

Viola Cäcilia Hofbauer

Motivation von Musiklehrern
Zum Einfluss der Motivation und Expertise
auf die Stressbewältigung

Springer VS Verlag, 2016

Vollständige Zusammenstellung der Interviews

Schulmusikstudierende

Schulmusikstudierendeninterview 1

Datum: 14.12.2012

I: Welche der Karten entspricht eher Ihrer momentanen Stimmung?

B: (Lachen) Die linke (...) #00:00:13-0#

I: Ja? Dann lassen wir die da mal liegen. Wie beschreiben Sie diese Stimmung? #00:00:20-7#

B: Ähm (...) jetzt nur die auf dem Bild oder meine? #00:00:20-7#

I: Ihre persönliche. #00:00:25-9#

B: Also ganz so krass wie auf dem Bild ist es jetzt nicht, ne. Aber schon so, dass ich (...) einfach merke, dass es viele Anforderungen sind im Studium. Und, ähm (...) die auf einen dann einprasseln und ich dann manchmal nicht mehr weiß, wo links und rechts ist, so, und ich einfach total gut gucken muss, was ich irgendwie als erstes erledige, was mir wichtig ist, wo ich meine Priorität setzte, wo ich mehr abwesend als anwesend bin, ähm (...) genau. #00:00:26-8#

Und ich merke halt, dass es total schwierig ist, so da bei sich selbst zu bleiben, also sich nicht so zu vergleichen und zu denken, ahhhh, alle machen das viel besser als ich und ich zieh mich lieber zurück. Ähm (...) genau. #00:00:55-7#

Also, das Bild ist eher schon die totale Verzweiflung, würde ich mal sagen, ich glaube ganz so schlimm ist es bei mir jetzt nicht. #00:01:11-6#

I: Und woher genau kommt dieses Befinden? Also Sie haben ja eben schon so ein bisschen beschrieben, können Sie das noch mal kurz und knapp sagen? #00:01:18-5#

B: Woher das kommt? Also ich würde sagen, einfach zu viele Aufmerksamkeitsschwerpunkte, die von mir gefordert werden. #00:01:28-2#

I: O.k. Und welche dieser Bereiche spielen jetzt sozusagen für dieses momentane Befinden eine Rolle bzw. wozu können Sie da was zu sagen? Wenn Ihnen noch was fehlt, können Sie gern noch was dazu schreiben. #00:01:36-5#

B: Also, mh. #00:01:55-4#

I: Was spielt da mit rein? #00:01:58-5#

B: Dass es mir so geht? #00:01:58-5#

I: Ja. #00:01:59-7#

(...) #00:01:59-7#

mh #00:02:08-3#

Gute Frage. Es ist natürlich wie immer so ein bisschen alles, weil das eine das andere bedingt. Ich glaub jetzt momentan ist es bei mir eher mein Privatleben, was mich ein bisschen (...), ähm, ins Wanken bringt. Weil einfach Vorweihnachtszeit. Ich habe keine so einfache Situation in meinem Elternhaus und fahre über Weihnachten auch nicht nach Hause. Und die Entscheidung zu treffen, quasi, war schon einmal ein großer Schritt. Und ich merke halt, dass mich das also momentan innerlich total umtreibt so und dass halt, also wenn ich jetzt eine so eine Sa-

che habe, die mich halt so beschäftigt, dann ist es irgendwie total schwierig, zu sagen, so jetzt fünf Stunden denke ich mal nicht drüber nach, jetzt als Beispiel und konzentrier mich nur aufs Üben oder so. #00:02:12-1#

Ähm (...), genau, dadurch ist glaube ich das (...), das (...) ein so ein Thema zu haben, was einen so sehr beschäftigt bedingt dann irgendwie meine Gesundheit, dass ich, weiß ich nicht, schlecht schlafe oder ständig gestresst bin, in Gedanken vor allen Dingen und das wiederum dann wirkt sich wiederum darauf aus, was ich hier im Studium mache. Jetzt eher im musischen als im Nebenfach, da bin gerade so ein bisschen, ich weiß nicht, ich bin anwesend und dann bin ich mal wieder nicht anwesend und Hauptsache ich bestehe irgendwie so (Lachen). #00:02:59-8#

Aber jetzt gerade für Musik ist das so, ich habe halt Hauptfach Gesang, wir hatten gestern Abend auch ein Vorsingen in der Kirche und wenn ich nicht so gestresst gewesen wäre, dann wäre das glaube ich viel besser gelaufen. Aber dadurch, dass ich innerlich so (...), Hilfe! Da sitzen zwanzig Kommilitonen, was denken die jetzt?, ist es halt so ein bisschen nach hinten losgegangen. Ja (...), genau. #00:03:28-4#

Jetzt, also die Hochschule an sich, würde ich jetzt nicht sagen, dass das ein Stressfaktor ist. (...) Nee. #00:03:51-9#

I: Und fällt Ihnen zu anderen Bereichen jetzt noch was ein? #00:04:01-6#

B: (...) Die da auf mich einwirken sozusagen? #00:04:04-0#

I: Oder deckt das jetzt schon alles ab, was da liegt? #00:04:11-6#

B: (...) mh. Welche anderen Lebensbereiche habe ich denn noch? (Lachen) #00:04:15-7#

I: Wenn nicht, ist auch o.k. #00:04:25-5#

B: (...) Also jetzt so spontan, nee. Also was wären denn noch so Dinge, die da noch mit reinspielen? #00:04:28-4#

I: Ganz persönlich. Nur wenn Sie sagen, da fehlt Ihnen noch was. #00:04:37-9#

B: Nee. #00:04:41-6#

I: O.k. Wir haben ja vorhin über Ihr derzeitiges Befinden gesprochen und wo ordnen Sie da jetzt zwischen diesen beiden Polen Ihr Musikstudium ein? #00:04:45-4#

B: (...) (Lachen) Mh (...) Also ich würde sagen, so in der Mitte wirklich. Weil das halt mal, mh (...), also es ist ja nicht so, dass alles für mich total schlecht läuft. Ich habe jetzt dieses Semester auch nur ganz wenig, weil ich eben an der HU so viele Kurse habe. Und(...), also es ist nicht so, dass ich mich in allem sozusagen so zurücklehne und so denke, ach ja, das läuft ja (Lachen). Aber es ist auch nicht so, dass ich, ähm (...), dass ich jetzt immer täglich total verzweifelt bin und denke, ich bin eine total schlechte Musikerin, aus mir wird nie was. Sondern es hält sich so ein bisschen die Waage. #00:05:00-7#

Interviewer: Und wenn Sie es jetzt eher in eine Richtung packen müssten, was wäre es eher? #00:05:52-8#

Befragter: Na ja, eher ist es dann schon immer noch diese Überforderungskiste. Also schon diese (...), ähm, wie soll ich sagen, es ist irgendwie so eine Gradwanderung zwischen (...) ähm, wie formuliere ich das, auf der einen Seite ist es ein an sich selbst glauben, o.k., ich habe noch so und so viele Jahre Studium, das wird noch. Auf der anderen Seite die Frage, bin ich richtig in dem, wenn ich irgendwie nach zwei Jahren Studium immer noch nicht entspannt ein Lied begleiten kann. (Lachen) Oder so was. Und, ähm (...), also diese Gradwanderung einfach dazwischen, also was für ein Tempo brauche ich, um vorzukommen, was ist auch (...) wo bin ich auch nicht (...) eben dann auch nicht zu schnell zu werden und sich unter Druck zu setzen. Das funktioniert dann halt auch nicht. Ich hab halt vor dem Studium zwar schon immer Musik gemacht, aber nie mit dem Gedanken, ich werde mal Musiklehrerin oder ich studiere das mal. Das war so ein kleiner heimlicher Traum. Aber ich hatte nie genug Selbstbewusstsein, zu denken, das wird was. Und irgendwie ist es dann doch was geworden. Dadurch bin ich halt in vielen Bereich einfach sehr unsicher und hab nicht so viel Erfahrung wie andere, die das schon viel länger verfolgen. Und das braucht halt total viel Zeit. Und dadurch habe ich das Gefühl, dass ich irgendwie so jetzt Gesang, Klavier, Schupra und auch Musiktheorie und so, diese (...) Gruppenleitung, diese praktischen Sachen,

so, dass ich da einfach total schwimme und irgendwie super unsicher bin und diese ganze Unsicherheit dazu führt, dass es halt alles nur noch schlimmer wird (Lachen). Mh (...) und dass es einfach irgendwie (...) also für mich sehr schwierig (...) noch, ja. Aber es wird auch alles irgendwie langsam besser. Daher (...) #00:05:57-1#

I: Und wie empfinden Sie jetzt Ihr Schulmusikstudium im Vergleich zu Ihren anderen Studienfächern? #00:07:56-3#

B: (...) Mh. Auf jeden Fall besser (Lachen) . Meinen Sie jetzt das Studienangebot oder die Lehre oder? #00:08:04-7#

I: Sie studieren doch noch irgendetwas anderes? #00:08:16-3#

B: Französisch. #00:08:17-3#

I: Und da im Vergleich? #00:08:19-4#

B: (...) Mh. Also, ich fühle mich schon wohler hier und ich habe auch das Gefühl (...), dass trotz aller Schwierigkeiten, ich wirklich an diesem Ziel dran bleibe, also Lehrer werden und irgendwie auch Lehrer werden hat ja viel mit Persönlichkeitsentwicklung zu tun und eben nicht nur, ich lese zehn Bücher und dann bin ich total schlau. Sondern es ist irgendwie noch mehr, und ähm, und dadurch bin ich hier schon lieber als an der HU, weil ich halt in Französisch das Gefühl habe, wir sitzen irgendwie nur da und sitzen es ab und (...). Zwar gibt es Dozenten, die total nett sind und dann ist es auch nett, weil die einfach nett sind, dann ist halt ihr Unterricht nicht so gut. Dann gibt es Dozenten, die ganz gute Lehre machen, aber die trotzdem total fürchterlich sind. Und das ist alles so viel, also eine Massenuni halt. (...) Genau, dass ich sagen würde, trotz aller Schwierigkeiten mache ich dann doch lieber Musik (Lachen) , als das Nebenfach, obwohl man sich doch ganz gut verstecken kann. (...) Ja. #00:08:19-6#

I: Also noch mal zusammen abschließend, woran liegt es genau im Vergleich, dass Sie sich hier wohler fühlen? #00:09:30-5#

B: (...) Mh. Also, im Wesentlich glaube ich, kleinere Lerngruppen, bessere Betreuung, (...) mehr Praxisbezug (...). #00:09:37-7#

I: Sie haben jetzt einiges über Belastungen im Schulmusikstudium berichtet. Was haben Sie selbst für sich für Strategien, um Belastungen oder Stress zu bewältigen? #00:09:52-7#

B: Mh (...), also (...) (Lachen), verschiedene (...), meinen Sie jetzt mehr so kognitiv oder eigentlich alles, ne? #00:10:01-5#

I: Sie persönlich. #00:10:23-3#

B: Also was ich jetzt seit einem Jahr, oder mehr als ein Jahr mittlerweile, versuche ist, möglichst täglich irgendwelche Entspannungsübungen zu machen. Also, kennen Sie progressive Muskelentspannung? #00:10:23-3#

I: Ja. #00:10:34-7#

Befragter: Wahrscheinlich, ne? Das ist so das, was ich so am meisten mache. Irgendwann, wenn mir das zu langweilig wird, dann gehe ich auch zur Meditation. Also die beiden, die werfe ich so ein bisschen in die Waagschale. Und wenn ich da dran bleibe, dann geht es mir auch insgesamt besser. Also dann kommt es auch nicht, na ja, manchmal trotzdem soweit, dass es mir nicht gut geht, aber also es ist auf jeden Fall ein ganz wichtiges Instrument, ähm, und ganz viel so kognitiv, dass ich versuche, immer wieder (...) meine Gedanken zu beobachten (...), umzustrukturieren, wo es halt geht, also sich irgendwie (...), ein Beispiel (...). Also zum Beispiel das gestern Abend, das war halt irgendwie nicht so ein gutes Vorsingen, weil da einfach ganz viele Töne daneben waren und ich total aufgeregt war und so und früher hätte ich wahrscheinlich mich komplett selbst in Frage gestellt deswegen und ähm (...) und jetzt ist es halt so, dass ich versuche, das so ein bisschen in den Kontext zu setzen. Also zu wissen, mir gehts gerade einfach sowieso nicht gut, weil mich das mit meinen Eltern halt sehr belastet, ähm, ich hab jetzt auch gerade erst seit diesem Semester Hauptfach Gesang, also ich hab gewechselt letztes Semester, ähm (...) und deswegen ist das alles sowieso noch neu und es gibt halt irgendwie mehrere Gründe, warum das jetzt nicht so gut geklappt hat. Und, ähm (...) genau und das also dieses kognitiv umstrukturieren, das hilft mir schon, also das, so, ja, das nimmt schon oft den Stress raus, weil sonst manchmal die Gedanken halt irgendwie auch

Achterbahn fahren, ähm (...), ja, was mach ich noch? Ich versuch regelmäßig Sport zu machen (Lachen), auf jeden Fall sehr wertvoll, ähm, ich versuche, wenn ich wirklich gestresst bin oder auch tagsüber einfach immer wieder auf meine Atmung zu achten. Also einfach so diesen Fokus auf sich selbst zu halten und zu wissen, o.k., ich lebe, ich atme, ähm, und da irgendwie dran zu bleiben, ähm, ja und dann, es ist halt so, dass ich diese ganzen Selbststrategien, die kommen jetzt nicht von ungefähr, sondern da geht schon son größerer Weg dem voraus. Also ich hatte in den letzten zwei Jahren halt ganz, ganz viel professionelle Hilfe, um da irgendwie überhaupt mit klar zu kommen, so, ähm, das setzt sich also n bisschen zusammen aus Therapie und aus so nem allgemeinen Stressbewältigungskurs, ähm, genau. Und hab da immer noch Leute, wo ich quasi hingehen kann und sagen kann, ich brauch da noch mal Hilfe oder so. Genau. Ja, ich glaub so im Wesentlichen (...) ist es das. #00:10:34-7#

I: Wenn man so einen Erste-Hilfe-Koffer für Schulmusikstudenten vollmachen müsste, was müsste da hier noch rein? #00:13:30-7#

B: Ein Erste-Hilfe-Koffer für Schulmusikstudenten (...). Das ist ja ne schöne Frage (Lachen). Also (...), also ich glaube ich fände, ich fänds einerseits gut, wenn es an der Uni, ähm, ne richtige Studienberatung nur für Schulmusikstudenten gäbe, weil es gibt ja die am Einsteinufer, aber, die sind auch total nett, aber halt irgendwie jemand hier im Haus, vielleicht auch, auch vielleicht irgendwie n Dozent sowie ne Studentin sozusagen, wo einfach irgendwie, also wo auch offene, ähm, kommuniziert wird über diese ganzen Belastungen, ähm, also dass irgendwie da, denn ich glaube es geht irgendwie allen so, dass alle irgendwie ständig immer wieder gestresst sind und der Körper tausend Symptome zeigt und so und, ähm, nicht bei allen ist es jetzt so, also bei mir war es halt so, dass ich nach zwei Semestern einfach TOTAL fertig war. Also ich hatte halt n RICHTIG KLINISCHES BURNOUT so und war halt n halbes, ähm, Jahr hab ich nicht, ich hab halt ein Urlaubssemester genommen letzten Winter. Und ganz so schlimm muss es jetzt nicht bei jedem werden, aber ich glaube, wenn einfach über diese Belastungen und dieses in Gedanken und so, wenn da irgendwie ne größere OFFENHEIT drüber herrschen würde, also nach dem Motto, das und das kann irgendwie passieren aus dem und dem Grund und ähm, es gäb irgendwie Anlaufstellen, wo man einfach mal drüber reden kann, ähm, und wo die Hemmschwelle auch niedriger ist, hinzugehen, vor allen Dingen, ähm (...) könnte ich mir vorstellen, dass das voll gut ist, ähm, und halt auch so eben dieses, was ich halt so gelernt hab, diese Selbsthilfestrategien, ähm, habe ich oft, also als ich diesen Kurs gemacht hab, hab ich oft gedacht, so oh, das ist eigentlich so gut, wenn das irgendwie sozusagen Pflichtmodul (Lachen) im ersten oder zweiten Semester wäre, dann käme es gar nicht erst so weit. Weil man halt irgendwie darüber so viel regeln kann, klar, nicht von heute auf morgen, aber so über ne Zeitspanne schon. Ähm, genau (...) Also, ja, so. #00:13:36-7#

I: Mhm. (...) Was sagen Sie denn dazu? #00:15:57-5#

B: (Lachen) Ähm, das ist jetzt aus der Perspektive von ner Lehrerin, ne? Oder? Ich, ich (...), ähm, Musikunterricht macht mich krank (...) Mh, na ja, n bisschen wahr ist es halt leider schon. Ähm, weil (...) also so wie jetzt als Studentin ist es ja auch so, dass ich irgendwie Musikunterricht habe, bekomme, in verschiedenen Fachgebieten sozusagen, ähm, so wie wenn ich ihn später gebe (...) und, ähm, und das habe ich mich glaube ich auch irgendwie gestern Abend oder so noch gefragt, warum (...) das, jedenfalls bei mir, so ist, dass obwohl ich halt etwas studiere, was ich eigentlich wirklich gerne mache, ähm, eben dieser Druck oder dieses sozusagen in so ne Studienordnung gezwungen sein in Anführungszeichen, aber irgendwie bin ich ja halt als Studentin mit dieser Studienordnung konfrontiert und muss meine Leistung bringen, warum das dazu führt, dass quasi dieser Druck sozusagen meine Musikalität (...) irgendwie deckelt, weil ich halt oft die Erfahrung mache, wenn ich außerhalb der Uni Musik mache, ist es was ganz anderes. Da mach ich mir viel weniger Gedanken, so. Und das ist eigentlich ganz traurig, weil Musik ja eigentlich so was (...) freies, lebendiges, persönliches ist, ähm, was nicht krank macht, sondern eigentlich auch heilen kann. Im Gegenteil, so und ähm, und das ist irgendwie, also das frage ich mich auch später, klar, als Lehrerin, ähm, hat man ja auch irgendwie das Bestreben, den Schülern irgendwie einen schönen Unterricht zu machen und trotzdem ist es, kann es gut sein, dass es schwierig wird. #00:16:07-3#

I: Warum? #00:17:55-9#

B: Ja (...) Ist das jetzt noch ne Frage, warum? #00:17:55-9#

I: Mhm. Warum schwierig? #00:18:00-2#

B: Jetzt als Lehrerin? #00:18:02-4#

I: Mhm. #00:18:03-4#

B: (...) Also ich, momentan habe ich immer das Gefühl, dass es immer mit den Erwartungen der, einerseits der Gesellschaft, der Schule, der anderen Lehrer, der Schüler, der Eltern zusammenhängt. So nach dem Motte, wow, MUSIK, das muss jetzt ganz toll sein und Spaß machen und (...) ähm, und dass man eigentlich so n super Musiklehrer sein müsste vielleicht, um ganz toll Musikunterricht machen zu können. Und ich auch zum Beispiel am Anfang echt mit diesen Ambitionen durchs Studium gegangen bin, weil ich hatte solche ganz tollen Musiklehrer und dachte, ahhhh, ich werde wie Herr XY und mach riesen Opernprojekte, ähm (Lachen) , jetzt mittlerweile denke ich auch n bisschen anders drüber, ähm (...) #00:18:03-4#

I: Wie anders? #00:18:53-6#

B: Na, dass ich halt schon denke, o.k. ich geh jetzt erstmal meinen eigenen Weg und dann schauen wir mal, was dabei bei rumkommt, so, ähm, aber, ja, also das sind wirklich glaube ich diese vielfältigen (...) ERWARTUNGEN und ähm (...) ich weiß selber auch nicht so richtig (...) ob man dann einfach vielleicht für sich, ähm, sich dagegen stellen muss und sagen muss, o.k., ich machs jetzt so gut wie ich kann. Und dann machts auf dem Niveau Spaß. Aber, ähm, ja, so ne richtige Antwort habe ich da jetzt auch noch nicht. #00:18:53-6#

I: Mhm. #00:19:28-9#

Dann malen Sie doch bitte mal eine Kurve ein, wie sich die Stressbelastung Ihrer Meinung nach entwickelt. Und kommentieren das bitte. #00:19:36-9#

B: (...) Mh, jetzt auch sozusagen auf meine erste Studienzeit? #00:19:51-8#

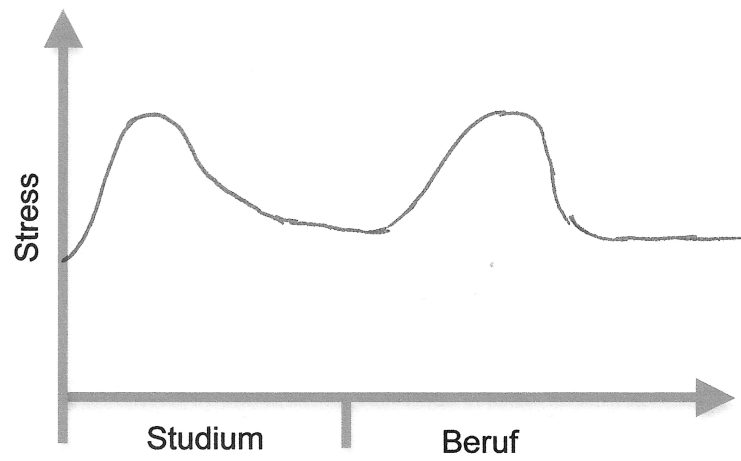
I: Das ist alles persönlich, so wie Sie meinen, wie sich das entwickelt. #00:19:59-8#

B. (...) #00:20:04-4#

(Lachen) Das ist echt nicht so einfach. #00:20:23-3#

I: In etwa. #00:20:27-7#

B: (...) Also, ich meine damit so ein bisschen, also bei mir war es halt so am Anfang vom Studium, ich war schon zu gestresst als ich angefangen hab, weil ich schon gestresst aus meinem freiwilligen sozialen Jahr kam, das war alles nicht so ganz günstig, deswegen ging das halt erst mal super hoch. Und ich merke halt jetzt so langsam, flacht das ab und ich hoffe einfach, dass es so mit der Zeit immer besser wird (...) und denke aber schon halt, wahrscheinlich ist so der Anfang vom Berufsleben ist wahrscheinlich einfach stressig, weil es einfach alles neu ist. Das kalkulier ich halt son bisschen mit ein, dass es einfach so sein wird. Da kann ich wahrscheinlich noch so viele Stressbewältigungsstrategien an den Tag bringen, n bisschen Stress werde ich auf jeden Fall haben und ähm hoffe aber eben auch, dass es sich dann wieder reguliert und dass man dann irgendwie, also ich für mich will da irgendwie n Weg finden, weil ich halt schon einmal an dem Punkt war, sozusagen mich fast selbst aufzugeben und ich da eigentlich da nicht noch mal hinmöchte, so, das hat mir jetzt irgendwie gereicht an Erfahrung. (Lachen) Ähm, genau, also das hoffe ich irgendwie. Ja. #00:20:28-1#



Schulmusikstudierendeninterview 2**Datum:** 14.12.2012

I: Welche dieser Karten entspricht eher ihrer momentanen Stimmung? #00:00:15-9#

B: (...) Ähm, diese hier (lacht) #00:00:22-1#

I: (.) Ja, also entspannt!? #00:00:22-6#

B: Entspannt, ja! #00:00:23-9#

I: Woher kommt dieses Befinden, also wie beschreiben sie diese Bestimmung? #00:00:27-3#

B: Ja, weil ich momentan (..) ja, bisschen weniger zu tun hab, oder, ja weniger Stress, also (..) em, grad hab ich keine Prüfungen, keine Referate oder ich kann jetzt die so einteilen wie ich möchte! #00:00:44-3#

I: Mhm (bejahend) #00:00:45-0#

B: Dann mach ich natürlich Vorarbeit, aber dis is natürlich, dis ja mir gelassen wie ich das mache. #00:00:51-5#

I: Mhm (bejahend) #00:00:53-2#

B: Deshalb (flüsternd) #00:00:53-2#

I: Ok #00:00:54-6#

Papierrascheln #00:00:57-2#

I: Welche dieser Bereiche spielen für ihr momentanes Befinden eine wichtige Rolle? Und wenn Ihnen einer fehlt, können sie den gerne noch ergänzen. #00:01:08-5#

B: (atmet tief ein) Oh je (...) aber mu... ja, das kann ich erstmal weglassen (...) mh (...) naja Gesundheit auch, ich mein man ist immer wieder krank, also da (lacht). #00:01:25-9#

I: Mhm (bejahend) #00:01:25-7#

(lange Pause) #00:01:38-2#

B: Ja, glaub ich erstmal ist Privatleben, weil ich so entspannt bin, dann ich kann machen was ich möchte, ja also mein Privatleben ist mir momentan ist mehr, deshalb so entspannt! #00:01:49-2#

I: OK #00:01:49-3#

B: (Lacht) #00:01:50-3#

I: Super (.) und wirkt sich das irgendwie aufeinander aus, oder? #00:01:55-6#

B: Ja, wenn ich natürlich, dann im Studium viel zu tun hab, dann bin ich so gestresst und (..). Ja dann ham, em, man ist so schnell ja nicht aggressiv, aber man ist so schnell rei reizbar, sagt man, ne so, also das wirkt auch so Privatleben, dass man dann schnell (.) explodiert, sozusagen und deshalb wenn das vorne kommt dis Priva, das Privatleben, #00:02:19-4#

I: Mhm (bejahend) #00:02:19-4#

B: Is bisschen entspannter (lacht) #00:02:22-9#

I: Mhm (bejahend) #00:02:24-0#

I: Ehm, fällt Ihnen in diesem Zusammenhang, zu den anderen Bereichen noch irgendwas anderes ein? #00:02:28-8#

B: (...) eigentlich nicht, Privatleben ist wichtig, ja wenn ich arbeiten würde, dann würd ich statt Schulmusikstudium dann jetzt arbeiten, schreiben, also Arbeitsleben, so, Arbeitsalltag. #00:02:43-6#

I: Mhm (bejahend) #00:02:43-6#

B: Also für mich eher Musikhochschule ist (...) eher weniger relevant, also ich sags mal so mehr Schulmusik als Musik. #00:02:56-2#

I: Mhm (bejahend) #00:02:57-0#

Also ich meine jetzt, das ist sozusagen, ihr Umfeld hier, die Organisation. #00:03:00-9#

B: Ach so, ja! #00:03:02-9#

I: Die Musikhochschule, die Udk, jetzt bei uns #00:03:03-5#

B: Ja #00:03:04-1#

I: Und em das ist direkt ihr Studium! #00:03:09-7#

B: Ach so ja, so gesehen! #00:03:10-9#

I: Aber wenn sie sagen, es beeinflusst nicht, dann können wir es auch raus lassen, wie sie meinen. #00:03:12-7#

B: em (...) weil ich hab das so verstanden, dass die mehr viel mit Studenten dann mehr Musik machen wollen und dann Musik, also so dann ist da nicht, ja. #00:03:27-8#

(stöhnt) #00:03:27-9#

Ja ich bin, ne Schulmusik, ja. #00:03:31-4#

I: Mhm (bejahend) #00:03:31-5#

Ok #00:03:32-6#

Längere Pause, dabei Papierrascheln #00:03:41-8#

I: So, wir haben ja vorhin über ihr derzeitiges Befinden gesprochen. #00:03:44-5#

B: Ja #00:03:44-5#

I: Wo ordnen sie dazu (rascheln) ihr Schulmusikstudium ein, also in welche Richtung würden sie das jetzt schieben? #00:03:55-3#

B: (..) #00:04:00-9#

Ja momentan, natürlich hier, weil mein ich mich so fühle, also so entspannt fühle, würde ich hier dahin das schieben, aber ich glaube, will ich da bin und dann mit mein Privatleben davon beeinträchtigt wird so, wenn ich jetzt Arbeit schreiben muss und dann ich muss so einschränken, dass ich nicht mehr was anderes machen kann, dann bin ich da. #00:04:24-7#

I: Mhm (bejahend) Aber momentan leg ichs nochmal dahin? #00:04:25-0#

B: Momentan da, ja! #00:04:26-1#

I: Ok, und was daran ist jetzt eh so entspannt? #00:04:30-6#

B: Lacht #00:04:32-0#

I: Können sie das beschreiben? #00:04:33-1#

B: Ja wie gesagt, also ich hab jetzt keine Verpflichtungen momentan an der Musikhochschule, also. #00:04:37-7#

I: Woran liegt dis? #00:04:38-7#

B: Eh, weil meine Referate erst Ende des Semesters is, keine Prüfungen, also (.) und (.) also keine Aufgaben jetzt in Seminaren so. #00:04:50-3#

I: Mhm (bejahend) #00:04:51-3#

B: Ja und deshalb hab ich dis sehr entspannt dann, aber dann, ja, daran liegt dis, ja. #00:04:59-5#

I: Und wie empfinden sie Schulmusikstudium im Vergleich zu ihren anderen Studienfächern, sie studieren ja noch irgendwas anderes, oder? #00:05:06-6#

B: Ja, Grundschulpädagogik! #00:05:07-1#

I: Aha. #00:05:09-5#

Längere Pause #00:05:14-6#

B: Dieses Jahr habe ich wenig Grundschulpädagogik, das is ja auch schwer zu sagen #00:05:19-5#

Em, da finde ich leichter, weil dis is so übersichtlicher, also da gibts drei Module, dann jeweils zwei Seminare, erstmal legt den eine ab und dann die andere, man macht dann meist die Forderungen, so zusagen es wird erstmal dagesessen. (Lacht) #00:05:40-0#

Und dann wird Referat gehalten und eine Hausarbeit und ist fertig, also sag ich mal, die Sache ist gegessen. #00:05:46-7#

Aber dann hier (räuspern) muss man praktisches machen, muss man in Seminaren sitzen auch Haus, also dis is sehr (..) in verschiedenen Richtungen gehend, also dann, man ist verschiedene Richtungen beansprucht, dass man dann so (.) ja, dass auch Praktisches, auch Wissenschaftliches und alles alles so. #00:06:09-9#

I: Was meinen sie als Praktisches genau? #00:06:11-8#

B: Ja, Praktisches zum Beispiel so ein Orff-Seminar oder so was, das man auch mitmachen, also Tanzseminar oder em dass man spielen muss, Schupra, also dass man auch üben muss und also dis is so (..) ich finde den hab ich immer so nicht beneidet aber dacht ich ach Mensch die haben so leichtes Leben, man geht in Seminar sitzt man da und macht man dann Notizen, geht man nach Hause, wenn man möchte kann man nochmal durchlesen, wenn nicht, dann nicht, dann schreibt man eine Klausur und ist fertig. #00:06:40-9#

Pause #00:06:42-0#

Also muss man jetzt hier, also mehr vielleicht diese kreativ sein, also diese Praktischen aber im Praktischen da muss man auch kreativ sein, man muss ja improvisieren auf einmal (.) und dann zum Beispiel dann muss man kleine Einheit einhalten, da muss man was überlegen, also diese Kreativität ist dann irgendwie nich so #00:06:59-8#

I: Mhm (bejahend) #00:06:59-8#

B: Gegensatz, aber dis dann irgendwie dis beansprucht einen mehr, als jetzt wenn man da sitzen und schreiben. #00:07:07-6#

I: Ok. (..) Gut(..) Em, sie haben jetzt einiges em über diese Anforderungen im Schulmusikstudium berichtet, em was haben sie denn für Strategien selber mit Stress oder mit Belastung umzugehen, diese zu bewältigen, haben sie da Strategien? #00:07:27-7#

B: (Stöhnt) (Lange Pause) Ja, (...) Eigentlich nicht so, also ich em (...) ich glaube ja, weil ich denke immer (lacht) es gibt immer was wichtiges, so als jetzt was da gerade ist, so, weil ich dann schon hab studiert, ich hab ja schon Diplom und ich hab das gemacht ich unterrichte an ner Musikschule, also ich muss hier das nicht machen, mach hier freiwillig #00:08:01-9#

I: Mhm (bejahend) #00:08:02-0#

B: Also das war ja mein Wunsch, und dann denk ich ja und es ist ja vorübergehend, ich werde in einem Jahr fertig, ich muss hier nur durchhalten, so! Und das ist vielleicht meine Strategie, also aber nicht dann mach ich kein Yoga oder so, aber nur so Gedanken, also (.) diese Gedanken hilft mich, mir auch so entspannt zu gehen dann, weil dis so Zweitstudium oder Dritt, weiß de. (lacht) #00:08:26-2#

I: Mhm (bejahend) #00:08:27-0#

B: Also dis muss ich hier nicht machen, das hier meine Entscheidung und dann wenn nich klappt, dann klappt halt ne, also so wenn es in einem Seminar was nicht klappt ist halt so. Dis is meine Einstellung, ich kann ja nicht alles perfekt machen und alles so ganz, also dis is so (.) dis mein Art, als dis hilft mir so. #00:08:48-1#

I: Ok #00:08:49-0#

Wenn man so einen Erste-Hilfe-Koffer für Schulmusikstudenten vollmachen müsste, #00:08:55-9#

B: Oh Gott! #00:08:55-9#

I: was müsste dann hier noch rein? #00:08:59-8#

B: (...) Also eher subjektiv, ne, also was ich brauche? #00:09:04-1#

I: Ja! #00:09:04-1#

B: (lacht) (..) em Zeit, ja Zeit, em (lachend) Kreativität, em (...) em (...) ja mehr so em, weil ich gesagt habe, es geht so in mehrere Bahnen, man hat so sechs Module, Musikwissenschaft, Praktisches, Gruppenleitung das und das und man, sag ich mal so, schnuppert bisschen das halt und man ist hier nicht so ganz drin, also ist jetzt mein Gefühl, also man fühlt hier in keinem in diesen Bereichen so sagten se, da fühl ich mich wohl, also dis ist mein Denk, so, weil is hier ein Semester für ein Orff oder Gruppenleitung zwei Semester, also zwei Stunden is relativ so, #00:10:03-0#

em (..) Ja, deshalb is, also was ist, wie kann man das formulieren, also man Vertiefung, vielleicht, dass man sagt das ist mein Ding, da fühl ich mich wohl und mach ich hier weiter und (..) ja (..). #00:10:22-8#

I: Mhm (bejahend) (..) Was sagen Sie denn dazu? #00:10:29-0#

B: (lacht) Musikunterricht jetzt für mich, oder für Kinder, also mich wahrscheinlich. #00:10:36-4#

I: Mhm (bejahend) #00:10:36-4#

B: Musikunterricht (..) macht mich krank (...) em (...), also mich mir hat das nicht krank gemacht (lacht) mich hat das nicht krank gemacht, also gibt bestimmt eh (...) also mich hat das nicht krank gemacht, sonst hätt ich das hier nicht studiert, (...) em , wieso Musik ist schön, ne macht mich nicht krank. #00:11:03-3#

I: Mhm (bejahend) haben sie da viel Erfahrungen schon? #00:11:06-9#

B: N' also selbst speziell so Unterricht eigentlich nicht, also aber ich mag Kinder, ich bin gerne mit Kindern zusammen, ich bekomme auch positive, also Rückmeldung, also nicht das sie sagen toll oder so, also man merkt das auch, einige sagen das auch, oder (.) ich merke, dass ich gut ankomme, (.), deshalb macht mich nicht krank, also dis find ich dis auch so Unterrichten ist eine menschliche Bezug, also dis ist ja egal was man unterrichtet,

Musik- oder Sachunterricht, das ist dann diese entweder stimmt diese Draht, oder nicht und muss man dann wahrscheinlich, eh, bei jeder Schüler ist ja andere Frequenz, ob man das merkt, also wo tickt jetzt der Schüler, ob man das. #00:11:52-6#

I: Also Sie meinen, da könnte man auch ein anderes Fach hinschreiben? #00:11:55-8#

B: Unterrichten? (.) Ja #00:11:57-7#

I: Oder unterscheidet sich, eh unterscheiden sich die Fächer ihres Eh? #00:12:01-4#

B: Eigentlich nicht Unterrichten in sich, weil da hat man ja auf einmal zwanzig Kinder, aber was mache ich mit dir, wie gehe ich damit um, weil das ist ja nicht so Musik, aber das ist so Soziales also soziale Konflikte, man ist da, man muss leiten, man muss irgendwo hin, aber die kommen nicht mit, also wie mache ich das, es ist im Grunde egal, was man unterrichtet #00:12:22-0#

I: Mhm (bejahend) #00:12:23-1#

B: Natürlich das so, weil Musik ist ja Agieren, ist wichtig, also wie agieren, ohne kaputt zu machen oder so, also das ist ja bei anderen eh Unterrichten kann man sagen Blätter auf dann einfach Arbeit schreiben, weil Musik, aber ich habe ja auch anders gesehen, ich habe ja eine Lehrerin gesehen die Gitarre genommen hat und nur gespielt hat und die gesungen haben und war die Unterrichtende, also kann man ja auch so Musikunterricht machen, dann kann man ja auch "Alle Vögel sind schon da" in eine Klasse bis nach oben einmal an einem Tag durchsingen und ist man am Ende wieder fertig unterrichtet, also so gibt's ja auch, #00:13:01-5#

Das ist die Frage ist die, was ich meine Ansprüche an unterrichten, also wie sehe ich mein Unterricht soll aussehen, sollen die agieren oder nicht und ja diese Ansprüche soll ich das gerecht werden oder nicht, wenn nicht dann Spiel Gitarre einmal durch also das ist dann hängt wahrscheinlich die Erwartung von sich selbst aus. #00:13:23-7#

I: Mhm (bejahend) #00:13:24-6#

B: Also sollen die was am Ende hinbekommen, so vorstellen, das ist natürlich (.) Ja, das hängt vieles zusammen. (...) #00:13:43-9#

I: Bitte malen Sie hier mal eine Kurve ein, wie sich die Stressbelastung ihrer Meinung nach entwickelt! #00:13:49-5#

B: Ach so, im Beruf, in ein, na (...) aber auf Berufsleben kann ich wenig sagen, wahrscheinlich #00:13:59-0#

I: Aber was, was glauben Sie, sozusagen? #00:14:03-0#

B: Früher dachte ich es wird weniger (lacht) am Anfang des Studiums dachte ich, wenn man fertig ist, wird alles gut. (...) #00:14:17-1#

Also ich würde sagen so anfangen so, vielleicht wieder so oder so, ja Phasenbedingt so, und diese so bleibt, wie das ist, weil ich kann (...) das nicht so entspannter wird es auf jeden Fall nicht und schlechter würde ich mich darauf nicht einlassen, also deshalb (lacht) also so was möchte ich gar nicht mir vorstellen, also ich möchte, dass es so bleibt, deshalb (..) eh #00:14:53-7#

I: Also ist das ihr Wunsch? #00:14:56-7#

B: Das es so bleibt, weil ich kann mir nicht was also nicht jetzt momentan bin ich relaxed, aber wenn ich so schlimm ist, wenn es alles so schlimm ist, ich kann mir nicht was schlimmeres vorstellen, und deshalb denke ich, das muss hier so bleiben weil schlimmeres. #00:15:13-1#

I: Das muss so bleiben, oder meinen Sie auch, das wird dann wirklich so aussehen? #00:15:17-6#

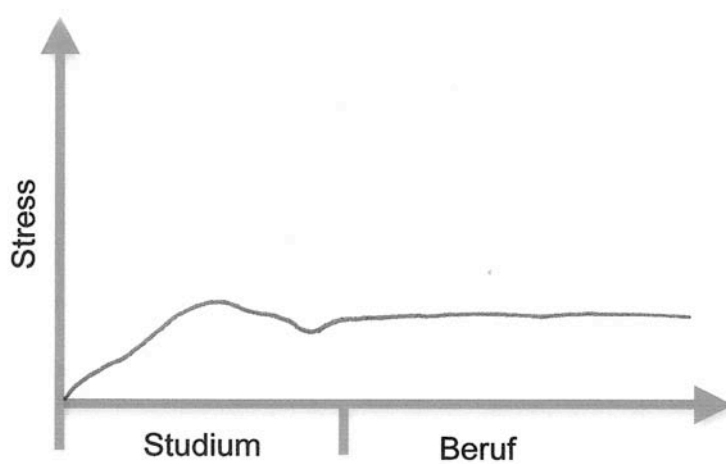
B: Das wird auch so sein, denn schlimmeres könnte ich mir ja gar nicht vorstellen, wenn ich jetzt alles auf einmal kommt diese Prüfungszeit und wenn ich dann so gestresst bin, dann denke ich ja, das ist die schlimmste und es muss auch so, also schlimmer ist das! #00:15:32-0#

(...) Deshalb (...) und na, wie gesagt, kann man ja selber dis dann ja (lacht) wie ich die Lehrerin gesehen habe mit die Gitarre, ganze Schule durch gespielt hat (lacht) also eh, wirkte mir ganz entspannt! #00:15:53-9#

I: Ok, gut, dann bedank ich mich. #00:16:00-7#

B: Oh, das war es schon? #00:16:01-6#

I: Das war es schon, vielen Dank! #00:16:03-8#



Schulmusikstudierendeninterview 3**Datum:** 21.12.2012

I: Welche der Karten entspricht eher Ihrer momentanen Stimmung? (...) Und wie beschreiben Sie diese Stimmung? #00:00:23-7#

B: Ähm. "Zufriedenheit" würde ich da einfach jetzt mal sagen als Substantiv so. Also momentan, jetzt gerade #00:00:35-5#

I: Und woher kommt dieses Befinden? Können Sie das näher beschreiben? #00:00:37-0#

B: Hm. würde ich jetzt sagen, weil in der letzten Zeit die Sachen, die ich mir vorgenommen habe, relativ gut gelaufen sind und, so trivial es klingt, die Ferien stehen vor der Tür. Also Stressabbau. #00:00:53-2#

I: Okay. Welche dieser Bereiche spielen für Ihr momentanes Befinden eine wichtige Rolle? Und wenn Ihnen etwas fehlt, können Sie das gerne ergänzen. #00:01:06-0#

B: (...) Also eigentlich trifft schon "Studium" zu, aber gerade eher der Fokus nicht auf Schulmusikstudium, sondern aufs Zweitfach, also Geographiestudium. Weil da die ganzen Leistungen, die ich gerade erbracht habe, positiv gelaufen sind und im Schulmusikstudium gerade nicht so viel los ist. Also, ist ja nicht mehr viel. Von daher... Also generell Studium gerade so und dann aber eher Fokus aufs Zweitfach, würd ich sagen. Gesundheit gerade nicht und, ähm, ja. #00:01:56-8#

I: Was heißt "Gesundheit gerade nicht"? #00:01:57-0#

B: Weil ich krank bin und so. Also ist jetzt nichts Schlimmes in dem Sinne, aber da könnte ich jetzt nicht sagen, ich bin jetzt gerade zufrieden mit meiner Gesundheit, aber, ja. #00:02:06-4#

I: Ähm, fällt Ihnen in diesem Zusammenhang sonst noch zu den anderen Bereichen was ein, oder...? #00:02:16-7#

B: Hm. Mein Privatleben ist ganz normal so. "Musikhochschule" wüsste ich jetzt nicht, wie ich das definieren soll im Zusammenhang mit Schulmusikstudium. Also ist da jetzt die UdK an sich jetzt gemeint? #00:02:28-8#

I: Mhm (bejahend) #00:02:29-2#

B: Okay. Kann mich nicht beschweren. Also wenn ich jetzt wieder vergleichen müsste zwischen HU und UdK, dann würde HU auf jeden Fall sehr schlecht abschneiden, um es einfach mal so zu sagen. Aber trotzdem halt wieder: das Geographiestudium an der HU läuft gerade gut, weil ich viele Vorträge gehabt habe und alles abgeschlossen so und ja, genau. #00:02:52-9#

I: Okay. Wir haben ja vorhin über Ihr derzeitiges Befinden gesprochen. Und wo ordnen Sie dazu Ihr Schulmusikstudium ein, wenn Sie das jetzt hier verorten müssten? #00:03:08-9#

B: Dann auch wieder klar da hin. #00:03:10-7#

I: Mhm (bejahend). Warum? #00:03:11-8#

B: Ähm, weil ich, also ich vergleiche immer mit dem Zweitfach und fühl mich einfach besser ausgebildet hier an der UdK, in Hinsicht auf Praxiserfahrung etc. Also in Hinsicht auf spätere Lehrerleben. Und wenn ich immer Vergleiche ziehe mit der HU, wie ich da halt vorbereitet werde... Ich will die jetzt nicht komplett schlecht reden, so, aber man vergleicht halt und da ist UdK einfach, weiß nicht, zufriedenstellender. Also es ist einfach reibungsloser abgelaufen so, das ganze Studium bisher. Es hat zwar länger gedauert, aber da habe ich weniger Probleme gehabt halt, als an der Humboldt. Deshalb... #00:03:58-2#

