

Der Stress mit dem Stress

Von Rainer Deimel

„Pädagogik professionell“ ist ein anstrengendes Geschäft. Der Vergleich mit Sisyphos, dem verschlagenen und gleichsam tragischen Helden der griechischen Mythologie, ist nicht ohne weiteres von der Hand zu weisen. Nachdem er die Götter an der Nase herumgeführt hatte, musste er „zur Strafe“ in der Unterwelt einen riesigen Stein einen steilen Berg hinaufrollen, welcher ihm aber immer wieder entglitt, sodass ihn dieses Tun unentwegt beschäftigte. Sisyphosarbeit Pädagogik: Immer wieder Geduld, immer wieder nicht genau einschätzen können, wie weit man den Stein gerade gerollt haben mag! Dennoch: Kaum eine Profession kann in ähnlicher Weise durch Wertschätzung und Akzeptanz, Anregung und Experimentieren in solch einzigartiger Weise Schritt für Schritt Erfolge zeitigen – wenn sie denn auch tatsächlich professionell erledigt wird.

Und in kaum einer Profession wird so anhaltend – und mir kommt es so vor: zunehmend – über Stress geklagt. Stress? Stress: medizinisch betrachtet ein Zustand des Organismus, der infolge erhöhter Sympathikusaktivität zur vermehrten Ausschüttung von Katecholaminen – etwa Adrenalin oder Noradrenalin – führt, was beispielsweise erhöhten Blutdruck bedingen kann – vergleichbar der Angst des Torwarts beim Elfmeter; dies allerdings, so wird vermittelt, fortwährend.

Unbestritten werden Stresssituationen bei Kolleginnen und Kollegen auch von außen heraufbeschworen, die beispielsweise angesichts drohender Kürzungen Angst vor einem existenziellen Ruin haben müssen. Bestritten werden sollen auch nicht die oftmals unzureichenden Rahmenbedingungen sowie die Versuche, pädagogisch hochwertige Leistungen möglichst zum Null- oder zumindest Billigtarif zu bekommen. Ebenso kann ohne Häme festgestellt werden, dass eine Reihe qualifizierter Fachkräfte aufgrund des bestehenden Drucks und des oft unerträglichen Zwangs zur Selbstlegitimation „ausbrennt“ („Burnout“) und berufsbedingt krank wird. Erstaunlicherweise erlebte man solche Fachkräfte zuvor nicht selten aktiv und kaum klagend.

Allerdings gibt es dann auch noch jene Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die sich permanent als überbelastet ausweisen und bei denen man sich des Eindrucks nicht erwehren kann, der von ihnen so viel zitierte Stress sei schlichtweg konstruiert. Wahrscheinlich handelt es sich hierbei um eine relativ kleine Gruppe in der Pädagogenszene, die allerdings der gesamten Zunft schadet; Leute, die Außenstehende – wie den pädagogischen Laien, den Ex-Bundeskanzler Schröder – zu so unverschämten Ressentiments kommen ließen, ganze Berufsgruppen als „faule Säcke“ zu beschimpfen oder selbstherrliche Forscher zu Diskriminierungen aufstacheln, im Zusammenhang mit Jugendzentren „von gelangweilten Sozialarbeitern, die auf verrotteten Tischtennisplatten abhängen“ zu schwadronieren. Tatsächlich gibt es wohl eine Minderheit von „faulen Säcken“ und „gelangweilten Sozialarbeitern“. Nur: Wem hilft deren Lamento vom Dauerstress? Wem die vorgetäuschte Geschäftigkeit? Offensichtlich ihnen selbst, um so einerseits von manchem – selbst produzierten – Mangel abzulenken. Andererseits nehmen sie eine treffliche Gelegenheit wahr, andere von der von ihnen zu verrichtenden Fronarbeit zu überzeugen. Sie entwickeln so ein wunderbares Mittel, Mitleid von außen zu erheischen.

Stress – durch äußere Einwirkungen bedingt – führt zu einem Belastungszustand, den der Körper nicht mehr in genügender Weise verarbeiten kann. Selbst herbeigeführter Stress wird offenbar genauso wenig adaptiert. Und hier sollte man sich die Frage nach den Gründen stellen.

