

Schulstress

Schule heißt ursprünglich „Muße“ – Was ist davon geblieben?

von Detlef Träbert

Rund 30 Prozent aller Schülerinnen und Schüler klagen über psychosomatische Beschwerden wie Kopfschmerzen, Schlafprobleme, Gereiztheit oder Niedergeschlagenheit. Eltern fühlen sich unter Leistungsdruck und beklagen einen Qualitätsverlust im Familienleben durch die Ansprüche von Schule. Die Mehrzahl der Lehrerinnen und Lehrer ist entweder ausgebrannt oder vom Burnout bedroht. Dabei bedeutet das Wort „Schule“ ursprünglich „Muße“ – was ist davon geblieben?

Realität Schulstress

Über krankmachenden Schulstress bei Kindern und Jugendlichen forschen und berichten Sozialwissenschaftler gehäuft seit den 70er Jahren des vorigen Jahrhunderts. 1977 erschien der Bericht der Schüler-Enquête des saarländischen Kultusministeriums „Stress in der Schule“ mit erschütternden Befunden. Der Arzt Erich Zapp schrieb 1976 in der Zeitschrift „Gymnasium Saar“ unter der Überschrift „Diagnose: Schulstress“: „Nicht nur im Vorfeld der Schule, sondern in ihrer eigenen Struktur und Praxis sind pathogene Noxen vorgegeben. Es handelt sich um die typischen Auslösungsbedingungen für das so genannte psychophysische Überforderungssyndrom ...“. Klaus Hurrelmann beklagte in den späten 80er Jahren „in pädagogischer und jugendpolitischer Perspektive beängstigend hohe Verbreitungsdaten“ sowohl in Bezug auf psychosomatische Symptome als auch hinsichtlich der Einnahme von Kopfschmerzmitteln und Psychopharmaka bei Jugendlichen. 2014 stellt der Solinger Kinderarzt und Berufsverbandsfunktionär Thomas Fischbach in der Zeitschrift „Humane Schule“ fest: „Somatoforme Störungen wie Kopfschmerzen, Schlafstörungen, Bauchschmerzen bis hin zu depressiven Symptomen und Schulverweigerung lösen in der Kinder- und Jugendmedizin zunehmend organische Erkrankungen als Besuchsanlässe ab.“

Dass Schülersundheit und Gesundheitserziehung mittlerweile Themen der Schule geworden sind und Präventionskonzepte wie „Klasse 2000“ zunehmend Verbreitung finden, scheint positiv, hat jedoch nichts an den „pathogenen Noxen“, den krankmachenden Bedingungen des Schulsystems, geändert. Es wirkt geradezu schizophren, wenn Schule sich einerseits um mehr Bewegung, gesunde Ernährung und Stärkung des Selbstwerts von Kindern kümmert, während sie andererseits mit Stoffverdichtung und erhöhtem Leistungsdruck in der Folge der PISA-Studien die Belastungen für unseren Nachwuchs erhöht.

Pädagogen-Dilemma

Auch für Lehrerinnen und Lehrer hat die Arbeitsbelastung in physischer wie psychischer Hinsicht zugenommen. Zum einen liegen ihre Unterrichtsverpflichtungen heute auf ähnlichem, teilweise sogar höherem Niveau als vor 40 Jahren, während die Wochenarbeitszeiten in unserer Gesellschaft insgesamt reduziert wurden. Im Zuge von „Verschlankungsprozessen“ nach dem Vorbild des lean management im Wirtschaftsleben wurden außerdem Aufgaben der Schulverwaltung in die Schulen hinein verlagert.

Gleichzeitig werden Lehrerinnen und Lehrer für das Erreichen von Leistungsstandards haftbar gemacht. Landeseinheitliche Vergleichsarbeiten sorgen für Konkurrenzdruck innerhalb der Kollegien. Unterricht wird als die „Kernaufgabe von Schule“ bezeichnet, während jeder in der Schule Tätige doch spürt, dass seine Kernaufgabe in der Gestaltung von Beziehungen liegt. Ohne ein gutes Beziehungsklima, auch

das hat die Schulforschung seit Jahrzehnten immer wieder bestätigt, sind gute Schulleistungen nicht nachhaltig möglich. „Beziehungsdidaktik“ wird in der Lehrerbildung jedoch nicht gelehrt. Zeit für Beziehungsarbeit, für persönliche Gespräche, für eine demokratische Schulkultur ist in den Stundentafeln nicht vorgesehen. Wo Schulen den Klassenrat pflegen oder Wert auf Beratung von Kindern und Eltern legen, müssen sie mit Tricks beim Stundenplan und Selbstausschöpfung arbeiten. Das Dilemma zwischen technokratisch verstandenen Schulleistungen und humaner, den ganzen Menschen umfassender Bildungsarbeit zehrt an Kraft und Nerven der Pädagogen.

Humane Schule

Wenig bekannt ist, dass zu den Hauptsymptomen des Burnout-Syndroms die „Dehumanisierung“ gehört. Zynismus ist eine selbstschützende Haltung im Zustand völliger Erschöpfung und im Gefühl von Nutz- und Wirkungslosigkeit. So ist es kein Wunder, dass Schüler auf die Frage nach dem Schlimmsten an Schule u.a. auf „inkompetente“ und „mit sich selbst unzufriedene“ Lehrer verweisen (vgl. Längsschnittstudie AIDA). Auch der Befund der



Burnout

©Foto: Lupo / www.pixelio.de

INTAKT-Studie, wonach rund 25 Prozent aller Lehrer-Schüler-Interaktionen verletzender Natur sind, passt in dieses Bild.

Das antike Verständnis von „Muße“ umfasste das geistige Tätigsein im Unterschied zu harter körperlicher oder Sklavenarbeit. Dieses Verständnis von Schule passt zu den vier Säulen des ganzheitlichen Bildungsbegriffs der UNESCO, wie er im Delors-Bericht (1996) als Antwort auf die Herausforderungen des 21. Jahrhunderts beschrieben wurde: Lernen, zusammenzuleben; Lernen, Wissen zu erwerben; Lernen zu handeln; Lernen für das Leben. Wir brauchen eine humane Schule, wenn wir Bildung so verstehen – Stress hat darin nichts zu suchen.



Wir empfehlen als weiterführende Lektüre das Maiheft 2014 der Zeitschrift „Humane Schule“:
“Druck in der Schule”

► www.magazin-auswege.de/2014/05/maiheft-2014-humane-schule

Über den Autor

Detlef Träbert, Diplom-Pädagoge, war 18 Jahre lang Lehrer und arbeitet jetzt als freier Schulberater in Niederkassel bei Köln (<http://www.schulberatungsservice.de>). Er ist stellv. Bundesvorsitzender der »Aktion Humane Schule« und Redakteur des Verbands-Magazins „Humane Schule“.

Veröffentlichungen

- Null Bock auf Lernen? So fördern Eltern die schulische Leistung ihrer Kinder
- Wenn es mit dem Lernen nicht klappt. Schluss mit Schulproblemen und Familienstress (zusammen mit Jochen Klein)
- DenkMalAn! Aphoristische Andenken, Bochum (Universitätsverlag Brockmeyer) 2011

Kontakt

info@schulberatungsservice.de

AUSWEGE – Perspektiven für den Erziehungsalltag

Online-Magazin für Bildung, Beratung, Erziehung und Unterricht

www.magazin-auswege.de

auswege@gmail.com