I: So. Und wie empfinden Sie Ihr Schulmusikstudium im Vergleich zu den anderen Fächern? Haben Sie ja eben schon angedeutet und vielleicht können Sie das noch einmal näher ausführen. #00:04:07-4#

B: Ja, wie gesagt, ich fühl mich halt besser vorbereitet. Ich find die Seminare, die bisher angeboten wurden, vielseitig, bereiten halt direkter drauf vor, auf die spätere Praxis, was halt an der HU nicht stattfindet oder in Geographie, weil man halt eben mit den Mono-Bachelorn und mit den Leuten, die halt später wirklich mal, in Führungsstrichen, "Geographen" werden, halt zusammengepackt ist. Das heißt nicht, dass die Seminare uninteressant sind. Also was ich da lerne, ist halt auch interessant, aber es bringt mir halt aus meiner Sicht nichts später für..., gerade für Grundschullehrer. Also bringt mir gar nichts. Kann ich den Schülern nicht beibringen. Also man sagt zwar, man soll immer, man muss immer mehr wissen, als der Schüler selbst, aber das ist so hoch angesetzt, das Ganze, die ganze Thematik, das braucht man nicht. #00:04:51-0#

I: Okay. So, Sie haben jetzt einiges über Ihr Studium berichtet. Und was haben Sie für Strategien, um Belastungen und Stress zu bewältigen? #00:05:06-9#

B: Puh, das ist eine gute Frage. (...) Das versuche ich irgendwie mit bestimmten Sachen auszugleichen, also mit Hobbies, so. Sei es jetzt Band irgendwie, dass ich da Schlagzeug spiele und da einfach draufhau und da irgendwie körperlich Aggressionen ablasse. Oder sei es, indem ich irgendwie bewusst sage "Nee, heute mal nicht", was teilweise auch problematisch ist, weil man dann irgendwann dazu tendiert jeden Tag irgendwie zu sagen "heute mal nicht". Also ich muss auch feststellen, dass in letzter Zeit es schwer geworden ist, halt irgendwie so diesen Stress abzubauen und ich glaube auch nicht immer, dass ich wirklich weiß, wie ich den abbauen soll, aber wenn, dann versuch ich's halt irgendwie mit Musik. Also einfach Ablenkung, so. Das ist so meine Devise. #00:05:56-0#

I: Mhm (bejahend). Wenn man so einen Erste-Hilfe-Koffer für Schulmusikstudenten voll machen müsste, was müsste dann hier noch rein? #00:06:05-3#

B: In welcher Hinsicht? Also jetzt in Bezug auf Stress oder irgendwas jetzt? Okay. #00:06:12-2#

I: Was würden Sie sich noch wünschen? #00:06:17-7#

B: Ich würd mir in der Tat noch mehr Praxiserfahrung wünschen. Also man hat zwar diese Praktika, alles so drin und geht an die Schule, aber ich würd da viel mehr noch Fokus drauf legen. Also Theorie hin oder her ist super, aber es ist... die Gewichtung zwischen Praxiserfahrung und Theorie ist immer noch zu unausgeglichen, find ich. Also im Vergleich zum Zweitfach ist es auf jeden Fall viel mehr Praxis, aber ich glaub, das ist so das einzig Wahre, was dann zählt. Also nicht, dass man später dann ins kalte Wasser geworfen wird, halt dieser Praxiskoller, von dem alle erzählen, dann im Referendariat. Ich glaube, dem könnte man besser vorbeugen, indem man halt eben wirklich öfters an die Schule geht, noch öfters was macht, vielleicht auch im Wechsel immer irgendwie, so, wie das früher teilweise war – halt eine Woche Theorie, eine Woche halt Praxis. Weiß ich nicht. Es ist zwar auf jeden Fall mehr Stress, aber bereitet, glaub ich, viel besser so aufs spätere Berufsleben vor. #00:07:14-6#

I: Wenden Sie da schon was an? Also machen Sie auch schon nebenbei irgendwie was an der Schule... #00:07:21-3#

B: Nee, hab ich nicht die Zeit, muss ich ganz ehrlich sagen. Also es ist schade drum. Wahrscheinlich könnte ich mir die Zeit auch mehr nehmen, aber ich geh halt nebenbei arbeiten und hab die Wochenenden auch immer vollgestopft schon, was auch blöde ist halt, wenn man schon die Wochenenden nicht mehr hat, um sich halt irgendwie auf das Studium weiter irgendwie zu fokussieren. Also ich freue mich drauf, wenn jetzt alles vorbei ist und ich dann... also freu mich trotzdem aufs Referendariat, auch wenn alle sagen, dass das der totale Horror sein soll, aber ich freu mich drauf. (lacht) #00:07:47-9#

I: Mhm (bejahend). Was sagen Sie denn dazu? #00:07:57-6#

B: (liest) "Musikunterricht macht mich krank" (...) Kommt drauf an, von welcher Seite das jetzt aus betrachtet ist. Von meiner Seite aus würde ich's jetzt nicht sagen. Wäre ja schlimm, wenn ich als Musiklehrer oder als angehender Musiklehrer sage, dass Musikunterricht mich krank macht. Dann ist ja irgendwas falsch gelaufen. Und von der Schülerseite aus könnte ich mir das jetzt eigentlich auch nicht erklären, warum Musikunterricht denn krank machen soll, weil ich find eigentlich, dass Musikunterricht immer noch so ein Fach ist, was sehr kreativ ist und wo man sich irgendwie ausleben kann - als Schüler und als Lehrer - was nicht so statisch ist, was nicht so eingegrenzt ist, wo man viel selbst machen kann, deshalb versteh ich diese Aussage eigentlich nicht. Also würde ich von meiner Seite aus nicht sagen, dass sie zutrifft. Ist meine Meinung. #00:08:49-2#

I: Also können Sie sich nicht vorstellen, dass das ein Musiklehrer zum Beispiel sagt? #00:08:53-9#

B: Nee, also nicht speziell jetzt auf den Unterricht bezogen, sondern ich könnte mir vorstellen, dass ein Lehrer sagt, einfach, dass der Beruf ihn an sich irgendwie fertig macht, weil er überlastet ist. Aber speziell jetzt zu sagen "der Musikunterricht macht mich krank"... Nee, würde ich nicht. Das ist dann zu speziell gefasst, glaub ich. #00:09:14-9#

I: Bitte malen Sie eine Kurve, wie sich die Stressbelastung Ihrer Meinung nach entwickelt. #00:09:20-9#

B: Okay. Ist da das Referendariat irgendwo mit inbegriffen? #00:09:29-8#

I: Ja, das ist dann der Übergang, genau. #00:09:33-7#

B: Das ist gut. (...) #00:09:45-7#

I: Vielleicht können Sie das dabei etwas näher beschreiben. #00:09:48-7#

B: Also ich würd sagen, am Anfang ist es halt beim Studium noch alles recht, naja, entspannt eigentlich auch nicht. Ich glaube, man geht am Anfang mit dem Stress besser um, weil man ihn noch nicht so gewohnt ist...oder weil man noch fitter ist, deshalb würde ich sagen, dass wenn man ins Studium einsteigt, die Stressbelastung schon relativ schnell steigt, mh (...), ja, würde sagen, die fängt sich dann irgendwann auf so einem bestimmten Level (...), ich schätze mal, wenn man jetzt so zum Ende hin geht, so Bachelor und Master so die Ecke, dass es dann vielleicht noch mal so n bisschen ansteigt, Bachelorarbeit schreiben, Master und so was, sagt man ja, dass da irgendwie mehr Input ist und mehr zu tun ist, so wenn ich dann Referendariatszeit habe, nach den Berichten und was man so alles hört, müsste es ja dann eigentlich viel höher liegen, mh, ich kanns ja jetzt selber nicht beurteilen, wies ist, ich würd jetzt aber sagen, ok, da ist auf jeden Fall noch mehr Stressbelastung, steigt also noch weiter an. Und im Beruf, wenn ich den jetzt über mehrere Jahrzehnte sehe, wie man den jetzt ausüben würde, dann würde ich sagen, dass am (...) das Level noch bleibt kontinuierlich und irgendwann hoffe ich mal, dass dann also nicht nur Routine eintritt, aber dass man sich an diese Belastung gewöhnt oder das irgendwie besser managen kann und dass dann irgendwann später, so sollte es zumindest sein, der Stress wieder ein bisschen sinkt oder auf einem anderen Niveau dann bleibt. #00:11:17-6#

I: Mhm (bejahend) #00:11:19-7#

B: So in dem Dreh, das ist jetzt schwer einzuschätzen. So würde ich es mir wünschen. Dass es so ist, dass der Stress im Referendariat jetzt nicht so überkrass noch weiter nach oben geht, als er jetzt im Studium schon ist, wahrscheinlich wirds aber so sein und eigentlich würde ich mir dann wünschen, dass irgendwann im Berufsleben später sich dann so ein gewisses Level einstellt (...) stresslos ist es auf jeden Fall nicht oder stressfrei, aber dass es auf jeden Fall nicht auf so nem Level bleibt, würde ich mir wünschen, dass es auf jeden Fall wieder runter tendiert. #00:11:46-5#

I: Sie haben jetzt gesagt, mit den Belastungen im Beruf, die sind schon hoch. Was meinen Sie da für Belastungen? #00:11:51-9#

B: Allgemein, also der Lehrerberuf ist eine hohe Belastung, also so würde ichs einschätzen. Von Anfang an habe ich mich darauf eingestellt, dass es ein Beruf ist, der auf der einen Seite auf jeden Fall sehr viel Spaß machen kann, wenn man ihn beherrscht und wenn man Ideen hat und Durchhaltevermögen. Aber auf der anderen Seite eben extrem stressig ist, wie gesagt Unterrichtsvorbereitung, dann je nachdem auch ist es natürlich auch immer ne Sache an welchen Ort ich komme, an welche Schule ich komme, in welchen Bezirk, das muss man einfach sagen. Es ist bestimmt n Unterschied, ob ich in Problembezirken unterrichte oder halt eben in Brandenburg oder halt klischeehaft in Charlottenburg. Das ist natürlich ein Unterschied (...), mh, ja, dass ich dann nicht nur unterrichte, sondern auch teilweise auch erziehe. Ich lese gerade ein Buch darüber, wo es halt genau darum geht, er ein Quereinsteiger ist und eigentlich unterrichten soll und es nur um Benimmregeln geht so am Anfang und halt er halt gar nicht zum Unterrichten kommt und das halt auch extremer Stress ist. Aber er fängt sich dann auch irgendwann und kriegt es irgendwann hin. #00:12:52-2#

I: Mhm (bejahend). Aber Sie sagen, das ist eine generelle Belastungssituation im Lehrerberuf. #00:13:02-8#

B: Würde ich so einschätzen, ja. #00:13:03-5#

I: Weil Sie werden ja jetzt auch MUSIKlehrer (...) #00:13:07-2#

B: Ja. #00:13:14-2#

I: Und wenn Sie das vergleichen. #00:13:15-0#

B: Sie meinen mit anderen Fächern? #00:13:17-9#

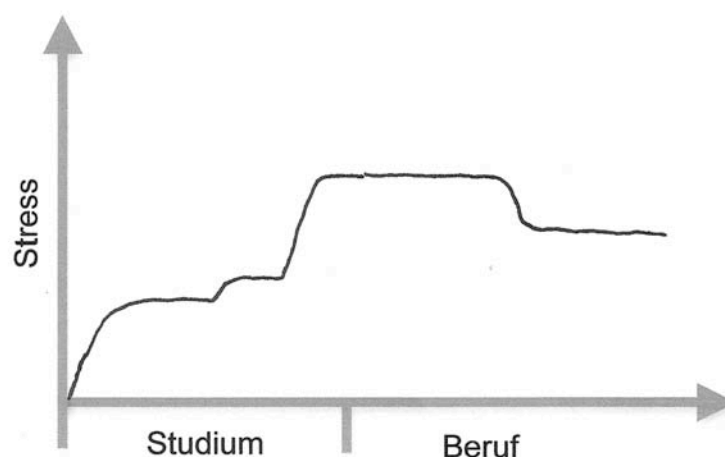
I: Ja. #00:13:17-9#

B: Ja, würde ich trotzdem sagen. Weil ich glaube nicht, dass, ähm, also ich gehe davon aus, dass ich später mal in meinem Berufsleben nicht nur Musik und Erdkunde unterrichten werde, weil das heutzutage nicht mehr möglich ist. Man muss halt alles irgendwie können und wird überall eingesetzt und dann ist es ja noch ne größere Belastung, wenn ich dann irgendwie Vertretung mache für ne Mathestunde, wo ich einfach nicht drin ausgebildet bin in dem Sinne, ist es für mich auf den ersten Blick, wenn ich das zum ersten Mal mache, mehr Stress, als wenn ich in meinem eigenen Fachgebiet bin. Weil ich bin dann ja genau so ein Idiot, wie halt die Schüler selbst und hab keine Ahnung davon und muss mir das erstmal aneignen. Und so ne Situationen, die dann spontan kommen, das ist purer Stress, wenn ich mich nicht drauf vorbereiten kann, so am Tag vorher. #00:13:49-8#

I: Und jetzt noch mal abschließend. Wenn Sie sich vorstellen Musik zu unterrichten und Geographie zu unterrichten? #00:14:00-0#

B: Das ist eine gute Frage (...) Also ich glaub ich kann in Musik mehr Kreativität spielen lassen, kann mich da mehr ausleben und kann viel mehr Eigenideen reinbringen. Kann das, ich will nicht sagen, spannender gestalten, aber irgendwie lebhafter. Aber es ist glaube ich schwer, das mit Geographie zu vergleichen, weil Erdkunde eigentlich auch ein sehr spannendes und sehr kreatives Fach ist. So, also es ist nicht so eingengt wie Mathe, wo ich halt, also Mathe kann auch interessant sein, so, aber da ist halt eben alles vordefiniert und da wird sich halt nichts großartig dran ändern und Geographie und Musik sind so beides Fächer, wo man viel selbst entwickeln kann, wo man viele eigene Ideen mit reinbringen kann, wo man auch viel Diskussionsbasis hat und es sich halt ständig wandelt. So, das ist, weiß ich nicht. Aber ich würde dann schon sagen, dass ich dann schon mehr Aufwand in Geographie bringen müsste, glaube ich, allein vom Lesen her und von der Literatur, die ich mir reinziehen muss, als in Musik. Aber das ist jetzt so ne Einschätzung. Ich weiß nicht wie es sich später irgendwie zeigen wird. #00:14:56-4#

I: Ok. Dann bedanke ich mich.



Schulmusikstudierendeninterview 4**Datum:** 11.01.2013

I: Welche der Karten entspricht eher Ihrer momentanen Stimmung? #00:00:17-5#

B: Hm. (...) #00:00:17-5#

I: Dieses? #00:00:16-8#

B: Mhm (bejahend). #00:00:16-8#

I: Und wie beschreiben Sie diese Stimmung? #00:00:20-6#

B: Ähm, zufrieden, glücklich, ja, trotzdem ausgelastet, aber mit schönen Dingen ausgelastet. #00:00:32-9#

I: Mhm (bejahend). Und woher kommt dieses Befinden? Können Sie das auch näher beschreiben? Also warum ist das so bei Ihnen jetzt gerade? #00:00:40-9#

B: Ja, weil ich das Gefühl habe, gut ausgelastet zu sein, ja, also trotzdem immer noch was dazu zu lernen und ja, ich habe nicht das Gefühl, dass ich irgendwie überarbeitet bin und gar nicht weiß, wohin mit mir und nicht weiß, welches zuerst und ja... #00:00:58-3#

I: Mhm (bejahend). (...) Welcher dieser Bereiche spielt für ihr momentanes Befinden eine wichtige Rolle? Und falls Ihnen ein Bereich fehlt, können Sie gerne noch eine Karte ergänzen. #00:01:17-6#

B: Also das ist jetzt schon bezogen auf die UdK, oder? Also, weil, ich habe ja zwei ... #00:01:21-6#

I: Genau. Oder beziehungsweise, wenn Sie so eine Mischung machen wollen oder sagen Sie: "Da ist es so, da ist es so", wenn Sie jetzt zwei verschiedene Orte haben, wo Sie studieren... #00:01:33-3#

B: Ja, also mein Privatleben auf jeden Fall. (...) Schulmusikstudium auch. Ja, und dann schreibe ich noch mein anderes Studium auf. (...) #00:01:48-2#

I: Was ist das genau? #00:01:49-5#

B: Ähm, Gesangspädagogik (...). #00:02:03-3#

I: Und können Sie das nochmal genauer beschreiben, warum das jetzt sozusagen zu dieser Stimmung führt? #00:02:08-3#

B: Ähm, ja, also mein Schulmusikstudium, da fühl ich mich mittlerweile immer besser vorbereitet auf den wirklichen Schuldienst und kann mir immer besser auch vorstellen, wirklich in die Schule zu gehen und das ist für mich gerade auch ein ganz großer Punkt, weil ich das auch lange Zeit irgendwie, immer da am Schwanken war. Ähm, mein Privatleben hat sich im letzten Jahr komplett einmal geändert und ist jetzt sehr schön und, ja, das Gesangspädagogikstudium ist einfach so 'ne Herzenssache von mir, wo ich noch nicht weiß, wie ich das dann später nutze, aber wo ich sehr froh bin, dass ich das noch mache. #00:02:47-9#

I: Mhm (bejahend). Und fällt Ihnen in diesem Zusammenhang noch zu den anderen Bereichen was ein? #00:02:53-4#

B: Also, ja, Gesundheit ist immer so 'ne, also ich fühl mich eigentlich immer ganz gesund und wenn ich irgendwie merke, dass irgendwas nicht so funktioniert, dann probier' ich immer sofort irgend ein Stresslevel runterzufahren oder Aufgaben zu minimieren. Also das ist schon wichtig und auch immer in meinem Fokus. Und meine Musikhochschule würd ich eher, also die trägt eher nicht so zu meinem Wohlbefinden bei, weil ich, also gerade eher sehr froh bin, dass das Ende des Studiums in Sicht ist, weil ich langsam aus diesen institutionellen Zwängen gerne raus will. Also das ist eine total schöne Zeit und das ist wirklich, glaub ich, auch die beste Zeit des Lebens und total super, aber nach fünf Jahren ist es auch so, dass man, ja, dass ich mich zur Zeit manchmal eher behin-

dert sehe durch mein, durch die Institution, als dass ich irgendwie das Gefühl habe, dass sie mich wirklich unterstützt. #00:03:47-9#

I: Mhm (bejahend). Können Sie das noch ganz kurz sagen, inwiefern behindert, an einem kleinen Beispiel oder so? #00:03:53-7#

B: Ja, also zum Beispiel durch Anwesenheitspflicht. Also wenn man irgendwie Konzerte oder Praktika oder irgendwelche anderen Termine hat, die man gerne wahrnehmen möchte, dann korreliert das halt zum Beispiel immer mit der Anwesenheitspflicht und man muss sich immer überlegen "Kann ich da nochmal fehlen oder nicht?" und ja. Ich hab nicht das Gefühl, dass, zum Beispiel diese Anwesenheitspflicht, zu meinem Wohlbefinden im Studium beiträgt. (...) #00:04:25-2#

I: So, wir haben ja vorhin über Ihr derzeitiges Befinden gesprochen. Wo ordnen Sie dazu, ähm, Ihr Schulmusikstudium ein, zwischen diesen beiden Polen? #00:04:40-9#

B: Ähm (...) Ja, auch auf der Seite #00:04:43-9#

I: Mhm (bejahend). Was ist daran so entspannt? #00:04:48-0#

B: Ja, also ich würde das gar nicht unbedingt mit "entspannt" übersetzen, aber eher damit, dass das eben genau das ist, was ich machen wollte und ich hatte im Studium nie das Gefühl, dass es auf einmal nicht mehr das ist, was ich machen will, sondern es hat immer eher bestärkt und ich fand das, ich fand das immer gut, dass wir so viel wählen konnten zum Beispiel und ich hab immer mir die Sachen rausgesucht, die mich wirklich interessieren und ich hatte auch nie ein Problem mit dieser, ja, mit diesem ganzen theoretischen Kram, was ja von vielen einfach so kritisch bemerkt wird, weil ich immer das Gefühl hatte, dass es mich im Gesamten weiter gebracht hat und, ja, und auch, selbst wenn ich nur an die Grundschule gehe, fand ich das trotzdem immer wichtig, dass ich irgendwie als Künstler und Pädagoge trotzdem, ja, ein großes Rundum-Wissen habe und deshalb, ja, würde ich das immer auf die Seite stellen. #00:05:41-1#

I: Und wie empfinden Sie Ihr Schulmusikstudium im Vergleich zu anderen Studienfächern? #00:05:47-6#

B: Also zum Beispiel im Vergleich zum Zweitfach, oder...? #00:05:51-2#

I: Mhm (bejahend). #00:05:51-2#

B: Also, ähm, eigentlich ist es totaler Luxus. Also man (...). Also natürlich gibt es immer irgendwie Sachen, die problematisch sind oder wo man irgendwie denkt "Naja, das wäre jetzt irgendwie toll, wenn das noch anders wäre", aber trotzdem ist es totaler Luxus, weil wir ... Also einmal haben wir den ganzen Einzelunterricht, wo wir wirklich, also, das muss natürlich jeder für sich selber nutzen können, aber wo wir eigentlich genau das machen können, was wir machen wollen und wo wir auch dementsprechend gefördert werden können. Und wir haben meistens einen sehr engen Kontakt zu den Dozenten und zu den Professoren, was auch, finde ich, totaler Luxus ist, auch wenn das für manche vielleicht eher ein zusätzlicher Zwang ist, weil man dann natürlich auch mehr unter so einer, ja, Beobachtung steht. Ähm, und wir haben wirklich ziemlich viele Wahlmöglichkeiten, was es in vielen anderen Fächern eigentlich nicht mehr gibt. Wir können uns selber unseren Stundenplan machen, das ist zwar für den ein oder anderen schwierig und das verstehe ich auch, aber dieses ganze Organisatorische und Organisieren-können ist, glaub ich, auch eine gute Vorbereitung für das Leben in der Schule dann wirklich. (...) #00:07:10-0#

I: Wir haben jetzt kurz über das Schulmusikstudium gesprochen. Was haben Sie für Strategien, um Belastung oder Stress, wenn der dann auftritt, eventuell zu bewältigen? #00:07:23-4#

B: Also Prioritäten zu setzen. Also ich überlege mir immer, ähm, was von den ganzen Sachen, die ich jetzt machen muss, ist einmal wichtig, damit ich das Studium bestehe. Also zum Beispiel muss ich durch eine Prüfung mindestens mit 4 durchkommen, das ist einfach so. Aber dann an zweiter Stelle kommt schon "Was interessiert mich wirklich?" und "Was ist, denke ich, total relevant für meinen Lehrerberuf später?" Ähm, und wenn das eben nicht so relevant ist und es eben auch reicht, eine Textzusammenfassung zu lesen, dann würde ich das immer bevorzugen und dann würde ich das einfach immer so machen und denken: "Ja, okay". Oder vielleicht in der Theorieklausur krieg ich jetzt keine 1, aber dafür habe ich mir in der Zeit die Unterrichtsstrategien durchgelesen oder so was. Und andererseits, wenn ich irgendwie, ähm, das total wichtig finde, dass ich theoretisch fit bin, dann würde ich eben auf andere Sachen verzichten. #00:08:27-7#

I: Mhm (bejahend). Noch weitere Punkte, jetzt zu den Prioritäten? Oder ist es das Hauptaugenmerk, was Sie ... #00:08:36-0#

B: Ich glaube, das ist das Hauptaugenmerk. #00:08:36-9#

I: Aha. #00:08:37-5#

B: Ja und dieses, ähm (...) Also dass man davon wekommt, dass man unbedingt gute Noten haben muss, weil sich die erstens sowieso niemand später anschaut und man davon leider, also, das hat auch keinen Vergleichbarkeitswert und deshalb ist es eigentlich (...) Also es ist natürlich für's Ego schön, aber eigentlich bringt das einem nichts, weil das immer wichtiger ist, was man jetzt aus der Hausarbeit zum Beispiel für sich selber mitnimmt. Ja. #00:09:06-5#

I: Wenn Sie so einen Erste-Hilfe-Koffer für Schulmusikstudenten voll machen müssten, was müsste hier noch rein? Also was wünschten Sie sich noch? #00:09:16-4#

B: Mmh (überlegend) (...) Ja, vielleicht so eine Anleitung, wie man sich über seine eigenen Ziele immer klarer wird. (...) Ja, vielleicht auch, was einem irgendwie hilft, ja, also die eigenen Interessen gut zu sortieren. Also, weiß ich nicht, zum Beispiel in der Musikwissenschaft kann man ja aus ziemlich vielen Kursen auswählen und manchmal hat man dann nicht so richtig einen Überblick, was jetzt wirklich einen interessiert. Also das wäre gut, wenn man da irgendwie so ne Anleitung hätte, wie man gut vorgeht, mh (...) #00:10:11-3#

Vielleicht noch einen Schnelleseprogramm, also womit man schneller Texte lesen kann, ja. Aber hauptsächlich so Organisations- äh Zeitmanagementhilfen. #00:10:28-9#

I: Und wenden Sie diese Strategien an? #00:10:33-7#

B: Ja, ich denke schon. Also Zeitmanagement bin ich glaube ich ganz gut drin, mh, ja und, mir fiel das bisher nicht so schwer, meine Interessen zu separieren, aber ich glaube es gibt viele Leute die damit ein bisschen überfordert sind. #00:10:57-2#

I: Was sagen Sie denn dazu? #00:11:01-9#

B: Aus Sicht der Schüler oder der Lehrer oder? Ähm. Also ich kann mir vorstellen, dass es vielen Leuten so geht, weil der gemeine Musikunterricht an der Durchschnittsschule wahrscheinlich nicht so gut ist, also wenn er denn stattfindet, dann findet er ja meistens fachfremd statt und ich kann mir vorstellen, dass viele Schüler und auch Lehrer daran verzweifeln. Also weil man das nicht mal so eben aus dem Ärmel schütteln kann und weil es dem Schüler einfach keinen Spaß macht, wenn er nicht gut ist. Das ist bei Matheunterricht ja auch nicht anders. Ja, aber prinzipiell müsste das nicht so sein. #00:11:44-4#

I: Und wenn Sie jetzt noch mal genau schauen, Sie haben eben gesagt, in Mathe ist es nicht anders. Unterscheidet sich das nicht, meinen Sie? Wenn Sie den Satz jetzt noch mal daraufhin anschauen? #00:11:59-1#

B: (...) Nee, ich glaube nicht, dass sich das groß unterscheidet. Also ich glaube, schlechter Musikunterricht ist genauso doof, wie schlechter Matheunterricht. #00:12:05-2#

I: Mhm. Und wenn Sie überlegen, Sie unterrichten Musik und Sie unterrichten auch Mathe. Könnte das gleiche hier auch mit Matheunterricht stehen? #00:12:23-9#

B: Ach so! Also für mich persönlich glaube ich nicht, weil ich auch gerne Mathe unterrichte. Prinzipiell gibt es da glaube ich nicht so große Unterschiede. Also ich glaube, wenn jemand fachfremd Mathe unterrichtet ist es nicht leichter als fachfremd Musik zu unterrichten. Und, ja, ich finde es ist ziemlich äquivalent. #00:12:39-9#

I: Mhm (bejahend). #00:12:47-5#

Bitte malen Sie eine Kurve, wie sich die Stressbelastung Ihrer Meinung nach entwickelt. #00:12:55-3#

B: Mh (...) #00:13:15-5#

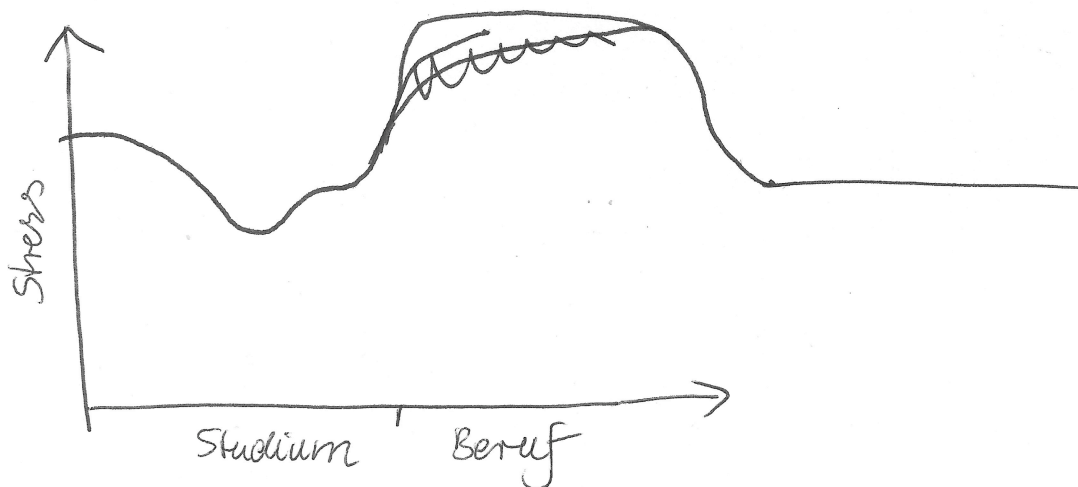
I: Können Sie das näher beschreiben? #00:13:21

B: Also ich glaube, in den ersten Semestern ist der Stress ziemlich hoch, weil man erstmal, also es gibt viele Pflichten, die man besuchen muss und (...) man muss erstmal selber sehen, wo bin ich, wo will ich hin. Dann nimmt es erstmal ab, weil man hoffentlich sich besser ordnen kann und weiß, was man machen will. Und weil auch die Kurse weniger werden und man einen größeren Überblick über alles hat. Und man auch, ja, einfach damit umgehen lernt. Dann wird es zum Ende des Studiums noch ein bisschen mehr, weil man die letzten Arbeiten schreiben muss und großen Prüfungen machen muss. Und ja, auch der Fakt, dass man fertig wird, ist so ein Stress, der einen irgendwie belastet und man weiß nicht so richtig, was mache ich jetzt genau und wo geht es hin und kriege ich erstmal Kinder oder nicht. Ja und wenn, ach das ist hier so ein bisschen falsch, das geht hier (...) #00:14:07-3#

I: Einfach korrigieren. #00:14:07-3#

B: Also das ist hier so gleichbleibend. Genau und dann im Berufseinstieg ist der glaube ich extrem hoch, der Stress, also auch größer als im Studium auf jeden Fall, ähm, ja und bleibt glaube ich auch erstmal ziemlich lange hoch und erst wenn man sich sowohl mit seinen Kollegen als auch mit seinen eigenen Erfahrungen irgendwie eingespielt hat, dann glaube ich schon, dass der ziemlich schnell abnehmen kann und dann so ungefähr gleich bleibt über die restliche Berufszeit. #00:14:49-0#

I: Mhm. Gut. Bedanke ich mich. #00:14:52-2#



Schulmusikstudierendeninterview 5**Datum:** 18.01.2013

B: Ich kling jetzt wahrscheinlich komisch auf dem Teil, aber das ist ja auch nur für mich (Lachen). #00:00:04-9#

I: Okay. Welche der Karten entspricht eher Ihrer momentanen Stimmung? #00:00:13-1#

B: Schwierig. Was dazwischen. #00:00:21-3#

I: Eher. #00:00:23-1#

B: Das. #00:00:27-5#

I: Mhm (bejahend). Wie beschreiben Sie diese Stimmung? #00:00:33-0#

B: Naja, also, hier ist es halt so ein sinnbildliches Zurücklehnen, Entspannen. Scheinbar Zufriedenheit über Ergebnisse oder so, könnte man da hereininterpretieren. #00:00:47-6#

I: Bei Ihnen persönlich? #00:00:47-6#

B: Also bei mir persönlich (...) das Gefühl, das so ein bisschen im Blick zu haben, also meine Aufgaben oder, was auf mich zukommt, (...) unter Kontrolle zu haben. Also das andere Bild war eher so Resignation, was ich auch kenne aus Studienphasen und jetzt ist es aber gerade, also wie gesagt, es ist auch nicht wirklich das hier, das ist es glaub ich NIE in unserem Studium... #00:01:16-6#

I: Okay. Dann nehmen wir mal die Mischung, wenn Sie sagen, Sie können sich nicht entscheiden. #00:01:19-1#

B: Ja. Also es ist teilweise so und teilweise so. Es wechselt von Tag zu Tag oder manchmal auch... #00:01:26-2#

I: Also wozwischen, wenn Sie es jetzt benennen müssten? #00:01:28-0#

B: Zwischen "Hilfe, schaff ich das alles?" oder "Klar schaff ich das alles!". #00:01:33-5#

I: Aha (bejahend). Und woher kommt dieses Befinden oder diese Befinden? #00:01:38-6#

B: (...) Also ich hab jetzt demnächst ganz viele Masterabschlussprüfungen. Eigentlich alle fast, was nicht Musik betrifft (...) und es ist GANZ schön viel auf einmal und ich glaube, das ist wirklich viel Stoff, den man lernen muss. Auf der anderen Seite (...) ist das aber so, das betrifft alle Lehramtsstudiengänge. Deswegen ist das sehr standardisiert und ich glaube, dass der allgemeine Standard im Studium sehr, eher viel niedriger liegt, als was hier teilweise von uns verlangt wird, aber eben nicht aus Böswilligkeit, sondern weil es einfach nicht standardisiert ist und die Dozenten teilweise gar nicht wissen, was sie alles gleichzeitig von den Studenten abverlangen, und da ich jetzt fast im Moment fast nur an der HU und nur Erziehungswissenschaft habe, ist das alles sehr auf einander abgestimmt und im Rahmen, der zu schaffen ist, so. Das macht halt dieses so. #00:02:37-8#

I: Mhm (bejahend). Und zu dem? Können Sie da jetzt auch noch etwas sagen? Woher das kam oder immer wieder kommt? #00:02:44-7#

B: (...) Ja, also ich bin jetzt (...), ich bin gleichzeitig aber trotzdem nicht so ein Mensch, der, obwohl ich so eine Übersicht hab, relative Übersicht, sich so einen richtigen Plan macht. Also, ich müsste mir das wahrscheinlich einfach mal aufschreiben, aber ich hab jetzt schon / Ich guck immer in meinen Kalender, so und so viele Wochen sind es noch, also alles cool und es gibt auch jetzt in den Modulen, die ich mache, sehr viele Kontrollen. Also bei dem einen müssen wir so ein Lernportfolio schreiben. D. h. das wird von einem erwartet, dass man das abgibt, und allein das ist schon so eine Kontrollmöglichkeit, dass ich mir das jetzt gar nicht alles bis hierhin aufschreiben konnte. Deswegen halt das, aber gleichzeitig muss ich für mich selbst noch meine Ausarbeitungen aufschreiben und das auf Karteikarten und lernen und so und ich kann mir halt die innerliche Angst davor, dass ich eine Woche vorher das denke, bringt mich jetzt schon ein bisschen. #00:03:40-9#

I: Was ist "DAS"? Sagen Sie es nochmal, weil wir sehen es ja nicht. #00:03:43-2#

B: Ach so, das ist Verzweiflung, Resignation vielleicht ein Stück weit. Angst davor, Sachen nicht schaffen zu können, das Pensum nicht schaffen zu können, was gerade vor einem liegt. #00:03:59-3#

I: Welche dieser Bereiche spielen für Ihr momentanes Befinden eine wichtige Rolle und falls ein Bereich fehlt, können Sie gerne noch eine Karte ergänzen. #00:04:14-5#

B: Für mein momentanes Befinden? #00:04:16-5#

I: Ja. Was spielt da eine Rolle? Was eher nicht? Oder... #00:04:21-3#

B: Mhm (...). Also (...) soll ich das hier aufschreiben? Nein, das ist Ergänzung. #00:04:32-0#

I: Wenn noch etwas fehlt. #00:04:32-7#

B: Die drei Sachen. #00:04:35-7#

I: Mhm (bejahend). Einmal benennen bitte! #00:04:38-3#

B: Ach so. Mein Privatleben, meine Musikhochschule und meine Gesundheit. #00:04:41-9#

I: Aha (bejahend). Warum? #00:04:42-6#

B: (...) Mein Privatleben, weil das gerade viel mehr zum Tragen kommt als sonst. (...) Ich hab aufgehört zu arbeiten, weil ich endlich mal ein Bisschen mehr Freizeit haben wollte. Ich hab letztes Jahr genug gearbeitet, um dann aufhören zu können für drei Monate, deswegen hab ich hier endlich mal Ressourcen. #00:05:05-9#

I: Super. #00:05:06-4#

B: Dann meine Musikhochschule, (...) weil ich halt hier noch mich engagiere, also normalerweise bin ich hier eigentlich gar nicht mehr, deswegen ist auch mein Schulmusikstudium raus, obwohl ich freiwillig an Seminaren teilnehme, aber das ist eigentlich nicht mehr mein Fokus und aber, weil ich hier noch nicht so richtig weg will, ist das hier noch und, also mein Musikhochschule. Und meine Gesundheit, weil dadurch, dass ich halt auch mehr Fokus auf mein Privatleben hab, ist die Gesundheit gleichzeitig da mit drin. Also meistens, wenn man in so einen Strudel reingerät, dann vernachlässigt man das. Und ich hab aber, als ich letztes Jahr fertig war mit meinem Bachelor, danach musste ich echt auf meine Gesundheit achten so. Also ich hatte da ziemlich viel, meine Ressourcen waren dann so aufgebraucht und dann musste ich auftanken quasi. #00:06:02-1#

I: Warum waren die aufgebraucht? #00:06:04-5#

B: Weil es (...), weil ich da ungefähr ein Jahr lang alles auf einmal eingeholt hab, was ich bis dahin nicht gemacht hab. Also, ich hab während meines Studiums immer wieder, und das höre ich auch von ganz vielen anderen, zwar Seminare gemacht, aber die Endleistung nicht erbracht, wodurch ich sozusagen über die ganzen Jahre immer so ein paar Leichen im Keller hatte zum einen, wo ich immer, was einen so stresst, also kopflich belastet hat, weil man immer dachte, ich muss da nochmal hin und fragen und so langsam ist es wirklich peinlich und so. Und gleichzeitig musste ich dann Kurse auch einfach nochmal machen oder wollte dem so aus dem Weg gehen. Und dann hatte ich halt in dem letzten Jahr, wo ich dann wusste, okay, ich bin jetzt für den Master angemeldet und muss gleichzeitig meinen Bachelor, da MUSSTE ich dann wirklich einfach. Und da hab ich Modul 4, Modul 5 hab ich alles hintereinander, alle Modulabschlüsse gemacht. Wenn ich die eine Arbeit fertig hatte, hab ich die nächste angefangen, was dann in der Bachelorarbeit gemündet hat. Also als ich die Bachelor angefangen habe, die Arbeit, da hat ich eigentlich schon das Gefühl, okay, ich müsste jetzt erstmal in den Urlaub fahren, aber (...) naja, dann hab ich das erst danach gemacht und dann war es halt schon ziemlich kritisch am Ende. Also, Club Mate ist ein nettes Getränk, aber manchmal braucht man auch einfach Schlaf und sollte darauf achten. #00:07:21-1#

I: Ja (Lachen) Wir haben vorhin über Ihr derzeitiges Befinden gesprochen. Wo ordnen Sie dazu Ihr Schulmusikstudium ein? #00:07:33-3#

B: Da. Auf jeden Fall. #00:07:37-9#

I: Können Sie das näher beschreiben? #00:07:39-4#

B: Also, ich habe es jetzt zu dem Bild mit dem Zurücklehnen geschoben, weil ich mein Schulmusikstudium beendet habe und (...) da mein Schnitt auch ziemlich gut ist so. Also, d. h. ich habe da sogar jetzt so vorgearbeitet, dass ich von meinen Erwartungen, was ich am Ende vielleicht gerne für einen Abschluss hätte, an der HU sogar noch ein Bisschen Spielraum habe und da jetzt nicht total den Druck hab oder in Ewi halt. #00:08:06-7#

I: Und im Rückblick? Hätten Sie es da auch eingeordnet? Also wenn Sie jetzt immer noch mitten drin wären? #00:08:14-2#

B: Ja. Ist jetzt schwierig zu sagen. (...) Das ist wirklich semesterabhängig, glaube ich. Aber die Tendenz lag eher bei dem Hände-überm-Kopf-zusammenschlagen. #00:08:30-2#

I: Mhm (bejahend). Weil? #00:08:32-6#

B: Weil es sehr viel Anforderung war. Also, es war, es hat sehr viel Kraft und Energie gekostet und es war teilweise auch wirklich eine Überforderung, also ich habe es teilweise wirklich als Überforderung wahrgenommen. #00:08:45-3#

I: Mhm (bejahend). Können Sie da noch ein Bisschen näher drauf eingehen? Oder? #00:08:50-7#

B: Ja. (...) Wie ich halt vorhin schon sagte, also, dadurch dass ich auch in den Gremien bin und so, kriege ich das, also ich hab da ja auch viel dran gearbeitet, eben weil ich das an mir selbst erfahren hab, um das irgendwie für die nächsten Studenten besser zu machen. Dass ich halt das Gefühl hab, dass es zu unstrukturiert ist. Also die Dozenten wussten vor zwei Jahren, mittlerweile hat sich das wirklich gebessert, nicht, wie viele andere Module wir noch studieren müssten und was wir da machen, was von uns erwartet wird, welchen, also auf der Leiste von wichtig oder unwichtig, wo ihr Fach irgendwie platziert wird und es ist generell schon ein Problem, auch in der Schule, selbst wenn die Lehrer wissen, die haben heute noch sieben andere Stunden, findet der Mathelehrer Mathe am wichtigsten und der Deutschlehrer Deutsch am wichtigsten. Aber ich fand das hier noch krasser, also da wirklich (...), ja, dass halt die Klavierlehrerin gedacht hat, man studiert Klavier Hauptfach und Theorielehrer gedacht hat, man hat nichts besseres zu tun, als den ganzen Tag zu arrangieren oder so. Also so hab ich das ganz oft erfahren. #00:09:56-9#

I: Mhm (bejahend). Und wie empfinden Sie Ihr Schulmusikstudium im Vergleich zu anderen Fächern, die Sie studieren?

