



INFO BRIEF

NR. 01 | APRIL 2019

Coaching, Intervision und Supervision

Angebote des SIBUZ zur Förderung der psychischen Gesundheit von pädagogischen Fachkräften an Schulen

Die Anforderungen an Lehrkräfte und pädagogische Fachkräfte sind sehr vielschichtig: Sie sollen in ihrem Unterricht und ihrem pädagogischen Handeln eine hohe didaktische und fachliche Expertise zeigen, sollen einfühlsam und individuell auf ihre unterschiedlichen Schülerinnen und Schüler eingehen, müssen mit herausforderndem Verhalten einiger Lernender umgehen und sollen die Kooperation mit Eltern auch in schwierigen Situationen konstruktiv gestalten. Lehrkräfte und pädagogische Fachkräfte erleben daher ihre Arbeit nicht selten als eine große Belastung.

Auch empirische Studien zeigen, dass die berufliche Tätigkeit an Schulen eine starke Belastung darstellt (Schaarschmidt & Fischer, 2013) und damit ein erhöhtes Gefährdungsrisiko für die psychische und körperliche Gesundheit einhergeht. Coaching, Intervision und Supervision sind Formen der Beratung, die das berufliche Belastungserleben für die Betroffenen erheblich reduzieren können (Schnabel & Bauer, 2010). Sie ermöglichen in einem geschützten Rahmen, Erlebnisse aus unterschiedlichen Perspektiven zu beleuchten, helfen Stress abzubauen, konkrete Praxisprobleme zu lösen sowie die berufliche Rolle zu reflektieren. Das SIBUZ bietet daher Lehrkräften, pädagogischen Fachkräften sowie Führungskräften an Schulen Coaching, Intervision und Supervision an.

Coaching

Unter Coaching kann eine professionelle Form der Beratung verstanden werden, bei der ein Coach Klientinnen und Klienten (Coachees) bei berufsbezogenen Fragestellungen in einem vertraulichen Rahmen berät (coacht). Themen für ein Coaching können beispielsweise berufliche Belastungssituationen, Krisen oder Konflikte mit den Vorgesetzten, Kolleginnen und Kollegen und Eltern sein. Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des SIBUZ bieten Lehrkräften, pädagogischen Fachkräften sowie Führungskräften an Schulen an, sich von ihnen als Einzelperson im Rahmen ihrer Schweigepflicht coachen zu lassen. Das Coaching erstreckt sich dabei i.d.R. auf einige Termine über einen begrenzten Zeitraum.



Intervision und Supervision

Unter Intervision kann eine Beratung im Rahmen einer Gruppe von gleichgestellten Teilnehmenden verstanden werden, in der eine Person von den anderen Teilnehmenden nach einem bestimmten Ablauf in einem vertraulichen Rahmen bei beruflichen Fragen beraten wird. In der Literatur finden sich anstelle des Begriffs Intervision auch andere Begriffe wie kollegiale Beratung oder kooperative Beratung sowie unterschiedliche methodische Umsetzungen von Intervision. Der Begriff Intervision betont gegenüber dem verwandten Begriff Supervision, dass sich die Kolleginnen und Kollegen untereinander kollegial beraten und niemand eine hervorgehobene Rolle wie ein externer Supervisor oder eine externe Supervisorin einnimmt.

Themen für eine Intervision können u.a. der Umgang mit Schülerinnen und Schülern mit herausforderndem Verhalten oder Konflikte mit Eltern sein, aber auch individuelle berufliche Belastungssituationen. Intervision stärkt die Kollegialität, stellt einen wirksamen Rahmen für eine psychische Entlastung in beruflichen Belastungssituationen dar und fördert den Wissenstransfer im Kollegium.

Das SIBUZ bietet an, Intervisionsgruppen von Lehrkräften, pädagogischen Fachkräften und Führungskräften zu begleiten oder Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aus Schulen zu supervidieren. Intervision ist eine Form der Beratung, die jedoch auch selbstorganisiert durchgeführt werden kann. Dafür findet sich im Folgenden ein entsprechendes Ablaufschema.

Ablaufschema einer Intervision

In regelmäßigen Abständen (z.B. alle vier bis sechs Wochen) trifft sich eine Gruppe von ca. fünf bis acht Personen an einem ungestörten Ort, um sich z.B. über den Umgang mit Schülerinnen und Schülern oder berufliche Belastungen auszutauschen. Die Sitzung, in der die Teilnehmenden bestimmte Rollen einnehmen, folgt einem Ablaufschema (siehe unten):

Rollen der Teilnehmenden

- **Moderation:** Eine Person moderiert die Sitzungen und achtet auf die Einhaltung der Ablaufstruktur, des zeitlichen Rahmens und der kommunikativen Regeln. Dabei nimmt sie sich emotional besonders der fallschildernden Person an. Die Funktion sollte von Sitzung zu Sitzung rotieren.
- **Fallschilderung:** Eine Person erzählt ihr Anliegen und wird von der Moderation und den Beratenden in der Suche nach einer individuellen „Lösung“ unterstützt. Die fallschildernde Person muss allen Schritten zustimmen.
- **Beratende:** Sie beraten mit der Moderatorin /dem Moderator zusammen die fallschildernde Person.