Langeweile könnte in der Tat ein Stress verursachendes Phänomen sein – Langeweile infolge unzureichender Kreativität, mangelnden Organisationsvermögens und unzureichender Phantasie bezogen etwa auf die Animationsherausforderung, die an die meisten gegenwärtigen pädagogischen Felder gestellt wird. Wer kennt sie nicht, die Frage von Besuchern: „Was machen wir heute?“

Das alte „Peter-Prinzip“ (1969) könnte ebenfalls eine Rolle spielen. Der kanadisch-amerikanische Psychologe und Pädagoge Laurence J. Peter formulierte seinerzeit das in Hierarchien gängige Prinzip, Menschen präzise an die Stelle zu befördern, an der sie ihr Höchstmaß an Inkompetenz „erfolgreich“ ausleben – besser: aussitzen – können. Peter begründete so den Umstand, dass Hierarchien durchsetzt sind mit Menschen, die in ihrem Job hoffnungslos überfordert sind. Natürlich macht es mir Stress, nichts mit den Besuchern anfangen zu können – bei gleichzeitiger Furcht, dabei entdeckt zu werden.

Interessanterweise ist darüber hinaus immer wieder zu erleben, dass etwa schwerfällige Pädagogen – oft auch deren Vorgesetzte – wahrhaft erfindungsreich sind. Das gilt etwa für das Erfinden eigener Gesetze (sic!), die bei genauerer Betrachtung gar nicht existieren. Manchmal – zur Ehrenrettung der hier Gescholtenen – werden unnütze Dienstanweisungen gar mit geltendem Recht verwechselt. Dann darf ich schlicht das nicht tun, was ich nicht tun will und nicht kann, wozu ich keine Lust habe oder wozu ich schlicht nicht imstande bin – irgendwie schlau!

Um sich selbst nicht schutzlos preiszugeben, müssen dann die Katecholamine ran, jene körpereigenen Stoffe, die eine entsprechend anregende Wirkung haben, also Stress erzeugen, über den dann behaglich geklagt werden kann. Eigentlich ein ziemlich haltloser Zustand!

Und die Alternativen? Zum Beispiel könnte man sich ernsthaft überlegen, Sympathie mit Sisyphos und seinen Stärken zu entwickeln. Man könnte sich ernsthaft Gedanken machen, wer was im Team gut, besser, am besten kann. Man könnte sich dazu entschließen, mehr von dem zu tun, was man gut kann. Natürlich ist es nicht damit getan, wenn der in der Regel gelangweilte Mitarbeiter darüber nachdächte, seine Hobbys gewinnbringend in die Arbeit einzubringen, vielmehr wäre dies lediglich ein kleiner Anfang. Allerdings gilt auch für Leute mit einem pädagogisch intendierten Arbeitsauftrag, dass jeder bestimmte Kompetenzen besitzt. Kompetent könnte möglicherweise auch das Eingeständnis sein, sich für den falschen Beruf entschieden zu haben.

Man könnte sich auch fortbilden. Kritisch sei hier eine unübersehbare Resistenz gegenüber Weiterbildungen in weiten Kreisen angemerkt, ganz zu schweigen davon, dass ebenfalls dem Peter-Prinzip verfallene Dienstvorgesetzte nicht nachzuvollziehen in der Lage sind, wozu Fortbildungen gut sind. Jene werden hier möglicherweise selbst mit ihren Unzulänglichkeiten konfrontiert – ein Befund, vor dem es auch an dieser Stelle unbedingt die Augen zu verschließen gilt. Allerdings: Da steter Tropfen seit Jahrtausenden den Stein höhlt, sollte auch hier noch nicht aller Tage Abend sein.

Schließlich wäre es schon mal ein kleiner Schritt, sich zumindest einmal mit dem, was man gern als Stress verkauft, ganz leidenschaftslos und vielleicht ein wenig distanziert auseinanderzusetzen. Sollte der beklagte Zustand mit den Arbeitsbedingungen zu tun haben, gibt es – vor dem Gang zum Psychiater – Gewerkschaften, Betriebs- und Personalräte, sogar Arbeitsgerichte. Für konstruierten Stress und dessen Abbau ist man selbst verantwortlich. Vielleicht wäre es in solchen Fällen auch eine Möglichkeit, sich mal an einen der bestehenden Fachverbände zu wenden, um dort Hilfe zu erfahren.

Allen strukturellen Hindernissen, die oft gewaltig blockieren, und den häufig unzureichenden Rahmenbedingungen zum Trotz sei abschließend die Anmerkung gestattet, dass 95 Prozent der Qualität pädagogischer Arbeit nicht struktur-, sondern personalbedingt ist.

i-Punkt 4/2008