B: Also, naja, von der Belastung her ist es auf jeden Fall, ähm, beansprucht es mehr. Ist ja aber auch irgendwie logisch, weil es das Hauptfach ist. (...) Aber wiederum an der HU gibt es einfach einen optimalen Studienverlaufsplan, den gab es von vornerein und äh, da wurde gesagt, wenn man im ersten Semester die zwei Kurse und im zweiten Semester das und das und das, dann kommt man da locker durch, so. Und wenn man wenigstens so ne Orientierung hat, ähm, hilft das schon und ähm. Das war auch eher ein so geschlossener Kreis dort. Die Dozenten wissen sehr wohl dort, was für andere Sachen man noch innerhalb der Grundschulpädagogik, also das ist mein Nebenfach, studiert. #00:10:07-7#

Aber gleichzeitig ist es bis hier natürlich viel, äh, herausfordernder auch. Also das andere fand ich teilweise auch, also ich find das, es hat nicht nur schlechte Sachen, dass es hier so ist. Sondern weckt dieses Chaos auch Kreativität. Und diese Monotonie da in der Grundschulpädagogik, ähm, das führt auch so ein bisschen zu sehr starren, ähm, wie sagt man, Kategorien, ja, halt Selbstbildern oder wie auch immer. #00:10:54-5#

I: Sie haben jetzt einiges über Belastungen im Schulmusikstudium berichtet, was haben Sie für Strategien, um Belastungen oder Stress zu bewältigen? #00:11:34-0#

B: (...) Mh, also habe ich auch schon viel dazugelernt, zum Glück. Da ich ja selber Schulmusik oder Lehramt studiere, kriegt man dann mit, wie man das für die Schüler ermöglichen sollte. Also zwischendurch hatte ich oft Sport zwischendurch, auf jeden Fall, als Stressreduktion. Ähm. #00:11:44-6#

Bewusste Auszeiten mir nehmen. Mh (...), was habe ich noch gemacht. Also mittlerweile, aber das habe ich nicht von Anfang an gemacht, so einen Überblick schaffen. Also das war schon immer mein Traum, so ein Kalenderding zu machen. Aber das habe ich wirklich noch nie hingekriegt. (...) Mh, was habe ich noch gemacht. Also die

Sache einfach angehen. (...) Aber teilweise halt auch Ignoranz einfach, also Aufschieben. Sowohl das eine als das andere, ein bisschen. Ja, mehr fällt mir gerade nicht ein. #00:12:10-5#

I: Wenn man so einen Erste-Hilfe-Koffer für Schulmusikstudenten voll machen müsste, was müsste dann hier noch rein? #00:12:59-7#

B: (...) Also aus meiner Sicht natürlich der Studienverlaufsplan, der optimale. Als Orientierung. Mh, dann (...) Hilfe von außen. Das heißt irgendwie ne Unterstützung, also zum Beispiel habe ich das, als ich in Holland studiert habe, da musste man im dritten Semester oder im vierten zu so einer Beraterin sozusagen und musste mit ihr darüber reden, wie der Stand des Studium ist, wie man sich fühlt und so weiter. Und erst dann durfte man weiter studieren. Also es war nicht relevant, also man musste ihr nicht zeigen, ich hab schon soviel geschafft, um weiter zu kommen. Aber man musste dieses Gespräch führen. Und ich glaub da gab es dann auch Konsequenzen. Dass mit ihr Absprachen getroffen wurden, wie es weiter geht oder so. Und das finde ich fehlt hier SEHR. Also das wäre, das brauchen glaube ich viele Studenten. Und also ich merke das halt, dass viele Leute auf mich zukommen im Fachschaftsrat, also zu den Studierenden. Ähm, aber selbst das trauen sich nicht alle. Also diese Freiwilligkeit ist (...), ist witzlos. Das macht einfach keiner. Weil das ist so eine Hürde, so eine Bloßstellung vor sich selbst einfach auch, glaube ich, dass es sehr gut wäre, wenn das von außen einfach kommen würde. Oder WENIGSTENS einen Vertrauenslehrer oder Vertrauensdozenten oder so. Wobei es ja die Studienberatung gibt, aber ich glaube das nehmen viele nicht so wahr, dass sie auch spezifisch was zu dem Studiengang sagen kann. Weiß ich nicht, ob sie das überhaupt kann. #00:13:06-3#

B: Und (...), ähm, dann (...) was muss da noch rein? (...) Ähm (...) Ja, auf jeden Fall auch ne Anleitung, was die Prüfungsanforderungen sind. Das wissen ganz viele nicht. Und eine Einheitlichkeit an der Uni. Das fehlt da, also es ist auch mittlerweile schon ein bisschen besser geworden. Aber dass Studenten einfach wissen, bis dahin muss ich das und das einreichen. Wenn ich das nicht mache, hat das die Konsequenzen. Und (...), genau. Weil ganz viele, die machen lieber nichts, weil sie einfach nicht wissen, wenn ich jetzt zu nem Dozenten gehe und den frage, dann verrate ich mich vielleicht und sonst hätte ich mich da leicht raus schleichen können oder so. #00:14:58-4#

B: Und dann wäre es noch ganz gut, wenn es für die Musik (...) naja, für die Pädagogik nicht, aber so (...) Also es gibt für die Musikwissenschaft ein ganz bekanntes Buch von einer Frau mit einem Doppelnamen über wissenschaftliches Arbeiten. Und ich weiß nicht, ob das auch gleichzeitig gültig ist für alle anderen Fächer. Aber es gibt auch in der Musikwissenschaft auf der Homepage so ne Anleitung, wie man ne Hausarbeit schreiben muss. Und das muss noch mehr in den Fokus gerückt werden, weil man hat zwar am Anfang diese Einführung in die Musikwissenschaft. Aber es muss eine Einführung in musikwissenschaftliches Arbeiten detaillierter geben. Weil wir SEHR VIEL Hausarbeiten schreiben müssen und ich habe mich da SEHR oft allein gelassen gefühlt. Und gerade bei der ersten Hausarbeit. Also die erste Hausarbeit, die ich geschrieben habe, da habe ich gleich ne schlechte Note gekriegt und danach hatte ich immer Angst davor. Und (...), aber einfach weil im ersten Semester hat glaube ich niemand gedacht, dass wir gleich so ne große Arbeit schreiben müssen. DESWEGEN. Und DANACH kam das dann auch öfter mal, dass es dann auch noch mal angesprochen wurde oder so. Und wir müssen aber auch in Ewi diese Hausarbeit schreiben. Ja. #00:16:06-7#

I: Was sagen Sie denn dazu? #00:17:30-6#

B: Musikunterricht macht mich krank? (...) Was ist Musikunterricht? Also welcher ist hier gemeint? #00:17:32-2#

I: In der Schule. #00:17:42-1#

B: In der Schule (...) Aus meiner Perspektive? Ok. (...) Ja, schade. Erst mal so (Lachen) Also das so, wenn jemand so ne Meinung hat. Also es geht MIR auf keinen Fall so. Ging mir auch nie so. Ich hatte teilweise aber auch sehr langweiligen Unterricht, Musikunterricht, ich hab da immer andere Sachen gemacht. Mh, also ich würde als Lehrer, das ist mein Ziel, um dem auch ein bisschen entgegenzuwirken, also ich hab schon auch ein Fokus so auf, ich interessiere mich sehr für Musiktherapie und die Wirkung von Musik. Und ich bin auch sehr für Handlungsorientierten Musikunterricht und dass man eben gerade dieses, diesen Flow, dieses Gefühl, was Musiker kennen, weshalb sie die Musik auch so lieben, dass man das wenigstens auch im Kleinformaat auch den Schülern mitgeben kann und dass sie dadurch einfach merken, dass Musik auch ne Kraft hat. Und das WISSEN die ja auch eigentlich alle. Ich glaub, jeder Schüler hört bestimmte Stimmungsmusik in bestimmten Lebenslagen und der Musikunterricht ist immer was anderes teilweise dann vielleicht. Ich weiß nicht, ob es dann tatsächlich

so ist. Aber es ist, kann dann sichtbar werden. Wenn man das als These nimmt. Also ich würde auf jeden Fall dagegen arbeiten wollen als Lehrerin. #00:17:43-4#

I: Bitte malen Sie eine Kurve, wie sich die Stressbelastung Ihrer Meinung nach entwickelt. #00:19:21-6#

B: (Lachen) (...) Das ist eine schwierige Frage (...) Also (...) #00:19:29-4#

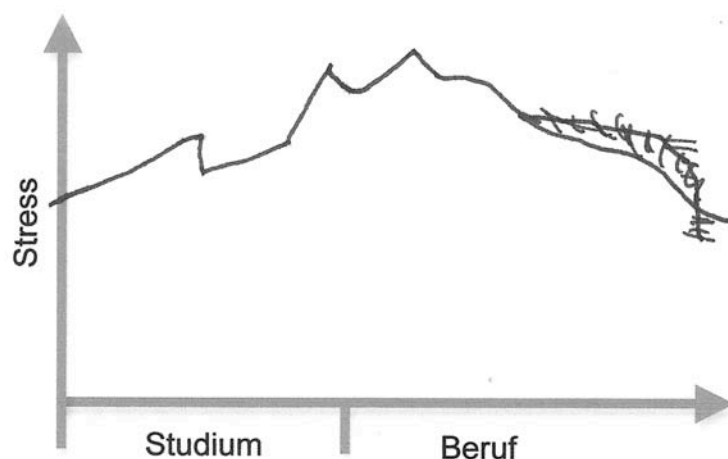
I: Vielleicht können Sie es dabei noch kommentieren. #00:19:58-0#

B: Ja, ich könnte hier verschiedene Sachen rein malen. (Lachen) Einmal so rückblickend auf mein Studium war das eher so. Also eigentlich war es nie wirklich unten, weil am Anfang des Studiums hat man ja mega Stress eigentlich. Da muss man erstmal klarkommen mit der Universität und so, also fängt es eigentlich schon hoch an. Und dann hat sich das so gesteigert bis zum (...) 5. Semester, ICH habe da ne Auszeit genommen und war im Ausland, aber ich soll ja jetzt nicht meine Kurve machen, oder? #00:20:00-1#

I: Ja, doch. #00:20:42-9#

Befragter: Ok. Dann war es zwischendurch so ein bisschen so vielleicht. Weil ich mir da aber bewusst gesagt hab, so jetzt muss ich hier mal raus, sonst krieg ich die Krise. Und dann war es so ein bisschen so und dann kam Bachelorarbeit und so und dieser Abschluss (...) (Lachen) Ich bin schon ganz schön weit oben. Und dann, jetzt gehts gerade, aber so richtig irgendwie, man denkt, irgendwann wird es weniger, aber es wird nie weniger. Und dann Beruf, wird auch anstrengend am Anfang, Referendariat (...) Ja und dann wird es wahrscheinlich so ein BISSCHEN weniger, also so ganz langsam, ach so, ich hab hier angefangen. Na es wird schon noch da drunter irgendwann mal sein (...) Vielleicht so. Aber so richtig tief wird es NIE sein, weil ich nicht so ein Mensch bin. Also ich werde mir immer, selbst wenn ich ne halbe Stelle habe, werde ich trotzdem ein hohes Stresslevel haben, weil ich mir dann noch 10 AGs dazu nehme und noch den Vorsitz im (...), irgend nen Vorsitz in irgend nem Gremium oder keine Ahnung. Also ich glaube nicht, dass ich mal irgendwo unten landen werde. (...) Oh, ganz schön trist (Lachen) #00:20:43-7#

I: (Lachen) Ok. Vielen Dank! #00:22:08-4#



Schulmusikstudierendeninterview 6**Datum:** 29.01.2013

I: Welche der Karten entspricht eher Ihrer momentanen Stimmung? #00:00:15-5#

B: Die! #00:00:17-4#

I: Mhm. (zustimmend) Warum? #00:00:20-1#

B: Ja, weil ich mir keinen Stress mache einfach. Soll ich noch was dazu sagen? #00:00:26-6#

I: Generell kein Stress, oder...? #00:00:29-3#

B: Nee, ich hab nur die ersten zwei Semester mir Stress gemacht und jetzt ist vorbei. Macht keinen Sinn, habe ich festgestellt. #00:00:42-2#

I: Wie beschreiben Sie diese Stimmung? #00:00:46-1#

B: Ja, entspannt halt. #00:00:54-4#

I: Woher kommt dieses Befinden? Können Sie das auch nochmal näher beschreiben? #00:00:59-7#

B: Dass ich mir keinen Stress mache also, ja? Ja, weil ich gemerkt hab, das macht keinen Sinn. Also man schafft so viel, wie man schafft und wenn man nicht mehr schafft, hat man Pech. Dann fällt man halt durch. (...) #00:01:19-6#

I: Welche dieser Bereiche spielen für Ihr momentanes Empfinden eine wichtige Rolle? Wenn was fehlt, können Sie das gerne noch ergänzen. #00:01:31-5#

B: Ich darf nur eins wählen, ja? #00:01:33-0#

I: Nein, welche von diesen Bereichen sind dafür jetzt wichtig? #00:01:39-5#

B: Wo ist denn da der Unterschied? Schulmusikstudium und... #00:01:43-8#

I: Das ist einmal das Studium selbst und die Institution der Musikhochschule mit allem organisatorischen etc. Und da geht's direkt, wie sie studieren #00:01:53-8#

B: So, das interessiert mich nicht. Das interessiert mich alles. #00:01:58-4#

I: Also können Sie das nochmal wiederholen und sagen, warum das dafür eine Rolle spielt? #00:02:00-5#

B: Ja, mein Schulmusikstudium, weil ich ja irgendwie Geld verdienen muss und irgendwas machen muss, was mir Spaß im Leben macht. Meine Gesundheit, weil man immer gesund sein möchte. Aber ich bin eigentlich immer gesund, aber wer weiß? Das kann sich ja ganz schnell ändern. Und mein Privatleben: Ja, weil ich ja nicht nur hier Schulmusik machen kann. Ich muss ja auch irgendwas privat machen. #00:02:25-8#

I: Und das, sozusagen, ist auch alles ein Einfluss, warum Sie jetzt so entspannt sind momentan? #00:02:32-8#

B: Durch diese Dinger? #00:02:34-1#

I: Ja? #00:02:40-3#

B: Eigentlich nur dadurch bin ich entspannt. #00:02:43-1#

I: Durchs Schulmusikstudium. #00:02:44-5#

B: Ja, eigentlich nur dadurch, ja. #00:02:46-2#

I: Okay. (...) So. Wir haben ja vorhin über Ihr derzeitiges Befinden gesprochen. Wo ordnen Sie dazu Ihr Schulmusikstudium ein? #00:03:09-2#

B: Über mein momentanes Befinden? Ach so, ja, da. #00:03:12-5#

I: Mhm (zustimmend). Ruhig hinschieben. #00:03:15-8#

B: Dann "entspannt sein". #00:03:17-3#

I: Mhm (zustimmend). Und was genau, können Sie darauf nochmal kurz eingehen, ist so entspannend? #00:03:26-2#

B: Ja, das ausgleicht zu allem eigentlich. Zu dem Zweitfach, Mathe, zum Privatleben, zu allem einfach. #00:03:41-9#

I: Und wie empfinden Sie Ihr Schulmusikstudium zu anderen Fächern? Haben Sie eben gerade ja schon angedeutet. Können Sie das vergleichen? #00:03:48-6#

B: Hm, ja, es ist viel entspannter einfach. Ja, also man hat halt auch ganz viele Vorerfahrungen, so dass man im Studium selbst an sich nicht mehr so viel reinstecken muss. Also man kann, ja, aber man muss nicht unbedingt. Und das Zweitfach ist halt viel mehr... Man sitzt halt die ganze Zeit und macht nichts. Rechnet halt, ja, mit Kopf halt. #00:04:19-2#

I: Also wo ist da jetzt genau der Unterschied? Sie haben das ja schon angedeutet. Also zwischen Schulmusikstudium und Ihrem anderen Fach? #00:04:27-1#

B: Mein anderes Fach muss ich echt, also muss ich mich echt anstrengen bei dem anderen. Und bei dem Schulmusik ist eigentlich Spaß, mehr Spaß. Bei dem anderen, ich glaube, das wird auch Spaß machen, aber erst, wenn ich fertig bin. Das Studium an sich, glaub ich, nicht so. #00:04:43-3#

I: Okay. (...) Ähm, haben Sie bestimmte Strategien, um Belastungen oder Stress zu bewältigen? #00:05:00-7#

B: Ja, Sport, aber eigentlich auch nur Schwimmen. Laufen bringt bei mir nichts. Und Musik. Also Musikhören auch, aber selber Musik auch machen. #00:05:15-9#

I: Wenn man so einen Erste-Hilfe-Koffer für Schulmusikstudenten vollmachen müsste, was müsste dann hier rein? #00:05:28-2#

B: Damit sie nicht in Stress verfallen? Ach so. Zeitmanagement. (...) Ich weiß nicht, was da rein sollte, ehrlich gesagt. #00:05:47-2#

I: Was hat Ihnen denn geholfen, wenn Sie sagen, es ist jetzt so entspannt. Was können Sie da für einen Tipp sozusagen weitergeben? #00:05:53-6#

B: Dass ich immer geübt habe, dass man nicht irgendwie in Stress kommt mit den Lehrern. Also dass man auch was dafür tut. Aber das kann man ja nicht reinfüllen, deswegen... #00:06:02-8#

I: Naja, ist ja ein Tipp. (...) #00:06:12-4#

B: Na viel mit anderen Kommilitonen. Wenn man irgendwas nicht selber bewältigen kann, dass man sich mit denen dann zusammensetzt. Mehr weiß ich nicht. #00:06:31-6#

I: Was sagen Sie denn dazu? #00:06:37-3#

B: Ja, das kann stimmen für Leute, die nicht Musik mögen, also nicht gern unterrichten. Oder für solche, die sich da zu sehr hineinsteigern in den Musik... Also, die immer alles perfekt haben wollen vielleicht. Oder durch den Lärm. Vielleicht sind sie der Lärmbelastung nicht gewachsen, die Menschen. #00:07:11-7#

I: Und wie schätzen Sie sich da so ein, wenn Sie den Satz sehen? #00:07:15-0#

B: Ähm, mich kann das nicht krank machen, meiner Meinung nach. Selbst Lärmbelastung, glaub ich, wird da... Also mich macht das auf keinen Fall krank. Aber wird man ja sehen, ob man Burnout kriegt. Aber ich glaub nicht. #00:07:35-4#

I: War gleich eine gute Überleitung. Bitte malen Sie eine Kurve, wie sich die Stressbelastung Ihrer Meinung nach entwickelt und kommentieren das bitte. (...) #00:08:00-1#

B: Zum Beruf gehört auch schon das Referendariat oder gehört es noch zum Studium? #00:08:04-0#

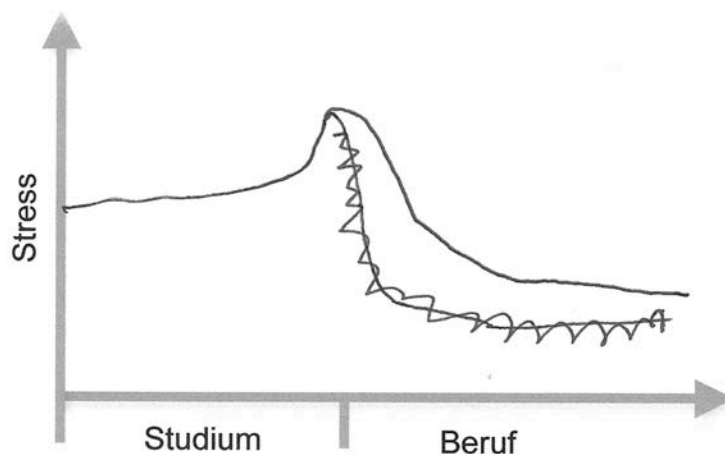
I: Das ist, genau, sozusagen der Übergang hier. (...) #00:08:16-2#

B: So, also ich habe ziemlich hoch angefangen. Über der Hälfte sogar beim Stress und dann bleibt das eigentlich so und steigt ein ganz wenig an. Dann, wenn dieses Referendariat kommt, wird das, glaube ich, ganz viel und danach... Ja, hab ich ein bisschen hier falsch gemalt. Danach müsste es so allmählich absteigen. Man sammelt ja seine Sachen zusammen und dann wird das, glaub ich, nicht mehr so stressig sein. #00:08:55-9#

I: Okay. Gut, das wars schon. #00:09:02-3#

B: Das wars schon? #00:09:03-0#

I: Ja. Danke! #00:10:01-1#



Schulmusikstudierendeninterview 7

Datum: 30.01.2013

I: Welche der Karten entspricht eher ihrer momentanen Stimmung? #00:00:11-0#

B: Momentan diese Karte. #00:00:14-8#

I: Mhm, wie beschreiben sie diese Stimmung? #00:00:16-6#

B: Eh, sieht sehr gestresst aus, und das man überhaupt nicht mehr weiß, wie es gerade weiter gehen soll, das man doch ziemlich, in einer ziemlich schlechten Lage ist und alles zu viel wird. So würde ich es beschreiben. #00:00:31-5#

I: Woher meinen sie kommt dieses Befinden? #00:00:33-5#

B: Jetzt von mir aus gesehen, bei mir ist grad einfach viel zu viel auf einen Haufen was kommt, also das Studium ist grad extrem anstrengend, was ich im Bachelor nie Probleme hatte, im Master ist es jetzt ganz plötzlich ganz schlimm geworden, und ich manchmal nicht mehr weiß, neben der Arbeit und Studium nebenher, wie soll ich das alles unter einen Hut bekommen, wann soll ich lernen, wann soll ich zur Ruhe kommen, manchmal weiß ich nicht mehr, wann ich Mittag essen soll, und deswegen ist es grad einfach einfach nur zu viel, was einem zugemutet wird. #00:01:04-6#

I: Mhm (...) Welche dieser Bereiche spielen für ihr momentanes Befinden eine Rolle? Und wenn was fehlt, können sie das gerne ergänzen. #00:01:17-8#

B: Hmm (...) #00:01:29-5#

eigentlich will ich fast sagen, mein Privatleben (..) kommt einfach viel zu kurz, ist halt so mein Befinden und ich glaub, dass macht ziemlich viel aus. Meine Gesundheit merk ich allerdings auch, weil ich plötzlich merke, dass ich komplett verspannt bin und nur noch Kopfschmerzen hab jeden Tag (...) #00:01:49-7#

Ja, Schulmusikstudium würde ich momentan eher rausnehmen, weil ich kaum noch hier bin und hier irgendwas studiere, was wirklich mit Schulmusik zu tun hat, deswegen ist es eher weniger, da find ichs eigentlich schade, dass ich weniger hier bin, denn das hat mich immer sehr motiviert, doch im Studium mitzumachen und hat mich sehr ausgeglichen, aber das ist, fällt grad komplett weg, Ja, dann eben Privatleben, Gesundheit, ich würde auch sonst weiter nichts sagen. #00:02:11-9#

I: Wir haben ja vorhin über ihr derzeitiges Befinden gesprochen, wo ordnen sie dazu ihr Schulmusikstudium ein, wenn sie das hier hinschieben müssten? #00:02:32-9#

B: Das Schulmusikstudium würde ich eher hier hin schieben, zur entspannten, zum entspannten Bild, weils einfach sehr ausgleichend ist und das Schulmusikstudium an sich auch wesentlich entspannter danach ist, das man halt nicht nur dasitzt und lernen muss und nur Theorie hat, sondern halt ziemlich viel Praxis und das ist einfach wesentlich entspannter. Der Praxisbezug ist einfach vielmehr da #00:02:52-8#

I: Mhm, das würden sie sagen, das ist entspannt im Schulmusikstudium, was sie jetzt gesagt haben? #00:02:57-5#

B: Ja auf jeden Fall #00:02:58-3#

(...) I: und wie empfinden sie ihr Schulmusikstudium im Vergleich zu anderen Fächern? Haben sie ja schon angedeutet. #00:03:06-4#

B: Em, #00:03:07-5#

I: Anderen Studienfächern? #00:03:08-9#

B: Die anderen Studienfächer sind sehr theorielastig, man sitzt halt meistens jedes Seminar da, hört dem Dozenten zu, muss Referate ausarbeiten, man hat halt kaum Praxisbezug, man kriegt immer nur gesagt, so muss es sein und so soll das sollte man achten, während man beim Schulmusikstudium wirklich auch mal den Praxisbezug hat, man macht was mit der Gruppe, man kommt auch wirklich in Kontakt mit Leuten, man ist wirklich aktiv dabei, und das macht auch einfach vielmehr Spaß und ist halt ne sehr gute Abwechslung zu dem was man halt sonst in den anderen Studienfächern hat. #00:03:39-3#

I: Was sind die anderen Studienfächer? #00:03:39-4#

B: ich hab Grundschulpädagogik noch, was an sich jetze auch nicht so ein reines Lernfach ist, aber es fehlt halt komplett der Praxisbezug und das zieht das ganze einfach sehr sehr stark runter. Genauso die Erziehungswissenschaften, ganz genauso, und was ich noch dazu sagen muss ist, dass dieses ganz rein theorielastige macht einem doch sehr viel Angst vor dem Beruf dann später, man kriegt das Gefühl, worauf man achten muss und das schafft man gar nicht, was ich im Schulmusikstudium wiederum überhaupt nicht fühle. #00:04:09-2#

Hier wird man eigentlich eher so gesagt, ja man kann das sehr gut, man soll das machen und wenn man dann wirklich in der Schule ist, merkt man das dann auch, das es doch sehr gut einfach geht was einem die anderen Fächer dann halt doch sehr kaputt machen vom Gefühl her #00:04:22-3#

I: Mhm (...) So, Sie haben jetzt einiges über Belastung berichtet, was haben sie denn für Strategien um Belastungen oder Stress zu bewältigen? #00:04:35-2#

B: (...) mh, also hauptsächlich versuche ich mich sehr viel in meiner Freizeit mit andern Sachen abzulenken, ne Zeit lang habe ich regelmäßig Sport gemacht, um halt was komplett anderes zu machen, was nichts mit meinem Studium zu tun hat, was mich auch sehr entlastet ist meine Arbeit, die ich nebenbei hab, also ich arbeite in der Bibliothek und das ist einfach man hat die Ruhe, dort vor Ort, man kann in seinem eigenen Tempo arbeiten, man kriegt nicht den Druck, zusagen, du musst jetzt so und soviel schaffen in der Zeit, dis ist auch sehr entspannt, und ich schreib über sehr viel auf, was ich gerade denke und was mich bedrückt und was mich belastet und das ist auch sehr befreiend einfach. (.) #00:05:18-9#

Und rede mit Freunden ganz viel drüber und was ich auch im Bachelor gemerkt hab, was sehr entlastend war, einfach, dass man nicht alleine irgendwie dastand, man war gerade im Schulmusikstudium immer so ne feste Gruppe, die zusammen war, die zusammen die Seminare hatte, und man hat das so zusammen einfach gemacht, und das war auch sehr gut, was ich wiederum in den anderen Fächern halt nicht habe, #00:05:41-1#

man ist da jedes Mal mit anderen Leuten zusammen, man ist eine Person von ganz vielen, und ähm, das ist einfach nicht so ne Gemeinschaft und dadurch steht auch jeder für sich alleine da. #00:05:51-2#

I: Mhm (...) Wenn man so einen Ersthilfekoffer für Schulmusikstudenten vollmachen müsste, was müsste dann hier rein? Was meinen sie? #00:06:08-1#

B: (Lachen) Hm (...) Viel Freiraum für Kreativität müsste da rein (...) hm, viel (...) Möglichkeiten, sich dort zu entfalten, wo seine Stärken liegen, (...) Ja, (...) und ganz viel gute Laune von den Dozenten aus. (Lachen) Was man ja doch häufig auch hat. Ja, würd ich so sagen spontan. #00:06:39-9#

B: Was sagen sie denn dazu? #00:06:48-8#

I: Dem würde ich ähm, spontan von meiner jetzigen Unterrichtserfahrung nicht zustimmen, weil Musikunterricht doch was komplett anderes ist als alle anderen Fächer, weil doch auch mehr Praxis halt drin ist und es einfach Spaß macht, dann auch zu sehn, dass es den Kindern Spaß macht mal was anderes zu machen, als nur dazusitzen und aufzuschreiben und zuzuhören, oder irgendwas auf ja zu schreiben halt, zu lesen und das ist wiederum sehr motivierend für, als Person, für mich selber dann auch zu sehen, dass man das Vermitteln kann, den Spaß (...) und (...) wenn man oft hört so, diese Lärmbelastung, Lärm, ja das dis einfach zu viel für einen wird, könnte ich jetzt, konnte ich jetzt selber für mich noch nicht sagen, #00:07:30-8#

Wobei ich selbst auch schon mit lauten Instrumenten selber musiziert habe, mit den Kindern und ich fand das bisher immer sehr, sehr schön. #00:07:38-3#

Ich würd dem auf jeden Fall nicht zustimmen! #00:07:41-5#

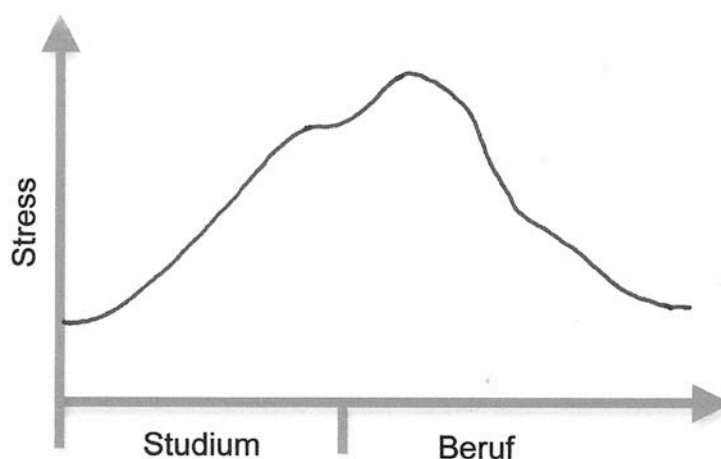
I: Meinen Sie, das könnte jemand sagen? #00:07:45-5#

B: Ich könnte mir vorstellen, dass es jemand sagt, der Fachfremd unterrichtet, aber nicht jemand, der es wirklich studiert hat, denn man hat sichs ja doch freiwillig ausgesucht und ich glaub nicht, dass jemand das machen möchte, wenn er weiß, das würde mich, es würde einen selber krank machen, dann hat man definitiv das falsche Fach gewählt, würde ich sagen. #00:08:05-9#

I: Mhm (...) Bitte malen sie eine Kurve wie sich die Stressbelastung ihrer Meinung nach entwickelt! Und kommentieren das bitte! #00:08:17-8#

B: Hmm Ok, (...) Studium an sich (...) ist jetzt für mich gegen Ende hin, wirds immer stressiger. Im Beruf würd ich sagen, naja, erst mal das Referendariat denk ich, wird das schon noch extrem stressig, aber wenn man dann fertig ausgebildet ist, glaub ich wirds wesentlich entspannter, so dass man doch letztendlich wieder am Ende rauskommt, wo man angefangen hat, wenn man erst mal so nen bisschen Erfahrung gemacht hat und sich reingefunden hat, die ersten Unterrichte selbst geplant hat und man kann letztendlich wieder auf das zurückgreifen, was man ja schon mal gemacht hat irgendwann, wenn die Klasse drauf anspricht, (...) Ja, ich glaub aber eher während der Ausbildungszeit ist es halt noch sehr viel Stress, weil man doch sehr viel unter einen Hut bringen muss, einerseits die Praxis, das Vorbereiten und dann (...) ja, noch die ganze Ausbildung letztendlich an sich. Aber mit der Laufe der Zeit, mit Laufe der Erfahrung, wirds definitiv einfacher. #00:09:23-1#

I: Ok, bedanke ich mich, super! #00:09:27-9#



Schulmusikstudierendeninterview 8**Datum:** 30.01.2013

I: Welche der Karten entspricht eher ihrer momentanen Stimmung? #00:00:10-6#

B: (lacht) (...) Wenn ich heute denke, dann die. Das kann aber heute Abend aber auch schon wieder nicht sein. Also ich würde die sagen, ja. #00:00:27-7#

I: Wie beschreiben sie diese Stimmung? #00:00:27-7#

B: Na, ich hab, gerade das Gefühl, heut schon viel geschafft zu haben, und für mich auch wohl, weil ich gut vorbereitet war und das gemacht hab, was ich mir vorgenommen hab für heute bisher. Und immer wenn das halt so ist, dass ich gut vorbereitet bin und das so umsetzen kann, dann fühl ich mich so entspannt hinterher und dann bin ich eigentlich auch so entspannt, dass ich aus der Entspannung schon wieder Kraft schöpfen kann, für das was dann morgen ansteht (lacht), also für die neue Aufgabe. Also es ist sehr selten, dass ich so verzweifelt bin, wie die Dame auf dem anderen Foto. (lacht) #00:01:09-3#

I: Mhm, also das wäre jetzt auch generell nicht nur heute sondern generell ihre Stimmung? #00:01:14-2#

B: Ja, aber es, ..ja, ja eigentlich schon, hauptsächlich, genau, obwohl ich nicht die Füße auf den Tisch tue (lacht), nein, das ist schon hauptsächlich eher so ne alles wird gut. #00:01:26-5#

I: Mhm (...) Welche dieser Bereiche spielen für ihr momentanes Befinden eine Rolle, und falls ein Bereich fehlt, können sie noch eine Karte ergänzen. #00:01:40-7#

B: Muss ich jetzt, ein drauf..., also muss ich jetzt ein auswählen, kann ich auch mehrere auswählen #00:01:45-7#

i: Mehrere! #00:01:46-4#

B: (...) Ähm, das ist schwierig, ähm, also einmal das natürlich, also das spielt ne Rolle, mein Musikschul, mein Schulmusikstudium füllt mich aus, mein Privatleben und dann noch die Arbeit. Und das sind die drei wesentlichen Säulen. Und das andere, Musikhochschule hab ich gerade nicht so viel zu tun, im Master ist ja das doch denn sehr reduziert und Gesundheit ist Ok. #00:02:22-1#

I: Mhm, können sie das noch mal ein bisschen genauer erläutern? #00:02:25-1#

B: Warum das eine Rolle spielt, für mein derzeitiges Befinden? #00:02:29-6#

I: Genau! #00:02:29-6#

B: Na zum einen, wie ich eben schon sagte, hab ich in diesem Semester fürs Schulmusikstudium bisher alles geschafft, was ich mir vorgenommen habe, das ist auch absehbar, dass das weiter so bleiben wird, bis zum Semesterende und das nimmt viel Zeit in Anspruch, viel Kraft aber macht auch viel Spaß und viel Freude und ich lerne viel. Privatleben ist soweit wie es eigentlich immer ist, also es geht hoch und es geht runter (lacht), also wir haben manchmal viel Chaos zu hause, manchmal ist es sehr, sehr schön und gemütlich und ausgeglichen, manchmal ist sehr lustig, manchmal ist es sehr laut, aber es hält sich die Waage, ist halt sehr ausbalanciert und in der Schule, wo ich drei Tage die Woche bin, fühl ich mich sehr wohl, ich hab aufgeschlossene und freundliche Mentoren, Kolleginnen und Kollegen, hab wunderbare Schüler, die gerne zu mir kommen, offensichtlich und denke, dass ich jetzt bis zu den Februarferien nächste Woche da auch alles das geschafft hab, was ich mir vorgenommen habe. (lacht) #00:03:31-4#

I: Mhm, und fällt ihnen zu den anderen Bereichen auch noch was ein? #00:03:34-1#

B: Na, Gesundheit ist mir total wichtig, aber da achte ich sowieso drauf, also durch viel Bewegung und gesunde Ernährung und ähm, ist aber jetzt nicht so, also ist jetzt für mich nicht so dominant, weil im Moment bin ich gesund, und wie gesagt, die Musikhochschule hab ich jetzt diesen, im Moment nicht so viel mit zu tun. #00:03:54-3#

I: Mhm (...) Wir haben ja vorhin über ihr derzeitiges Befinden gesprochen, wo ordnen sie dazu ihr Schulmusikstudium ein? #00:04:07-0#

B: Ja, das sind aber auch zwei sehr polarisierende Karten, brauch noch ein Mitte #00:04:14-5#

I: Na wo in etwa ? #00:04:17-3#

B: Ach so, denn ordne ich das jetzt mal so in die Richtung ein. Genau. #00:04:23-3#

I: Mhm, also in welche Richtung? #00:04:25-3#

B: In die freundliche Richtung, entspannte Richtung, ein tolles Studium! #00:04:30-8#

I: Warum? Also was ist daran toll oder entspannt an dem Schulmusikstudium? #00:04:35-5#

B: Naja, das ist ganz angenehm, dass zum Beispiel Dinge die wir jetzt in der ersten Phase, also in der Bachelorphase gelernt haben, auch von Ihnen (lacht), eh dass man die jetzt in der Masterphase um so mehr anwendet und das man halt viele Sachen auch ganz praktisch begreift, also dass man, dass sich die verselbstständigen, dass man die einfach jetzt kann, dass man jederzeit auf die zurückgreifen kann, das find ich, macht die ganze Sache viel entspannter. #00:05:06-0#

Am Anfang ist ja doch so, dass man erst mal gucken muss und für sich selber nen Weg finden muss, was interessiert mich überhaupt an Schulmusik, was möchte ich damit erreichen wenn ich in der Schule bin, und ähm, jetzt ist es halt so die Phase, sicherlich natürlich auch durch die praktischen Arbeiten, durch meine Vorerfahrungen, aber trotzdem ist jetzt so die Phase, ich hab jetzt schon nen Repertoire und darauf kann zurückgreifen, und bin flexibel und ähm dis ist auch im gesamten Studium so, also, man fängt jetzt langsam an auch konträr zu sein zu Dingen die man lernt, die man hört, oder also es ist jetzt nicht mehr so, dass man alles nur aufnimmt, sondern man produziert auch, also es kommt auch so'n Output zustande und eh, also ich persönlich bin auch gerade ganz dabei mein eigenen Standpunkt zu festigen, also das ich eben auch zu bestimmten Dingen, die jetzt in der Pädagogik ne Rolle spielen, wie zum Beispiel jetzt Inklusion gerade, ist ja so'n ganz großes Thema bei uns im Studium, vor allem jetzt im Master und das ich da auch meine eigene Meinung dazu habe und die auch vertreten kann, argumentativ und da fühlt man sich dann wohl, also das konnte man am Anfang ja noch nicht so. Genau. #00:06:22-0#

I: Mhm. Sie haben von Vorerfahrungen gesprochen, können sie noch ganz kurz sagen, was heißt bei ihnen Vorerfahrung? #00:06:26-6#

b: Genau. Also, ich bin ja 35 Jahre alt, (lacht) und habe bereits ein abgeschlossenes Studium an der Universität Bayreuth in Musiktheaterwissenschaft, Theaterpädagogik, Musikwissenschaft, Neue Deutsche Literatur und Italienisch (lacht) und habe anschließend 5 Jahre lang an zwei verschiedenen Theatern fest gearbeitet im Theaterpädagogischen Bereich und hab viel außerschulische Kinder- und Jugendbildung gemacht, auch politische Kinder- und Jugendbildung, das mache ich aber nicht mehr seit meine Tochter auf der Welt ist (lacht), weil ich dazu keine Zeit mehr hab. ich hab mir abgewöhnt, politisch zu sein. #00:07:12-8#

I: Und wie empfinden sie ihr Schulmusikstudium im Vergleich zu ihren anderen Studienfächern? #00:07:18-3#

B: Entspannt, diese eine Karte, die entspannte Karte. Ähm (...) sehr angenehm durch die vielen persönlichen Kontakte, durch die wenigen Studenten, ähm, durch die kleinen Seminare, durch die individuelle Betreuung, also äußerst angenehm und äußerst, ähm, fruchtbringend. Also an der anderen Universität, an der FU gibt man sich zwar in manchen Fachbereichen auch große Mühe, den einzelnen Studenten wahrzunehmen, das gelingt aber nicht immer, was verständlich ist bei den vielen. #00:08:06-3#

I: (...) Sie haben jetzt einiges berichtet, dass ihr Schulmusikstudium entspannt ist. Was haben sie denn für Strategien um Belastungen oder Stress zu bewältigen? #00:08:18-9#

B: (...) (Räuspern) Mir überschaubare Ziele zu setzen, also zum einen (...), nicht längerfristig zu denken, sondern kurzfristig zu denken, ähm, ganz extrem seit ich Mutter bin, eh tageweise zu denken, weil früher habe ich in sehr großen Abständen gedacht, und konnte auch in sehr großen Abständen planen, das geht jetzt nicht mehr, ähm, und was auch entspannt ist, das ich nicht mehr alles schaffen muss, was ich mir manchmal sage "Mut zur Lücke", was halt (...) was ich halt nicht klappt, was ich nicht schaffe, schaffe ich nicht und es geht halt weiter und ja

ne Strategie wie halt viele Menschen halt ne Liste zu machen und dann abzhaken und dann eben zu gucken, dass das auch klappt, dass man die Liste eben jetzt nicht immer wieder von Tag zu Tag anzugucken muss, sondern immer ne Neue machen kann und sagen kann, das habe ich jetzt abgeschlossen und dann geht's weiter, aber eben nicht in ganz langen Zeiträumen zu denken, weil ich glaube, wenn man in langen Zeiträumen denkt, um ne bestimmte Sache zu schaffen, also beispielsweise ne Hausarbeit zu schreiben, dann schreibt man ja am Ende doch nur in den letzten drei Tagen (lacht), oder? Wie auch immer! #00:09:42-4#

I: (lacht) Wenn man so einen Erste-Hilfe-Koffer für Schulmusikstudenten vollmachen müsste, was müsste dann hier rein? #00:09:48-6#

B: (...) Mit Gegenständen, oder Tipps, oder (...) Ok (...) Mmmmmhh. Oh das ist ne schöne Frage. Was müsste denn da rein? (...) Mh. Also für den Anfang des Studiums sicherlich, mh, n ziemlich detaillierten Plan, was alles dazu gehört. Ähm (...) Und was ratsam wäre, das hatten wir auch am Anfang bekommen, von der Fachschaft glaube ich, wie man sich sein Zeit so einteilt, was auch Übezeiten angeht und ja, das weiß ich noch, so ne Planung von jemandem der das Ganze schon hinter sich gebracht hat und damit so'n Beispiel gibt. Das fände ich total wichtig.