Ablaufschema

Phase 0: Vorbereitung

- Die Gruppe bestimmt eine Person für die Moderation der Sitzung.
- Der/ die Moderierende fragt alle Teilnehmenden, ob bzw. welches Anliegen sie einbringen möchten.
- Die Teilnehmenden entscheiden, welche der Anliegen in welcher Reihenfolge bearbeitet werden sollen.

Phase 1: Schilderung des Anliegens und Formulierung der Schlüsselfrage

- Die fallschildernde Person erhält Gelegenheit, ihr Anliegen in Ruhe ohne Unterbrechung zu schildern.
- Am Ende formuliert die fallschildernde Person eine Schlüsselfrage, mit der sie ihren Klärungswunsch formu-

liert: „Meine Schlüsselfrage lautet: ...“. Die Schlüsselfrage wird für alle sichtbar notiert.

- Die Zuhörenden können der fallschildernden Person ggf. bei der Formulierung der Schlüsselfrage unterstützen („Was wird anders sein, wenn für dich diese Frage beantwortet ist?“).

Phase 2: Nachfragen zum Verständnis

- Die Beratenden können Verständnisfragen stellen, nehmen jedoch keine Interpretationen oder Bewertungen vor und schlagen auch noch keine „Lösungen“ vor.

Phase 3: Phantasieren und Analysieren

- Die Beratenden erzählen sich ohne „innere Zensur“, was ihnen an Phantasien, Assoziationen, Bildern und Gefühlen einfällt und wie sie die Situation erklären und deuten.
- Die fallschildernde Person sitzt währenddessen außerhalb des Sitzkreises, hört den anderen zu und macht sich Notizen, ohne zu kommentieren.

Phase 4: Resonanz

- Die fallschildernde Person kehrt in den Sitzkreis zurück und erzählt, was sie von dem Gehörten besonders angesprochen und zu neuen Erkenntnissen oder Sichtweisen verholpen hat: „Mich hat besonders angesprochen/herausgefordert/ interessiert/ berührt/ erschreckt/ geängstigt...“

Phase 5: Entwicklung von „Lösungsideen“

- Die Beratenden schreiben konkrete „Lösungsvorschläge“ auf Karten und übergeben diese der fallschildernden Person.
- Die fallschildernde Person liest die „Lösungsideen“ vor, bestimmt die für sich am besten erscheinende Variante des weiteren Vorgehens und plant mit den anderen ggf. die nächsten Schritte der konkreten Umsetzung.

Phase 6: Abschluss

- Die fallschildernde Person meldet den Beratenden zurück, was sie/er am Beratungsprozess als hilfreich erlebt hat: „Ich habe als hilfreich empfunden, dass ...“

Haben wir Ihr Interesse geweckt?

Coaching: Eine Auflistung von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern mit Kontaktdaten aus allen SIBUZ, die Coaching in einem vertraulichen und geschützten Rahmen für pädagogische Fachkräfte anbieten, ist hinterlegt unter <https://www.berlin.de/sen/bildung/unterstuetzung/schulpsychologie/>

Intervision: Wenn Sie Interesse an der Gründung und/oder Begleitung einer Intervisionsgruppe haben oder sich unterstützen lassen möchten, können Sie die Kontaktdaten des SIBUZ der Internetadresse

<https://www.berlin.de/sen/bildung/unterstuetzung/beratungszentren-sibuz/>

Weiterführende Materialien

- Schaarschmidt, U. & Fischer, A. W. (2013). Lehrergesundheit fördern – Schulen stärken: Ein Unterstützungsprogramm für Kollegium und Leitung. Weinheim/Basel: Beltz Verlag.
- Schnabel, R. & Bauer, J. (2010). Lange Lehren in Beziehung. Gesund durch gelingende Beziehungen in der Schule. Lehrer/innen-Coaching nach dem Freiburger Modell. Best Practizz Film.
- Tietze, K.-O. (2003). Kollegiale Beratung. Problemlösungen gemeinsam entwickeln. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt Verlag

Herausgeber

Schulpsychologische und Inklusionspädagogische Beratungs- und Unterstützungszentren (SIBUZ) Berlin

<https://www.berlin.de/sen/bildung/unterstuetzung/beratungszentren-sibuz/>

Autor und Autorinnen dieser Ausgabe

Patrick Lang, Anja Jeroma & Judy Pehlgrimm,
SIBUZ Charlottenburg-Wilmersdorf

Redaktion: SenBJF II A 2 & I A 4

Foto: SIBUZ Charlottenburg-Wilmersdorf