mangel an positiven Vorbildern zu kompensieren, sei es wichtig, durch das Emotionscoaching mit sich selbst auch die eigene emotionale Intelligenz zu fördern. In den inneren Dialog zu gehen und dadurch die eigenen Gefühle zu reflektieren, helfe dabei, diese richtig zu deuten und den der Emotion zugrundeliegenden Beweggründen auf die Spur zu kommen. »Wenn ich etwa sauer bin, weil die Spülmaschine schon wieder nicht ausgeräumt ist, hilft es, mir kurz eine Pause einzuräumen, tief durchzuatmen und aus der Vogelperspektive auf die Situation zu blicken. Das führt dazu, dass sich mein zentrales Nervensystem beruhigt, ich mich nicht in meine Wut vertiefe und zum Beispiel eine klare Bitte an meine Familie formulieren kann, statt im Affekt Vorwürfe zu machen«, verdeutlicht Lucić. Auch bei der Reizüberflutung durch eine ständige Mediennutzung wirke emotionale Intelligenz im Sinne der Medienbildung. »Die Algorithmen in den Sozialen Medien spielen bewusst mit Emotionen: Zwischen negativen Nachrichten mit Sensationswert werden belanglose Inhalte angezeigt, der Dopaminspiegel sinkt leicht ab und der Kick bei der nächsten Sensation ist umso stärker. Das verstärkt den Suchtfaktor. Wenn ich emotional intelligent bin, hinterfrage ich meine Gefühle beim Social-Media-Konsum: Was macht das mit mir? Wie fühle ich mich beim ansehen und wie geht es mir danach?«, so die Expertin. Damit ist emotionale Intelligenz gerade auch für junge Menschen eine nicht zu unterschätzende Kompetenz. • Iris Janda



Johanna Lucić,

Trainerin für authentische und diplomatische Kommunikation, systemische Coachin und Fachleitung für Kunst am Gymnasium sowie Vorsitzende des Instituts zur Stärkung der Erziehungskompetenz.



»KLASSETEAM«: FORTBILDUNG FÜR LEHRKRÄFTE

Beim viertägigen Trainingsprogramm »KlasseTeam« wird die Interaktionskompetenz und Beziehungsgestaltung von Lehrkräften trainiert. Das Programm wird vom »Institut zur Stärkung der Erziehungskompetenz« angeboten und wurde an der Ludwig-Maximilians-Universität in München im Auftrag des Bayerischen Kultusministeriums entwickelt. Es richtet sich sowohl an aktive Lehrkräfte als auch an Referendare und Lehramtsstudierende. Das Seminar kann sowohl von Einzelpersonen als auch gesamten Schulen und Lehrerkollegien absolviert werden und kann zur präventiven Weiterqualifizierung sowie zur Bewältigung konkreter Herausforderungen dienen. Mehr dazu unter: www.institut-erziehungskompetenz.de > [Lehrkräfte](#) > [Über KlasseTeam](#)