Dann müsste (...), was müsste noch rein? (...) Na ja, ne Uhr, damit die meisten pünktlich kommen (lacht). N Wecker, keine Ahnung. #00:10:48-6#

(...) Mh, was müsste noch rein? Es müssten, finde ich, n paar Bücher rein, ein paar wichtige Bücher, ein paar allgemein bildende Bücher rein. (...) Von ein paar wichtigen Pädagogen, Makarenko oder irgend so was. So was müsste rein, weil manche Schulmusiker nur ihre Geige spielen und das war's auch schon (lacht). Also so was müsste rein. #00:11:07-1#

Und ähm (...) vielleicht ein paar Adressen, wo man sich hinwenden kann, wenn man tatsächlich interessiert ist, in die Schule zu gehen. Außerhalb der praktischen (...) Betätigung, die man für die Uni braucht. Also wo man vielleicht Ansprechpartner hat in der Schule (...) Mehr fällt mir jetzt nicht ein. #00:11:31-2#

I: Mhm. (...) Was sagen Sie denn dazu? (Karte "Das Schulmusikstudium macht mich krank!") #00:11:55-8#

B: (...) Ja das ist Quatsch! (lacht) Musikunterricht macht mich NICHT krank! #00:12:02-9#

I: Warum? #00:12:10-5#

B: Weil ich bis jetzt, den Musikunterricht, den ich schon halten durfte, so gehalten habe, dass mit den vielen Tipps und der Ausrüstung, die mir im Studium gegeben wurde, das er mich nicht krank macht. Weil ich weiß, wo meine Grenzen sind und zum Beispiel, das Lied nicht jedes mal mitsingen MUSS, weil die Kinder können es ja dann irgendwann singen, also kann ich mir meine Stimme schonen. #00:12:11-9#

Oder weil ich eben genau weiß, wenn ich Musikinstrumente austeile, dann muss ich eben deutliche Zeichen haben, wann die nicht mehr benutzt werden. #00:12:41-0#

Ja. Ich meine, ich kann nachvollziehen, dass man das sagt. Dass das manche Lehrer sagen, die nur Musikunterricht geben. Aber (...) #00:12:52-9#

I: Warum würden die das sagen? #00:13:02-8#

B: Na manche sicherlich schon, weil (...) es mit Lautstärke wohl oder übel verbunden ist. Das ist ganz klar. Ähm. Aber weil es vielleicht auch von denen dann nicht so wirklich ordentlich organisiert wird. Also insofern ich das ordentlich organisiere, insofern macht mich das nicht krank. Also (...) Und die Lehrer, die ich jetzt im Praktikum bei diversen Hospitationen erlebt habe, ähm, würden das glaube ich auch nicht unterstreichen. Meine Mutter ist seit 40 Jahren Lehrerin, auch unter anderem Musiklehrerin und die macht das sehr, sehr gerne, immer noch. Die liebt ihren Musikunterricht. Hat sich zwar ihre Nischen gesucht. Macht halt nicht alles mit den Kindern, was ich aber auch nachvollziehen kann. Singt halt sehr viel und lässt dann dazu auch instrumental begleiten. Aber immer in der reduzierten Form. Weil das für sie der Weg ist, wie sie das auch über viele Jahre durchhalten kann. (...) Die Strategien muss man sich dann selber suchen. #00:13:02-8#

I: Mhm. Bitte malen Sie eine Kurve, wie sich die Stressbelastung Ihrer Meinung nach entwickelt. Und kommentieren das bitte. #00:14:07-0#

B: Okay. Ich kommentiere. Also, mein Studium, da bin ich irgendwie gerade hier. #00:14:19-4#

I: Schon von Anfang an. #00:14:30-1#

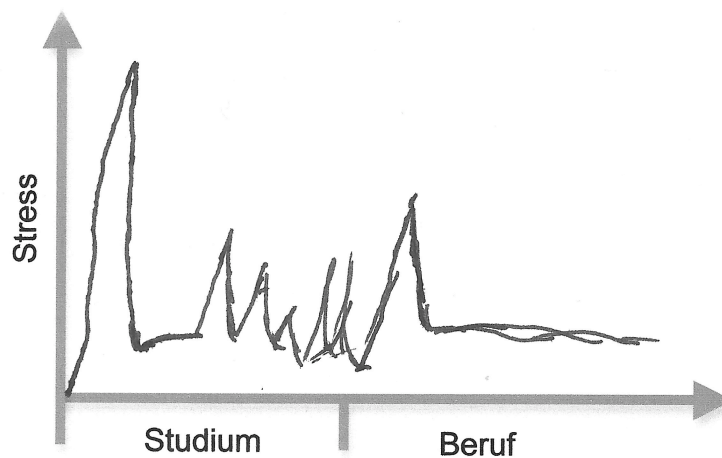
B: Ja? Okay. Also am Anfang war es (...) Das erste Semester war sehr, sehr stressig, weil (...) mein Kind noch sehr klein war und ich gucken musste, wie ich das unter einen Hut kriege, weil sie oft krank war. (...) So. Das hat sich dann aber schnell gelegt. Nach den ersten zwei Monaten. Und dann war das bisher eigentlich verhältnismäßig relaxed, gelassen, bis auf diverse Prüfungen, wo es halt mal stressig wurde. Gesangsprüfung oder so was in der Art. (...) Aber es wurde immer weniger Stress. #00:14:30-1#

Und meinen Beruf stelle ich mir so vor, wie das immer war. So wie bei meinem ersten Beruf. Dass es am Anfang etwas stressig war, weil ich mit sehr vielen Idealen und Zielen in meinen Beruf gegangen bin und dann erstmal einen Dämpfer gekriegt hab, weil die ja keiner hören will von Berufsanfängern. Und dann war das Ganze sehr entspannt und sehr, sehr schön. (lacht) #00:15:20-3#

I: Und der Übergang? Das Referendariat haben Sie jetzt ausgelassen? #00:15:45-1#

B: Ach so, das Referendariat. Jaaaa, das wird (...) vielleicht noch mal kurz stressig, so Referendariat prüfungstechnisch, aber, ähm, wenn das so klappt, wie es mir angeboten wurde, dann glaube ich, wird das auch nicht so stressig. Wenn ich nicht gerade den blödesten Seminarleiter kriege, den es gibt. Ansonsten (...) Mit der Mentorin, die ich hab, also die ich haben werde, denk ich wird es sehr entspannt. Die ist sehr, sehr nett. #00:15:47-3#

I: Okay. Vielen Dank! #00:16:28-0#



Schulmusikstudierendeninterview 9**Datum:** 31.01.2013

I: Funktioniert. #00:00:02-7#

B: Sehr gut! (Lachen) #00:00:04-5#

I: Welche der Karten entspricht eher Ihrer momentanen Stimmung? #00:00:10-1#

B: Die Rechte. #00:00:12-1#

I: Warum? #00:00:13-0#

B: Die Entspannte. Ja, ich versuch mich einfach nicht stressen zu lassen. Ich teile mir meine Sachen so ein, dass es geht. Also ich studiere jetzt im Moment auch eigentlich nur die Hälfte von dem, was im Plan vorgesehen ist und studiere halt doppelt so lange den Master. Und (...) eigentlich ist im Moment es auch so, dass alles, was ich mache, mir Spaß macht, auch wenn ich dann halt viel tue. Und das macht mich relativ entspannt. #00:00:35-1#

I: Mhm (bejahend). Also wie beschreiben Sie sozusagen diese Stimmung für sich? #00:00:39-0#

B: (...) Ja, also, ziemlich zufrieden mit der Situation und (also?) ich bin mit allem zufrieden, was ich tue und fühl mich deshalb auch sehr wohl. #00:00:48-6#

I: Mhm (bejahend) #00:00:49-4#

B: Ja. Bin auch sehr gesund (...), was ich auch am Anfang des Studiums nicht unbedingt dann war. Dann gab es halt ständig diese Erkältungen und so. #00:00:55-9#

I: Aha (bejahend). #00:00:56-6#

B: Aber inzwischen (...) ist das alles gut. #00:00:58-7#

I: Okay. #00:00:59-2#

B: Mhm (bejahend). #00:00:59-6#

I: Also es war auch mal anders? #00:01:00-7#

B: Ja. #00:01:01-3#

I: Wann war das? Warum? Können Sie das ganz kurz beschreiben? #00:01:04-7#

B: Ich war die ersten drei Semester (...) hab ich versucht (...) alles, was irgendwie vorgesehen war, zu machen und (...) da hat man so auch sehr viel Unterricht gehabt und musste halt ständig üben (...) und, ja, da sind halt immer Hausarbeiten liegen geblieben und dann dachte ich, okay ich kann jetzt gar keine Kurse mehr machen und neue Hausarbeiten kommen. Ich schaff das ja gar nicht, die alten zu machen. Und das war jetzt auch tatsächlich so, dass ich das letzte Jahr vom Bachelor eigentlich nur noch verbracht habe, liegen gebliebene Hausarbeiten aufzuarbeiten. Hab dann halt schon ein Masterseminar gemacht. (...) Aber (...) ja, sonst keine Kurse mehr und hab nur noch aufgearbeitet. #00:01:38-2#

I: Okay. #00:01:38-8#

B: Genau. Und ich glaub (...) so vor (...) im vierten Semester hab ich dann für mich überlegt, ich will das so nicht. Ich arbeite halt auch noch relativ viel nebenbei und kann es mir deshalb auch leisten, länger zu studieren, was ja auch nicht bei jedem so ist. Weil ich (da?) nicht mehr abhängig vom meinen Eltern bin. (...) Ja (...) und hab dann entschieden, ich mach das jetzt alles so, wie es mir passt, und nicht mehr so, wie andere es vorgesehen haben. #00:02:01-6#

I: Mhm (bejahend). #00:02:02-2#

I: Welche dieser Bereiche spielen für Ihr momentanes Befinden eine wichtige Rolle? Und falls ein Bereich fehlt, können Sie den gerne ergänzen. #00:02:18-1#

B: Ja (unsicheres Lachen), mein Privatleben spielt eine sehr große Rolle. (...) Mein Job (...) und (...) zum Privatleben passt wahrscheinlich auch mein Hobby. (...) Ich reite (...) und das jetzt inzwischen sogar dreimal pro Woche und nehme mir einfach die Zeit dafür, weil es mir wichtig ist und (...) ja, das macht auch so eine Ausgeglichenheit. Auch wenn ich dann natürlich innerhalb der Woche, wenn mich Freunde fragen, "Wann hast du Zeit?", ist es wenig, aber dadurch, dass es ja Freizeit ist, ist es dann kein Stress. #00:02:51-0#

I: Mhm (bejahend). #00:02:51-8#

B: Aber mein Job ist mir auch sehr wichtig, da bin ich sehr zufrieden, und der ermöglicht mir halt so zu leben. #00:02:58-2#

I: Mhm (bejahend). Ich hab das (...). Was ist das für ein Job? #00:03:01-1#

B: Das ist ein Berliner Kitainstitut für Qualitätsentwicklung. Da bin ich (...) ja, seit viereinhalb Jahren inzwischen und (...) ja, bekomme halt auch Verantwortung übertragen und (...) das macht es halt sehr schön dort zu arbeiten. #00:03:14-7#

I: Mhm (bejahend). Können Sie zu den anderen Bereichen auch noch was sagen? #00:03:18-5#

B: Ja, meine Gesundheit, ich glaube, das ist mir schon auch sehr wichtig, (...) spielt aber organisatorisch nicht so eine Rolle, weil die einfach jetzt DA ist. Und also darüber, wie ich halt den Rest von meinem Leben im Moment organisiere, bin ich einfach, also jetzt gerade ein Bisschen erkältet, aber ansonsten halt völlig gesund. Genau. Mein Schulmusikstudium, da kriege ich im Moment relativ wenig nur noch mit, weil halt musikpädagogische Forschung mein letztes Seminar ist (...) und ich ansonsten alles abgeschlossen habe, weil ich halt im letzten Jahr ja schon das Masterseminar machen konnte zum Orff. (...) Deshalb ist das im Moment eher eine untergeordnete Rolle (...) ja, weil es einfach nicht mehr so viel ist. Meine Musikhochschule ist (...) ja, also ich fühle mich schon immer noch sehr verbunden hier mit der UdK und freue mich auch immer, dass ich wenigstens dieses eine Mal pro Woche da bin. Ja, und hoffe auch, dass ich irgendwie so ein Bisschen noch den Kontakt halten kann, da es ja nächstes Semester aufhört. #00:04:16-7#

I: Mhm (bejahend). (...) Okay. #00:04:20-5#

I: So, wir haben ja vorhin über Ihr derzeitiges Befinden gesprochen. Wo ordnen Sie dazu Ihr Schulmusikstudium ein? #00:04:35-8#

B: (...) Ja, eigentlich so ziemlich dazwischen. Auf der einen Seite ist es halt so, ich hab mich damals entschieden Schulmusik zu studieren, weil ich halt diese beiden großen Hobbys hatte, Musik und Reiten, und ich hatte nach dem Abi erst mal angefangen, Chemie zu studieren, und hab gemerkt, ich hab für BEIDES keine Zeit mehr. Und dann dachte ich, okay, ich möchte aber für BEIDES sogar Zeit haben und das geht einfach nicht, wenn ich nicht mit einem von beiden meinen Job verbinde. Reiten kam nicht in Frage und (...) dann hab ich halt überlegt, wie kann ich irgendwie Musik zum Beruf machen, und hab das dann auch sehr genossen, viel Unterricht zu haben in meinem Hauptinstrument. Ja, es war schon so, dass halt durch diesen Überdruck auch viel Stress entstanden ist, den ich halt nur dadurch abfangen konnte, dass ich halt die Hausarbeiten nicht geschrieben habe (...) zum Beispiel. Also ich hab es immer abgefangen irgendwie, aber es war nie so, dass ich total kopflos war und nicht mehr wusste, wo ich anfangen soll, aber ich hab halt immer Sachen liegen gelassen zugunsten des Unterrichts. #00:05:40-0#

I: Mhm (bejahend). (...) Okay. Und wie empfinden Sie Ihr Schulmusikstudium im Vergleich zu Ihren anderen Studienfächern? #00:05:51-5#

B: (...) Mein zweites Studienfach ist Grundschulpädagogik und eigentlich empfinde ich es als sehr ähnlich, weil beides sehr schulrelevant ist. Das ist ja für andere, die halt ein wissenschaftliches Fach studieren, dann doch sehr anders. Und (...) ja, ich interessiere mich halt auch wirklich für pädagogische Forschung sehr und deshalb finde ich das beides immer sehr spannend. Also, ich würde jetzt keinen Unterschied groß sehen, außer eben, dass ich

in Musik halt noch viel mehr für mich selbst auch lernen konnte. Halt in den instrumentalen Sachen. #00:06:30-8#

I: Mhm (bejahend). (...) Wir haben jetzt eben auch ganz kurz über ein paar Belastungen gesprochen, die sozusagen am Anfang in Ihrem Studium da waren. Haben Sie bestimmte Strategien, um Belastungen oder Stress zu bewältigen? #00:06:49-4#

B: (...) Ich glaube, eher so unbewusste Strategien, dass ich dann einfach, wenn es zu viel wird, lass ich einfach alles schleifen und nehm mir einfach einen Tag Auszeit ohne schlechtes Gewissen. Und (...) ja. Das ist, denke ich mal, meine Strategie, dass ich immer dann, wenn es mir über den Kopf wächst, wirklich einfach sag: "Okay, es ist gar nichts mehr." Es liegt wahrscheinlich auch daran, dass ich, das hat schon in der Schule angefangen, da hatte ich, in der zwölften Klasse hatte ich plötzlich Probleme mit den Augen, konnte nicht mehr Lesen. Also, es war alles verschwommen und dann haben die Ärzte gesagt, es liegt wahrscheinlich am Stress und ich soll einfach alles sein lassen, was mich belastet. Das haben die Lehrer auch sehr gut mitgemacht. Ich musste dann keine Hausaufgaben mehr machen, die mir Stress gemacht haben, und (...) ja, seitdem achte ich halt immer darauf, dass ich, wenn ich das Gefühl habe, Stress zu bekommen, einfach gar nichts mache. Also nur Sachen, auf die ich wirklich Lust habe. Also wie halt Reiten oder Freunde treffen oder solche Sachen. Und (...) ja, das geht halt ziemlich gut (...), weil ich wahrscheinlich zum einen, weil ich danach halt relativ effektiv wieder weiterarbeiten kann, um die Sachen, die ich halt liegen lassen habe, aufzuarbeiten, zum anderen, weil ich mich bewusst immer dafür entscheide und deshalb kein schlechtes Gewissen habe. (...) Ja. (...) Ich denke mal, das sind die beiden Hauptfaktoren, weshalb das funktioniert. #00:08:13-3#

I: (...) Wenn man so einen Erste-Hilfe-Koffer für Schulmusikstudenten voll machen müsste, was müsste dann hier rein? #00:08:24-3#

B: (...) Einstellungen, glaub ich, müssten rein. Also man muss sich entscheiden, was wirklich Priorität im Leben hat und sich dann ohne schlechtes Gewissen daran halten, egal was andere einem sagen, was jetzt gerade wichtig sein MÜSSTE. Das muss man nur für sich selbst verantworten und man selbst muss damit umgehen. Also, ich werde auch immer wieder von anderen angesprochen, wie ich das denn mir herausnehmen kann, solange zu studieren, aber ich hab mich dafür irgendwann entschieden und deshalb kann ich damit ziemlich selbstbewusst umgehen und (...) ja, erfahre seitdem eigentlich auch keinen Gegenwind mehr. (...) Ja, Zeitmanagement wär auf jeden Fall eine Sache. Dass man, das ist das, was mir halt noch ein Bisschen fehlt, wahrscheinlich wäre ich auch schneller gewesen ohne Stress, wenn ich mein Zeitmanagement ein Bisschen besser hinbekommen hätte. Dass ich besser eingeplant hätte, zu welchen Zeiten ich übe, und nicht einfach kopflos drauf los in den Tag gelebt hätte, und dann gemerkt hab: "Ach ja, und ich muss ja auch noch üben und das muss ich auch noch machen!" Also, ich glaub Zeitmanagement und (...) ja, und selbstbewusstes Auftreten mit seinen Entscheidungen. #00:09:32-2#

I: Mhm (bejahend). #00:09:32-8#

B: (...) Das wäre es für mich (Lachen). #00:09:38-5#

I: (...) Was sagen Sie denn dazu? #00:09:46-2#

B: (...) Nehm ich nicht (Lachen). Musikunterricht macht mich nicht krank. (...) Ich finde, dass gerade Musikunterricht einem Lehrer auch sehr viel Gestaltungsspielraum bietet. Dass man da auch wirklich viel persönlich mit den Schülern arbeiten kann, nicht nur fachlich (...). Man kann die Schüler wirklich auch kennen lernen, wenn man sich halt (...), wenn man das MÖCHTE. Es gibt ja auch Lehrer, die sagen: "Naja, so eng soll der Kontakt gar nicht sein. Ich nehm sonst alles mit nach Hause." Aber mir ist es halt sehr wichtig, um da eine Erfüllung drin zu sehen, dass ich auch wirklich einen persönlichen Kontakt finde. (Nicht nur?), dass das über Musikunterricht auch sehr gut geht, weil man viel gemeinsam aushandeln kann. Man hat ja als eines der wenigen Fächer keine (...) Kultusministerkonferenzstandards (...), sondern halt eher Richtlinien, was man mal machen sollte, aber es ist jetzt nicht so wie im Deutschunterricht, dass dann hinterher die Schüler eingeteilt werden in fünf Lesekompetenzstufen. Ich glaub, das macht einen sehr frei. #00:10:50-0#

I: Können Sie sich vorstellen, dass das jemand sagt? #00:10:54-6#

B: (...) Ja, kann ich mir zum einen vorstellen, wenn man Musikunterricht wirklich nur unter musikalischen Gesichtspunkten sieht. Weil man sich selbst musikalisch ja nicht im Unterricht verwirklichen kann. Man muss da,

denk ich mal, pädagogisch ran gehen und Musik ist halt das Medium der Pädagogik. Aber man darf nicht die Vorstellung haben, dass man im Musikunterricht sich selbst musikalisch verwirklichen kann. #00:11:21-6#

I: Mhm (bejahend). #00:11:22-6#

B: Und, wenn das mein Ziel ist, dann wird man, glaub ich, sehr unglücklich mit dem Musikunterricht. (...) Und, naja, es ist natürlich auch aufwändig zu planen. Man muss sehr stark auf die Klasse eingehen, man kann nicht einfach das von vor zehn Jahren weiter machen, weil sich die Musik ja auch verändert, die die Schüler hören. Man muss ja auch darauf eingehen und ich glaub, dass die Vorbereitungsarbeit sehr viel höher ist als in anderen Fächern. (...) Also, ich denk mal, die beiden Sachen können einen krank machen. #00:11:56-0#

I: Okay. (...) Bitte malen Sie eine Kurve, wie sich die Stressbelastung Ihrer Meinung nach entwickelt und kommentieren das bitte! #00:12:08-0#

B: Okay, (...) also (...) ich geh jetzt ein Bisschen auch von mir aus. #00:12:15-2#

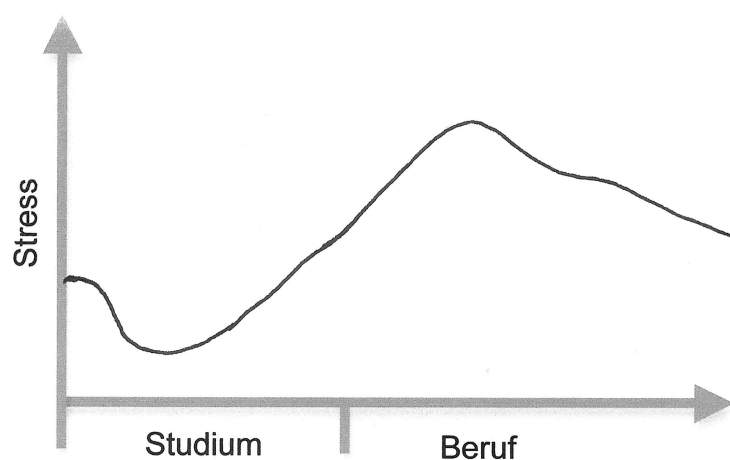
I: Ja, natürlich. #00:12:16-1#

B: Am Anfang des Studiums war der Stress eher höher, weil man sich erst mal hineinfinden musste und (...) ja, seinen Weg finden musste. Dann nimmt er im Studium so ein Bisschen ab, weil man sich, weil man doch sehr frei ist als Student. Man kann sich selbst aussuchen, wann man welche Sachen macht, ob man sie überhaupt macht, in welcher Intensität. Zum Ende des Studiums wird es nochmal höher, weil dann halt die vielen Abschlussarbeiten kommen und eine Masterarbeit muss nun mal in einem bestimmten Zeitraum geschrieben werden. Das ist ein knapper Zeitraum, da kann man nicht einfach rumtrödeln, aber ich glaub, dass sie Anfang des Berufs sehr stark ansteigt und vielleicht dann wieder ein Bisschen abnimmt, weil man sich dann auch im Beruf wieder eingefunden hat und (...) weiß, wie man sich halt selbst seine Zeit einteilen kann, genauso wie im Studium: Immer wenn was Neues kommt, ist es, glaub ich, immer erst viel Stress, (...) weil man auch Fehler macht, also Zeitmanagementfehler, die man vermeiden könnte, wenn man es vorher gewusst hätte. #00:13:18-8#

I: Mhm (bejahend). #00:13:19-5#

B: Ja. Und man muss halt erst mal seine eigenen Bedürfnisse mit den Anforderungen (dann?) in Einklang bringen. (...) Ja. #00:13:29-0#

I: Okay, dann bedanke ich mich. #00:13:30-9#



Schulmusikstudierendeninterview 10**Datum:** 06.02.2013

I: Welche der Karten entspricht eher Ihrer momentanen Stimmung? #00:00:11-8#

B: (lacht) (...) Im Moment fühl ich mich gut. (lacht) #00:00:22-8#

I: Wie beschreiben Sie diese Stimmung? #00:00:25-2#

B: Ja, optimistisch und ein Bisschen entspannt. Der guckt hier so gegen die Decke, guckt nach oben. Der hat, glaub ich, was immer er jetzt vorhat, hat er irgendwie das Gefühl, dass wird er schon irgendwie hinkriegen. Vielleicht hat er gerade eine Idee gehabt. Ich weiß nicht (lacht). #00:00:48-3#

I: (lacht) Und woher kommt dieses Befinden? #00:00:51-6#

B: Das ich jetzt habe? #00:00:53-3#

I: Ja. #00:00:52-0#

B: Die Sonne scheint, ich geh jetzt in ein Seminar, wo ich mich drauf freue. Ich meine, da ist jetzt / (...) Diese großen Fragen, wo wir am Anfang gesprochen haben mit der Masterarbeit, ich mein, da muss man nicht immer drüber nachdenken. Also der TAG, der jetzt auf mich zukommt, ist schön. (lacht) #00:01:13-4#

I: Mhm (bejahend) #00:01:14-4#

B: Genau. (...) Ja, ich mein das andere, da darf man sich auch nicht zu sehr / (lacht) So fühlt man sich auch manchmal, aber / #00:01:25-4#

I: Aber momentan ist es so. #00:01:28-0#

B: Ja. #00:01:28-5#

I: Okay. (...) Welche dieser Bereiche spielen für Ihr momentanes Befinden eine wichtige Rolle? Und falls ein Bereich fehlt, können Sie noch eine Karte ergänzen. #00:01:40-0#

B: (...) Spielen eine wichtige Rolle? #00:01:49-6#

I: Für Ihr Befinden jetzt. Sie hatten ja gesagt, Sie fühlen sich gut. #00:01:53-8#

B: Ach so. (...) Ja, zu der Musikhochschule kann ich jetzt nicht so VIEL sagen, aber (...) Gesundheit, Privatleben, das läuft gerade gut. Schulmusikstudium, das ist auch (...) zu bewältigen, glaube ich (lacht). (...) Was soll ich da vieles sagen? Ich mein, das spielt alles hier natürlich zusammen. #00:02:32-7#

I: Inwiefern spielt das bei Ihnen zusammen? #00:02:36-3#

B: Also die, ich versteh nicht so richtig, was die Karte, wie die Karte hier, die gehört meiner Meinung nach irgendwie ein Bisschen dazu. Oder ist das das Gebäude oder wie meinen Sie das? #00:02:46-0#

I: Genau, die ganze... #00:02:47-2#

B: Die Räumlichkeiten? #00:02:48-3#

I: ... Institution. #00:02:50-8#

B: Also die Institution als System, als Struktur? #00:02:52-7#

I: Ja. #00:02:53-2#

B: (...) Ja gut. Ich bin da / (...) Da bin ich vielleicht einfach ein Bisschen zu naiv, weil ich (...) ich mach mir da wahrscheinlich zu wenig Gedanken. Ich weiß, dass da politisch viel gerade los ist und so und ich hab mich da eigentlich ein Bisschen abgeschirmt. Zum Teil, weil ich auch die Kinder habe und so. Man kann nicht alles machen, aber das ist natürlich / Ich sehe das Schulmusikstudium für mich, da geh ich dann eigentlich sehr egoistisch dran. Ich versuche meine Sachen irgendwie zu lösen gerade und ich bin eigentlich mit dem Studium, wie das aufgebaut ist. Die Angebote, die da sind, finde ich eigentlich im Prinzip alle gut. Da ist jetzt nichts im Studium, das mich ärgert. Da ist natürlich Arbeit und da sind Sachen, die könnten besser sein, aber im Großen und Ganzen scheint es mir sinnvoll. Es ist viel Arbeit, es beschäftigt mich und ja, Gesundheit ist natürlich ganz entscheidend. Wenn man rumkränkt, dann ist alles schwer. Das ist aber im Moment nicht der Fall. #00:04:06-2#

I: Mhm (bejahend). #00:04:06-7#

B: Und Privatleben ist natürlich auch ganz groß, wenn man Sorgen hat, die bedrücken einen und dann kann man an nichts anderes denken. Das ist eigentlich / (...) Ich glaube diese Bereiche, die hängen alle sehr eng zusammen. Wenn irgendwo wirklich eine Bombe hochgeht, dann zieht das die anderen Sachen natürlich dramatisch mit. Aber manchmal ist es ja auch möglich, dass man dadurch, dass in anderen Bereichen Sachen gut gehen, dann die Kraft schöpft, dass man irgendwo, wo man gerade eine große Schwierigkeit hat, dann da auch konstruktiv etwas machen kann. Denn es ist natürlich, wenn man sich große Sorgen macht, da kann man in dem Moment dann auch nicht mehr klar denken. Solche Phasen habe ich auch gehabt, aber es ist jetzt nicht so. (lacht) #00:05:04-0#

I: Mhm (bejahend) #00:05:04-5#

B: Gut (...) Ja. #00:05:09-2#

I: Wir haben ja vorhin über Ihr derzeitiges Befinden gesprochen. Wo ordnen Sie dazu Ihr Schulmusikstudium ein? Dazwischen. #00:05:25-1#

B: (...) Also Sie meinen jetzt erst mal SPEZIELL nur das, was hier an der UdK / Wenn das jetzt / Wir sind ja alle, haben ja auch alle unsere / Und für mich fließen die Sachen da ziemlich eng zusammen. #00:05:38-4#

I: Ja, dann sagen Sie es auch noch dazu. Fangen Sie vielleicht erst mal an / #00:05:42-0#

B: Das ist manchmal (lacht) auch so eine. Wie nennt man das? So eine (...) im Englisch heißt das roller coaster, diese Bahnen, die so / Es kommt irgendein Problem auf einen zu z. B. die Masterarbeit und dann sitzt man erstmal SO da, besorgt, und zerbricht sich den Kopf und man sieht keine Lösung und verzweifelt total. Und dann hat man eine Idee und dann fühlt man sich "Aha, das kann man doch!" (lacht) und dann kommt man das nächste (lacht) So geht das schon manchmal. #00:06:17-9#

I: Mhm (bejahend) #00:06:17-8#

B: Und da finde ich, mir persönlich hilft das dann einfach, dass ich dann so feste Zeiten / Es ist aus meinem Privatleben her so bedingt. Ich habe nur bestimmte Zeiten, wo ich mich damit beschäftigen kann. Da versuch ich ganz streng das auszuschalten, wenn ich zuhause bin mit den Kindern. Es nützt ja nichts, da kann ich eh nichts schaffen. Also dann in den Zeiten, wo ich arbeite, da geht es dann tatsächlich so ping pong hin und her. #00:06:48-6#

I: Das heißt wo würden Sie es jetzt direkt einordnen? #00:06:54-6#

B: Naja, die Zeit, wenn ich jetzt in der Bibliothek bin und versuche, die Aufgaben, die ich halt habe im Studium / Das sind ja vielfältige. Wenn ich da gerade dran sitze, manchmal komme ich, oder oft, komme ich so an eine, wo ich erst mal völlig verzweifelt bin. #00:07:11-3#

I: Also lassen Sie es in der Mitte, weil Sie sagen das geht / #00:07:14-1#

B: Das geht hin und her, ja. Das hängt davon ab, wie das gerade läuft. Das ist ja oft, das was ich schwierig an dem Studium finde, sind die Ungewissheiten. Wenn ich einmal anfangen kann zu arbeiten, ich weiß, was ich machen muss und wie, dann ist es ja einfach arbeiten. Dann kann man das machen und kommt dann zu dem Ergebnis, aber oft steht man vor Situationen, wo viele Wege offen sind und man weiß erst mal nicht einmal / Da muss irgendwie ein Weg sein, es haben andere ja auch geschafft, aber man weiß nicht, wie und wo. Und der Zeitdruck ist dann auch da. Was wahrscheinlich gut ist. Wenn der nicht da wäre, würde man sich einfach verste-

cken. Aber (...) das ist dann natürlich da, wo man erst mal so sitzt. Aber ich glaube, man braucht / (...) So muss man ins Bett gehen, sonst wird man wahnsinnig (lacht) und man muss halt die ganze Sache auch so in Bezug zum Leben sonst sehen. Ich mein, es ist halt eine wesentliche Aufgabe, die ich jetzt habe. Ich muss das bewältigen, aber es ist auch nur EINE Sache. Und wir hatten ja vorher die verschiedenen Bereiche und die spielen ja alle zusammen und man darf das nicht erlauben, dass ein Bereich, auch wenn es gerade unheimlich wichtig ist, dass das alles andere runterzieht. #00:08:45-0#

I: Mhm (bejahend). #00:08:45-8#

B: Und (...) ja ich denke, die zwei Karten sind eigentlich sehr wichtig, denn es ist ja in allen Sachen, selbst in ganz schrecklichen Zeiten (..) gibt es ja auch schöne Momente. Also ich weiß nicht, woher das jetzt gerade kommt. Mein Sohn ist fünfeinhalb und irgendwie beschäftigt ihn das Thema Krieg. Wahrscheinlich weil wir eine alte Frau kennen, die in den Dreißigerjahren geboren worden ist und die hat den Krieg dann voll miterlebt und dann hat er irgendwie / So langsam bekommt er dieses Konzept mit und das ist ja ein schreckliche Sache. #00:09:20-6#

I: Mhm (bejahend). #00:09:20-9#

B: Aber es gibt ja auch im Krieg (...) solche Momente, wo jemand gerettet worden ist oder es gibt ja auch schöne Momente. Auch obwohl das Gesamtbild ja so ist und das ist, glaub ich, fast in allen Lebensbereichen. Das muss man um die eigene Gesundheit, auch geistige zu schonen, muss man auch immer, das ist, da zurück. #00:09:46-7#

I: Mhm (bejahend). (...) Okay. Das haben Sie eben schon kurz angedeutet, wie empfinden Sie Ihr Schulmusikstudium bezogen auf Belastungen im Vergleich zu anderen Studienfächern?

B: (...) Mh. Ich (...) persönlich bin glaube ich nicht der Idealfall, denn ich habe ja schon vorher studiert. Ich habe in Amerika Musik studiert, das war vor vielen Jahren. Dann hatte ich meine Krise damit und hab lange keine Musik mehr gemacht. Aber dadurch habe ich halt andere Grundlagen. Manche Sachen sind mir anerkannt worden. (...) Ja, ich bin auch älter und (...) Also das Schulmusikstudium für mich ist nicht das Schwierigste an dem Studium. Für mich sind die Sachen in der Grundschulpädagogik, Mathe und Deutsch, und die (...) überhaupt das Zurechtfinden im deutschen Schulsystem, das war mir am Anfang alles ganz fremd, also es ist doch sehr anders aufgebaut, als in Amerika. Also da sich rein zu finden war für mich schwierig und finde ich sehr anspruchsvoll. #00:10:03-2#

I: Mhm. Können Sie das noch näher beschreiben, warum? #00:11:12-5#

B. Ich habe, ich hatte (...) Also die ganzen schriftlichen Arbeiten die sind ja überwiegend nicht im Fach Musik. Ich hatte, bevor ich das Studium anfang, noch NIE eine schriftliche Arbeit auf Deutsch abgegeben. Das war dann sehr, sehr schwer am Anfang. Es ist immer noch schwer, aber (...) geht jetzt besser. Die ersten waren katastrophal. Also schlechte Qualität plus sehr viel Aufwand und Arbeit (lacht). #00:11:16-2#

Überhaupt, ich war lange (...) Also da waren so zehn Jahre dazwischen. Ich hatte mich dann lange nicht mit wissenschaftlichen Texten oder so was beschäftigt, sowieso nicht auf deutsch. Also das war halt anstrengend für mich. #00:11:56-5#

Dagegen die praktischen Musikelemente in dem Schulmusikstudium, ich hatte Gesang und Klavier. Ich habe dann sogar zwei Semester mein Hauptfach noch mitgenommen, die Prüfung dann früh gemacht, weil ich hatte das ja eigentlich schon gemacht. Das war alles sehr angenehm. Das war so, einfach so sich selber weiterentwickeln. Waren natürlich Ansprüche, ich will das nicht so sagen, aber das habe ich sehr positiv empfunden. Das war eigentlich eher so für mich. #00:12:07-0#

Und diese Sachen dann so eher im Zweitfach, waren dann halt neue Sachen für mich. Das war halt neu und ich musste mich da zurecht finden. Das ist aber glaube ich generell so. Wenn man sich in einem Gebiet schon etwas auskennt, dann hat man auch nicht den Stress des Ungewohnten, wie funktioniert das. Und das hatte ich vielmehr im Zweitfach als im Erstfach. #00:12:54-6#

I: Sie haben jetzt einiges auch über Belastungen berichtet. Was haben Sie für Strategien, um Belastungen oder Stress zu bewältigen? #00:13:21-1#

B: Mh. (...) Wahrscheinlich nicht so sehr gute. Ich tendiere dazu, so vor mich hin zu brodeln und zu grübeln, bis es dann irgendwann platzt. Manchmal werde ich dann krank. (...) #00:13:30-3#

In letzter Zeit habe ich mir vorgenommen, Kinderbücher zu lesen. Also so Jugendliteratur. Ich war in einer Schulklasse und da haben die Bücherpräsentationen gemacht und (...) das war dann wie gegen die Wand laufen. Ich kenn diese ganzen Bücher nicht. Ich hab als Kind wenig gelesen und das was ich gelesen hab, das sind wirklich tolle Jugendbücher. Es ist ja zweckgebunden. Ich muss ja einen Eindruck haben, wenn ich in der Schule bin. Also, kann ich das gut rechtfertigen, dass ich dann (beide lachen) solche Romane lese. Und das tut GUT! Denn die sind ja teilweise auch richtig spannend. Dann kriegt man den Kopf wirklich frei. Aber das ist ne Strategie. Das ist vielleicht auch ne Verdrängungsstrategie. Das braucht man aber schon n bisschen. #00:14:03-1#

Ansonsten (...), was ich nicht so gut kann ist, die Sachen zu strukturieren und genau zu überlegen, was muss ich jetzt machen, wann und (...) Da bin ich sehr schlecht drin. Ich tendiere dazu, mich an Sachen festzubeißen. Es ist dann oft so, ach so, das ist ja eigentlich gar nicht gefragt gewesen. #00:15:01-1#

Was ich auch ein bisschen schade finde an dem Studium, wie es aufgebaut ist (...) Man ist unter viel Zeitdruck. Ja eigentlich ist es ja schön, wenn man sich dann so verzettelt und dann in irgend so ein Gebiet abdriftet. Die Zeit ist nicht dafür da. (...) Aber, es ist halt so. (lacht) #00:15:24-5#

Ich glaube, die Hauptsache ist einfach zu wissen, bis wann muss ich was gemacht haben. Und DAS, das ist schon stressig an dem Universitätssystem. Keiner scheint richtig zu wissen oft (...) Das sind dann irgendwelche Formulare und Anmeldungen und weiß ich nicht was. Und die müssen bis dann da irgendwo sein. Und man fragt dann irgendjemanden und der sagt: Weiß ich nicht, vielleicht weiß der. Und dann fragt man da und irgendwann wenn man Glück hat, bisher hatte ich immer Glück, kriegt man das alles so irgendwie hin. DAS würde aber glaube ich das Studium WESENTLICH entlasten, wenn man einfach einen Zettel bekommt, da stehen drauf die Daten, bis dahin müssen Sie das und das angemeldet haben. Das, das, das und an die Adresse. Fertig! (beide lachen) Das fänd ich schön. Aber das ist wahrscheinlich nicht wirklich zu machen, weil da mehrere Bürokratien gleichzeitig arbeiten müssen. Aber das ist auch ein Stressfaktor, weil das hängt über einem. Und dann auf einmal kriegt man so einen Schock und das beschäftigt einen dann erst mal für ne Zeit bis man das verarbeitet hat. Und es ist eigentlich verschwendete Energie (lacht). #00:16:02-6#

I: Also da haben Sie jetzt schon eine Sache gesagt, die Sie sich wünschen würden. Vielleicht können Sie noch ergänzen. Wenn man so einen Erste-Hilfe-Koffer für Schulmusikstudenten voll machen müsste, was müsste dann hier rein? #00:16:55-5#

B: (...) Ähm. Ja. Was ich ganz wichtig finde sind Übestrategien für das eigene Musizieren. Das wird bestimmt bei manchen Lehrern besser vermittelt als bei anderen. Also das hängt dann von dem Lehrer ein bisschen ab, aber dass man sich Gedanken darüber macht, wie das Gehirn funktioniert in Bezug auf Musik üben. Dass man effektiv (...) Also viele Leute üben unglaublich viel und es klingt oft wenig. Wie schafft man es mit wenig Zeit, effektiv so ne Sache einzuüben. Das fände ich ganz wichtig. #00:17:12-0#

Das auch im Bezug auf die kognitiven Arbeiten, die wir machen müssen. Ich weiß, dass ich sehr ineffizient arbeite mit den wissenschaftlichen Arbeiten. (...) Ich weiß nicht genau, wie man diese Effizienz steigern könnte. Also der Schreibprozess ist ja eines. Aber wie man sich dieses Grundwissen erst aneignet. Also einfach lesen tuts nicht, aber man braucht auch die Zeit einfach zu lesen und so ein Bild zu bekommen. Ich weiß nicht. (...) #00:18:04-2#

Eigentlich die Hauptsache ist das Zeitmanagement. Und (...) #00:18:33-2#

Natürlich Freundschaften, dass man andere befragen kann. Das ist ne ganz normale menschliche Geschichte. #00:18:41-9#

Das Studium ist ja wie jedes andere Problem im Leben auch. Man steht da nicht alleine. Es sind viele Aufgaben und die hängen alle irgendwie zusammen und man muss die irgendwie bewältigen. (lacht) #00:18:53-7#

I: Was sagen Sie denn dazu? #00:19:13-5#

B: (...) Ähm. Ich denke und hoffe, dass ich diese Phase im Leben überwunden habe. Aber ich hab das ganz dramatisch empfunden. Weil ich habe (...) Ich habe (...) bereits Musik studiert. Und ich hatte so den Traum Orchestermusiker zu werden und das war einfach nicht in mir drin oder ich hatte das falsch entwickelt, ich weiß nicht.

Aber wie es auch immer ist. Das Ziel war (...) konnte ich irgendwie nicht erreichen. Und ich hab mir so Druck aufgebaut, dass es mich tatsächlich krank gemacht hat. #00:19:16-3#

Also krank nicht körperlich so sehr, da hatte ich Glück. Also ich kenne auch Leute, die sich auch kaputt gemacht haben körperlich, irgendwelche Sehnenentzündungen und solche Sachen. #00:20:03-5#

Aber einfach dass ich (...) meine Beziehung zur Musik völlig kaputt gemacht habe. Und (...) das ist glaube ich ganz wichtig, dass man, wenn man so eine Sache angeht, egal was es ist, es muss nicht nur Musik sein. Aber Musik ist halt sehr intensiv. Da ist dieser (...) Das Ziel, dass man hat, ist so eine Art Perfektion (...) Und da ist auch ein unheimlich starker Wettbewerb (...) Dass man da auch noch menschlich bleibt (...) #00:20:41-8#

I: Sie sprechen jetzt von Musik. Wenn Sie jetzt direkt auf den MusikUNTERRICHT in der Schule bezogen diesen Satz noch einmal anschauen? #00:20:46-2#

B: MICH als Lehrer? Oder soll das sein? Also das wäre ja (...) dramatisch, wenn das die Kinder krank macht (lacht). Es soll ja genau umgekehrt sein. Also ich denke, bei Musik ist das genau umgekehrt. Der Musikunterricht bietet die Möglichkeit (...), einen anderen Zugang zur Schule zu haben. Also das ist dann der Raum, wo man nicht sitzen und zuhören und schreiben MUSS. Das sind dann andere Aktivitäten, die man da macht. Also ich denke, diese Fächer Musik, Sport und Kunst sind ja der Ausgleich zu dem kognitiven Bereich. #00:20:54-9#

I: Für wen? #00:21:31-6#

B. Für die Kinder! #00:21:31-6#

Und für mich als Lehrer? Ich könnte mir schon vorstellen, dass das krank macht. Wenn man das nicht geschickt macht. Aber das ist glaube ich für alle Fächer so. (...) Ich denke oft Lehrer (...) haben (...) versuchen (...) für die Kinder zu lernen, dass sie versuchen diese Verantwortung auf sich zu nehmen. Aber das können sie nicht! Es ist die Verantwortung des Lehrers, die Verantwortung den Kindern zu übertragen. Dass die Kinder ihre Neugierde entwickeln und forschen und (...) Sachen machen. Ähm (...) Und dann sollte das den Lehrer nicht krank machen. #00:21:41-8#

Ich denke auch ganz wichtig ist, dass man auch Rituale einbaut, damit man nicht vor lauter Lärm und Krach taub wird. #00:22:33-0#

I: Eben haben Sie gesagt, das ist in allen Fächern gleich. Oder beziehen Sie den jetzt auf den Musikunterricht? #00:22:39-4#

B: Na ja, extrem ist es natürlich in Musik. #00:22:43-1#

Aber auch in allen anderen Fächern ist das schlecht. Das macht alle unruhig. Auch für die Kinder ist das schlecht. Dass man das schaffen kann, dass man Explorationsphasen hat, wo man laut sein kann. Jetzt im Musikunterricht ist es natürlich extrem, weil man Instrumente hat oder klang produziert, hoffentlich! (lacht) #00:23:03-9#

Das muss man irgendwie strukturieren, damit das nicht einfach laut wird. Und damit da auch Zeit ist, wo man auch in Stille überlegen kann, was habe ich da gehört oder in Stille produziert. Das ist glaube ich ganz wichtig, für alle Beteiligten. (...) #00:23:17-2#

Ja, das ist ganz klar, wenn es den Lehrer krank macht, dass dann da irgendwas falsch ist. Dann muss man überlegen (...), was ist da jetzt nicht gelungen. Das darf nicht sein! Das ist vielleicht manchmal, aber es ist nicht gut. #00:23:35-1#

I: Bitte malen Sie eine Kurve, wie sich die Stressbelastung Ihrer Meinung nach entwickelt. Und kommentieren das bitte. #00:23:52-8#

B: (...) Ich gucke hier in die Zukunft, das kann ich nicht sagen. #00:24:05-4#

I: Was Sie glauben, wie es sein könnte. #00:24:13-5#

B: Stress fing natürlich ganz oben an. Und dann so wie ich mich eingearbeitet habe, war es weniger. Jetzt gegen Ende spitzt es sich wieder zu, weil (...) die Deadlines, der Master ist doch kurz und in der Zeit muss ich die Masterarbeit schreiben, ich weiß noch nicht wie groß das ist, aber das scheint groß zu sein. Da ist das Praktikum dazwischen, Abschlussprüfungen (...) #00:24:15-2#

Jetzt komm ich auf das Ende zu. Da ist jetzt auch diese Zeit, wo Ungewissheit ist. Wann fängt das Referendariat an? Kriege ich die Sachen rechtzeitig fertig für die Anmeldung. All diese Sachen sind ja Fragen. Wenn man Fragen hat, ist immer Unsicherheit da. Und dann verbringt man Energie oder verschwendet Energie, weil man sich Sorgen um diese Fragen macht und kann sich nicht mehr auf die Aufgaben konzentrieren. #00:24:48-7#

Das war am Anfang ja auch so. Wo soll ich hin? Was, wie? Das waren dann die großen Fragen. So wie ich die langsam geklärt habe, konnte ich mich dann richtig auf die Aufgaben konzentrieren. #00:25:18-1#

Und dann hat sich das dann ein bisschen abgebaut. Ganz deutlich. Die Zeit in der Mitte war viel Arbeit, war aber nicht ganz so stressig. #00:25:31-6#

Immer die Übergänge. Das ist ja auch in der Schullaufbahn von den Kindern so. Immer die Übergänge, wenn man nicht weiß. #00:25:42-6#

Auch am Anfang jedes Semesters, wo man nicht weiß, ob man in die Kurse reinkommt, die man braucht und so weiter. Ist immer mit Stress verbunden. #00:25:44-9#

Beruf, ja, mein Wunsch ist so was. Keine Ahnung! Also ich denke, dass wir hier gute Strategien bekommen haben. Ich habe ein gutes Gefühl über (...) den Umgang mit den Standards und mit den Lerninhalten, mit dem System Schule und auch mit kindlicher Entwicklung und so was. Ich habe ein gutes Gefühl über meine Kompetenzen in den Bereichen. #00:25:53-1#

Ich hoffe, dass ich da eine Schule komme, wo zwischen den (...) Erwachsenen, also den Lehrern, der Schulleitung, den Eltern, so eine Art Kommunikation besteht. Ich weiß, das ist oft nicht der Fall, aber es gibt auch Schulen, wo das so geht. Ich denke, wenn man da mit den Kompetenzen, die wir hier erworben haben. #00:26:27-1#

I: Welche? Sie sagen immer die Kompetenzen, die Strategien. Können Sie ganz kurz sagen, was das ist für Sie? #00:26:46-4#

B: Also ganz wichtig ist, finde ich, (...) Klassenmanagement, also Gruppenleitung. #00:26:51-8#

Und Umgang mit Störungen. Also das haben wir auch viel im Lernbereich DAZ. Zufälligerweise glaube ich, weil der Dozent da viel (...) #00:27:00-6#

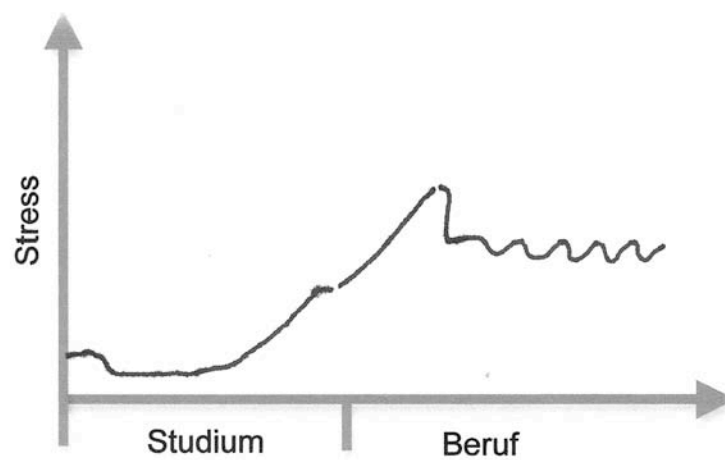
Und dann halt den Blick in die Lehrpläne. Da haben wir ja auch konkret viel gearbeitet. Dass ich dann auch eine Vorstellung davon habe, was die Kinder LERNEN! Habe ich jetzt eine Vorstellung, hatte ich vorher nicht so wirklich. #00:27:12-7#

Und wenn man dann auch noch mit den Eltern und den anderen Lehrern austauschen kann und sieht was die anderen machen und Probleme besprechen kann. #00:27:25-9#

Dann denke ich, natürlich am Anfang ist richtig Stress, eh man sich eingefunden hat. Aber ich hoffe und denke, dass sich das dann abbaut. Dass man in eine Routine reinkommt (...) Das ist ja unheimlich befriedigend, wenn man ein Problem gelöst hat. Und wenn man erstmal ein paar Probleme gelöst hat, dann hat man ja auch diese Fähigkeit entwickelt und auch das Selbstbewusstsein, ich kann das! (...) Also ich bin da zuversichtlich. #00:27:41-9#

Aber das ist natürlich Zukunft. Man weiß nicht (...) Ich kann das nicht wirklich vorhersagen. Ich weiß, dass es extrem stressige Schulen gibt, es gibt extrem stressige Eltern, es gibt auch Kinder, die irrsinnige Probleme haben. Ähm (...) Und das kann auch anders gehen. Es geht bestimmt auch in Wellen. Ich meine (lacht), ist ja ganz normal! Wenn irgendwas dramatisches passiert in der Schule, oder in der Klasse jetzt, das ist ja das faszinierende an Schule, dass die gesamte Gesellschaft da ist. Die Kinder auf allen Verhältnissen und da sind dann halt viele dabei, die große Probleme mitbringen. Das ist ja auch die Herausforderung, dass man (...) damit auch arbeitet. #00:28:19-7#

Okay. Dann bedanke ich mich! #00:29:13-2#



Musiklehrer

Musiklehrerinterview 1

Datum: 08.02.2013

I: Welche der Karten entspricht eher Ihrer momentanen Stimmung? (...) Wie beschreiben Sie diese Stimmung? #00:00:16-1#

B: Entspannt, locker, im Fluss, ausgeglichen. #00:00:30-2#

I: Und woher kommt diese Stimmung? #00:00:33-0#

B: (...) Woher kommt diese Stimmung? Sie kommt daher, weil alles im Fluss ist, alles entspannt abläuft, es positive Ergebnisse gibt und positive Rückmeldung und alles im positiven Bereich ist. Und die Arbeitsbelastung auch nicht zu hoch ist. #00:01:00-9#

I: Warum? #00:01:02-2#

B: Weil ich nur achtzehn Stunden arbeite und eben nur Musikunterricht gebe. #00:01:08-5#

I: (...) Welche dieser Bereiche spielen für Ihr momentanes Befinden eine Rolle und, wenn ein Bereich fehlt, können Sie gerne eine Karte ergänzen. #00:01:24-7#

B: (...) Es spielt ja alles immer eine Rolle / #00:01:32-3#

I: Ja, dann beschreiben Sie mal, was / #00:01:33-2#

B: Aber jetzt eine herausragende Rolle oder wie? #00:01:36-2#

I: Ja, oder was oder wie Sie meinen / #00:01:37-5#

B: Oder überhaupt? #00:01:37-4#

I: Wie hängt es zusammen bei Ihnen? Was ist da wichtig? Oder / #00:01:40-2#

B: Also meine Gesundheit ist im Augenblick angegriffen, auch im Hinblick auf den Unterricht und auf meine Arbeit, weil ich starke Stimmstörung habe und neuerdings einen Tinnitus habe. Und da bin ich eben, das hat jetzt bei mir großen Vorrang. Da bin ich dran. (...) Meine Schule spielt eine Rolle, weil ich mich ja da irgendwie (...) etabliere. Ich muss da etabliert bleiben, obwohl ich eigentlich eine Außenseiterrolle habe, da ich keine Klasse habe und da ich meistens so gehandelt werde, dass "Naja, Musikunterricht geht mich nichts an", den Klassenlehrer, "das wird erteilt und es wird / Ich kann vor meinen Eltern dafür gerade stehen, weil ich WEISS, es ist ein guter Musikunterricht, der da erteilt wird. Und es werden auch immer Ergebnisse vorgewiesen, aber das interessiert mich AUCH nicht". Und Kolleginnen, mit denen ich sehr gut zusammenarbeite bzw. sehr guten Kontakt habe, die gehen nach und nach weg. D. h. in Rente, in Frührente oder in Krankheit oder sie wechseln den Ort. Wir haben also für die dritte bis sechste Klasse (...) das so genannte Haupthaus und die ersten und zweiten Klassen sind abgelegt in einem anderen, in Pavillons untergebracht und wenn die Kollegen dann da hingehen, dann bleiben die da und dann ist eine Zusammenarbeit in dem Haupthaus eigentlich dann nicht mehr möglich. Das spielt also auch im Augenblick eine große Rolle. #00:03:13-3#

Mein Schulleiter, der mich eigentlich von Anfang an unterstützt hat, da hat sich auch herausgestellt, dass der eigentlich nur daran interessiert ist, dass die Schule nach außen gut dasteht. Wenn es Probleme gibt, dann ist es eigentlich nicht so, dass er / Das hat sich aber auch erwiesen, dass er dann hinter dem Kollegen steht, sondern immer nur alles ist darauf bedacht, dass die Eltern zufrieden sind. Mein Unterricht ist zum Glück mein Bereich. Ich hab mir meinen Raum erschaffen. Ich verteidige den und ich habe / Die Kinder kommen zu mir und also mein Unterricht ist eigentlich (...) eigentlich das Highlight, auch in meinem Leben. Es macht mir sehr viel Spaß.

