Für was man Worte hat, darüber ist man schon hinweg

Im Gespräch mit den Gründern von dieberatungspraxis.com

MH: Frau Zerche, Herr Zerche, wer kommt zu Ihnen und warum?

Martina Zerche: Wir begleiten, beraten und coachen Menschen aus Schulen, Unis und Berufswelt. Die meisten davon sind Lehrende, Leitende und Studierende aus ganz Deutschland.

Nils Zerche: Wir helfen dabei, Arbeitsalltag, Krisen und Prüfungen gut zu bestehen; ein großer Teil unserer Klientel sind Lehrende, Schulleiter und Referendare.

MH Wie sieht es mit Erfolgserlebnissen bei Ihren Kunden und Klienten aus? Sie haben unter anderem über 140 Referendare durch Staatsexamen begleitet...

MZ Wir haben das große Glück, von Erfolgen berichten zu dürfen. Es ist ein Geschenk für beide Seiten, wenn beispielsweise ein enttäuschter Junglehrer der hinschmeißen wollte, uns 9 Jahre später einen Brief schreibt, indem er mitteilt, glücklicher Konrektor geworden zu sein!

MH Wie arbeiten Sie?

MZ Das hängt vom Einzelnen ab. Manche kommen wöchentlich -z.B. in Krisenzeiten-, oder monatlich, einige noch jahrelang sporadisch, um sich Überblick, ein Aufatmen und Reflexion im Alltag zu verschaffen. Die einen leisten sich einen halben Samstag, anderen hingegen reicht eine Stunde. (Schul-) Kollegien beispielsweise kommen ca. alle 6-12 Wochen mit uns zusammen.

MH Was ist die wissenschaftliche Basis Ihrer Arbeit?

NZ Wir nutzen Werkzeuge aus den bewährten Schulen der Humanistischen Psychologie und -Philosophie, der Psychosomatischen Medizin, der Systemischen Therapie, sowie, nun ja, (lacht) ... des gesunden Menschenverstands...

MZ ... einiges dazu gelernt haben wir aber auch in den Jahren unserer eigenen lebensbedrohlichen Erkrankungen...

MH Was sollten Lehrende und Schulleitende beachten?

NZ Die Freude des Lehrens und Lernens nicht aus den Augen zu verlieren. Das kann auch mal Spaß machen … und auch: 'No one is wise enough by himself'.

MH Gibt es ein Leitmotiv?

MZ (überlegt) … es stammt von dem griechischen Arzt Hippokrates: ‚Für was man Worte hat, darüber ist man schon hinweg'... Man sagt, wir gingen sehr auf die Bedürfnisse der Menschen ein, die zu uns kommen. Außer sonntags sind wir täglich da, auch abends, auch per Skype oder Facetime. Zeitlich legen wir unsere Gäste nicht fest, jeder bekommt soviel Zeit wie sie oder er benötigt.

NZ ... wir gehen davon aus, dass jeder die Herausforderungen so schaffen wird, wie es für sie oder ihn stimmig ist und den ganz persönliche Stärken gemäß ist. Ein Referendariat beispielsweise ist eine harte Zeit, manchmal geht es dann ums Durchhalten, Kräfte sammeln, und Selbstbewusstsein stärken. Insbesondere für Lehrer ist es wichtig, sich ihre eigene Energie gut einzuteilen, abschalten zu können, achtsam zu bleiben, freudvolle Erlebnisse, auch im Privatbereich zu erleben. Natürlich auch mit Konflikten im Alltag umgehen zu lernen und eine gute Haltung in Aussprachen zu finden.

MH Die Gretchenfrage: Wie halten Sie's mit der Religion?

MZ Renommierte Studien sehen Religiosität als einen bedeutenden Resilienzfaktor. Persönlich ist Spiritualität auch für uns wichtig. Bemerkenswerterweise kommt das Thema in Krisen meist ganz von selbst auf und ist spürbar bewegend und heilend für Menschen.

MH Was empfehlen Sie berufstätigen Menschen im Alltag allgemein?

MZ Für ein gelungenes Miteinander sind immer wieder auch Verständigungsbereitschaft, Höflichkeit, sowie ein Maß an Hingabe sehr förderlich. Wenn sie so wollen: ‚Behandle die Anderen so, als wären sie, wie sie sein sollten, und Du hilfst ihnen zu werden, wie sie sein könnten' …

MH: Ich danke Ihnen für das Gespräch.