Und mein Privatleben besteht auch aus sehr vielen Aktivitäten, die ich gut eben machen kann, weil ich nicht so belastet bin mit dem Unterricht. So und das kommt noch dazu. Und weiter ist eigentlich nichts. #00:04:15-7#

I: (...) Wir haben ja vorhin über Ihr derzeitiges Befinden gesprochen. Wo ordnen Sie dazu Ihren Musikunterricht ein? #00:04:33-5#

B: Na auch so. #00:04:36-8#

I: Also? #00:04:39-9#

B: Ja. Das habe ich ja auch erlebt ganz lange. #00:04:43-2#

I: Können Sie vielleicht zu beidem etwas sagen? Wenn Sie jetzt sagen: "Jetzt da, aber das war auch." Vielleicht können Sie es kurz näher beschreiben? #00:04:49-2#

B: Also es war eigentlich / Ich bin jetzt 35 Jahre im Dienst. Eigentlich war (...) (?) siebzig Prozent meines Schul-lebens so geprägt, dass mir alles zu viel war, dass ich gemerkt habe, dass ich meine Ziele nicht erreiche. Dass ich gemerkt habe, dass meine Persönlichkeit nicht (...) dem entspricht, wie es in der Schule eigentlich notwendig ist. Also ich war wahrscheinlich viel zu perfektionistisch und hab mir immer viel zu hohe Ziele gesetzt und hab sehr darunter gelitten. Und in dieser Schule bin ich jetzt sechs Jahre und die ersten drei Jahre, die waren noch schlimmer als SO, weil ich im Grunde (...), also drei Jahre gebraucht habe, um da überhaupt den Fuß auf die Erde zu kriegen. Und das ist dann wirklich umgeschlagen in diese Stimmung, weil (...) und das auch zum ersten Mal in meinem ganzen Schulleben und ich hoffe, ich kann meine Laufbahn in der Stimmung und in der Haltung beenden (lacht) (...) weil ich einfach ein großes Ansehen und ein große (...) große, wie sagt man?, also positive Resonanz mir erarbeitet habe, eben in meinem Fach. Und es ist eben auch ein Fach, wo ich (...) nicht ständig selber unter Druck stehe, irgendwas Arbeiten schreiben zu müssen, irgendwelche bestimmten Ziele erreichen zu müssen, sondern ich hab da in dem Fach eben auch sehr viele Freiheiten, was ich mache. Ich kann sehr viel (...) die Kinder kommen lassen und das aufnehmen, was sie, und das weiterführen, was sie wollen. Das ist sehr schön. Also sehr flexibel. #00:06:36-1#

I: Okay. Andere Fächer haben Sie gar nicht, haben Sie jetzt gesagt oder unterrichten Sie auch noch andere? #00:06:43-4#

B: Nein, im Augenblick nicht und wahrscheinlich auch nie wieder. #00:06:46-4#

I: Okay, dann erübrigt sich diese nächste Frage. (...) Sie haben jetzt auch kurz einiges über Belastungen im Musikunterricht oder generell berichtet, die jetzt momentan nicht da sind, aber Sie haben ja gesagt, die waren mal da. Was haben Sie für Strategien, um Belastungen oder Stress zu bewältigen? #00:07:04-4#

B: (...) Meine Persönlichen? #00:07:07-4#

I: Ja. #00:07:07-5# #00:07:09-5#

B: Das ist für mich, für mich ist das Sport. Hauptsächlich Sport, kann ich nur sagen. (...) Sport und halt auch Musik, was ich, die ich privat auch betreibe oder auch als Zuhörer, viel in Konzerte gehen und so. #00:07:27-6#

I: Noch etwas? #00:07:31-2#

B: (...) Naja und Kommunikation mit anderen, um wieder auf einer anderen Ebene auch andere Rückmeldungen zu kriegen, um sich wieder zu regenerieren vor allem von den NEGATIVEN Rückmeldungen, die man dann vorher hatte, ja. #00:07:50-4#

I: (...) Okay. Wenn man so einen Erste-Hilfe-Koffer für Musiklehrer voll machen müsste (lachen), was müsste dann hier noch rein? #00:08:01-0#

B: Ohrstöpsel. #00:08:01-7#

I: Warum? #00:08:03-9#

B: Nein, aber eigentlich jetzt auch nicht mehr bei mir. #00:08:05-1#

I: Ja, aber es könnte ja sein. #00:08:06-5#

B: Es waren eben Phasen da, wo es halt nur laut war, wo man ständig nur gegen Lautstärke ankämpfen musste. (...) Und das ist einfach auch eine Persönlichkeitsentwicklung, also da, was ich, in der Lehrerausbildung ganz wichtige Sachen sind da versäumt worden. #00:08:21-8#

I: Was? #00:08:23-4#

B: Naja, u. a. wirklich auch eine (...) Stärkung des Selbstbildes und eine Stärkung (...) überhaupt Strategien, (...) Persönlichkeitsstärkung. Und ich meine, es ist ja immer etwas anderes, wenn man zwei Kinder zu erziehen hat zuhause, als wenn man achtundzwanzig Kinder von unterschiedlichster Herkunft vor sich hat und auf die, und immer denkt, man MÜSSE, das ist der große Fehler, immer denkt, man müsse auf jeden der einzelnen eingehen, was einem ja auch gesagt wird. Bitte, jeden dort abholen, wo er ist, und jeden individuell behandeln. Und wenn man das ständig eingetrichtert kriegt, dann geht, dann, und da muss so eine Gegenstrategie unbedingt entwickelt werden und, was die Kollegen stark macht, und das geht einfach nicht so. Welche Forderung kann man stellen, was auch einfach den Respekt betrifft und so, den, was man wirklich fordern kann und muss, um ordentlichen Unterricht durchzuführen. Ja. Und dazu muss man gestärkt werden. #00:09:30-3#

I: Mhm (bejahend). #00:09:31-0#

B: (...) So. (...) Einen kleinen roten runden Teppich, (...) auf den man immer dann steigen kann, wenn einem alles zu viel wird und wenn alles über einem zusammenschlägt. (...) Also auch DAS ist so eine Sache, die müsste auch mit in die Lehrerbildung rein. Was tue ich, wenn 28 verschiedene Dinge auf mich einströmen und ich dem einfach im Augenblick gar nicht mehr gerecht werden kann. (...) Musiklehrer? #00:10:12-5#

I: Mhm (bejahend). #00:10:12-5#

B: (...) (überlegt). Ich weiß jetzt nicht, da fällt mir jetzt nichts Besonderes ein. #00:10:36-7#

I: Das war ja auch schon einiges. #00:10:39-0#

B: Also Ohrstöpsel sage ich als erstes, aber im Grunde (...) ja, doch (...) #00:10:52-7#

I: Was sagen Sie denn dazu? (Karte: Musikunterricht macht mich krank!) #00:10:57-6#

B: (...) Das ist eine Lehreraussage? Wie kann ein Unterricht krank machen? Man selber ist doch Initiator dieses Unterrichts. (...) Nicht der Unterricht macht mich krank, sondern der Anspruch vielleicht macht mich krank. Oder die mangelnde Flexibilität macht mich krank. #00:11:26-5#

Oder diese, ich weiß nicht, ob die Ausbildung heute noch so ist. Ich habe die Ausbildung so genossen, dass ich eigentlich im Grunde vorher alle mein Ziele festlegen musste. Dass ich sagen musste, was sagt der Lehrer, was erwarte ich als Reaktion der Schüler. Und wenn man SO ausgebildet wird, dann dauert es lange, dass man sagt, darauf kommt es ja gar nicht an. Sondern im Gegenteil, ne? Stell dich als Lehrer zurück, schmeiß was in die Menge und guck, was die damit machen. Und das ist glaube ich, wer das so gelernt hat, das macht ihn krank dann. Diese Methode. Und überhaupt immer dieses immer zum letzten planen und bis zum letzten sich ausrechnen, wie diese Stunde enden soll oder so. Das macht krank. #00:12:16-9#

(...) aber ich denke, dass man auch eine ganz Menge Erfahrung braucht, um davon weg zu kommen, sich so eng an irgendwas zu klammern. Man muss ja dann auch sehr flexibel sein, man muss ja dann auch reagieren können. Und das lernt man ja nicht beim Studium. Das lernt man ja erst im Laufe der Zeit. (...) Musikunterricht macht mich krank. (...) #00:12:46-0#

I: Sie hatten ja anfangs kurz berichtet vom Tinnitus oder was war das? #00:12:47-8#

B: JA! Aber das ist komischerweise JETZT aufgetreten. Das wundert mich, dass das jetzt auftritt. Vielleicht ist es dieser langjährige Verschleiß, dieses langjährige immer. Ich leide ja unter lauten Geräuschen, das ist ja richtig ein körperlicher Schmerz, wenn da ein Kind neben mir kreischt oder im Treppenhaus oder so. Und das geht ja jetzt schon seit 30 Jahren. Und vielleicht ist es wirklich der Verschleiß. (...) Vielleicht hat es mich ja krank gemacht. #00:13:28-8#

I: Bitte malen Sie eine Kurve, wie sich die Stressbelastung Ihrer Meinung nach entwickelt und kommentieren das bitte. #00:13:47-4#

B: Also wie es bei mir sich entwickelt hat? #00:13:51-2#

I: Ja. #00:13:51-2#

B: Also das Studium, das verlief eigentlich ziemlich (...) ohne Stress. Aber ich habe nie in meinem Leben mich groß angestrengt. (lacht). Ich hab alles so mit mittelmäßigen Leistungen (...) Studium ist hier zu Ende, ja? #00:14:06-9#

I: Mhm (bejahend) #00:14:06-9#

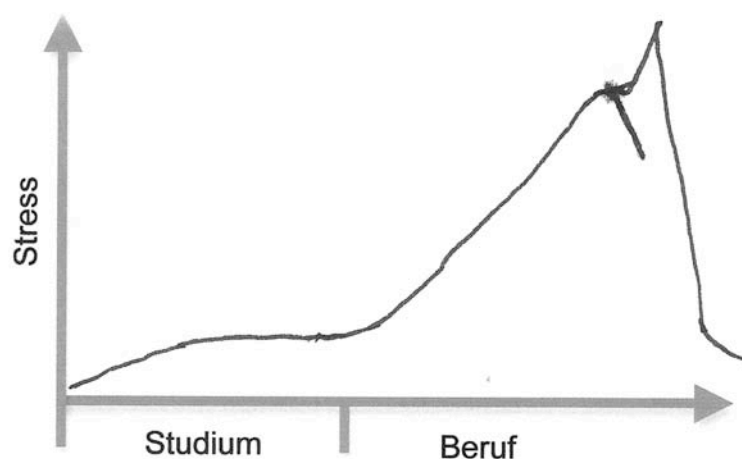
B: So. Der Berufsanfang war auch nicht sehr stressig bei mir, weil ich zum Glück, ich war ganz naiv, und zum Glück hatte ich in den ersten Klassen, die ich hatte, Eltern, die mich sehr unterstützt haben. Die mir gar nicht den Anlass dazu gegeben haben, dass ich denken könnte, ich bin naiv und ich mach alles irgendwie so. #00:14:34-9# Und dann würde ich sagen, dann ging es stark hoch. Am Schluss hatte ich noch mal eine Zeit, da ging es eigentlich wieder runter, da hatte ich auch wieder eine Klasse mit der es wunderbar klappte, funktionierte und so und jetzt, jetzt ist ja das Ende. Dann ging es erst mal schlimmer hoch. Also ich hab die Schule gewechselt vor 3 Jahren und dann ging es noch mal so hoch und jetzt so. Und das ist mein jetziges Level. #00:15:17-5#

I: Können Sie ganz kurz noch was zu Ihrem Studium sagen? Was das für ein Studium war? #00:15:22-2#

B: Tja, ich hab an der PH studiert, Musik als Wahlfach. Von allem so ein bisschen. Dann hab ich noch mit Englisch begonnen und dann hieß es plötzlich nach 3 Jahren, jetzt sollten wir uns doch aber alle um einen Platz an der Schule bemühen, denn es werden ganz viele Lehrer gebraucht und so war es dann auch. Wir haben zu zehnt an einer Schule begonnen, mit zehn Referendaren sozusagen. Und dann habe ich gedacht, wenn ich Englisch unterrichten kann, dann kann ich ja auch mit den 3 Semestern, die ich da studiert habe, kann man ja an der Grundschule, kann man ja alles unterrichten. Und dann bin ich in den Beruf gegangen. #00:16:00-0#

Ja. Und (...) wie gesagt, also ich hab mir nicht groß Mühe geben müssen und (...) dann habe ich sehr viel gelernt durch Fortbildungen, das war ganz hauptsächlich. Also hauptsächlich Fortbildungen haben mich eigentlich zum guten Musiklehrer gemacht. Das habe ich nicht im Studium gelernt. Also im Studium mussten wir Musik und dann noch so Grundlagendidaktik für Deutsch und für alle, für Sachkunde machen, so grundlegende Didaktik. (...) #00:16:48-0#

I: Gut! Dann bedanke ich mich!



Musiklehrerinterview 2**Datum:** 01.03.2013

I: Welche der Karten entspricht Ihrer momentanen Stimmung? #00:00:10-4#

B: (lacht) Keine von den beiden, weil ich gerade meine Arbeitswoche beendet habe, das ist definitiv nicht mit den Händen zu fassen, aber auch noch nicht so, erst wenn ich zu Hause bin. Dafür bin ich jetzt viel zu müde, noch zu sehr auf Trapp. So fühl ich mich nur zu Hause. #00:00:28-6#

I: Und wie beschreiben Sie diese Stimmung? Also noch mal genauer, Sie haben gesagt, keins von beiden. #00:00:34-0#

B: Genau, hier Katastrophe, mir wächst alles über den Kopf, ich bin überfordert, weiß gar nicht, wie ich das alles schaffen soll, und das hier: „Juhu! Hurra! Feierabend!“ Eigentlich entspricht der Schulsituation gar nicht, ich denke in der Schule, würde ich das gar nicht so empfinden, wenn man Erfolg hat, was auch sehr oft passiert, trotzdem ist es nicht was das Bild ausstellt, es ist nicht nur (...) sich freuen, sondern hier ist viel Entspannung und das passiert im Schulalltag, glaube ich, nicht wirklich. #00:01:11-3#

I: Und ihr persönliches Empfinden, jetzt haben Sie gesagt, dazwischen, oder? #00:01:15-7#

B: Dazwischen, weil ich auf keinen Fall frustriert bin, aber ich habe sehr viel getan, damit ich nicht SO frustriert bin heute und musste sehr mich konzentrieren, um Unterricht so durchzuziehen, damit ich nicht frustriert bin von den Ergebnissen, und deswegen bin ich jetzt noch sehr angespannt und müde. #00:01:36-7#

I: Mhm (bejahend). (...) Welche dieser Bereiche spielen für Ihr momentanes Befinden eine wichtige Rolle? Und wenn ein Bereich fehlt, können Sie gerne einen ergänzen. #00:01:54-4#

B: Mhm (bejahend) (...) Also momentan meine Gesundheit, weil ich in (..) ich in einer Woche zu einer OP gehe. Meine Schule ist sehr wichtig, weil, beschäftigt mich sehr, obwohl weniger als letzte Woche, weil ich sehr mich mit Planung beschäftigt habe und das war Hardcore-Job. Ich hab teilweise bis 3 Uhr morgens gearbeitet, damit ich das vor meiner OP noch erledige, weil uns eine Schulinspektion ins Hause steht und ich hasse das wie die Pest, weil im Normalalltag, wenn keine Schulinspektion ist, ist es weniger Druck, weniger Verpflichtung meinerseits und ich muss nichts perfekt machen, ich muss damit arbeiten können. Und wegen der Schulinspektion, vielleicht mache ich mir zu viel Druck, aber ich hab da so viel investiert, dass es auch wirklich bis in die Nacht ging.

Im Bezug auf die OP musste ich das auch machen, damit ich dann nicht überfordert bin, wenn ich nach der OP komme. #00:02:59-2#

Privatleben ist sehr gut, Musikunterricht ist sehr gut, bin ich zufrieden, kostet viel Kraft, aber ich bin zufrieden, mit den Ergebnissen. #00:03:09-0#

Ja, noch ein Bereich, ja mir fehlt, eh gutes Wetter, das wäre das Kärtchen, ich möchte gerne nicht nur Ferien haben, sondern auch einfach Sonnenschein und Privatleben, kommt wie gerufen (beide lachen), Ja! #00:03:24-8#

I: Ok, (...) Wir haben ja vorhin über Ihr derzeitiges Befinden gesprochen und wo ordnen Sie dazu ihren Musikunterricht ein? #00:03:36-0#

B: Naja, definitiv bei den besseren, emotional besseren geladenen, weil ich bin sehr lange schon Musiklehrerin und passiert sehr selten, dass ich so frustriert bin. Eigentlich nur, wenn ich (...) die Klasse aus meiner Sicht nicht unter Kontrolle habe und ich finde Musikunterricht kann man Guten machen, dazu gehört aber, dass die Kinder einem aus der Hand fressen, wenn ich das schaffe, kann ich machen, was ich möchte, läuft gut. Wenn ich diesen Moment nicht geschafft habe, das passiert manchmal bei Vertretungsstunden oder wenn man müde ist oder krank sich fühlt, die Kinder spüren das sofort und wenn ich nicht die Kraft habe, die Macht an mich zu reißen, dann bin ich so, dann quäle ich mich, dann könnte ich heulen, weil ich nicht die Kraft habe, mich durchzusetzen, und das kostet viel Kraft. #00:04:35-8#

Deswegen ich gehe eigentlich vom Umgekehrten, wenn ich in einer Klasse reingehe, übertreibe ich, reiße erst mal an mich, die Kraft, die Macht, und dann fressen sie mir aus der Hand (lacht) übertrieben gesagt und dann

muss ich nicht so sitzen, nicht überfordert und da ich (...) im Moment gar nicht eh schlecht mich fühle, gelingt es mir, die Macht an mich zu reißen, ich hatte jetzt Vertretungsstunde in einer Klasse, in der ich gar nicht Unterricht mache, die ich gar nicht kenne und ich musste jetzt spontan, als sie mich angerufen haben, die Stunde vertreten und das ist eine sehr komplizierte Klasse, da waren zwei Sonderpädagogen, weil wir auch behinderte, geistig behinderte Kinder da haben und das lief sehr gut, ABER ich musste wirklich erst mal streng sein, ich musste erst einmal zeigen, wo es lang geht. #00:05:29-4#

Das tut mir auch leid, ich würde gerne auch anders machen, aber ich habe keine gute Erfahrung damit gemacht. Dann kann ich umschwingen und dann kann ich auch wirklich, ganz, ganz normal und sehr lustig und freundlich sein und alles, aber erst mal Ordnung im Klassenraum schaffen. #00:05:49-6#

I: Und wie empfinden sie Ihren Musikunterricht im Vergleich zu anderen Unterrichtsfächern, die sie unterrichten? #00:05:56-4#

B: (...) Körperlich sehr anstrengend, sehr befriedigend, wenn es mir gelingt, sehr überraschend, weil ich nach wie vor sehr überrascht bin, was alles von den Kindern kommen kann. Und (...) ich mache Musikunterricht gerne und ich mag nur nicht, wenn ich unter Druck stehe, es passiert wenn ich irgendwas muss, zum Beispiel Schulfest vorbereiten oder zu irgendwelchen Konzerten etwas vorbereiten. Da neige ich dazu, selbst eh mich unter Druck zu setzen und leider übertrage ich den Druck auch auf die Kinder. #00:06:34-4#

Deswegen finde ich das entspannter, wenn ich die Zeit habe auch, ja plötzlich im Unterricht in ganz andere Richtung zu gehen, wenn ein Kind kommt und sagt: "Darf ich heute was vorspielen?" Normalerweise müssen sie mir das ankündigen, damit ich das in den Unterricht einbaue, aber wenn ein Kind kommt und sagt das, kann so was entstehen, oder sagt: „Darf ich heute eine CD mitbringen?“ Und dann entstehen, sag ich mal, am Ende der Stunde Sachen, die zwar ich nicht geplant habe, aber wo ich sage: "Mein Gott" #00:07:07-4#

Ein Junge der letzte Woche, der selbst Orgel spielt, das wusste ich auch nicht, er kam mal auf mich zu und hat gesagt: „Darf ich was vorspielen?“ Und dann war Bach. Ich war Baff, so gut kann ich nicht spielen. Und letzte Stunde kam er wieder und hat gesagt: „Ich hab eine CD mitgebracht, darf ich mal vorstellen?“ Ich hab gesagt: „Okay, du musst uns aber erklären warum, was das für eine Musik ist und wir müssen gucken, was wir daraus machen.“ Und am Ende der Stunde entstand ein TANZ, das hat sich so entwickelt, ich hab zwar nicht gemacht, das was ich geplant habe, aber ich stehe nicht unter Druck, weil wir unser Schulfest im September erst haben #00:07:53-6#

und da, da war ich sehr, sehr Stolz, auf die Kinder in erster Stelle und auch auf mich, dass ich dazu überhaupt fähig war, die Klasse soweit zu führen, dass sie wirklich so flexibel mitgehen und so mit Lust und Laune, es war IHR Vorschlag dazu zu tanzen und das sie dann auch machen und entstehen auch wirklich ganz verrückte, ganz interessante Sachen. #00:08:19-1#

I: Also ganz kurz noch mal, so zu sagen im Vergleich zu andern Fächern finden Sie in Musikunterricht wie? #00:08:24-5#

B: Ich finde den überraschend, spannend und sehr anstrengend. #00:08:30-5#

I: Ok, Sie haben jetzt auch einiges über Belastung im Musikunterricht gesagt, also sie haben gesagt, es kann auch anstrengend sein. Was haben sie für Strategien um Belastung oder Stress zu bewältigen, für sich? #00:08:45-1#

B: Konkret im Unterricht, während des Unterrichts oder danach oder davor? #00:08:51-1#

I: Beides. #00:08:51-1#

B: Ich versuche, also von hinten erst mal, ich versuche meine Freizeit nicht mit der Schule zu verbinden, ich versuche hart hier zu arbeiten, aber zu Hause wirklich brauche ich die Zeit für mein restliches Leben, ich darf das gar nicht laut sagen, aber ich mache meine Unterrichtsvorbereitung nicht immer, weil ich relativ lange schon Unterricht mache und dort wo ich sicher bin, läuft das einfach, weil ich mir ganz grob aufschreibe, woran ich arbeite und dann los. Und (...), so was wie letzte Woche, wo ich dann intensiv arbeiten musste an der Planung, das würde ich nicht aushalten, das hat mich richtig runtergezogen, auch körperlich. Da war ich fix und fertig, weil ich hab einfach zu wenig geschlafen auch. #00:09:44-3#

(...) Im Unterricht versuche ich, was mir sehr selten gelingt im Moment, in der Situation, mit der ersten Klasse und Musikunterricht ist siebte Etage, das heißt, ich bin permanent im Wechsel, dritte, vierte, siebte Etage. Und ich muss das alles auch bewältigen, körperlich auch, dass ich nicht so viele Pausen habe, wie es mir lieb wäre. Ich hab heute schon nachgedacht, wie ich das ändern könnte, aber ehrlich gesagt, manchmal sind Tage, wo ich erst nach dem Unterricht, wie jetzt, überhaupt erst dazu komme, was zu trinken oder auf die Toilette zu gehen. #00:10:24-8#

Ich sollte daran auch noch arbeiten, dass ich die Pausen selbst auch nutze. Aber da ich Aufsichtspflicht habe und die Klassen wechseln, ist es für mich im Moment noch ein Ziel. Vor allem mit den Erstklässlern. Im Unterricht versuche ich Phasen einzubauen, wo ich mich rausnehme. Und wenn ich gut bin, dann machen meine Klassen das dann auch. Dort, wo die mich schon kennen, wo ich mich durchaus rausnehme und sie arbeiten in Gruppen zum Beispiel zwanzig Minuten. Wo sie malen zu Musik, das ist für mich auch entspannend. Wo sie Bewertung alleine machen. Also ich versuche nicht immer aktiv zu sein. Manchmal am Anfang muss man das, aber je länger man die Klasse kennt und je länger die Klasse einen kennt und man den Kindern beigebracht hat, was eigentlich erwartet von Ihnen wird, dann kann ich mich durchaus aus dem Unterricht rausnehmen. Ich sitze nur da, gehe auf Toilette, trinke was und weiß, es läuft, überprüfe nur in unterschiedlichen Räume, wie läuft das. Mische mich ein, wenn es nötig ist. Ansonsten nur überwache ich das. Und dann führe ich die Klassen zusammen und dann gibt es eine Vorstellung, wo alle Gruppen ihre Ergebnisse vorstellen, vortragen und auch wir gemeinsam auswerten und wir dann so eine Art Konzert mit Auswertung haben. Aber dazu gehören zwei Stunden, Doppelstunden! #00:11:58-3#

I: Aha. #00:12:00-6#

B: Das ist auch, was ich entspannend finde. Und habe schon seit zwei Jahren meine Schulleitung gebeten, wenn es geht, dass man Musikunterricht bei mir als Doppelstunde macht. (...) Das ist für mich auch ein entspannender Moment, wenn ich nicht permanent wechsele, sondern weiß, ich hab jetzt fast zwei Stunden mit den Kindern in Ruhe zu arbeiten. #00:12:26-2#

I: Wenn Sie so einen Erste-Hilfe-Koffer für Musiklehrer voll machen müssten, was müsste hier rein? #00:12:33-6#

B: Viel Wasser, Kaffee, bequeme Schuhe, Pflaster für die Kinder, die nicht ruhig sein können (beide lachen), um den Mund zuzukleben. (...) Mh, Musiklehrer. Irgendwelche Glücksspielen, damit die Sonne scheint. Ähm, ja, vielleicht manchmal so ein Kärtchen mit Auszeit, fünf Minuten einfach für sich selbst. Extra Zeit im Unterricht. #00:13:08-9#

I: Mhm (bejahend). Und was sagen Sie dazu? #00:13:11-3#

B: (...) Ich versuche, dagegen anzukämpfen, dass Musikunterricht mich krank macht. Also ich bin körperlich nach Musikunterricht RICHTIG K O, mental eher auf Trapp, so richtig angespannt, weil es viel Action ist, (...) Es gelingt mir selten (...) mit wenig geistigem und körperlichem Einsatz in Musik diese Ergebnisse zu kriegen, die ich gerne hätte. Es gehört manchmal ein paar Jahre harte Arbeit dazu, bis ich meine Klasse soweit habe, dass ich mich entspannt von Anfang bis zum Ende selbst fühle und auch trotzdem die Ergebnisse, die ich gerne hätte, rausbekomme. #00:14:07-3#

I: Mhm (bejahend). (...) Bitte malen Sie eine Kurve, wie sich die Stressbelastung Ihrer Meinung nach entwickelt. Und bitte kommentieren Sie das. #00:14:24-0#

B: Ich überlege (...) Also ich hatte eine besondere Situation. Im letzten Jahre habe ich noch neben der Arbeit drei Semester, oder letzte anderthalb Jahre, drei Semester noch ein Ergänzungsstudium gemacht, für ergänzende Staatsprüfung. Und das war dann noch mal Stress. Deswegen weiß ich jetzt gar nicht, wie ich das hier bewältige, denn ich hab mehrere Male studiert (lacht). #00:14:51-6#

I: Ja dann schreiben Sie das einfach mit rein. Also kommentieren Sie beispielsweise zweites Studium berufsbe-
gleitend, oder / #00:14:59-0#

B: Mhm (bejahend). Genau! Also Studium damals, da ich ein kleines Kind hatte, fand ich es nur anstrengend als meine Tochter dann geboren wurde. (...) Aber davor fand ich das sehr interessant. Sehr entspannend. Es war mir klar, dass es harter Job sein wird. Praktikum fand ich total bescheuert. Da habe ich zum ersten Mal erfahren, wie schwierig es ist, das, was man gelernt hat und was man gerne hätte, im (...) Unterricht durchzusetzen. Ich habe ein Foto, was ich später erst nochmal in die Hände bekommen habe, als ich Praktikantin damals war und in der

Klasse stand mit Akkordeon und die Kinder, MEIN GOTT, die Kinder gucken, SO sitzen sie und machen Fratzen, es war FÜRCHTERLICH anscheinend! Aber, das erinnert mich an die Erfahrung damit, es ist nicht einfach im Musikunterricht das zu vermitteln, das, was man gelernt hat und verpflichtet ist, den Kindern weiter zu geben. #00:16:11-6#

Dann war ein Stressfaktor meine kleine Tochter. Beruf war wahnsinniger Stressfaktor. Anfangserfahrung war FÜRCHTERLICH. Das was man gelernt hat, ist überhaupt nicht ausreichend und (...) weit entfernt, womit man wirklich im Unterricht zu tun hat. Ich fand, dass man uns nicht beigebracht hat, wie man den Musikunterricht so macht, dass man wirklich mit gutem Gefühl aus der Klasse herausgeht. Dass die Kinder was gelernt haben und man selbst sich verwirklicht hat oder das, was man sich vorgenommen hat. Vielleicht wäre die Methode zu sagen, okay, aber ich hab die Stunde überstanden, wäre auch richtig. Aber ich hatte anscheinend eine andere Einstellung und ich fürchte, ich hab sie immer noch. #00:17:06-8#

Berufsjahre, abhängig davon, ob man neue Fächer hat oder nicht, unterschiedlich stressig. Dann war bei mir das Zusatzstudium. (...) Das war interessant, wieder Stress, aber eher, weil ich körperlich gefordert wurde. Da wiederum habe ich im Unterricht den Ball flach gehalten. Also, es gab leider Stress mit einer Klasse, die ich neu übernommen hatte, mit den Eltern. Und ich musste da erst mal mich damit auseinandersetzen. Aber ansonsten, ja, es war nur wegen dem Studium. Und jetzt bin ich ein halbes Jahr nach dem Studium, ja. Und habe eine erste Klasse (...) und hoffe, dass es nie wieder zu einem Studium kommt oder zu Stress (beide lachen). #00:18:04-4#

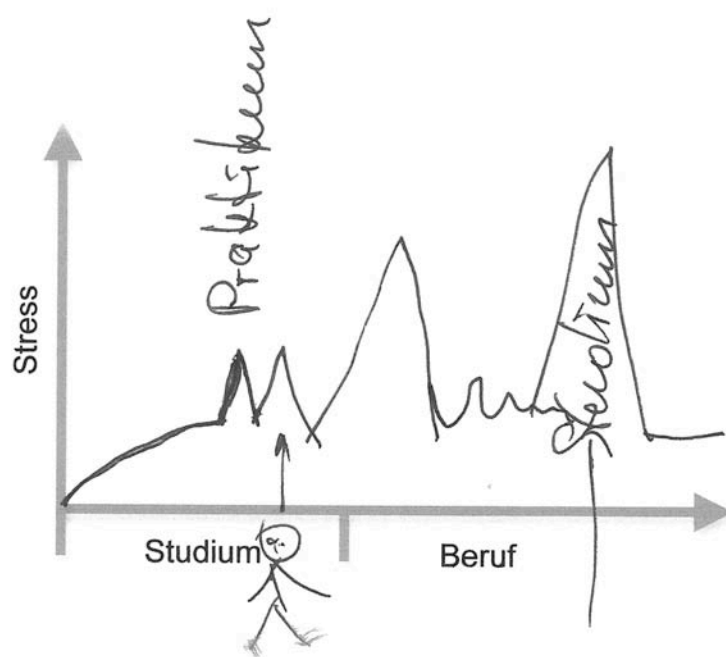
I: Darf ich noch kurz fragen, wo Sie studiert haben? #00:18:07-0#

B: Im ... (osteuropäischer Staat). Am Anfang. Und dann hier an der Uni letztes Jahr. Mein Abschluss. #00:18:18-8#

I: Also an einer Musikhochschule? #00:18:20-8#

B: Nein. Das war nur (...) Fachschule für Musiklehrer und musikalische Erziehung. Und zweites Mal war das ein Fernstudium, das war auch stressig. Als meine Tochter etwas größer wurde, dann habe ich noch mal studiert und zwar Grundschulpädagogik. Und da ich im ... (osteuropäischer Staat) studiert habe, wurde es hier nicht anerkannt. Und deshalb musste ich letztes Jahr noch mal ein Zusatzstudium, Ergänzungsstudium für ergänzende Staatsprüfung. Um an das Geld zu kommen, was mir eigentlich schon früher zustand, aber (...) Okay. #00:19:00-7#

I: Bedanke ich mich! Pünktlich zum Klingeln!



Musiklehrerinterview 3**Datum:** 06.03.2013

I: Welche der Karten entspricht eher Ihrer momentanen Stimmung? #00:00:19-0#

B: Links. #00:00:20-7#

I: Mhm. (bejahend) Wie beschreiben Sie diese Stimmung? #00:00:23-7#

B: Ja, ich hab jetzt eigentlich sieben Stunden am Stück unterrichtet und, wenn ich dann rausgehe, bin ich schon ein Bisschen, sagen wir mal, schon ermüdet auf jeden Fall. Aber ich fühl mich heute nicht gestresst. Ich hatte eigentlich nur einen netten Klassenunterricht. Ich habe heute unterrichtet in einer Sechsten, einer Fünften, einer Vierten und einer Arbeitsgemeinschaft klassenübergreifend vier, fünf, sechs. Das ist auch so mein Bereich. #00:00:55-9#

I: Mhm (bejahend). Und können Sie, haben Sie ja jetzt schon kurz geschrieben... Aber woher kommt genau jetzt diese Stimmung bei Ihnen? #00:01:01-9#

B: Ähm, ja, das ist irgendwie so ein Bisschen (...) Ja, ich hab einen Tag hinter mir, da hat man irgendwie was geschafft. Ist jetzt auch nicht so, dass man in der Schule jeden Tag hundertprozentige Ergebnisse erkennen kann, aber so / Da spielt vielleicht meine Erfahrung eine Rolle. Ich weiß dann, im Laufe des Schuljahres entwickelt sich etwas und auf jeden Fall ist da heute ein kleiner Baustein dabei gewesen und ja. Das ist so die Stimmung. Das andere ist, kann man ja auch sagen, ich habe heute noch um 19 Uhr noch meine Bigband-Probe, wo ich Kontrabass spiele. Da freue ich mich schon drauf. #00:01:36-7#

I: Aha. Super. Leiten wir dazu über nämlich – Sie haben es schon angedeutet – Welche dieser Bereiche spielen für Ihr Befinden eine Rolle und wenn ein Bereich fehlt, können Sie den gerne noch ergänzen. #00:01:51-7#

B: Ja, ganz klar, alle natürlich, muss ich letztendlich sagen. Also es ist ja so, bei meiner Gesundheit - toitoitoi - ich besuche nur selten den Arzt. Jetzt zum Beispiel beginnt die Allergiezeit, dann brauche ich irgendwann meine Allergiepillen, aber ansonsten habe ich bisher zum Glück keine größeren Probleme gehabt. Bin eigentlich ein Bisschen, vermessener weise, stolz darauf, dass ich im Jahr vielleicht im Schnitt so drei, vier Fehltage habe und mehr nicht, denn eigentlich, die die mehr haben, das ist halt Schicksal. Man kann wirklich nichts dafür. Es gibt welche, die sind einfach anfälliger oder haben leider dann auch schon schwere Krankheiten und naja. Insofern, "Gesundheit" ist für mich jetzt kein großes Thema. Mein Musikunterricht ist mir wichtig, sag ich auch ganz ehrlich. In der Schule ist es für mich sozusagen doch das wichtigste Fach. Ich bin Klassenlehrer und in der Grundschule unterrichtet man als Klassenlehrer eigentlich durchweg alles. Ich hab im Rahmen meiner Tätigkeit in den letzten, inzwischen 26 ½, Jahren alle Fächer unterrichtet, außer Sport. Das geht nicht so gut. Und, sage mal, Musik ist mein Studienfach, eines meiner Studienfächer und das ist mir sehr wichtig und ich stell jetzt auch im Nachhinein fest - ich habe halt Musik und Geschichte studiert - dass Geschichte für mich sehr zweitrangig geworden ist, halt auch im Rahmen der Tätigkeit an der Grundschule, wo man immer nur von der Steinzeit bis maximal frühes Mittelalter unterrichtet. Das ermüdet etwas und im Musikunterricht habe ich einfach mehr Spielräume, kann dann auch mehr so meiner Kreativität Raum lassen, Sachen entwickeln, die das Curriculum... Sowohl das allgemeine, als auch unser schulinternes ist eigentlich so offen, dass man zwar bestimmte Sachen machen sollte und die eigentlich auch immer machen muss, um überhaupt seine Projekte machen zu können. Aber im Grunde kann ich doch selber Schwerpunkte setzen und Projekte entwickeln und das ist mir sehr wichtig. Ja. Mein Privatleben ist natürlich auch sehr wichtig. Dass ich ein schönes Zuhause habe mit der Familie, das so weit gut läuft. Das ist so, denke ich, sicher eine Basis dafür, dass ich in der Schule gut unterrichten kann. Ja, meine Schule, die Humboldthain-Grundschule, ist tatsächlich jetzt so richtig "meine" Schule, weil ich da sehr sehr lange bin und ich, denke, inzwischen auch einen ziemlich entscheidenden Einfluss darauf hatte, wie diese musikbetonte Schule sich entwickelt hat und wie sich das im Musikbereich speziell ausgerichtet hat und das finde ich halt schon sehr wichtig. #00:04:53-3#

I: Wir haben ja vorhin über Ihr derzeitiges Befinden gesprochen. Wo ordnen Sie dazu Ihren Musikunterricht ein? #00:05:01-2#

B: Hm. Also, da fehlt eigentlich fast ein Bisschen ein Bild. Also ich hab mit Sicherheit keine großen Kopfschmerzen mit dem Musikunterricht. Aber das sieht jetzt so ein Bisschen nach "Hans-guck-in-der-Luft" aus und

ich hab da / Ich denke immer, ich versuche zumindest, sagen wir mal, sehr aufmerksam zu sein und alle Sinne offen zu halten für die Schüler, für die Musik, für die Kunst im Allgemeinen und für die Vermittlung dieser Sachen. Und insofern ist mir das Bild mit dem Herrn da im Sofa vielleicht ein Bisschen zu relaxed für meinen Musikunterricht. Das ist für mich eher / #00:05:40-7#

I: Das heißt, wenn man es so schiebt... #00:05:41-4#

B: Also vielleicht eher schon locker, aber nicht ganz so locker. Das ist so ein Bisschen freizeitmäßig da. #00:05:49-9#

I: Also können Sie nochmal genauer beschreiben, was daran jetzt sozusagen, wenn Sie sagen, "entspannt" oder "locker" ist? Was genau am Musikunterricht? #00:05:58-3#

B: Ja, ich denke auch durch die lange Erfahrung. Ich hab einfach in der Schule mich so organisiert, dass es nicht sehr stressig ist, Musikunterricht zu machen, in dem ich Instrumente und, ach, alles Mögliche zu benutzen, alles, was mir in den Sinn kommt, weil ich natürlich einerseits die Materialien in den Räumlichkeiten, die bei uns in der Schule vorhanden sind, die, nebenbei, auch ganz gut organisiert sind, schnell zur Verfügung habe und es gibt mehrere verschiedene Räume. Ich kann also die auch nutzen und da rein gehen, so ein Bisschen natürlich, ob andere Kollegen da sind, guckt man auch, ist klar, aber sonst.. Das ist für mich relativ locker, sag ich mal. Das Andere ist auch, ich glaube, dass ich inzwischen so Lerngruppen eigentlich nach kurzer Zeit so einschätzen kann, dass ich ungefähr weiß, was ich mit denen machen kann. Also sowohl, was ich von denen fordern kann, wo ich sie fördern muss und auch, sagen wir mal, wie das soziale Zusammenspiel in der Gruppe funktioniert. Und alles hängt ja irgendwie zusammen und die Ressourcen versuche ich zu nutzen. Wir haben eine Besonderheit. Bei uns an der Schule gibt es ja auch Kinder, die Instrumente lernen. Auch das kann ich super nutzen. Wir sind eigentlich auch ein richtig gutes Team in der „Musiketage“, wie das bei uns heißt. Also mal einfach gesagt, wenn ich in der dritten Klasse irgendwie ein ganz einfaches Kinderlied mache, was die auch gern singen und dann anfangen das zu musizieren und dazu vielleicht einen Mini-Begleitsatz schreibe, dann kann ich halt auch die Melodie ganz schnell mal dem Flötenlehrer geben, der mit den Kindern das macht oder der Geigenlehrerin und so weiter. Beziehungsweise inzwischen weiß ich eben auch schon genau, sagen wir mal, in welchem Bereich die überhaupt spielen können, so dass ich auch, also natürlich auch im Grunde, im Laufe der Erfahrung, weiß ich dann inzwischen schon "Okay, in der Tonart kann ich das machen". Dann spiel ich es halt so und dann können möglichst viele mitmachen und, weiß ich nicht... Schwierigkeiten gab's früher immer noch, weil ich dann auch immer dachte "Okay, jetzt soll eine Gitarre und eine Klarinette zusammen", aber dann wird halt ganz knallhart, Kapodaster, umgestimmt, alles völlig pragmatisch gesehen. Wir arbeiten dann irgendwie so, dass wir das zusammenkriegen. Und das habe ich inzwischen so im Blick, dass ich dafür nicht mehr irgendwie stundenlang abends sitze und mir Kopfschmerzen machen muss. #00:08:42-0#

I: Und, ähm, unterrichten Sie auch noch andere Fächer? #00:08:44-2#

B: Ich unterrichte zurzeit – ich fange mal aufzuzählen – Deutsch, Englisch, Geschichte, Erdkunde, Musik. Fünf Fächer? Ja. #00:08:56-4#

I: Und wie empfinden Sie Ihren Musikunterricht bezogen auf Belastungen im Vergleich zu anderen Fächern? #00:09:02-1#

B: Ähm. Also es ist, sagen wir mal, körperlich und akustisch oft anstrengend, weil man muss ja sehr viel Einsatz zeigen. Und insofern ist es ganz gut, wenn ich dazwischen dann auch mal wieder eine Deutsch- und eine Englischstunde habe, die ja trotz allen modernen Unterrichtsansätzen irgendwie doch viel mehr schriftlich sind, sodass man da auch einfach selber seine Ressourcen... damit haushalten kann. Das ist sonst... Also so sechs Stunden Musik am Stück ist so, dass man körperlich dann eigentlich schon ziemlich fertig ist und... Da kann einem das schon mal passieren, dass man so in der sechsten Stunde da steht und eigentlich gerade überlegt: „Moment mal, welche Klasse ist es? Was unterrichte ich hier eigentlich?“, weil man selber nicht mehr folgen kann. Also das powert einen richtig aus. #00:09:57-7#

I: Sie haben jetzt auch kurz einiges über Belastungen im Musikunterricht berichtet. Was haben Sie für Strategien, um Belastungen oder Stress zu bewältigen? #00:10:06-5#

B: (...) Gute Frage! Also Belastungen hatten wir ja eben schon so, dass ich sage, okay, ich muss halt sehen, wie ich mit meinen Kräften haushalten kann. Jetzt ist die Situation insofern sogar ganz glücklich, dass ich verschiedene Fächer habe, eben nicht, dass ich an einem Tag den ganzen Vormittag Musik unterrichte. Da wird's sehr

schwierig, da muss man dann auch tatsächlich irgendwie im Musikunterricht sich Rückzugsmöglichkeiten schaffen. Das finde ich irgendwie relativ schwierig, geht auch, ergibt sich auch manchmal, aber das so vor auszuplanen und dass das genau an der Stelle passt, ist meistens ein Bisschen heikel. Also dann müsste ich immer sozusagen so planen, dass ich dritte, vierte Stunde einen DVD-Ausschnitt habe oder so was. Und das passt einfach nicht immer. Man braucht den mal, aber es kann ja nicht sein, dass ich nach meinem Stundtafeltag sozusagen plane, wann ich da eine DVD spiele, um mal selber wieder Luft zu holen. #00:11:10-3#

Also die Strategie bei mir ist tatsächlich ein Bisschen so, gebe ich zu, dass ich in den Fächern, die (...) also nicht in Musik, sondern in Englisch, Deutsch, gerade in diesen Fächern, oft nach den Musikstunden, wo viel los war, eher erst mal bei denen anfangen und die haben dann am Anfang eine Übephase. Also die müssen zum Beispiel ein Arbeitsblatt bearbeiten und das in dem Falle auch, weil ich schon vorher schon andauernd Gruppen hatte, dann sind die auch mal alleine dran. Dann machen die das alleine und dann wird das so richtig klassisch ausgewertet in Frontalunterricht und dann (...) ist ja wieder Luft geholt, dann kann man immer noch andere Sachen machen, weiß ich, im Englischunterricht, diese berühmte, dass man so kleine Szenen spielen lässt, dass die insprechen kommen. Das kommt eher so am Ende der Stunde, das kann ich nicht so aus dem Stand vom Rübergang vom Musikraum zum Klassenraum gleich dahinter schalten, das geht nicht. #00:12:13-0#

I: Noch weiter Bewältigungsstrategien? #00:12:13-0#

B: Also ich hab (...), ich weiß nicht, ob man das Strategie nennen kann. Es ist vielleicht ein Bisschen auch eine Gabe. Ich kann aus der Schule raus gehen und hab eigentlich, wenn ich um die nächste Ecke gegangen bin, die Schule hinter mich gelassen. Also das ist so was, das können viele nicht, das gelingt einem auch, also mir gelingt es auch in manchen Fällen nicht, aber in der Regel schon. Es klingt manchmal ein Bisschen hart, weil in dem Brennpunkt, wo ich da bin, habe ich ja gerade als Klassenlehrer oft mit Kindern zu tun, wo katastrophale häusliche Verhältnisse sind. Und am Anfang in den ersten Jahren hat man sich gedacht, man muss die Welt retten und sich um jeden kümmern. Und alles aufholen, was Gesellschaft und Elternhaus und so nicht geschafft hat und irgendwann wächst dann die Erkenntnis. Okay, in meinem Bereich mache ich es so gut es geht. Und, wenn die bei mir musiziert haben und Zugang zu musisch, ästhetisch künstlerischen Dingen gefunden haben. Und sei es auch nur für die Zeit, die sie bei mir sind, dann haben sie zumindest in den Jahren, was richtig Gutes gelernt. Schön ist dann zu sehen, das sind aber eher die Ausnahmen. Wenn ich dann Schüler treffe, von denen man überhaupt nicht erwarten konnte, dass sie so einen Weg nehmen, die mir dann erzählen, dass sie zum Beispiel einen Abschluss als Trompeter an der Hans-Eisler-Musikhochschule gemacht haben. Die mal irgendwann bei mir in einer Kinderband gespielt haben und aus einem Elternhaus kommen, wo noch nie jemand studiert hat. Da denke ich dann immer so, nicht dass ich mir das auf die Fahnen schreibe, aber wir haben den zumindest mal in eine Richtung geschoben und der wusste dann, was ihm Spaß macht und wo er hin will. Aber das ist natürlich eine Ausnahme, klar. #00:14:10-2#

I: Wenn man so einen Erst-Hilfe-Koffer für Musiklehrer voll machen müsste, was müsste da rein? #00:14:15-9#

B: Mh (...) Also so einfache Werkzeuge könnte ich da jetzt schwer reinpacken, muss ich ehrlich sagen. Also ich denke, mh, ne gewisse Distanz zu seinem eigenen Unterricht ist gut. #00:14:31-5#

Das man auch, also das lernt man nach und nach wirklich erst ganz spät, seine Erfolge zu relativieren, weiß seine Erfolge in Führungszeichen. Denn auch die sind nicht wirklich programmierbar, sondern dann in gewisser Weise dann auch immer Zufallsprodukte. Und vor allen Dingen aber auch die Misserfolge wirklich auch so aus der Distanz betrachten kann. Es gibt manchmal natürlich welche, gerade am Berufsbeginn, die tatsächlich mit methodischen Fehlentscheidungen und der Unterrichtsplanung usw. hängen. Aber es gibt auch welche, die sind absolut unbeeinflussbar. Und da kann man nicht viel sagen. Also was ich mit zunehmender Erfahrung immer wieder merke ist, wenn man das reflektiert, dann hat man sogar eine Chance, an manchen Stellen noch mal was zu drehen und zu kriegen, was eigentlich schon verloren war. #00:15:33-9#

Also es gibt so Klassen, fällt mir jetzt gerade so ein, da geht man rein als Musiklehrer mit zwei Stunden die Woche und da ist die Stimmung sowieso völlig am Boden. Und da sind immer zwei oder drei, die immer egal was man macht, ööööh, alles mies machen. Und wenn man das so verstanden hat, dass das so ist. Wenn man sich die dann mal persönlich vornimmt und denen auch mal deutlich sagt, also du machst das eigentlich immer mies und alle anderen haben auch keine Chance hier was gut zu finden und etwas Schönes zu lernen, weil du die Sache so mies machst. Wenn's dir nicht gefällt, bleib einfach ruhig. Dann funktioniert das manchmal noch und da braucht man relativ viel Zeit. Das kann man nicht in den ersten zwei Jahren. Da muss man einfach erstmal eine Distanz entwickeln zu den Unterrichtsinhalten, zu den Unterrichtserfolgen und -misserfolgen und auch zu der gesamten Unterrichtssituation und Klassensituation. Das ist so eine Berufserfahrung denke ich. Und das wäre

natürlich schön, wenn man das haben könnte. Weiß ich nicht, ist schwer. Kann man nicht so aus der Tasche ziehen, finde ich. #00:16:51-0#

I: Was sagen Sie denn dazu? (Karte: Musikunterricht macht mich krank!) #00:16:54-3#

B: (...) Also mich macht Musikunterricht überhaupt nicht krank. #00:17:00-9#

Ich hab aber im Laufe der vielen Jahre aber diverse Kollegen erlebt, die da wirklich Probleme hatten, die der Musikunterricht auch krank gemacht hat. Ähm (...) Also, wenn ich versuche, mal so zu überlegen, es sind oft auch Leute, die (...) vielleicht nicht ganz bewusst die Entscheidung getroffen haben, Musiklehrer an der Schule zu sein. Ich hab jetzt Kolleginnen vor Augen, die vielleicht lieber Geigerinnen geworden wären. Oder Flötistinnen oder so was. Und da auch, das kann ich eigentlich gar nicht einschätzen, das ist auch völlig unerheblich, gut sind und sich da wirklich sehr intensiv mit beschäftigen. Und (...) das ist doch irgendwie ein anderer Erlebnishorizont als das was in der Schule tatsächlich passiert. Und wenn man dann ständig sozusagen den Spagat macht und eigentlich denkt, ich wäre lieber woanders und bin gar nicht richtig hier, dann funktioniert das am Ende nicht, das ist so ein Bisschen der Punkt. #00:18:13-3#

Ich glaube das wäre schön, wenn man, jetzt denke ich an die Musikstudenten, wenn man da vorher so doch noch versuchen könnte, noch mal sehr genau auf den Zahn zu fühlen, ob es wirklich Leute sind, die Lehrer werden wollen oder eigentlich welche, die Musiker werden wollen? #00:18:34-9#

Und das Problem ist sehr vielschichtig. Also ich für mich selbst nehme in Anspruch, dass ich Musiker bin, ich habe nach meinem Studium im Opernorchester eine Aushilfe gemacht und hab als Jazz-Musiker ein Jahr oder zwei gelebt, gespielt und so. Und hab dann aber aus der Situation heraus, also diese Leben so weiß ich nicht, heute Geld morgen nicht, das will ich nicht machen und mir fehlte auch der Kontakt so zu Menschen, zu normalen und auch kleinen Menschen und nicht immer nur in der Szene da rumhängen und mit nur so Leuten da reden. Das war für mich nicht (...) das war mir zu einseitig. Und dann konnte ich mich dafür entscheiden und hab dann auch die Schule ziemlich bewusst gewählt. Und ich glaube, das ist ein wichtiger Schritt. Wenn man das bewusst auswählt, dann wird es einem leichter fallen als wenn man sozusagen reinschlittert. #00:19:43-3#

I: Bitte malen Sie eine Kurve, wie sich die Stressbelastung Ihrer Meinung nach entwickelt und kommentieren das bitte. #00:19:54-8#

B: Stress, Schule, Studium und Beruf. Also ehrlich gesagt, mein Studium liegt schon so weit zurück, dass ich da kaum noch so genau weiß, wie stressig das war (beide lachen). Das ist jetzt schon viele Jahre her. Also ich glaube, am Berufsanfang ist die Kurve relativ hoch, da bin ich mir ziemlich sicher, weil man einfach vor so vielen neuen Anforderungen steht. Und wenn es gut läuft, dann wird sie nicht geradlinig aber vielleicht so in Wellenlinien so nach unten zeigen, also ganz ohne Stress geht's auch nie ab. #00:20:28-8#

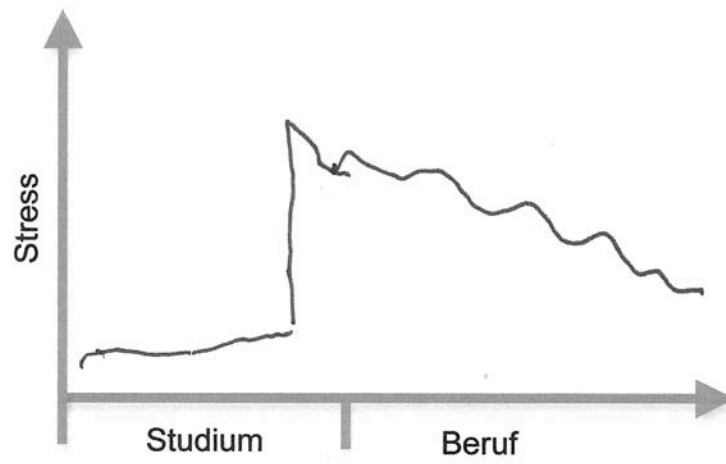
Im Studium, ich bin wirklich überfragt. Ich kann mehr so sagen (...) ich glaub das Studium war Ende der 70er, Anfang der 80er Jahre ganz anders als heute. #00:20:45-9#

I: Was war das für ein Studium? Wo war das? #00:20:44-2#

B: Ich habe an der Universität Düsseldorf und an der Universität Köln studiert. Und das war halt so, ich hab eigentlich studieren können, was ich wollte. Und am Ende musste man dann so zwei Scheine, meiner Erinnerung nach, im Grundstudium und zwei im Hauptstudium haben. Und ich hab das eigentlich hauptsächlich Kontrabass gespielt und nebenbei zwei Scheine pro Fach abgeliefert, so, #00:21:13-9#

und dann geht im Referendariat schon richtig hoch und dann gehts so, so würde ich sagen. #00:21:22-2#

I: Gut! Dann bedanke ich mich!



Musiklehrerinterview 4**Datum:** 07.03.2013

I: Welche der Karten entspricht eher Ihrer momentanen Stimmung? #00:00:09-2#

B: Die freundliche Karte. Ja. #00:00:14-1#

I: Wie beschreiben Sie diese Stimmung? #00:00:15-1#

B: (...) Also für mich ist immer wichtig, dass ich nach vorne gucke, dass ich neue Pläne habe, an denen ich arbeite, und das motiviert mich dann auch, wenn ich wieder (...) neue Projekte habe und sei es musikalisch oder auch organisatorisch wie jetzt im Schüleraustausch mit Wuppertal. Das macht zwar viel Arbeit, aber (...) ja, trotzdem freut man sich darauf und (...) dann motiviert einen das auch. #00:00:44-6#

I: Okay. Und daher kommt diese Stimmung oder können Sie noch mehr sagen, woher diese Stimmung kommt? #00:00:48-9#

B: Die Stimmung kommt auch daher, weil es (...) in den letzten Monaten auch Stress hier im Kollegium gab und (...) da hab ich mal den Vorsprung gewagt und bin offensiv damit umgegangen und (...) danach geht es mir jetzt auch erst mal besser. Ja. #00:01:06-9#

I: Okay. (...) Welche dieser Bereiche spielen für Ihr momentanes Befinden eine wichtige Rolle? Und wenn ein Bereich fehlt, können Sie den gerne ergänzen. #00:01:20-1#

B: (...) Ja, meine Woche ist sehr ausgefüllt. Eigentlich von morgens um acht bis abends um elf habe ich Programm, aber (...) Freizeit würde mir noch fehlen, die zwar viele Leute nicht als Freizeit bezeichnen würden, aber für mich ist, wenn ich auf meine Tierweide (Tierart anonymisiert) gehe und meine Tiere (Tierart anonymisiert) füttere und so, dann ist das für mich Entspannung und (lacht) Freizeit. #00:01:55-6#

I: Aha. #00:01:57-3#

B: (...) Oder wenn ich abends noch eine Probe mit meinen Blechbläsern habe, dann ist das zwar auch Musik, aber trotzdem für mich (...) eigentlich Freizeit, weil ich das ja freiwillig innerhalb meiner freien Zeit mache. (...) Ja, sonst sind die alle, ist alles wichtig. #00:02:20-4#

I: Mhm (bejahend). #00:02:21-2#

B: Ja, je nach dem. Also an die Gesundheit denkt man nicht so viel, wenn man gerade gesund ist, aber wenn man irgendetwas hat, dann spielt das natürlich sofort eine Rolle, ob mal der Zahn zieht oder der Rücken oder (...) dann, ja dann versuch ich auch Gesundheit nach vorne zu nehmen, aber das fällt meist schwer, weil die andere Zeit schon so verplant ist, dass man nicht von heute auf morgen viel absagen kann. (...) Ja, sonst würde ich das alles / #00:02:50-9#

I: (...) Können Sie eventuell auf einen der Bereich noch näher eingehen? Wenn Sie sagen, dass spielt eine Rolle für Ihr momentanes Befinden? Inwiefern? Also / #00:03:04-4#

B: (...) Ja, das hab ich hier schon gesagt. Musikunterricht (...), ja bin ich froh, dass ich nach vielen Jahren meinen Musikunterricht so organisiert habe, dass ich nicht mehr abends vorbereite, auch nicht mehr für morgen und auch nicht für nächste Woche, sondern immer über Monate und ein ganzes Halbjahr meinen Unterricht vorbereite. Deshalb habe ich hier ganze Schränke voll mit Noten. Die sind alle schon größtenteils fertig kopiert. Ich kann viel individueller auf die Schülerwünsche eingehen. Wenn ich früher mit einer Klasse pro Halbjahr ein Musikstück erarbeitet habe, so erarbeite ich jetzt pro WOCHE ein bis zwei NEUE Stücke. D. h., die Musik hat eine ganz andere Organisationsform und dadurch auch eine ganz andere Qualität, weil Schüler hier schon in jungen Jahren zu Musikern werden, (...) die über Stimmen diskutieren und Einsätze und "Ihr seid zu langsam!" und "Da steht kein ritardando!", "Aber am Ende dürfen wir doch forte spielen, die steht doch fortissimo.". Das ist für die Kinder normal und ist dadurch viel intensiver als normaler Musikunterricht. #00:04:12-8#

I: Okay. (...) Gut. #00:04:17-1#

B: Ja. #00:04:18-3#

I: Wir haben ja eben über Ihr derzeitiges Befinden gesprochen und wo würden Sie da jetzt Ihren Musikunterricht einordnen zwischen diesen beiden Karten? #00:04:32-9#

B: (...) Meinen Musikunterricht in der Regel hier. #00:04:37-3#

I: Warum? (...) Also was ist daran jetzt entspannt oder freundlich, haben Sie vorhin gesagt? #00:04:46-8#

B: Ja, also ich komme oftmals (...) es gibt auch Phasen, wo man sehr erschöpft aus dem Unterricht kommt, gerade wenn es sechs oder acht Stunden so wie heute bin ich von zehn bis neunzehn Uhr hier, eigentlich ohne Pause. Muss sehen, dass ich mir zwischendurch etwas zu Essen mache und da geht es hintereinander weg. Trotzdem gibt es viele Phasen, wo ich einfach entspannt aus dem Musikunterricht komme und es sind vor allem die Tage und die Stunden, wo die Kinder viel Neues lernen. Ja, das anstrengendste, manchmal sitze ich so da nach einer Stunde Blockflöte mit acht Kindern (...) und immer "Tüütüü tü". Sag, "Naja da steht kein h. Es ist wieder ein /". Also nach eineinhalb Jahren noch ein h und ein c verwechseln, kleine Melodien mit drei Tönen noch nicht hinkriegen, das ist Frust. Aber wenn ich hinkomme und acht Trompeten habe und ich lege denen ein Stück hin und die finden das toll und können das nach einer halben Stunde spielen und wir lernen alle fünf Minuten was dazu, noch einen neuen Rhythmus und noch einen Übergang in den nächsten Teil und (...) das stresst mich nicht, dann komme ich zufrieden hier raus. #00:05:54-0#

I: Okay. (...) Und unterrichten sie noch andere Fächer? #00:05:59-2#

B: Nein, nicht mehr. #00:06:00-4#

I: Gar nicht? #00:06:01-2#

B: Ich habe jahrelang Mathematik unterrichtet und jetzt seit zwei Jahren habe ich reduzierte Stunden. Deshalb geht es mir, glaube ich, auch besser, weil ich nicht mehr achtundzwanzig Stunden, sondern nur noch zwanzig mache. #00:06:11-8#

I: Und können Sie kurz berichten, wenn Sie mal andere Fächer hatten, wie empfinden Sie sozusagen dann Ihren Musikunterricht bezogen auf Belastungen im Vergleich zu anderen Fächern? Also sie sagen, jetzt ist es nicht mehr, aber wenn es mal so war, wie war das da? #00:06:27-6#

B: (...) Ich bin nicht so gerne ein Schreibtischtäter. Deshalb finde ich es belastend, wenn ich einen Haufen Klassenarbeiten oder Mathetests zuhause liegen habe und das habe ich jetzt nicht mehr. Ja? Das entlastet mich schon sehr. D. h. ich hatte immer fünf Stunden Mathe in der Woche, d. h. jeden Tag eine Stunde, was auch schön ist, mit einer Klasse kontinuierlich zu arbeiten und jeden Tag, etwas mit denen zu machen, aber dieser ganze organisatorische Beikram und ständig Eltern, die einem im Nacken stehen und sagen: "Geben Sie bitte unseren Kindern auch Hausaufgaben auf und bitte kontrollieren Sie diese auch." Wenn ich aber Hausaufgaben aufgebe und diese kontrolliere, ist meine Wochenarbeitszeit weg. #00:07:13-9#

I: Mhm (bejahend). #00:07:15-0#

B: Da war es mir immer wichtiger, mit den Kindern dann mal wirklich zwanzig Minuten sich hinzusetzen und mal an einem mathematischen Problem zu arbeiten und zu diskutieren, weil ich das Gefühl habe, das bringt den Kindern mehr. #00:07:24-2#

I: Mhm (bejahend). #00:07:24-9#

B: Das sehen aber die Eltern nicht so. Hauptsache es sind im Heft viele Aufgaben und ich habe die korrigiert und jede Aufgabe ist am Ende richtig und dass fand ich eigentlich nicht mehr toll. Insofern entlastet mich das sehr, dass ich mich auf die Musik konzentrieren kann, (...) auch weil da nicht so viel, keine schriftliche Nachbereitung habe, sondern nur die organisatorische Vorbereitung. (...) Ja, das ist schon ein großer Unterschied. #00:07:49-9#

I: (...) Sie haben jetzt gar nicht viel über Belastungen im Musikunterricht berichtet, aber gibt es vielleicht auch Phasen. Was haben Sie für Strategien, um Belastungen oder Stress zu bewältigen? #00:08:04-4#

B: Ja, Musikunterricht selber kann ja sehr anstrengend sein, weil es sehr laut ist, und da passiert immer viel und, wenn ich so ein ganzes Orchester vor mir habe, dann übe ich mit den Flöten, aber dann quatschen mir ständig die Trompeten dazwischen. Wobei das im Grunde, so ein Blasorchester, weniger Stress ist, als in einer normalen Klasse, weil da muss ich ja manchmal am Xylofon jeden einzelnen Ton beibringen und das dauert noch viel länger. Hier sind die Kinder ja fast die ganze Stunde aktiv eingebaut in den Unterricht und das halte ich auch für eine wichtige Voraussetzung für einen intensiven Unterricht, dass Kinder möglichst aktiv und wenig passiv sind, und, wenn die ein ganzes Jahr, die haben hier drei oder vier Wochenstunden Musik und in den vier Stunden musizieren sie eigentlich auch ständig. Sie sind sogar manchmal böse, wenn wir nur zwei Stücke in der Stunde gespielt haben: "Da haben wir ja gar nichts geschafft, du musst aber noch mehr bringen!" Ja, (...) und diese Lautstärke muss man versuchen einzubinden. Ich versuch das meist, indem ich die Kinder einfach aktiviere, indem ich sage, wir spielen jetzt ab Takt 20 alle zusammen und dann einmal nur die Flöten und dann wieder alle zusammen, dass die also ständig und auch wenn die oben 25 Takte Pause haben, dann müssen die ja mitzählen. #00:09:16-3#

I: Mhm (bejahend). #00:09:17-3#

B: "Du kannst uns einen Einsatz geben!" Sag ich: "Kann ich, aber ihr könnt auch mitzählen, dann lernt ihr das Stück kennen und dann wisst ihr auch, wann ihr spielt." Und dann zählen die. Dann haben die nur damit zu tun, zwanzig Takte auszuführen, aber sind auch in das musikalische Geschehen aktiv mit eingebunden. Also Schüler aktivieren, damit es nicht so laut ist, ist eine Strategie, sich aber auch Entlastung schaffen durch Kooperation ist eine zweite Strategie. Also in der Bläserklasse bin ich (...) sind wir eigentlich immer zu dritt. D. h. da ist entweder ein Kollege mit drin oder eine Kollegin, die auch die entsprechenden anderen Instrumente unterrichten können. Also ich selber kann kein Saxophon und Klarinette und keine Querflöte und dafür habe ich dann Fachleute mit im Unterricht. Und dann habe ich noch einen ehrenamtlichen Posaunisten gewonnen, der wohnt hier in der Nähe und der kommt zwei Mal in der Woche in die Musikstunde auch mit rein. Dem kann ich dann auch sagen, wenn es stressig wird, Mensch, geht doch mal mit den Posaunen raus ne viertel Stunde, dann setzen die sich hier hin, üben mal ne viertel Stunde das Stück, kommen wieder zurück und können das dann schon. Also das entlastet mich natürlich auch, wenn man einfach sich abwechseln kann. Wenn es stressig wird, dann stellt sich der Kollege nach vorne und sagt: So jetzt schlägt mal auf, nächstes Stück hier, St. Petersburg-Marsch. Und dann schlagen die das auf, dann dirigiert er, dann kann ich mal rumgehen, mich um ne kaputte Trompete kümmern oder so. Das nimmt auch ganz viel Stress einfach weg. #Zeit fehlt?#

I: Wenn man so einen Erste-Hilfe-Koffer für Musiklehrer voll machen müsste, was müsste dann da rein? #00:10:43-2#

B: Erste-Hilfe-Koffer. Mh. (...) Da gibts jetzt ganz unterschiedliche Ansätze, ja. #00:10:53-7#

Packt man da Unterrichtsmaterial rein, damit man gut vorbereitet ist. Da arbeite ich z.B. dran, weil ich alle mein Musikstücke, die ich in Notenform hab, auf meiner Festplatte hab. Also die passen wirklich auf ne kleine Festplatte. Ich muss nicht ganz Koffer mitschleppen. Wenn irgendwas fehlt, hab ich das alles dabei. Ich könnte also, man könnte mich anrufen: Ab morgen unterrichtest du mal 4 Monate in Stockholm. Da hätte ich meine Musikstücke und Noten alle dabei. Das ist mal das eine. #00:11:03-5#

Was noch. Vielleicht ne Tafel Schokolade, damit man in der Pause, wenn es wirklich mal stressig war, sich mal ablenken kann. Oder die Möglichkeit, mal n Kaffee zu trinken, kleine Pausen zu machen. #00:11:29-7#

Auch brauch man auch Kollegen mit denen sich man mal aussprechen kann über Stress, dass man weiß hier kann man, da kann man mal hingehen. In der Schule ändert sich das auch. In der Schule war früher so Versammlung im Lehrerzimmer, das wird immer weniger. Das wird immer mehr dezentral. Also ich hab hier oben so meinen Kaffee und wer mich besuchen will, kommt mal rauf oder die Erzieher haben dann ganz unten und im Erdgeschoss haben auch so ein paar Lehrer so ein mini eigenes Lehrerzimmer. Also das verteilt sich so ein bisschen mehr. #00:11:43-4#

Man muss seine Leute kennen, das ist auch wichtig, dass man so vernetzt ist im Kollegium und da trotz des Alleinkämpfertums im Musikunterricht, sich nicht alleine fühlt. Also das hat für mich nicht so ganz hohe Priorität, aber das halte ich schon für wichtig, für alle die hier arbeiten. Ja, das würde mir so spontan einfallen. #00:12:11-0#

Gute Unterrichtsvorbereitung. #00:12:35-1#

Was Süßes für Zwischendurch. #00:12:38-0#

Und (...) Pausen zur Vernetzung. #00:12:38-0#

Das wäre so die erste Hilfe. #00:12:42-1#

I: Okay. (...) Was sagen Sie denn dazu? (Karte: Musikunterricht macht mich krank). #00:12:46-8#

B: (...) Ja, dazu sage ich, das höre ich manchmal von Leuten. (lacht) Das habe ich eigentlich noch nie gesagt. Ich habe mal in einer Konferenz gesagt, wie es hier vor sich geht, werde ich krank. Und ich wurde anderthalb Jahre später RICHTIG krank. Ich hatte n Bandscheibenvorfall und konnte von März bis Ende August nicht arbeiten. Ich hab alle vier Stunden starke Schmerztabletten genommen, die irgendwann nach drei Monaten nicht mehr geholfen haben. Da gings mir richtig dreckig. #00:12:49-3#

Aber das war der Stress, den ich vorhin ansprach innerhalb des Kollegium, das hatte mit dem Musikunterricht nichts zu tun. #00:13:24-5#

Ähm. Ich fand die ersten (...) 5 Jahre SEHR anstrengend. Da hätte ich vielleicht sogar mal gesagt, ich werde krank. Da hab ich auch so einen Stress gehabt, dass wenn ich Mittags aus dem Unterricht kam, keine Stimme mehr hatte. Die war weg. Und ich habe gedacht, das kommt vom lauten sprechen. Es WAR aber nicht vom lauten sprechen. Ich hab es ausprobiert. Ich hab mich vor die Klasse gestellt, die war laut und nach 5 Minuten war die Stimme weg, ohne dass ich ein Wort gesprochen hab. Durch den Stress, das Gefühl, ich werde jetzt dieser Situation nicht Herr. Da hat sich das so verkrampft, dass meine Stimme weg war. Also da wusste ich, so was gibts auch. #00:13:33-7#

ABER als ich dann so die ersten 5 Jahre durch hatte. Im Musikunterricht hab ich länger gebraucht mich sicher zu fühlen als in Mathematik. Da habe ich nach zwei Jahren eigentlich gewusst, wie es funktioniert. In Musik hab ich viel länger gebraucht. #00:14:09-7#

I: Woran kann das liegen? #00:14:21-2#

B: Das Fach ist viel schwerer zu unterrichten. Zu wissen, wie man strukturiert, was es auch für methodische Möglichkeiten gibt, welche liegen mir, wie kann ich diese methodischen Dinge sinnvoll ausschöpfen, wie setz ich das auch praktisch um. Also es ist ja kein Zufall, dass in der Regel nur die studierten Leute Musik unterrichten. Und die, denen man es aufdrückt, die sagen, Mensch, du hast doch mal als Kind im Chor gesungen, du kannst doch mal Musik in deiner Klasse machen, sind ja oftmals auch sehr überfordert. (...) Von solchen Leuten hört man dann auch eher "Musikunterricht macht mich krank", weil es die dann besonders stresst. #00:14:21-2#

Aber wenn man die Erfahrung hat und die Routine. Mich macht es nicht mehr krank. #00:15:03-5#

I: Bitte malen Sie eine Kurve, wie sich die Stressbelastung Ihrer Meinung nach entwickelt und kommentieren das bitte. #00:15:10-8#

B: (...) (malt) Also hier hab ich sozusagen mein Studium begonnen (malt). (...) So. Also. Studium begann nett und locker und angenehm und vielseitig. Gerade in Musik. Es sind ja viele schöne Dinge, die man macht. Und wenn es dann zur Prüfung geht, dann muss man auch Dinge machen, die einem nicht so liegen. Wo man unbedingt die Schein noch abarbeiten muss und dann auch noch mehr Prüfungen hat. Und das steigert sich dann bis zum Schluss kontinuierlich. Bis man dann am letzten Tag sein Staatsprüfung hat. #00:15:21-6#

Im Beruf geht es in den ersten Tagen steil nach oben, weil es ist alles neu. Neue Schule und neues Umfeld, neuer Schulleiter, neue Elternschaft usw. Da muss man sehr viel arbeiten, sehr viel Umsicht haben und auch seine eigene Rolle finden als Lehrer überhaupt im Unterricht, aber auch als Lehrer im Kollegium, in das man neu kommt. #00:16:23-0#

Und wenn man sich dann so eingearbeitet hat, dann nimmt es von Jahr zu Jahr so ab, bis man dann hoffentlich in einem, also null Stress gibts nie, in keinem Beruf, das wäre ja auch langweilig, aber dass man dann so ein mini Stresspegel hat, mit dem gut umgehen kann. #00:16:47-2#

Und es gibt natürlich auch immer Auf und Abs, wo es dann mal stressig wird. Das kann einerseits sein, weil Projekte wirklich sehr anstrengend sind. Wenn ich jetzt ein Projekt organisiere: 8 verschiedene Schulen aus Ber-

lin sollen sechs gemeinsame Stücke in der Philharmonie spielen. Und ich verantworte das und zwischendurch melden sich Schulen und sagen, ich hab aber hier noch 36 Schüler, die muss ich unterbringen, wir sind aber eigentlich schon voll. #00:17:07-8#

Das sind alles so Sachen, die man so zwischendurch, so zwischen Tür und Angel und zu Hause vom Computer aus noch regeln muss. Da gibts schon mal so stressige Projekte. #00:17:38-9#

Nachher an dem Tag der Philharmonie, wenn die Stücke stehen, genieße ich das eigentlich nur noch. Aber bis dahin kann der Weg schon weit sein. Und da gibt es dann auch immer mal wieder Stressphasen. #00:17:45-5#

Wobei ich diese organisatorischen Stressphasen weniger schlimm empfinde, als Stress durch (...) kollegiale Eifersüchteleien und Mobbing und so. Das finde ich viel schlimmer. #00:17:59-0#

I: Mhm (bejahend). Wo befindet sich jetzt da das Referendariat? Vielleicht können Sie das noch einzeichnen? #00:18:08-7#

B: (...) Ja, das würde ich ähnlich wie beim Beruf sagen. Das Referendariat geht so und dann einigermaßen, am Ende des Referendariat gehts dann auch noch mal nach oben zur Prüfung. Da bin ich auch richtig von der Fachseminarleiterin nochmal so unter Stress gesetzt worden. OH, jetzt aber, (...) #00:18:16-8#

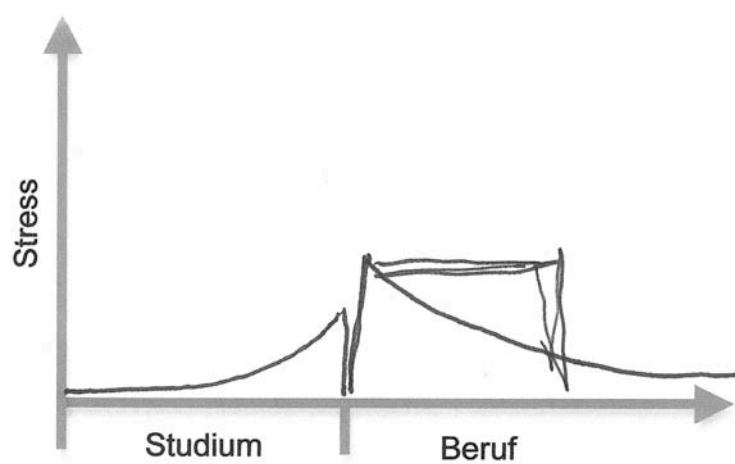
Ich hatte die ganze Zeit zwischendurch noch zwei Nachmittage Gitarrenunterricht privat gegeben und das habe ich dann in der Prüfungszeit aufgehört und wirklich erst mal nur zwei Monate nur Prüfung gemacht. Da gings dann mal richtig rund. War aber ne überschaubare Zeit. #00:18:31-8#

Und dann an der neuen Schule gings wieder ähnlich los. Das man sich da erstmal wieder neu finden muss und das ist anfangs (...) ja, die erste Schule, die ich hatte, da blieb auch eigentlich (...) meine erste Stelle war eigentlich sehr stressig, das blieb bis zum letzten Tag. Da hatte ich 12 Stunden Unterricht. Und ne Woche vor Ostern wurden aus 12 Stunden 24 Wochenstunden, was die Schulleitung mir gar nicht gesagt hat! Das habe ich auf der Geburtstagsparty eines Kollegen abends von der Sekretärin erfahren. Ach, ab Montag hast du übrigens 28 Stunden. #00:18:50-3#

Ja, jetzt dachte ich, ich kriege einen vernünftige Stundenplan, ich hatte aber nur 10 oder 12 Stunden im Stundenplan und ALLES andere waren Vertretungsstunden. Ich habe ALLE Klassen unterrichtet und ALLE Fächer. Ob das Sport war, Französisch, Englisch, Erdkunde, Biologie, Deutsch, Mathe, Musik und Kunst. Es war querbeet. Morgen machst du Erdkunde, das Wattenmeer. Ich, mich vorbereitet aufs Wattenmeer. Drei Minuten vor der Stunde: ach, du gehst doch nicht in die 6c, geh mal in die 5a und mach mal Deutsch. (...) Da hab ich irgendwann aufgegeben, mich intensiv vorzubereiten. Aber es war die Hölle! Das war wirklich extrem. Deshalb war ich auch nach nem Jahr da wieder weg. Oder nach nem halben Jahr sogar. #00:19:34-1#

Hab ich woanders ne feste Stelle gehabt und da haben sie mich richtig dann auch (...) gemobbt. Die Kollegen und die Schulleitung haben sich nicht von mir verabschiedet. Ich hatte ja auch nur n Zeitvertrag für ein halbes Jahr. Und hatte woanders ne gute Stelle. Bin ich natürlich dahin gegangen, da waren die stinksauer. Die einzigen, die sich von mir verabschiedet haben, waren die Sekretärin und der Hausmeister. Die anderen haben nicht mehr mit mir gesprochen (lacht). Obwohl sie mich ja verheizt haben, n halbes Jahr lang da. (lacht) #00:20:12-3#

I: Dann bedanke ich mich. #00:20:41-5#



Musiklehrerinterview 5**Datum:** 07.03.2013

I: Welche der Karten entspricht eher Ihrer momentanen Stimmung?

B: Diese natürlich. #00:00:01-7#

I: Wie beschreiben Sie diese Stimmung? #00:00:06-6#

B: Naja, da ich ja nun mein Lebenswerk, kann ich ja fast sagen, hinter mir habe, ist das schon eine etwas euphorische Stimmung. Und ich habe sehr viel schöne Dinge erlebt und gerade, wenn man zurückschaut, denkt man mehr an die schönen Dinge und die lebendigen und erfüllten Dinge und auch ein kleines bisschen Stolz. #00:00:31-7#

I: Sie sagen sozusagen "Lebenswerk". Dass wir verstehen, was heißt das jetzt? Und wie... #00:00:37-3#

B: Über 40 Jahre an einer Berliner Grundschule und auch 40 Jahre, über 40 Jahre, Musik unterrichtet. Nicht von Anfang an als Musiklehrer. Ich hab Musik erst im zweiten Anlauf studiert, als ergänzendes Wahlfach, und ein drittes Staatsexamen hab ich gemacht, aber ziemlich bald nach dem zweiten. Es hat auch seine Gründe, warum ich's nicht im ersten Anlauf gemacht hab. Wollen Sie das auch wissen? #00:01:03-8#

I: Ja, na klar. #00:01:04-3#

B: Okay. Ich kann Ihnen auch sagen, warum ich Musiklehrer geworden bin, wenn Sie das interessiert. In meiner Zeit, ich bin 1954 zur Schule gekommen, war Musikunterricht etwas sehr Dröges. Also es wurden Lieder gesungen, klar. Irgendwann in der fünften/ sechsten Klasse kam der Lehrer mit einer Plastiktafel, die legte er auf, da waren Notenlinien drauf. Nun stammte ich aus einer nicht ganz ungebildeten Familie. Es wurde viel Musik gehört zu Hause und meine Eltern spielten auch beide ein Instrument, wenn auch nie mehr so regelmäßig. Und dann wurden da Noten gemalt und mich hat das tierisch gestört, schon damals, dass diese Noten nie Musik wurden. Noten sind ja nur Zeichen für Töne, ne? Das ist immer das, was ich den Kindern sage. Und dann für die Zensuren musste man vorsingen. Das war ein Graus für mich! Dann habe ich gedacht: "Das find ich schrecklich". Also Lehrer wollte ich sowieso werden, Musiklehrer. Dann habe ich nicht so intensiv ein Instrument spielen gelernt, weil meine tolle Klavierlehrerin verstarb als ich 15 war und, wenn man so als Pubertierendes so einen Menschen, der einem wichtig ist, verliert und das auch noch miterlebt, so eine an Krebs sterbende Frau, da habe ich nicht so richtig weiter gemacht und als ich dann, damals war das die Pädagogische Hochschule, als ich anfang zu studieren, musste man sozusagen zwei Instrumente können. Also das Instrument stand so im Mittelpunkt und ich fürchte, es steht heute noch im Mittelpunkt, ja. Obwohl ich das überhaupt gar nicht wichtig finde, ein Instrument gut spielen zu können als Musiklehrer. Ich verzichte weitestgehend darauf. So, so bin ich dazu gekommen. Ich weiß jetzt nicht mehr, was die Anfangsfrage war. #00:02:40-8#

I: Ähm... #00:02:42-6#

B: Aber Sie müssen aufpassen bei mir, weil ich komm dann immer von einem zum anderen... #00:02:46-0#

I: Kein Problem, ich hake einfach ein. (lacht) Können Sie vielleicht noch ganz kurz sagen, woher jetzt diese Stimmung kommt? Sie haben gesagt, sie haben sozusagen was geschafft. Können Sie es noch ganz kurz beschreiben? #00:02:56-1#

B: Ja, ich bin zufrieden mit dem, was ich gemacht hab. Ich bin zufrieden mit der Art und Weise wie ich meinen Unterricht gemacht habe. Ich bin zufrieden damit, weil ich auch positive Resonanz gekriegt habe. Auch wenn ich jetzt so eine der letzten Stunden, wo die Kinder sagten "Ach, das wollen wir nochmal machen." und blätterten in ihren Heften und sagten "Ach, wir haben ja eine Erinnerung an dich und das haben wir ja alles von dir und das war gut, dass wir das alles aufgehoben haben." Und das erfüllt mich mit Zufriedenheit. #00:03:25-5#

I: Okay. Welche dieser Bereiche spielt für Ihr momentanes Befinden eine wichtige Rolle? Und wenn ein Bereich fehlt, können Sie den gerne ergänzen. #00:03:38-8#

B: Das ist natürlich nun meine besondere Situation. Sonst hätte ich natürlich auch das sehr vordergründig... Das spielt, das hab ich nun heute alles aufgeräumt. Nichts ist mehr in meinem Schrank, der Musikraum ist leer, deshalb neigt sich das dem Ende zu. Aber ich habe alles, was Musikunterricht betrifft, aufgehoben. Es könnte immer noch sein, dass ich's brauchen könnte. Das spielt gar keine Rolle mehr, ab morgen. Meine Gesundheit spielt eine große Rolle. Da freu ich mich jetzt, wenn ich ja dann nicht mehr arbeite, auch drauf, dass ich mich da mehr drum kümmern kann. Und das auch, ja, aber... Das ist so das vordergründig Wichtigste. Das wäre sonst auch sehr wichtig, ja, aber das hab ich ja nun abgeschlossen. #00:04:29-8#

I: Aber sozusagen für Ihr Befinden, was Sie beschrieben haben... #00:04:31-3#

B: Für mein Befinden ist das ein wesentlicher Faktor, weil ich auch merke, dass ich für alle sehr wichtig war. Ich bin über ganz ganz viele Jahre die einzige Musiklehrerin in der Schule gewesen. Wir sind die erste Ganztagsgrundschule in Berlin und ich wurde dahin versetzt, freiwillig versetzt. Wenn ich nicht freiwillig dahin gegangen wäre, wäre ich an eine Hauptschule gekommen, als bin ich freiwillig dahin gegangen. Gab viele Schwierigkeiten da, aber es hat sich dann... irgendwie ist dann auch zum Laufen gekommen, diese Schule, und wir haben uns da alle sehr wohl gefühlt und ich bin vom ersten Tag an da mit... Habe da eben auch den Musikunterricht und alles was mit Musik zu tun hatte, aufgebaut und das ist natürlich schon etwas sehr Zentrales gewesen. #00:05:26-8#

I: Wir haben ja jetzt über Ihr derzeitiges Befinden gesprochen und, wenn Sie sozusagen direkt den Musikunterricht einordnen müssten, wo würden Sie den hinordnen? #00:05:38-1#

B: Niemals so, niemals! Also das vielleicht als Anfänger (???) Also vielleicht eher aktiver. Das ist nach dem Musikunterricht. Während des Musikunterrichts ist diese Haltung unmöglich. #00:05:50-8#

I: Aha. Das heißt, wo würden Sie es dann einordnen? #00:05:55-0#

B: Na, weder da, noch da. #00:05:57-4#

I: Also dazwischen. #00:06:00-0#

B: Äh, beide Haltungen sind mir viel zu entspannt, weil Musikunterricht ist etwas ungeheuer aktives und wenn man da nicht aktiv ist... Ich erinnere mich an eine Lehramtsanwärterin, die ein paar Schlaghölzer in der Hand hatte und sich am Fensterbrett anlehnte. Da hab ich gesagt: "Das geht nicht. Du brauchst die Körperspannung. Das ist das A&O, was du den Kindern beibringst." Das Erste ist, dass ich denen beibringe, wie man auf dem Stuhl sitzt, wie man ein Instrument hält, dass man da sein muss und "die ist nicht da" und "die ist nicht da". "Die ist ja ganz weg. Die ist ja ganz traurig. Die tut mir echt Leid". Ist mir nun in meinem langen Leben vielleicht auch mal passiert, aber in den letzten Jahren, je älter man wird und wenn man es positiv, die Schule, erlebt, hat man selten solche Situationen. Das finde ich auch nicht so passend, weil das ist mir zu entspannt, weil Schule hat viel mit Aktivität, und gerade Musikunterricht, hat ungeheuer viel mit Aktivität zu tun und das ist ja auch das Schöne. Das ist aber auch das, was, wenn man älter ist, anstrengend ist, physisch anstrengend. Ich gehe nach Hause und bin todmüde. Aber ich hab was gemacht, ja? Und bin voll da immer. Man hat immer so seine Performance da abzuliefern, ja? Man zieht die anderen... Sonst zieht man die ja nicht mit. Und deshalb macht's ja auch so Spaß. #00:07:19-6#

I: Und haben Sie andere Fächer? #00:07:22-1#

B: Ja, ich habe (...) mein erstes Wahlfach kennt wahrscheinlich kaum Einer, weil ich's nie unterrichtet habe - Kunsterziehung/Werken ist mein erstes Wahlfach. Neigungsmäßig habe ich sehr viele, also ich war viele Jahre ja auch Klassenlehrer, und habe aber, weil ich immer Fachunterricht Musik gegeben habe, bin ich von vielen Fächern verschont geblieben. Also ich habe ganz viel... Mathematik ist mein zweiter Schwerpunkt eigentlich in der Schule. #00:07:46-2#

I: Aha. Wie empfinden Sie Musikunterricht bezogen auf Belastung im Vergleich zu anderen Fächern? #00:07:52-3#

B: Belastungen verschiedener Art. Physische Belastung ist hoch. Die Belastung in der Vor- und Nachbereitung ist geringer. #00:08:06-0#

Mathematikunterricht hieß für mich jeden Tag ein bis zwei Stunden mindestens die Sachen, die die Kinder gemacht haben, korrigieren. #00:08:13-5#

Musikunterricht ist sehr wichtig, dass man eben gut vorbereitet, dass man die Materialien (...) Nur, ich habe es so gemacht, und da bin sehr froh drum, wenn ich etwas Neues erarbeitet habe, mir erarbeitet habe, habe ich alle Materialien, ob ich jetzt irgendwelche Wortkarten dazu und Liste irgendwelchen Musikbeispielen oder Arbeitsbögen oder weiß ich, was ich habe, immer so mir geschaffen, dass ich das dann irgendwie ablegen konnte und dann, wenn ich mal nicht so viel Zeit hatte, was Neues vorzubereiten, es rausnehmen konnte. Oder wenn ich Lust hatte drauf. Jetzt zum Beispiel, zum Schluss, hab ich ganz viel von diesen Dingen rausgeholt, hab ich gesagt: "Ach, das möchte ich noch mal machen. Noch mal dieses oder jenes oder das." #00:08:56-8#

Und von daher ist die zeitliche Belastung, also das, was ich zu Hause für Musik zu tun hatte, mir vielleicht auch nicht so aufgefallen, weil das dann auch Spaß macht, sich damit zu befassen. (...) Wenn ich natürlich einen Tanz mit den Kindern mache, muss ich ja zu Hause üben erst mal. (...) Oder wenn ich irgendwie mich mit einem Musikstück befasse oder da irgendwas, eine Begleitung zu, dann muss ich natürlich das irgendwie mir erst (...) aber wenn ich das einmal gemacht habe, dann kann ich das auch das nächste Mal so aufbereiten. Ich hab wenig Schriftliches mit den Kindern gemacht. #00:09:33-4#

I: Sie haben jetzt auch einiges über Belastungen im Musikunterricht berichtet. Was haben Sie für Strategien, um Belastungen oder Stress zu bewältigen? #00:09:57-3#

B: (...) Verschiedene Dinge. Also gerade was den Musikunterricht betrifft, Stressabbau direkt im Unterricht, indem man versucht, eben nicht auf irgendwelchen Zielen zu beharren, sondern die Flexibilität, die man haben kann im Musikunterricht zu nutzen, indem man eben mehr auf die Kinder eingeht, auf die Fähigkeiten der Kinder und die Kinder nicht überfordert oder irgendwie an den Kindern vorbei agiert sondern irgendwie ne positive Stimmung versucht zu erzeugen. #00:10:39-5#

Stress abbauen kann man auch ganz prima (...), indem man versucht, mit anderen zusammen zu arbeiten. Einmal in dem man (...) Dinge, die einen belasten, anderen Kollegen erzählt, was sehr hilfreich ist, die dann oft ähnliches berichten, die evtl. auch Strategien haben, wie sie damit umgehen, die einem helfen. #00:11:11-0#

Eine dritte Möglichkeit war für mich immer die Zusammenarbeit mit Kollegen, indem man Gedanken austauscht. Gemeinsames Brainstorming ist immer ganz toll. Ich hab auch schon Projekttag geplant zusammen mit Kollegen, wo wir dann so ein MindMap gemacht haben und wirklich toll fanden, was wir dann einfach auch ZUSAMMEN an Ideen hatten. Und das ist A ein positives Erlebnis und B entsteht dadurch weniger Stress, weil man dadurch nicht die eigene Verantwortung hat für etwas, sondern weil man sie mit jemandem teilt. Und wenn man dann auch noch die Arbeit, die entsteht, Vorbereitungsarbeit oder ähnliches, mit jemandem teilen kann, ist es auch weniger Stress, was ICH persönlich in Musik nie machen konnte, weil ich niemals jemanden hatte, mit dem ich zusammen arbeiten konnte. #00:11:58-4#

Das heißt, ich hab sogar mit Kollegen zusammengearbeitet, die nicht an der Schule waren. Wir haben uns bei Fortbildungen getroffen und fanden irgend ne Sache ganz toll und haben gesagt, so wollen wir es aber nicht machen, wir arbeiten das um und haben uns getroffen und haben dann die Materialien für unsere Bedürfnisse umgearbeitet. #00:12:17-9#

Ist was, was eben durch den Spaß an der Sache (...) Wenn man Spaß an der Sache hat, ist es eben kein Stress und dann arbeitet man gerne und man hat Erfolg und man hat dann evtl. auch die Sache geteilt. Also das ist das, was mir dazu einfällt. #00:12:38-2#

I: Wenn man so einen Erste-Hilfe-Koffer für Musiklehrer voll machen müsste, was müsste dann hier noch rein? #00:12:47-7#

B: Ja. Für mich das A und O sind ganz viele kleine nette Instrumente, die die Kinder in die Hand nehmen können, mit denen die Kinder agieren können. Weil Kinder haben unheimlich viel Spaß dran und Kinder lernen ganz viel im Umgang mit Instrumenten und werden auch sehr motiviert. #00:13:08-8#

Dann muss der Lehrer selber sehr motiviert sein, indem er SPASS an der Sache hat. Das heißt, man muss sich als Musiklehrer immer ganz viele Dinge, ganz viele Materialien haben, ganz viele unterschiedliche Dinge, die man mit den Kindern machen kann. #00:13:28-8#

Also bloß nicht nur Lieder singen oder nur das oder nur, NIE Einseitigkeit. Und nie irgendwas als Selbstzweck, sondern jede Sache so Vielseitig wie möglich betrachten. Das würde ich auch sehr wichtig finden. (...) #00:13:48-9#

Ja, die eigene persönliche Bereitschaft zur Aktivität. Das sich selber eingeben. Auch das ist etwas, was man allerdings auch lernen muss. #00:14:01-8#

Dieses über sich selber lachen. Dazu muss man aber ein gewisses Selbstbewusstsein erarbeitet haben. Um auch als, Clown ist übertrieben, aber so ein bisschen albern vor den Kindern zu sein, weil Musik hat auch oft etwas sehr positives und da muss man aus sich heraus gehen. Kinder können das oft nicht, aber wenn man das selber macht, selber nicht so bierernst ist und sagt, das muss so und so und so sein, sondern nur so, wir sind mal heute ganz locker. Das finde ich, ist unheimlich wichtig. Kann man nicht immer, man ist nicht immer in der persönlichen Verfassung, aber wenn man das reinbringen kann und wenn man daran arbeiten kann, dann hat man doch ein gutes Mittel für einen guten Musikunterricht in dem Koffer. #00:14:48-7#

I: Was sagen Sie denn dazu? (Karte: Musikunterricht macht mich krank!) #00:14:52-4#

B: Kann ich nur sagen, habe ich keine Erfahrungen mit. Musikunterricht hat mich glaube ich nicht, DOCH, oh ja, ich erinnere mich, das ist aber ganz, ganz, ganz, ganz lange her. Da saßen dann frontal Kinder vor mir, da hatten wir irgendwie keinen Musikraum und da hatte ich das Gefühl, ich kann mit denen machen was ich will. Die sind nur ablehnend. Ähm, ist mir aber in den letzten 20 bis 25 Jahren nicht mehr passiert, ja? #00:15:29-7#

Also dass Musikunterricht krank machen kann, kann ich mir schon vorstellen und, ich mein, es hat mich nicht krank gemacht, es hat mich BELASTET und es hat mich GEKRÄNK! Ist ja auch eine Art krank machen, ne? #00:15:43-1#

Aber, es gibt denke ich immer Mittel und Wege, ein Weg ist auch, dass man eben nicht alleine bleibt damit. Wenn man also solch eine Klasse hat, dass man kooperiert mit den anderen Kollegen, mit dem Klassenlehrer. #00:16:01-5#

Für mich zum Beispiel ganz wichtig, dass ich weiß, was mit den Kindern los ist. Wenn ich weiß, dass ein Kind dieses oder jenes Problem hat, kann ich mit dem Kind umgehen. Und dann entstehen solche Situationen, die mich krank machen nicht. #00:16:13-7#

Jetzt fällt mir doch noch was ein. Es gibt wirklich Situationen, die sind GANZ schwer zu bewältigen. Da gibt es wirklich Kinder, die haben solche Störungen, die wir als Lehrer nicht bewältigen können. Wo die Kinder selber, die umstehenden Kinder wissen, der ist eben so und wir können den nicht ändern, wir müssen das jetzt hinnehmen. Und da muss man sich sehr zurücknehmen, dass man da nicht eben daran krank wird und dann auch negativ reagiert. Passiert aber schon mal. Aber das ist eben auch der Punkt, wo man sich unbedingt austauschen muss, wenn man dann weiß, mit dem ist das und das und die anderen Lehrer können damit auch nicht umgehen und wissen nicht und (...) #00:16:55-3#

Aber das Musikunterricht GRUNDSÄTZLICH krank macht, DARF NICHT SEIN! Da bin ich dagegen! Jemand den Musikunterricht krank macht, dem würde ich gerne helfen. Ja, ich weiß nicht, ob man solchen Menschen helfen kann. Das sind Menschen die haben keine (...) man muss Spaß an seiner Arbeit haben. Das ist aber in jedem Fall so. #00:17:18-1#

I: Bitte malen Sie eine Kurve, wie sich die Stressbelastung Ihrer Meinung nach entwickelt und kommentieren das bitte. #00:17:21-8#

B: Ich male die Kurve relativ gemütlich, während meines Studiums. #00:17:28-3#

I: Was war das für ein Studium? #00:17:28-3#

B: Ich habe an der Pädagogischen Hochschule in Berlin studiert. 1967 bis 1970. So ungefähr. Wilde, interessante Jahre. Jahre des Aufbruchs. Deshalb war auch der Druck nicht so groß. (...) Der einzige Druck, der da entstanden ist, ist vielleicht diese kleine erste Zacke. Dass ich da in dem Bereich von Musik stand und ich sollte da zwei Instrumente spielen und das wollte ich nicht. Und dann hatte ich das erst Staatsexamen hinter mir, na gut, das war vielleicht, den Stresspenökel habe ich jetzt vergessen, das erste Staatsexamen war natürlich auch Stress. Es war einfach zum Schluss so. (malt) #00:18:26-3#

Der Berufseinstieg ist damals schon sehr stressig gewesen, weil wir 18 Stunden eigenverantwortlichen Unterricht hatten, Klassenlehrer waren, Seminare nebenbei hatten, Hausarbeit schreiben mussten und nach dem 2.

Staatsexamen (...), ich weiß nicht ob ich da schon Fachunterricht Musik gegeben habe. Da habe ich mich dann auch eben mehr um die Dinge kümmern können, die mich wirklich interessiert haben. Da habe ich dann auch das ergänzende Studium in Musik aufgenommen. #00:18:59-9#

Weil das ausgerichtet war auf Lehrer, die fertig waren, war es eben auch ein mehr praxisorientiertes Studium, obwohl wir auch zwei Instrumente spielen mussten. Wo wir grauenvollerweise Flöte spielen mussten, das war dann das einfachste zweite Instrument (lacht). Fand ich schrecklich. #00:19:19-6#

Und dann hat eigentlich immer der Alltag irgendwie immer geholfen, auch den Stress zu bewältigen, und für mich hat am Ende der Stress eben doch, was den Musikunterricht eben, ich bezieh das jetzt vor allen Dingen auf den Musikunterricht, ja? #00:19:35-2#

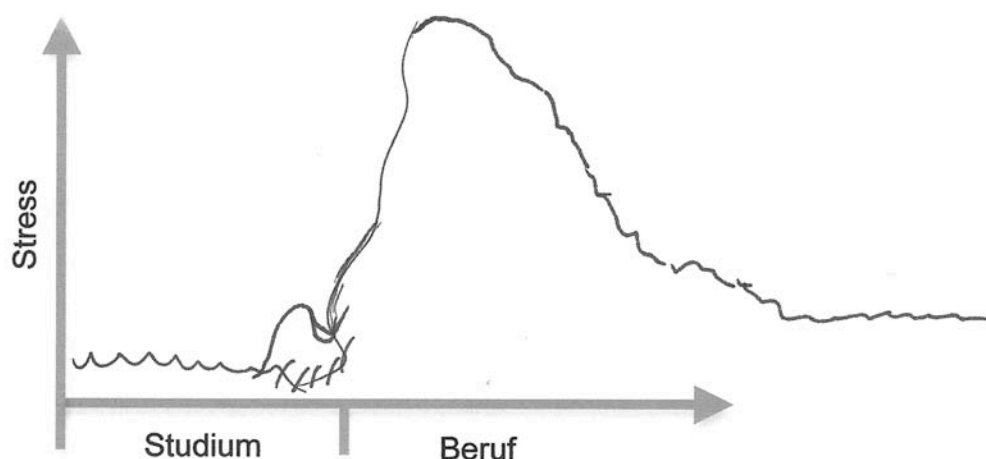
Der Stress hat sehr abgenommen, weil ich eigentlich immer viel Spaß hatte und die Kinder auch Spaß hatten. Und das ein positiv besetztes Fach war. Ich hab mal gesagt in der Schule, das ist jetzt die dritte Schule, in der ich jetzt 36 Jahre bin, da ist das Fach Musik positiv besetzt. Es gab Schulen und jetzt erinnere ich mich, ja umso länger man redet, umso mehr kommen die alten Sachen. #00:19:59-0#

Es gab Schulen, früher so in den 70er, 80er Jahren, nee das war früher, Quatsch, ich bin ja schon seit 1977 bin ich an der Schule, wo Musik ein negativ besetztes Fach war. Musik ist doof und Stress und der macht lauter doofe Sachen mit uns und da war es dann eben schwer anzukommen. Bei uns in der Schule war von Anfang an dann eben relativ positiv, ein positiv besetztes Fach und heute trauern die Kinder, dass ich weg gehe und "wer macht denn die schönen Sachen noch mit uns?" Und das hört man natürlich gerne, nicht? #00:20:33-0#

Und deshalb hat der Stress dann eben auch abgenommen. Das ist dann eben kein Stress in dem Sinne. #00:20:39-8#

Das ist physisch anstrengend. Aber das ist nicht so, dass ich dann irgendwie hadere mit mir und nicht weiter komme. Vor allem, weil man gelernt hat, mit Problemen umzugehen. Das ist natürlich auch eine Altersfrage und eine Erfahrungsfrage, ne? #00:20:57-7#

I: Dann bedanke ich mich!



Musiklehrerinterview 6**Datum:** 07.03.2013

I: (...) Welche der Karten entspricht eher Ihrer momentanen Stimmung? #00:00:15-8#

B: Diese hier! #00:00:14-9#

I: Wie beschreiben Sie diese Stimmung? #00:00:18-5#

B: Gelöst, entspannt, vielleicht ein Bisschen Pause, nach einem anstrengenden Tag, angenehme Post, nette Email, Verabredung getroffen, etwas ist geglückt, gut gegangen, Freude am Leben. #00:00:32-2#

I: Mhm (bejahend), Ok. Welche dieser Bereiche spielen für Ihr momentanes Befinden eine Rolle? Und wenn ein Bereich fehlt, können Sie den gerne ergänzen. #00:00:45-9#

B: Gehören alle Bereiche zusammen, ich möchte keinen von diesen Bereichen trennen oder extra rausnehmen, weil alles für mich in Wechselwirkung zueinander steht. #00:00:56-7#

I: Mhm (bejahend), können sie vielleicht auf einen oder auf mehrere noch ein Bisschen genauer eingehen, inwiefern das in Wechselwirkung steht? #00:01:01-3#

B: Zum Beispiel das, die Voraussetzung, dass es in der Schule gut funktioniert, dass das Privatleben gut funktioniert, dass der Musikunterricht gut funktioniert, was ich hier übrigens zusammenlegen würde, ist einfach die GESUNDHEIT, die GESUNDHEIT ist die Voraussetzung aller weiteren Existenz. #00:01:22-6#

I: Mhm (bejahend), gut. War es das dazu? #00:01:26-3#

(...) So, dann haben wir vorhin über Ihr derzeitiges Befinden gesprochen, wo würden Sie jetzt dazwischen Ihren Musikunterricht einordnen? #00:01:37-1#

B: (...) So. #00:01:42-7#

I: Warum? #00:01:42-7#

B: Weil ich das sehr gerne mache, nicht nur weil es mein studiertes Fach ist, sondern weil ich ein ganz starken emotionalen Bezug zu der Musik habe und weil ich merke, ich kann mit meinem Unterricht die Schüler motivieren, ich kann die Schüler erreichen, wenn es jetzt nicht ganz schwierige Fälle sind. Und ich mach das ausgesprochen gerne, ich gehe sehr gerne in unsere Schule, ich fühle mich auch vom Kollegium und insbesondere von der Schulleitung bestätigt und unterstützt und warum das jetzt nicht vollständig mit dieser Karte deckungsgleich ist, ist die Tatsache, weil wir es eben mit einem sehr schwierigen Klientel in einer Brennpunktschule zu tun haben, wo eben andere Dinge auch eine Rolle spielen, ob man das jetzt wahr haben möchte oder nicht, wo es also um andere emotionale Ebenen geht, die außerhalb der Musik liegen. #00:02:28-8#

I: Mhm (bejahend) (...) Gut. #00:02:34-7#

Und wie empfinden Sie die Belastungen im Musikunterricht bezogen im Vergleich zu anderen Fächern, die Sie unterrichten? #00:02:45-0#

B: Ich unterrichte NUR Musik im Moment, in den letzten sieben Jahren etwa, von daher kann ich die Frage so, nicht so ohne weiteres beantworten, aber ich persönlich bin sehr froh, dass ich das Glück habe, Musik unterrichten zu DÜRFEN. #00:03:02-4#

I: Mhm (bejahend) (...) gut, also Sie haben auch schon andere Fächer unterrichtet? #00:03:06-1#

B: Habe ich auch gemacht. #00:03:07-1#

I: Und im Vergleich, können sie das vielleicht noch mal sagen, ist das gleich belastend? #00:03:10-4#

B: Nein, das ist ein großer Unterschied, da empfinde ich also Musik wesentlich entspannter und wesentlich einfacher, einfach weil ich mich da zu Hause fühle, da bin ich sicher, klar mit Mathematik und so, wenn man da vorbereitet ist, da muss man natürlich auch die Lösungen parat haben, da muss man einfach wissen, es gibt in Mathematik nur ein Richtig und Falsch und das ist nicht so mein Ansatz, es gibt eher hier den musischen, den künstlerischen Ansatz, der mich persönlich bei meiner Arbeit auch trägt. #00:03:37-7#

I: Mhm (bejahend) (...) Gut. Was haben sie für Strategien um Belastungen oder Stress zu bewältigen? #00:03:47-0#

B: ich fahre Fahrrad, ich mache Yoga, ich mache Aikido, ich packe meine Geige aus, ich geh gerne ins Konzert, ich treffe mich natürlich mit meiner Frau regelmäßig, Privatleben und mache uns einfach einen netten Abend, so die üblichen Strategien um eben aus einer emotional belastenden Situation möglichst schnell auch wieder herauszukommen. #00:04:11-4#

I: Mhm (bejahend) (...) Ok. Wenn man so einen Erste-Hilfe-Koffer für Musiklehrer vollmachen müsste, was müsste dann hier noch rein? #00:04:19-8#

B: UNBEDINGT den emotionalen Bezug zu den Schülern. Das Fachwissen ist selbstverständlich, Musikinstrumente, das Instrumentarium, das was man anfassen, also was griffig ist, ist auch selbstverständlich, aber gerade mit der Musik, dass man selber VOLL und ganz dahinter steht, sodass die Schüler merken, da ist jemand, der hat einfach BOCK, das zu vermitteln und das zu machen. #00:04:43-4#

I: Mhm (bejahend) (...) noch etwas? #00:04:46-3#

B: Nein! #00:04:46-5#

I: Das wäre es? #00:04:48-4#

B: Im Moment ja. #00:04:49-9#

I: Ok #00:04:51-4#

B: Andernfalls würde ich Sie bitten die Frage nachher nochmal zu wiederholen. #00:04:55-3#

I: Ja, das ist jetzt dann das letzte Mal die Frage. #00:04:57-1#

B: Weiß ich nicht, ich müsst es, wir müssten die Frage wiederholen, sonst / #00:05:01-0#

I: Ok. Was sagen Sie denn dazu? #00:05:04-5#

B: Das kann ich NICHT bestätigen. Nein, mich macht der Musikunterricht nicht krank, mich machen eher manche Schüler mit ihren Problemen, mit ihren ganz speziellen sozialen Problemen UNGLÜCKLICH, und äh, ich kann mich, kann das so ausdrücklich nicht bestätigen, Musikunterricht ist für mich etwas, was mein Leben bereichert und wenn der Lehrer da voll dahinter steht, dann HOFFE ich, dass die Schüler das auch tun. Es gelingt mir auch im Wesentlichen und ich sagte, wenn mich etwas krank macht, ist es, sind es wirklich die unglücklichen Fälle einzelner Schüler und insbesondere das bildungspolitische System, was wir zur Zeit haben. #00:05:41-4#

I: Mhm (bejahend) (...) Noch etwas dazu, oder? #00:05:45-1#

B: Das ist jetzt sehr allgemein gesagt, das müsste man präzisieren, aber ich weiß nicht, ob ich das jetzt im Detail machen möchte. #00:05:51-8#

I: Müssen Sie nicht. #00:05:52-7#

(...) #00:05:56-7#

B: Wobei, Entschuldigung, ich sage vielleicht doch eine Sache mit dazu, da fällt mir doch konkret gleich etwas ein, die Sache mit der Inklusion halte ich für den ALLERGRÖSSTEN FEHLER überhaupt, ich bin ÜBERHAUPT nicht damit einverstanden, das liegt daran, dass ich selbst ausgebildeter Sonderpädagoge bin und eben selbst von der Sprachheilschule her komme, wir hatten bis vor einigen Jahren immer separate Sonderschu-

len, was ich für RICHTIG finde, weil DORT die Räumlichkeiten und vor allem das entsprechende Fachpersonal ist, um die Behinderungen der Schüler, auch adäquat aufnehmen, therapieren und behandeln zu können und Menschen, die eben Einschränkungen haben, haben Einschränkungen, die Menschen sind nicht gleich auf der Erde. Ganz schlicht und einfach! Und wenn jemand in Führungsstrichen behindert ist, dann ist er in Führungsstrichen behindert, deshalb kann man den Menschen genauso lieb und gerne haben, wie jemand der das nicht ist. #00:06:51-0#

Also für mich ist das, dieser Aspekt Behinderung, überhaupt gar kein Stigma, was von den Linken Parteien immer sehr gerne so dargestellt wird. #00:06:57-8#

I: Mhm (...) Ok (...) Bitte malen Sie ein Kurve, wie sich die Stressbelastung Ihrer Meinung nach entwickelt und kommentieren das. #00:07:09-0#

B: Auf mich persönlich bezogen, oder auf die gesamte gesellschaftliche Situa- / #00:07:14-3#

I: Auf SIE bezogen / #00:07:14-8#

B: Wie es im Augenblick aussieht, also ich soll das jetzt vom Studium / #00:07:17-9#

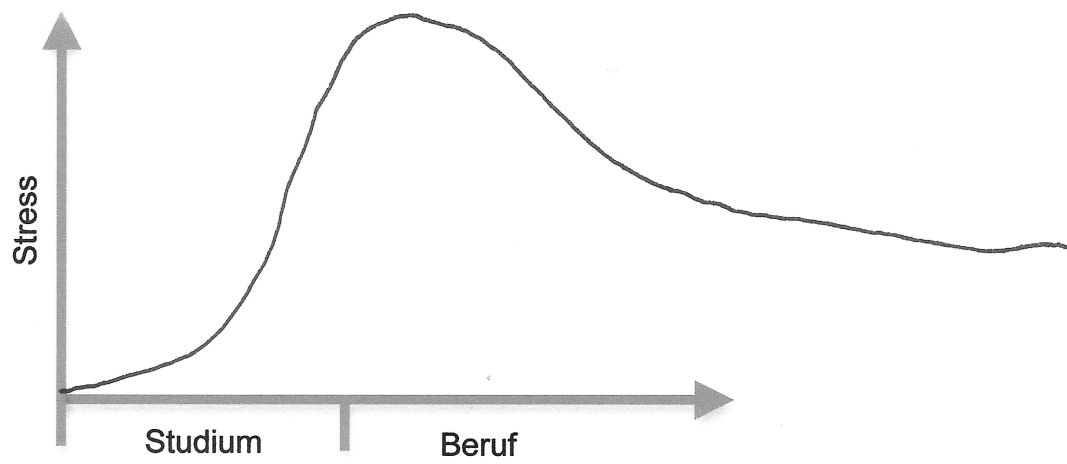
I: Wie es bei Ihnen war, genau, wie Sie es empfunden haben, oder dann wie Sie es auch glauben, wie es noch weiter geht irgendwann später. #00:07:27-6#

(...) (malt) #00:07:40-1#

I: Mhm, können Sie das kurz erklären? #00:07:42-4#

Ja, klar man fängt an zu studieren, am Anfang ist das Studium noch vergleichsweise einfach, die Anforderungen steigen eigentlich erst mit Beginn des zweiten Semesters und je länger das Studium dauert, desto mehr kommt man hier Richtung Examen, Scheine, das heißt, die Voraussetzungen müssen geschaffen werden, damit man den Abschluss hat, und besonders hoch ist dann die Belastung eben im Referendariat, mit dem Übergang zum Berufsleben, das fand ich also als ganz besonders anstrengend, die ersten zwei Jahre auch im Beruf, ich musste mich also sehr lange da finden, das war eigentlich kein sehr glücklicher Start für mich damals, aber die Kurve ist dann im Laufe der Jahre wieder gefallen, weil ich eben mehr und mehr in mein studiertes Fach reingerutscht bin, in das Fach Musik, ich hatte ja anfangs erzählt, dass ich Musik also wesentlich lieber unterrichte als andere Fächer und je mehr Erfahrung man da hat, desto weiter fällt die Kurve auch, nach unten und ich hab in den letzten Jahren auch, ich hab auch die ehemalige Schulleitung, die hat jetzt vor zwei Jahren gewechselt, eine sehr verständnisvolle und kooperative Schulleitung, die mir auch sehr viel da entgegen kommt und ich fühle mich da in der Arbeit ausgesprochen unterstützt, sodass ich sagen kann, das ist natürlich eher ein mindernder Faktor von Stress. #00:09:00-9#

I: Gut, bedank ich mich. #00:09:07-2#



Musiklehrerinterview 7**Datum:** 19.03.2013

I: So. Welche der Karten entspricht eher Ihrer momentanen Stimmung? Und wie beschreiben Sie diese Stimmung? #00:00:11-5#

B: Im Augenblick ein bisschen genervt und überanstrengt. #00:00:18-1#

I: Und woher kommt diese Stimmung, dieses Befinden? Können Sie das näher beschreiben? #00:00:22-8#

B: Ja, weil zu viele Aufgaben im Augenblick da sind, die noch nicht abgearbeitet sind. Und weil ich heute Kopfschmerzen hab. #00:00:38-0#

I: Welche dieser Bereiche spielen für Ihr momentanes Befinden eine Rolle? Und wenn etwas fehlt, können Sie das gerne ergänzen. #00:00:49-7#

B: Also eigentlich das, aber das heißt nicht, dass ich hier nicht gerne bin, sondern die vielen Aufgaben. #00:00:57-3#

I: Mhm. (bejahend) Ja. #00:00:58-8#

B: Ja? Reicht Ihnen das so? Und hier müsste noch drauf stehen, die "Nebentätigkeiten". #00:01:03-2#

I: Aha. Können Sie gern noch drauf schreiben. (...) Was meinen Sie genau mit "Nebentätigkeiten". #00:01:13-6#

B: Naja, ich hab als engagierte Musikerin... habe ich noch gerade im Bereich Musik noch andere Sachen zu erfüllen. Ich bin hier Multiplikatorin im Bezirk, organisiere Fortbildungen und verbreite die musikalische Grundschule als Regionalkoordinatorin und das sind natürlich immer so viele Sachen, die nebenbei, neben allem, noch so laufen. Und das ist manchmal viel. Da habe ich gerade zerrissen eine Liste mit, keine Ahnung wie vielen, Sachen, die ich noch erledigen muss. Ob's ein Brief ist, eine Frage stellen, also tausend Sachen, die einfach... Termine koordinieren. #00:01:46-1#

I: Und fällt Ihnen zu den anderen Bereichen noch etwas ein? #00:01:48-4#

B: Ja, meine Gesundheit ist seit ein paar Jahren auch ein bisschen im (???), merk ich, mit einem Mal und hat Auswirkungen auch darauf, dass ich nicht mehr ganz so viel Kraft hatte, wie ich mal hatte. Ist so. Mein Musikunterricht, da ist alles prima. Dennoch ist der auch oft kraftraubend. Kraftraubender, als wenn ich nun in die Klasse gehe und nur was lesen würde. Mein Privatleben leidet manchmal unter meinen vielen Aufgaben und meiner Engagiertheit. In meiner Schule schon alleine kommen einige Aufgaben zustande, weil wir eine musikalische Grundschule sind und eigentlich ich die Einzige bin, die das hier alles koordiniert und das ist viel neben allem anderem her. Da gibt's ja nichts ermäßigt für. Und meine Nebentätigkeiten machen mir großen Spaß, aber ich hab gerade so vorhin und auch die letzten Wochen gedacht: "Lange mache ich das so, wie ich's mache, nicht mehr." Ich merk, mir wird das zu viel und da muss es ein großes Stopp geben für einige Dinge. #00:02:48-6#

I: Mhm. (bejahend) Okay. So, wir haben ja vorhin über derzeitiges Befinden gesprochen. Wo ordnen Sie dazu Ihren Musikunterricht ein, wenn Sie das jetzt hinschieben müssten? Mhm. (bejahend) Können Sie das näher beschreiben? Was ist daran so entspannt? #00:03:09-9#

B: Na gut, sagen wir mal so. Also ganz so entspannt ist es nicht. Man muss immer eine ganze Menge Vorarbeit leisten, damit es auch mal so entspannte Stunden gibt. Aber prinzipiell... Ich hab einfach einen reichen Erfahrungsfundus und inzwischen so gute Methoden und auch so gute Dinge, die ich den Kindern anbiete, wo ich immer merke, das macht den Kindern Spaß. Ich hab einen guten Überblick von dem, was ich gerne machen möchte mit denen und mache prinzipiell auch nur Dinge, die mir Spaß machen. Zum Glück kann ich das in Musik ja steuern. Das ist nicht so rahmenplaneng wie andere Fächer und insofern ist da jede Stunde eine, die ich mir wirklich so zurecht tüftle, dass sie mir und den Kindern Spaß macht und wer mit Spaß lernt, ist es einfach entspannt. Also es ist nicht immer so, aber ganz häufig. Außerdem hab ich manchmal so Methoden... gibt es manchmal so Methoden, die ich den Kindern beibringe, sodass sie das schaffen, mal eine Stunde alleine zu ma-

chen. Und da setze ich mich dann in der Tat so hin und denke: "Jetzt haben wir's doch geschafft. Die Kinder können das alleine." #00:04:06-9#

I: Super. (lacht) #00:04:07-8#

B: (lacht). Aber das ist nicht immer. #00:04:09-9#

I: Und Sie haben es eben schon einmal angedeutet: Wie empfinden Sie Ihren Musikunterricht im Vergleich zu anderen Fächern? #00:04:15-0#

B: Musik ist ein anstrengendes Fach, weil es sehr vielseitig ist und eine hohe Arbeitsunruhe dabei ist, weil viel Organisation da dran hängt, weil in Musik immer viel Beiwerk ist. Also sprich: "Kann ich Ihnen nochmal was zeigen?", "Kann ich Ihnen nochmal was vorspielen?", "Können wir das...?", "Wissen Sie nicht einen guten Musiklehrer?", "Auf welche Schule gehe ich denn mit Musik?" Oder die ganzen Aufführungen, die da dran hängen. Also das ist sehr aufgabenintensiv und zeitintensiv. Dennoch ist es aber eins, wo ich denke... Also ich finde, man kann ja in Musik... Im Musikunterricht bringe ich ganz viel unter, auch Sprachbildung, auch soziales Lernen. Ich finde, das ist das Fach, wo man wirklich die meisten Dinge, die mühsam in Einzelfächern erarbeitet werden, wirklich wunderbar zusammengefasst, kompensiert unterrichtet werden können, weil man da so eine wunderbare Methodenvielfalt hat. Deswegen liebe ich das. #00:05:08-6#

I: Okay. Vorhin hatten Sie auch noch angedeutet – da muss ich noch einmal nachhaken – mit dem "Wenn Sie nur lesen in einer Stunde" gegen den Musikunterricht... #00:05:15-3#

B: Ja, das ist die Arbeitsunruhe. Also Musikunterricht, wenn die Kinder Aufgaben kriegen, mit Instrumenten spielen, das ist einfach, nicht zu laut, aber laut. Also es ist nicht so leise, wie es in anderen Fächern oft ist. #00:05:35-0#

I: Sie haben jetzt einiges über auch Belastungen im Musikunterricht kurz berichtet. Was haben Sie für Strategien, um Belastungen oder Stress zu bewältigen? #00:05:44-7#

B: Hier innerhalb der Schule oder für mich überhaupt? #00:05:47-1#

I: Beides. #00:05:48-5#

B: Beides. (...) Eigentlich schwierig, ehrlich gesagt, weil ich durch meine vielen Sachen, die ich nebenher noch mache, ganz wenig Zeit hab für andere Dinge und deswegen ist wirklich, eigentlich wirklich ausruhen und mal nichts machen. Also mit "nichts machen" mein ich mal zu Hause lesen, spazieren gehen, Ruhe haben. Ich hör zu Hause zum Beispiel relativ wenig Musik, weil mir das hier alles reicht. Am Wochenende einfach auch mal nicht das ganze Wochenende durcharbeiten, sondern Dinge machen, die mir Spaß machen. Eigentlich nur so. Also ich hab weder eine Stressbewältigungsmethode wie Autogenes Training oder Yoga oder solche Dinge. Hab ich nicht das Gefühl, dass ich es brauche. Ich brauch einfach Auszeiten. #00:06:36-2#

I: Wenn man so einen Erste-Hilfe-Koffer für Musiklehrer voll machen müsste, was müsste dann hier rein? #00:06:45-3#

B: (lacht) Da müsste rein, ein Paket von einem Minimum, ich hab jetzt keine Anzahl parat, an Hospitationsstunden, die Musiklehrer machen müssen. Da müsste rein, eine Anweisung für die Hochschulen, dass sie Musikstudenten von Anfang an in die Schulen schicken möchten bitte. Da müsste rein, eine Waage, wo drauf gelegt werden muss "Das ist meine pädagogische Arbeit" und "Das ist die musiktheoretische Arbeit". Und die pädagogische Arbeit muss in der Grundschule, wir sprechen von Grundschule, immer überwiegen und nicht die Theoriekenntnisse. Da muss rein, ein Handwerkszeug für Lehrer überhaupt, was Methoden und Klassenführung angeht. Was müsste für Musiklehrer da noch rein? Eigentlich eine Begeisterungsfähigkeit fürs Fach. Das war's erst mal. #00:07:48-6#

I: Was sagen Sie denn dazu? #00:07:54-7#

B: Ähm, glaub ich für viele Kollegen. Weil wenn Musik wirklich nicht gut von der Methodik her und vom Aufbau und von all dem unterrichtet ist, ist es ein... kann es ein absolut chaotisches Fach werden, wo man ständig den Eindruck hat, man schafft es überhaupt nicht, die Kinder zur Ruhe zu kriegen oder man kann da keine Instrumente austeilen. Das muss alles strickt organisiert werden, weil sonst ist es echt richtig stressig. Und ich

kann also so Musiklehrer zum Beispiel, die von der Person her... leise Stimmen oder nicht durchsetzungsfähig, nicht begeisterungsfähig, das nicht gelernt haben, die, sag ich mal, Musik machen, obwohl sie nicht so ein musikalisches Fundament haben auf das sie zurückgreifen können und dann vielleicht noch nicht organisatorisch irgendwie mit sich klar machen, wie es gemacht werden muss, kann ich das voll nachvollziehen. Kommt auch ein bisschen drauf an, in dem Bezirk, wo man arbeitet. Also ich kann mich erinnern, in meiner Referendariatszeit... Ich hab ja auch mal angefangen, da musste ich zum Beispiel sofort eine Vertretung für eine Kollegin machen und da sind die Kinder wirklich über Tisch und Bänke. Und da bin ich krank geworden. Da bin ich hingegangen und hab... Das hab ich zwei Wochen mitgemacht. Ich konnte die nicht bändigen. Ich wusste nicht, wie. Und dann habe ich zu meinem damaligen Rektor gesagt: "Entweder Sie kommen jetzt mit rein in den Unterricht oder ich komm hier nie wieder her." Und ich hätte mein Studium abgebrochen, ganz klar. Ich hätte es nicht machen können. Erzähl ich jetzt trotzdem weiter, ob jetzt ihr Band reicht oder nicht. #00:09:26-0#

I: Das reicht. #00:09:26-3#

B: Und dieser Rektor damals hat in der Tat, der hat gesagt: "Na...", so nach dem Motto: "Na, komm mal Kleine." Kam dann mit rein, körperte da rein und guckte sich das an, sagt er: "Zeig mal, wie du das so machst." Ich hab die Kinder nicht bändigen können und dann hat er gesagt: "Na nun wollen wir doch mal dir zeigen..." Und dann ging der nach vorne und brüllte einmal wie ein Löwe durch die Klasse. Die Kinder stutzten kurz, setzten sich auch kurz hin und das Ganze dauerte drei/vier Minuten und dann hatte der genau die Situation wie vorher und hat die genauso wenig gebändigt gekriegt, wie ich und daraus resultierte für mich also weder Unterschied Mann - Frau noch laute Stimme - leise Stimme. Man muss ganz andere Strategien haben, um damit umzugehen.

Aber DAS war ne Situation, hätte der mir nicht geholfen, der hat mir nachher jemanden mit reingesetzt, ich hätte mein Studium abgebrochen. Deshalb kann ich GUT verstehen, wenn Leute kommen und sagen, das macht mich krank. Wenn man mit Magenschmerzen her kommt. #00:10:06-6#

Es gibt auch so Klassen, die ganz schwierig zu leiten sind. Und wenn man damit nicht klar kommt, das ist RICHTIG HEFTIG. Glaube ich. Gut, mich macht es nicht krank, aber (...) das glaube ich ungesehen. Kann passieren. Das kann aber auch in einem anderen Unterricht passieren. #00:10:18-2#

I: Und wenn man das aber spezifisch auf Musik bezieht? #00:10:39-9#

Ähm, das kann ich mir nur vorstellen, wenn Menschen fachfremd unterrichten müssen. #00:10:38-8#

Und (...) dann sage ich ja. Es gibt so viele Dinge, die eine Rolle spielen. Wenn man die nicht beherrscht, das ist wirklich wie so ne Jonglage. Wie man wenn man die nicht beherrscht, dann hat man einfach Chaos. Und wer fühlt sich im Chaos wohl? Keiner! Und auch dann könnte ich das verstehen. #00:10:43-0#

Oder wenn einer den Lärm nicht abkann. Musik ist immer mit Geräuschen in irgendeiner Form verbunden. (lacht) Was ja gut ist. Ähm, kann ich auch verstehen. #00:11:00-5#

Kommt auf Kinder an, kommt auf Klassen an, kommt auf Regionen, auf Schulen an. Das hat so viele Faktoren. Da können Sie ne eigene Doktorarbeit drüber schreiben (beide lachen). #00:11:07-3#

I: Bitte malen Sie eine Kurve, wie sich die Stressbelastung Ihrer Meinung nach entwickelt und kommentieren das bitte. #00:11:21-1#

B: Während des Studiums und dann im Beruf. Also für mich jetzt persönlich? #00:11:30-3#

I: Mhm (bejahend). #00:11:42-2#

B: Also für mich war das Studium ein wunderbares. Aber mein Stressfaktor war relativ hoch, weil ich gemerkt habe, ich setze jetzt mal hier an, dass alle um mich herum wunderbare Musiker waren und ich das nicht war. #00:11:42-2#

I: Wo war das Studium? #00:11:58-0#

B: An der Pädagogischen Hochschule damals. Und um mich rum waren wirklich Meistermusiker und ich hab gerade mal vorher zwei Semester oder vier Semester an meiner Oberschule Musik Leistungskurs gehabt. Und

hatte vorher NIE was mit Musik zu tun, außer dass ich gerne mochte. Und dann habe ich gedacht, das kann ich nie. Also so gut, wie die Klavier spielen, Cello, Querflöte etc., das kann ich alles gar nicht. #00:11:58-0#

Und dann mussten wir von Anfang an eine Studienwoche absolvieren, gleich nach dem ersten Semester, nach dem zweiten, nach dem dritten. Dann kam für mich die Erkenntnis, dass alle Musiker, die so wunderbar drauf waren und 1000 Jahre Klavier schon gespielt haben, vor den Klassen ELENDIG verreckten und nach jeder Studienwoche sind mind. 4 oder 5 Leute abgesprungen, die das Studium aufgegeben haben. Und übrig blieben 5 Leute, die gibts auch heute noch im Schuldienst. Alle anderen sind irgendwo hin verschwunden und ich bin eine der 5. Und sage bis heute, für die Grundschule ist nicht die fachliche Ausbildung die ausschlaggebende sondern die pädagogische und die Einstellung und das Auftreten des Menschen wie auch immer. #00:12:22-2#

Und insofern war das relativ hoch. Dann kam die Prüfung, das war auch anstrengend. #00:13:02-7#

Und im Beruf, ab Referendariat ging noch mal höher. Beruf in der Anfangszeit noch mal höher. Ich hab hier angefangen Musiklehrer zu sein und bin mit Musik angestellt worden. #00:13:08-1#

Sie wissen ja, die Besonderheit der Grundschule ist ja, dass man alle Fächer unterrichten muss. Und bin angefangen hier mit ner halben Stelle Musik und meine restliche halbe Stelle mit Klassenlehrer und alle Fächer unterrichten. Und hab mind. 2 Jahre lang meine kompletten Ferien durchgearbeitet, um Mathe und Deutsch und alles unterrichten zu können, von denen ich KEINE Ahnung hatte. Und das habe ich glaube 6 Jahre gemacht, dann bin ich in den Mutterschutz gegangen, aber das sind 6 Jahre, die mich mind. 30 meines Lebens gekostet haben (lacht). Also da sage ich noch mal so (malt). #00:13:19-1#

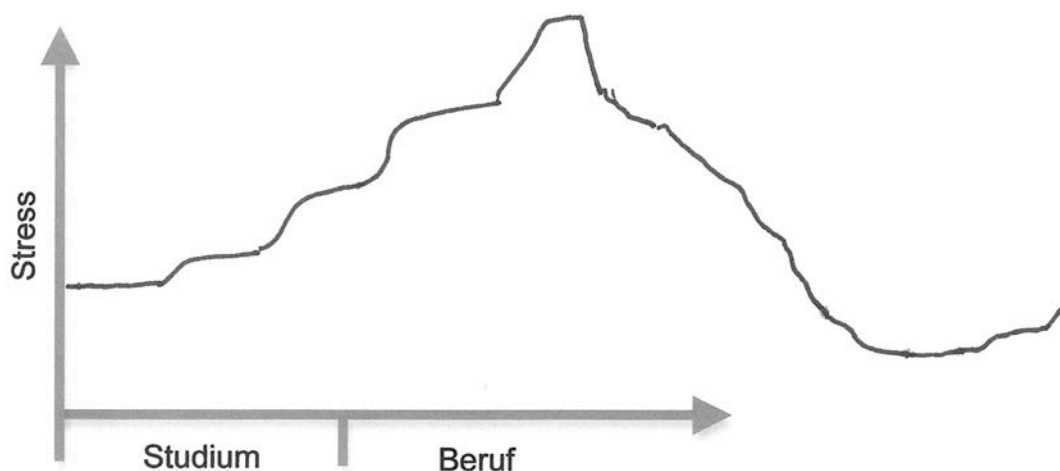
So und dann habe ich mich so langsam eingefuchst und bin auf halbe Stelle gegangen. Durch die Kinder. Und das ging dann, das war entspannter. #00:13:48-1#

Und inzwischen kann ich, also ich rede jetzt mal nur vom Beruf, geht es runter, aber durch die vielen Aufgaben und durch die relativ hohe Belastung der Musiklehrer wird es nie so ein Level sein, der bei Null ist. Also es bleibt immer (...)anstrengend. #00:13:54-0#

Schön, aber anstrengend. #00:14:14-0#

Und je älter man wird, desto anstrengender. (lacht) #00:14:16-2#

I: Vielen herzlichen Dank! #00:14:20-5#



Musiklehrerinterview 8**Datum:** 19.03.2013

I: Welche der Karten entspricht eher Ihrer momentanen Stimmung? #00:00:05-1#

B: Diese hier. #00:00:07-6#

I: Wie beschreiben Sie diese Stimmung? #00:00:10-1#

B: (...) Entspannt und zufrieden. Das Leben genießend. #00:00:18-1#

I: Und woher kommt diese Stimmung, dieses Befinden? #00:00:21-0#

B: Bei mir? #00:00:21-9#

I: Ja. #00:00:22-6#

B: (...) Auf die Arbeit bezogen, weil mich die Arbeit ausfüllt, ohne dass sie meine Kräfte vollends raubt oder meine Nerven zerstört. Das liegt an günstigen Arbeitsumständen. Dass liegt nicht in der Natur des Berufes, aber der Beruf kann es bieten, wenn man gute Arbeitsumstände hat. #00:00:43-0#

I: Okay. (...) Wollen Sie dazu sonst noch etwas sagen? Also, ob das jetzt momentan so ist, schon immer so war? #00:00:55-2#

B: (...) Ja, ich kann sagen, ich habe seit eineinhalb Jahren HABE ich günstige Arbeitsumstände, in der mir die Arbeit wieder Spaß macht, in der ich wieder Energie gefunden habe, Musik zu unterrichten, aber ich kenne auch ganz andere Zeiten, wo ich mich täglich nur gefragt habe: "Wie soll ich weitermachen? Wie soll ich das durchhalten? Ich kann eigentlich schon lange nicht mehr." Wo ich mir nichts sehnlicher gewünscht habe, als nie wieder Musik zu unterrichten, und wo ich auch jeglichen Idealismus verloren hatte, weil ich das Gefühl hatte, die Quellen sind versiegt. Ich kann nichts mehr transportieren. (...) Im Prinzip mache ich keinen anderen Unterricht als vorher und es ist eigentlich auch ein anregender Unterricht, aber ich kann es nicht mehr transportieren. Die Energie ist weg und die Begeisterung und so. Und das hat den Unterricht (...) noch störanfälliger gemacht, als er ohnehin war. Also wenn man erschöpft ist, die Nerven sind eher dünn, dann führt das nicht dazu, dass mein einen begeisterten und begeisternden Unterricht leicht durchführen kann. #00:02:05-4#

I: Klar, ja. Wissen Sie eventuell, woran das lag, dass es so war? #00:02:10-1#

B: Ja. (...) Also angefangen damit, dass ich zu viel Musik unterrichten musste. Also ich bin unbedingt dafür, dass man nur in begrenztem Maße Musik unterrichten muss. Ich vergleiche Musik mit einem Kindergeburtstag: Also ich mache jetzt auch fast nur praktischen Musikunterricht, Theorie ist nur so am Rande, mache ganz viel mit Instrumenten und, wenn möglich, auch mit Tanz. Das strengt einfach an und ich habe die Erfahrung gemacht, eine Musikstunde kann mich mehr anstrengen, als ein kompletter Kindergeburtstag, der über Stunden geht. Und ich finde, diese Anstrengung ist nicht in jeder Stunde da, aber es kann immer mal passieren. Die muss man begrenzen, damit man die Musiklehrerin nicht verheizt und das ist für mich total spürbar, wenn ich zu viel Musik unterrichte, dann fängt alles an bergab zu gehen. Der zweite Punkt ist (...) ich finde es sehr anstrengend, Musik in sehr großen Klassen, wenn es an die dreißig Kinder sind, zu unterrichten. (...) Der Lärm, der sowieso da ist, den findet man auch unter Erwachsenen, den findet man in Chören, in Orchestern, man findet ihn in Lehrerfortbildungen. Man gebe Lehrern ein Instrument in die Hand, sie klöppeln darauf herum. In jedem Chor, in jedem Orchester, man spielt ein Stück, es wird gequatscht. Das hat man im Unterricht auch. Es ist natürlich / Natürlich sind Kinder noch undisziplinierter als Erwachsene, sie sind auch nicht unbedingt so höflich wie ein paar Chormitglieder und es ist ja auch nur Fachunterricht und sie wollen ja jetzt auch Spaß haben und sie lassen natürlich dem Fachlehrer gegenüber eher mal die Sau raus und es ist häufig in den letzten Stunden, wo auch sie schon kaputt sind. #00:03:55-5#

Und das mit großen Gruppen kann fürchterlich anstrengend sein. (...) Was (...) ich bin ja jetzt grad dabei, woran das liegt, dass man so erschöpft sein kann. Was auch schlimm ist, sind Musikräume mit einer schlimmen Akustik, wo also jedes Fußescharren schon so einen Lärm macht und erst recht die Instrumente. Selbst, wenn die Schüler sie SCHÖN spielen, ist es anstrengend mit irgendwelchen schrillen Glockenspielen und mit Metallopho-

nen. Erst recht, wenn jedes kleine Klickern und Klackern und Schellengebimmel so überlaut wird, dann sind ungünstig eingerichtete Musikräume eine Plage, wo man, was weiß ich, für das Aufbauen usw. so viel Zeit braucht, dass man auch immer wieder die Schüler aus der Kontrolle verliert, weil man ihnen ständig den Rücken zudrehen muss und immer wieder schwillt die Lautstärke an, man muss Energie einsetzen, um sie wieder herunter zu kriegen. Das sind alles so Aspekte. #00:05:03-8#

I: Okay. Welche dieser Bereiche spielen für Ihr momentanes Befinden eine Rolle? Und falls ein Bereich fehlt, können Sie diesen gerne ergänzen. #00:05:19-2#

B: (...) Also die spielen ja alle eine Rolle. #00:05:29-9#

I: Fangen Sie irgendwo an. #00:05:34-1#

B: (...) Ich kann eine Hierarchie machen. Mein Privatleben, meine Schule, wobei (...) zeitlich vielleicht die Schule sogar eine größere Rolle spielt, (...) aber ich kann sagen, mein Privatleben hat die Priorität (...) vom Gefühl her und das geht auch. Die Schule ordnet sich da ein, also sie ist nicht / Es gibt auch Situationen, wo die Schule einen so bedrückt, dass die im Vordergrund steht, und deswegen kann ich zufrieden sagen, die Schule ist sehr wichtig, aber sie kommt an zweiter Stelle. #00:06:18-6#

I: Okay. #00:06:19-2#

B: Kann ich die Gesundheit an die dritte Stelle stellen? Weil ich zurzeit nicht so erschöpft bin, wie es schon einmal war, ist die Gesundheit sozusagen "gewährleistet". Ich muss mir jetzt keine, ich muss mir nicht viele Gedanken drum machen. Ja, Musikunterricht ist einfach ein Teil der Schule, Gott sei Dank so wie andere Fächer auch. Auch das kenne ich anders. Dass der Musikunterricht ja eben ein kleiner Albtraum war: "Ach, jetzt wieder Musik.". #00:06:48-2#

I: Okay. Sie haben ja vorhin oder eben gerade über Ihr derzeitiges Befinden gesprochen und wo würden Sie da Ihren Musikunterricht einordnen? #00:07:02-7#

B: (...) Heute. Zu heute würde ich ihn hier einordnen (...) zwischen den beiden Polen, aber ganz klar auf der Seite des Wohlbefindens. Ich würde es aber nicht direkt darunter schieben, sondern dazwischen tun, weil mir eben bewusst ist, wie schnell das wieder da herüber rutschen kann. #00:07:31-1#

I: "Wieder" sagen Sie. Warum sagen sie "wieder"? #00:07:33-6#

B: Ach so, ja, so habe ich mich jahrelang gefühlt. #00:07:36-7#

I: Okay. #00:07:37-3#

B: So dieser ständige Lärm, (...) dass ich irgendwie dachte, wie kann das angehen, dass ich in jeder / Andere sagen: "Schlagt euer Mathebuch auf!", während ich in JEDER Stunde STÄNDIG wieder den aufwogenden Lärm mühsam runter, wieder senken muss mit viel Einsatz. #00:08:02-8#

I: Da können wir gut überleiten. Wie empfinden Sie nämlich Ihren Musikunterricht bezogen auf Belastung im Vergleich zu anderen Fächern, die Sie unterrichten? #00:08:12-6#

B: Also, ich muss die Kinder mehrfach in der Stunde sammeln. Ich muss sie nämlich erst mal in der Klasse sammeln und zwar meistens, wenn sie schon ein Bisschen aufgeheitert sind oder erschöpfter sind am Ende des Tages. (...) Ich muss sie sammeln zum Begrüßen, sie müssen sich aufstellen, dann muss ich sie wieder sammeln, bevor ich mit ihnen den Raum verlassen kann. Unterwegs muss ich möglicherweise mehrmals anhalten, um sie wieder zur Ruhe zu bringen. Dann lasse ich sie in den Raum herein. Sie suchen sich Plätze, auch da müssen sie sich wieder sammeln, möglicherweise gibt es Streit um die Plätze oder ich muss eine eigene Sitzordnung durchsetzen gegen den Willen der Schüler, weil es sonst zu viel Gequatsche gibt. Das läuft alles schon bevor ich losgehe. Ich glaube, ich habe mitgezählt, ich habe sie jetzt ungefähr sechsmal gesammelt. Allein das. #00:09:04-3#

Dann, es gibt so Tage, wo ich denke, ich möchte eigentlich NIE wieder sehen, dass jemand seinen Hefter rollt und ihn seinem Vordermann auf den Kopf schlägt. Nicht weil ich es so schlimm finde, sondern weil ich mir kein Leben vorstellen kann, in dem ich das ständig sehen muss. Ich will nicht, dass das mein Lebensinhalt ist. Solche kleinen Sachen sind das. Also das ist praktisch das Organisatorische, die Rahmenbedingungen des Musikunter-

richts, die schon so viel Nerven kosten und Energie, dass man das Zentrale, die Kostbarkeit von Musikunterricht und, was man den Kinder damit schenken kann, schon fast in den Hintergrund rückt. #00:09:43-7#

Ja, dann (...) haben die Kinder keine festen Plätze. Ich habe in Musikräumen gelebt, unterrichtet, da musste ich die Stühle immer erst noch aufstellen. Besonders nervig. Sie haben keine Tische, was mir allerdings für den Musikunterricht auch lieb ist. Ich will ja praktisch mit ihnen arbeiten. Die Kinder macht es aber unruhig. #00:10:08-1#

Es gibt keine Stillarbeitsphasen. Man kann nie sagen: Nehmt euer Heft raus, schlagt die Seite soundso auf, ihr wisst, was ihr zu tun habt. #00:10:20-2#

Man gewinnt keine Autorität, indem man sagt: „Wir schreiben morgen einen Vokabeltest oder eine Mathearbeit.“ #00:10:30-9#

Auch nicht: „Bitte zeigt mir, ob ihr eure Hausaufgaben gemacht habt. Ich trag das ein.“ Mh (...) Ja. #00:10:37-9#

Und (...) Es ist anders als, es ist schön, dass man erfreuliche Dinge mit den Kindern macht, die sie glücklich machen und erfüllen und die soziale Aspekte befriedigen und so weiter. Andererseits kommen Kinder manchmal auch zu dem Glauben, man sei dafür da, sie zu unterhalten und ihnen etwas zu bieten. Ich hab im Moment sehr, sehr motivierte und sehr dankbare Kinder. Ich hatte früher Kinder, die waren, so stark geförderte Kinder, die im Kindergarten bereits das Instrumentenkarussell, in der Musikschule hatten und im Schülerladen bereits mehrere Aufführungen, bei denen sie im Rampenlicht standen. Ähm (...) die waren nicht so leicht zu begeistern und hatten so eine Haltung, die ich manchmal als arrogant und fordernd empfunden hab. Da bin ich dann auch teilweise mit ANGST reingegangen. Wenn ich mir was ausgedacht hatte. Werden sie es akzeptieren? Werden sie es ablehnen? #00:11:45-2#

Und das hat mich gleichzeitig wütend gemacht! Auch den Kindern habe ich manchmal gesagt, wir diskutieren doch in Deutsch auch nicht darüber, ob du jetzt Lust hast, dieses Diktat zu üben oder diese Grammatikregeln zu lernen. Trotzdem ist es schwere in Musik zu vermitteln. Und sie (die Kinder) können eben auch die Arme über der Brust verschränken und sagen: „Och, Babykram! Nicht mit mir!“ #00:12:09-7#

I: Mhm (bejahend). Okay. Sie haben jetzt einiges über Belastungen im Musikunterricht berichtet, was haben sie für Strategien, um mit Belastungen oder Stress zu bewältigen? #00:12:22-0#

B: (...) Ähm. Ach so Moment, jetzt bin ich glaube ich auf der falschen Fährte. Ich denke jetzt gerade darüber nach, über Strategien, um diesen Stress zu vermeiden. Also um mit diesen kritischen Situationen umzugehen? #00:12:42-0#

I: Mhm (bejahend). #00:12:42-0#

B: Oder wenn ich gestresst bin? #00:12:46-5#

I: Beides. #00:12:48-1#

B: Beides. Okay. (...) Ich glaube, um Stress zu vermeiden (...) ist meine erste und wichtigste Strategie die Auswahl der Inhalte. #00:13:07-5#

(...) Ich sehe zu, dass ich ziemlich viel mit Instrumenten mache. Das mache ich allerdings auch, weil meine Stimme kaputt ist und mir das Singen schwer fällt. Und das vermeide ich dadurch gerne. (...) #00:13:21-4#

Dabei sehe ich zu, dass die Schüler immer alle beschäftigt sind. Dass man das Stück, ich mach z.B. gerne Mitspielsätze, dass man das schnell und einfach erlernen kann bzw. in einfachen Schritten. Wo die Kinder immer gleich befriedigt sind und immer etwas lernen. Also in kleinen Schritten und nicht erst lange Passagen, wo man warten muss bis die letzte Gruppe es noch hat und der Arhythmiker das auch noch hat. Das ist jetzt eigentlich die Strategie, die sich für mich am meisten bewährt hat: Beschäftige die Schüler, gibt ihnen Erfolgserlebnisse und lass es schnell zu einem gemeinsamen Musizieren und einem Wohlklang kommen. Deswegen auch gerne Mitspielsätze. #00:14:07-2#

Dadurch finde ich, kann man die Schüler schon mal gut sammeln. Also man macht eine freundliche Atmosphäre und man bringt Störer schneller zur Ruhe, weil sie beschäftigt sind. Das ist im Moment die allerwichtigste Sache. #00:14:27-0#

Früher habe ich zu komplizierte Sachen gemacht und hab gemerkt, dass es mich sehr erschöpft. #00:14:32-2#

Dann gibt es noch ein paar disziplinarische Geschichten, die ich einsetze. Also ich mach zumindest am Anfang, wenn ich eine Gruppe neu hab, mach ich gerne eine neue Sitzordnung, wo ich auch Junge und Mädchen nebeneinander setze. Um bestimmtem Lärm vorzubeugen. Ich setz das DURCH und BESTEH darauf, UM Autorität und Bestimmtheit zu demonstrieren. #00:14:56-2#

Ich setze ein eine sogenannte Blitzliste, Strichlisten praktisch, sie heißen Blitze. Sie führen in der Regel Kinder, die sind nur meine Schriftführer. Weil ich ja tatsächlich oft die Hände zu voll hab. Ist komischerweise wahnsinnig beliebt. Aber sie denunzieren sich nicht gegenseitig. #00:15:13-2#

Im Grunde, also manchmal setze ich ein, die Regeln abzuschreiben, wenn man so und so viel Blitze hat. Manchmal gibt es Sanktionen. Ich bin da eigentlich aber leider noch zu zögerlich und schiebe es gerne so, den letzten Blitz gebe ich dann eben nicht, trotz mehrerer Störaktionen. Jedenfalls solche Geschichten. Also ich versuche mich Konsequenzen auszudenken und parat zu haben. Das ist definitiv etwas, was ich nicht genug ausschöpfe und besser einsetzen könnte. #00:15:46-9#

(...) Früher habe ich, wenn ich gemerkt habe, es wird unruhiger, es klappt nicht so gut, habe ich MICH immer mehr ins Zeug gelegt. Ich hab versucht lauter zu werden. Meine Stimme (...) merkt man. Meine Stimme ist EXTREM ungünstig für, als Lehrerstimme. Und besonders für Musik, wo immer so ein Lärmpegel ist. Ich komme da nicht durch. Ich hab auch eine Frequenz, die liegt auf den, die ähnelt der der Schüler. Es gibt ja Lehrer, die können leise sprechen und jeder hört sie. Das ist bei mir nicht so. Deswegen muss ich ganz schnell RUFEN. Also schreien eigentlich nicht, aber rufen. Denn um durch den Lärm durchzudringen. Das klingt immer gleich ein bisschen angestrengt, wehrlos, ohnmächtig. Ich vergeude damit Souveränität. (...) #00:16:41-1#

Deswegen versuche ich jetzt, diese ganze Unruhe, die manchmal entstehen kann, mit viel mehr innerer Gelassenheit zu sehen. Nicht so, Oh Gott, jetzt passiert das wieder und das passiert natürlich mir bestimmt wieder. Es ist bei meinen anderen Kollegen viel ruhiger. Sondern ich denke, es wird schon gleich wieder ein leise werden. Die werden ja merken, dass ich warte und die wollen ja auch gerne noch das und das machen. Und mit dieser inneren Haltung kriege ich die Kinder tatsächlich viel besser zur Ruhe. #00:17:17-0#

Ja! Das sind dann so kleine Sachen, die man auch nach so und so viel Berufsjahren, ähm, immer noch neu entdeckt und die einen beglücken können und wo man denkt, oh, es geht voran. Und jetzt bin ich mal gespannt, jetzt probiere ich dies mal aus. #00:17:37-8#

I: Wenn man so einen Erste-Hilfe-Koffer für Musiklehrer voll machen müsste, was müsste dann hier noch rein? #00:17:42-5#

B: Erste-Hilfe heißt: Es ist schon passiert das Unglück? Oder kann da auch was rein, um den Unglücken vorzubeugen? #00:17:54-8#

I: Ja. #00:17:54-8#

B: Darf es auch ein riesen Luxus sein? #00:18:08-6#

I: Ja. #00:18:08-6#

B: Also ich habe festgestellt, ich bin in einigen Integrationsklassen und deswegen ist eigentlich immer ein zweiter Erwachsener dabei. Das ist so wundervoll. Ich gehe in den Musikraum und bereite ihn vor und hab die Instrumente schon da stehen und die Stühle sind geordnet. Meine Kollegin sammelt die Kinder und geht schon mal mit ihnen rüber. Das ist schon mal wundervoll. Dann bin ich relativ frisch und ich komme auch nicht an und kehre den Kindern den Rücken zu. Sondern dann geht es los. Das macht einen RIESIGEN Unterschied. #00:18:34-0#

Das gleiche auch, wenn wir den Raum verlassen. Ich verlass den Musikunterricht nicht im Stress. Sondern ich kann mich ganz nett und schön von denen verabschieden in guter Atmosphäre. Dann geht meine Kollegin in den

Klassenraum, ich kann schnell aufräumen. Normalerweise macht man das, während die Kinder dann ausflippen und doch an die Instrumente gehen. Zum Schluss meckert man noch mal ordentlich und ist entsetzt und erschöpft. Doofes Ende! #00:19:00-0#

Irgendwann habe ich mich gewundert, wieso mir Musik wieder so viel Spaß macht. Da ist mir das als ein wichtiger Aspekt aufgefallen. Man könnte es auch so machen, dass ein Klassenlehrer die abholt oder was weiß ich. Es jedenfalls wunderbar, wenn man irgendwie vermeiden kann, dass der Lehrer immer so viel aufräumen muss. #00:19:19-6#

Denn es ist ein bisschen anders als beim Sport. Da kann man viel besser die Kinder dirigieren, dass sie abbauen. Aber beim Musikinstrumente wegräumen muss man doch alles sehr gut unter Kontrolle haben, finde ich. Ja, das gibt es ja noch Musikanlagen, die ausgemacht werden müssen und so. Ja, das würde ich da reintun. #00:19:40-4#

I: Noch etwas? #00:19:40-5#

B: (...) Fällt mir im Moment nicht ein. #00:19:49-6#

I: Okay. #00:19:57-8#

B: Doch! Mir fällt doch noch was ein! Ganz wichtig! Ganz, ganz wichtig! Nämlich (...) Musikunterricht in der eigenen Klasse zu geben, finde ich nicht schlimm. Die kann man viel leichter lenken. Aber dieser Fachunterricht, der ist so anstrengend. Auch jedes Mal in eine Klasse zu kommen, die man entweder sowieso nicht gut kennt oder später nicht weiß, was liegt jetzt an, was ist jetzt wieder gewesen, wie sind die heute drauf. (...) #00:20:27-7#

Und, man hat natürlich viel weniger Autorität. Und deshalb würde ich in diesen Koffer noch packen, einen sehr guten Kontakt zwischen Klassenlehrer und Musikfachlehrer. Und vor allem einen kooperativen Kontakt. Ich hab z.B. eine Kollegin, also alle Kollegen sind kooperativ, aber die eine, die sagt immer, also die möchte von mir hören, wie die Kinder waren und die möchte auch Sanktionen. Die ist der Ansicht, die Klasse ist so schwierig, sie muss die Klasse erst mal gut einnorden, damit das irgendwas wird und sie ist dankbar, wenn sie mit mir zusammen arbeiten kann und bestimmte lassen sich besonders gehen, da muss jetzt was passieren, weil da ist es sogar so, wenn die so und so viel stören, gehen die nicht mit zum Schwimmen. Schwimmen ist nach dem Musikunterricht. Ist zwar eine hammerharte Strafe, aber es passiert ihnen tatsächlich nur einmal, weil es so schlimm ist, die weinen ja dann auch. Das finde ich großartig! #00:21:24-7#

Und diese uneingeschränkte Unterstützung, die ich von ihr bekomme, das sie auch mit den Kindern redet, ist großartig. #00:21:32-5#

Und dann muss man noch was sagen. Ich kenn auch andere Kollegen, die mit ihren Kindern mal geredet haben. Es gibt eine Art, über Fachlehrer zu reden, indem man sie scheinbar unterstützt, sie subtil aber abwertet. Zeigt bitte auch bei Frau(Name der Befragten gestrichen) oder macht es für mich oder ihr könnt doch bei mir auch so lieb sein. Damit wird eine Fachlehrerin ganz subtil in eine unterlegene, unfähige Position gedrängt. Das ist eigentlich kontraproduktiv. Ich habe jetzt das Glück, das es überhaupt nicht so ist. Aber das sind Aspekte, unter denen Musiklehrer auch sehr leiden müssen, manchmal. #00:22:14-8#

I: Was sagen Sie denn dazu? #00:22:23-2#

B: Ja. (...) Heut nicht, aber (...) Es gibt Zeiten, als ich jetzt die Schule wechseln musste, weil die Schule geschlossen hat, habe ich gedacht, wenn ich mich jetzt bewerbe, gehe ich hin und sage, ich komme nur, wenn sie mich trotz meiner Ausbildung nicht als Musiklehrer einsetzen. Weil das kann ich nicht mehr, ich weiß, dass wenn ich so weiter mache, krank werde. Hier habe ich nur mit einer begrenzten Zahl angefangen. Aber ich bin überzeugt, hätte ich in dem Maße weiter Musik unterrichtet, wäre ich krank geworden. #00:22:55-1#

Tinnitus und Herzrasen und Schwindel und solche Geschichten waren ja schon ständig da. #00:23:05-6#

I: (...) Bitte malen sie eine Kurve, wie sich die Stressbelastung ihrer Meinung nach entwickelt. Und kommentieren das bitte. #00:23:22-3#

B: (...) Also (...) Ist jetzt so nicht abzusehen. Ich habe ja nicht erwartet, dass sich meine Stresskurve so senken würde. Ich geh jetzt mal davon aus, man wechselt nicht die Schule und es bleibt alles gleich. Dann würde ich sagen (...) (malt) #00:24:10-2#

Darf ich das noch ein bisschen verlängern? #00:24:16-0#

I: Ja, klar. #00:24:16-0#

B: Ja, also. Mit dem Studium, da ist der Stress am Anfang höher gewesen, weil alles neu war. Es gibt dann so Ängste. Dann hat man sich eingelebt, es war eine ganz entspannte Zeit. Gegen Examenszeit geht es hoch. Geht es ein bisschen höher. #00:24:35-9#

I: Wo war das Studium? Wo haben Sie studiert? #00:24:45-1#

B: Also an einer Uni. Also ich war in Lüneburg, das war PH gewesen. Als ich anfang, war es Hochschule, als ich aufhörte, war es Uni. Ich würde es nicht als Schulmusikstudium bezeichnen, weil es damals ohne Aufnahmeprüfung war. Es war ein sehr stark schulbezogenes Musikstudium. Auf nicht sehr hohem Niveau. #00:25:08-1#

Gut. Berufseinstieg. Ich weiß gar nicht wieso ich hier, ich hätte senkrecht hoch gehen müssen. #00:25:16-9#

I: Sie können es ja noch abändern. #00:25:16-2#

B: (malt) Und (...) Gut, mein Berufseinstieg war auch ein Wechsel von einer heilen Welt - Grundschule in Lüneburg hin zu einer Sonderschule im ----- (Brennpunktbezirk in Berlin). Und dann mit zehn Fachklassen. Trotzdem, also man hatte noch nicht so viel gelernt und es waren hohe Anforderungen. #00:25:47-9#

Dann kam langsam, langsam die Routine. Also in den ersten Jahren habe ich wahnsinnig viel gearbeitet. Da habe ich meistens so einen 13-Stunden-Tag und eine 6-Tage-Woche gemacht. #00:25:56-2#

Dann ging das runter und man wurde routinierter, erfahrener, man hat sich wohlgefühlt und Selbstbewusstsein bekommen. #00:26:05-4#

Und nun vermute ich, dass irgendwann so eine kleine Altersschwäche einsetzt und ich glaube, dass dann der Stress einfach wieder größer wird. Weil die Nerven zerrüttet sind und dagegen kann man wenig tun. (...) Man spürt einfach. #00:26:26-7#

Also ich betrachte jetzt wieder meine vorige berufliche Situation. (...) Ja, es ist einfach ein Zustand, ein körperlicher und seelischer Zustand den man nicht so beeinflussen kann, wie man möchte und wo alles schwerer wird und ich sehe es auch viel bei Lehrern meiner Kinder, die wahnsinnig nett waren, als wir das erste Kind dahin gegeben haben, und heute unbeliebt sind. Und ich weiß, es ist die Erschöpfung es Alters. Deswegen würde ich die Kurve so zeichnen. #00:27:01-0#

I: Das Referendariat, wo würden sie das verorten? #00:27:03-3#

B: Ah ja. #00:27:07-5#

I: Gehört das noch mit zum Studium? #00:27:07-5#

B: Eigentlich hätte ich das genau dazwischen setzen müssen. (...) Schade, dass ich es weggelassen habe. Nein, das war sehr, sehr stressig. #00:27:22-8#

I: Das können Sie ja noch einzeichnen. #00:27:22-5#

B: (...) (malt) #00:27:47-9#

I: Mhm (bejahend). #00:27:51-4#

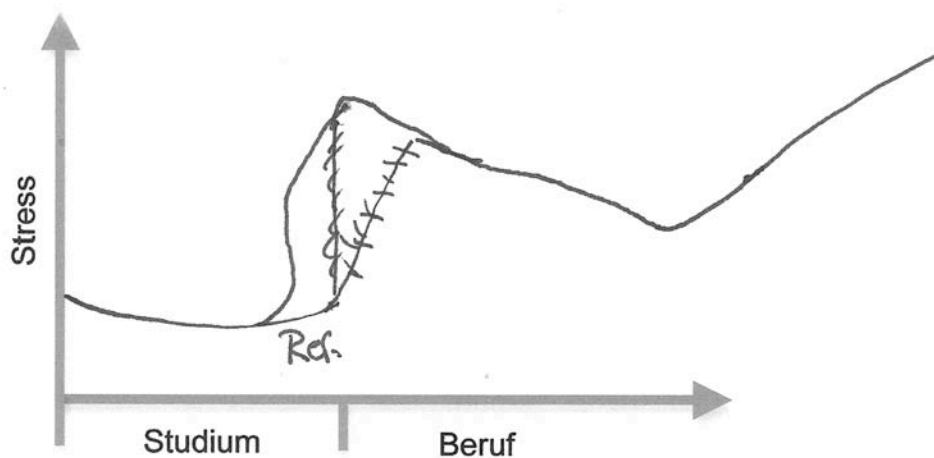
B: Das ging auch senkrecht hoch. Es ging vielleicht nicht ganz so steil hoch, weil man noch ne gewisse Geborgenheit durch das Ausbildungsseminar hatte. Auf der anderen Seite waren wir im Referendariat nur 18 Monate. Wir hatten im Schnitt einen Unterrichtsbesuch pro Woche. Man hat zwei Wochen, durfte man hospitieren, dann

hat man mit 12 Stunden angefangen. Das heißt man war eigentlich von der zweiten Woche an in einer Prüfungssituation. Man wurde bewertet und war eigentlich NICHT in der Rolle des Lernenden, der sich mal eine Blöße geben durfte. Also ich habe einen tollen Musiklehrer gehabt, dem habe ich einmal gesagt, ich habe solche Schwierigkeiten in der ersten Klasse, kann ich ihnen das mal zeigen und sie sagen mir, was da falsch läuft. Das war eine RIESEN Ausnahme. Man musste eigentlich blenden, anstatt zeigen zu können, wo man gerne lernen würde. #00:28:45-7#

I: Okay. Sollen wir es so stehen lassen? #00:28:48-0#

B: Mhm (bejahend). #00:28:48-0#

I: Gut! Dann bedanke ich mich!



Musiklehrerinterview 9**Datum:** 22.03.2013

I: Welche der Karten entspricht eher Ihrer momentanen Stimmung? #00:00:09-9#

B: (...) Also, ich würde die schon wählen, weil die Linke mir einfach viel zu verzweifelt und ausweglos aussieht (lacht). #00:00:21-6#

I: Mhm (bejahend). #00:00:21-6#

B: Aber so gehillt ist es bei mir nicht. #00:00:26-4#

I: Ja. Also wie beschreiben Sie diese Stimmung, wenn Sie / #00:00:29-8#

B: Na, ruhig, zurückgelehnt und angenehm stressfrei / (...) Erinnert mich sehr, an die Kommunikationsecke im Lehrerzimmer, wo man (...) da dann zwischen Stunden mal so dasitzen kann. Ja, doch, aber insgesamt ist das eher, kommt das mit meinem / #00:00:55-2#

I: (...) Woher kommt diese Stimmung, dieses Befinden? #00:00:57-2#

B: Von der, von verschiedenen Sachen. Einerseits dem guten Zusammenarbeiten im Kollegium und natürlich, dass die Schule hier in einem beruhigten Bezirk liegt. Also, die Schülerklientel ist (...) bereitwillig zur, also bereit zur Kooperation. Man muss nicht große pädagogische Kämpfe für elementare Dinge austragen. Das entspannt und (...) ja, es ist anspruchsvoll und aufwändig, aber (...) mit sinnvollen Dingen und nicht mit Formalismen gefüllt. Also ja. #00:01:48-4#

I: (...) Welche dieser Bereiche spielen für Ihr momentanes Befinden eine Rolle? Und wenn Sie etwas ergänzen möchten, können Sie es gerne hier tun. #00:01:59-9#

B: (...) Was heißt Rolle? Also, womit ich mich am meisten beschäftige, wo ich am meisten mich drum kümmer? #00:02:15-1#

I: Sie haben eben gesagt, Ihnen geht es gut. Sie sind entspannt. #00:02:17-9#

B: Ja. #00:02:18-8#

I: Und welche Bereiche spielen da mit rein von diesen? #00:02:21-8#

B: Na, unbedingt die Arbeitssituation. Also, das beides auf jeden Fall. Ganz klar und (...) das beides auch schon, da gibt es jetzt keine Schwierigkeiten oder so, aber zentral für das Wohlbefinden ist schon, sind diese beiden, also ist der Arbeitsbereich schon sehr stark. #00:02:47-8#

I: Könnten Sie da nochmal näher darauf eingehen, inwiefern das für Ihr positives Befinden sozusagen eine Rolle spielt? #00:02:55-4#

B: (...) Also wenn es arbeitsmäßig klappt, ich stecke sehr viel meiner Zeit in die Arbeit und (...) so die / (...) Wenn es nicht läuft, dann nimmt das sehr viel negativen Raum ein oder macht sich negativ sehr breit und (...) wenn es läuft, hat es auch sehr viel Platz, aber es entspannt dann mehr sozusagen. Also, ja. #00:03:29-8#

I: Okay. (...) Wir haben ja vorhin über Ihr derzeitiges Befinden gesprochen. #00:03:38-9#

B: Mhm (bejahend). #00:03:39-0#

I: Wo ordnen Sie dazu Ihren Musikunterricht ein? #00:03:45-0#

B: Also mein Ziel ist das hier. Mein Ziel ist eigentlich, dass die Schüler alles selber machen und dass ich sozusagen nur so steuere und sage: "Da soll es hingehen und ihr habt die und die Möglichkeiten, das zu entwickeln. Und ich stehe für Fragen bereit oder ich probe mit euch gerne, aber möglichst soll alles (...) von selbst entste-

hen." Möglichst viel sollen die Schüler machen. Das (...) ja / (lacht). (...) Natürlich zerbreche ich mir auch den Kopf, aber das sieht so aus, als wäre man einfach in einer, als wäre derjenige in einer ausweglosen Situation, wo er nicht weiter weiß und sich Hilfe suchen muss, dass (...) kann auch sehr gut sein. Ein Coaching ist auch ganz bestimmt sehr sinnvoll, wäre sehr sinnvoll im Lehrerberuf. Unbedingt, weil so viel, man steht so viel auf dem Tablett da, auf der Bühne, das wäre SO WESENTLICH, wenn man das ganz normal (...) als berufsbegleitendes (...) wie eine Fortbildung oder mehr als eine Fortbildung als, um die seelische Gesundheit sozusagen dieses gefährlichen Berufs zu (...) gewährleisten. Das ist ganz bestimmt sehr wichtig. #00:05:25-5#

I: Also Ihren Musikunterricht würden Sie genau so immer hier einordnen? #00:05:28-6#

B: Ja. In der Regel ja. #00:05:30-2#

I: Okay. Gut. #00:05:32-0#

B: Manchmal wütend, weil es nicht so klappt oder so. #00:05:36-7#

I: Okay. #00:05:38-3#

B: Aber ansonsten eher (...) ja. #00:05:40-9#

I: Entspannt. #00:05:42-1#

B: Eher entspannt. #00:05:43-8#

I: Okay. Und wie empfinden Sie Ihren Musikunterricht bezogen auf Belastungen im Vergleich zu anderen Fächern, die Sie unterrichten? #00:05:51-1#

B: (...) Das ist schon sehr ungerecht. Ich habe leider zwei Fächer, die ganz großen Arbeitsaufwand haben. Deutsch einmal und Musik und die Belastungen sind da ganz unterschiedlich. Bei der Musik ist es so, da habe ich im Grunde genommen noch keine richtige Lösung gefunden. Wenn man Musik praktisch etwas macht, bedeutet das sehr viel Arrangierarbeit. Also man muss das alles vorstrukturieren. Da versuche ich möglichst viel Schülern zu geben, aber das (...) wird dann ein wenig (...) platt, was da rauskommt. (...) Die, ja, aber es ist ein sehr hoher Aufwand verglichen mit einer Sprache, einem Sprachunterricht, wo man halt das Buch aufschlägt und sagt, wir machen jetzt sieben, acht und ihr habt jetzt die nächste halbe Stunde und guckt euch die Vokabeln an und dann reden wir drüber. Das ist etwas anderes, das ist einfach etwas anderes. (...) Und da unterscheidet sich der Musikunterricht an dieser Schule auch vom Deutschunterricht, also der Aufwand beim Deutschunterricht wegen des Korrigierens ist auch unheimlich hoch. Im Musikunterricht kommt hier an dieser Schule, weil das ein Schwerpunkt ist, kommen die Aufführungen noch dazu und das (...) diese permanente Evaluation über die Aufführungen, dass man da zeigt: "Aha, Kollege so und so ist also in der Lage, die Leute dahin zu bringen und das funktioniert da aber auch nicht so." Also das ist schon auch ein Teil, der (...) des Aufwands. Ja. #00:07:39-6#

I: Okay. #00:07:40-9#

B: Also sehr aufwändig. #00:07:42-9#

I: (...) Wir haben jetzt oder Sie haben jetzt auch gesagt sozusagen AUFWÄNDIG ist Musikunterricht bzw. kann der Musikunterricht auch Belastungen beinhalten. Was haben Sie für Strategien, um Belastungen oder Stress zu bewältigen? #00:08:01-0#

B: (...) Einmal Zusammenarbeit mit Kollegen oder gar nicht unbedingt in dem Arbeitsfeld, also nicht konkret mit irgendeiner Arbeitsproblematik, sondern insgesamt Vernetzung mit Kollegen, Austausch und (...) ja, einem Schildern von Situationen und sich gegenseitig (...) unterstützen. Das finde ich SEHR wesentlich und hilfreich. Das ist das eine und das andere ist (...) das mache ich im Augenblick, versuche ich zu reduzieren und mehr auf die Schüler zu bringen. (...) Das ist (...) funktioniert im Deutschbereich viel besser, weil die Schüler viel (...) mehr elementare Handwerkszeug da haben als in Musik. Das ist (...) das wäre das zweite und das dritte ist eigentlich, das klappt aber nicht, besser planen, aber (lacht) das versuche ich. Ja. #00:09:26-1#

I: Okay, gut. #00:09:26-3#

B: Das ist auch nicht meine Stärke (lacht). #00:09:27-6#

I: Wenn man so einen Erste-Hilfe-Koffer voll machen müsste für Musiklehrer, was müsste dann hier rein?
#00:09:40-1#

B: (...) [lange Pause] Also jetzt speziell auf mich gesehen, würden es, wäre es gut, wenn die Raumsituation anders wäre wenn es, für Teilungen Möglichkeiten gäbe, damit die Gruppen, also wenn etwas erarbeitet wird, dann entsteht immer Lärm. Dass das, die sich gegenseitig nicht stören. Also das. Und dass ich auch von dem Lärm weniger mitkriege. Wenn das alles in einem Raum oder in zwei Räumen statt findet oder wie hier jetzt, ich mache in einer 7. Klasse jetzt so angewandte Bühnenmusik. Die sollen sich alle Szenen vorstellen oder eine Stimmung oder eine Bühnensituation. Und dazu Musik entwerfen. Das sind 7 Gruppen unterschiedlicher Größe von 3 bis 7 und die sind hier jetzt verteilt auf (...), um den oberen Musikraum drum rum, stören sich gegenseitig. In dem einen Raum sind zwei Gruppen drin. Manche sind nur getrennt durch so eine Holztür. Also das ist wirklich sehr schwierig. Und ich renn von der Aula und dem Foyer und den Musikräumen hin und her und werde meistens verfolgt von ein, zwei Leuten, die sagen: Herr ----- (Name entfernt) können Sie uns dabei helfen. Und das ist aufwendig. Und wenn DAS DA von einem Zentralraum ausgehend lauter einzelne Zellen gäbe, wäre das was ganz anderes. Also die Raumsituation ist sehr zentral. #00:11:42-4#

I: Noch etwas? #00:11:42-4# Ähm (...) (lange Pause). Wüsste ich jetzt nicht genau. Ähm (...). #00:12:02-2# Mehr Zeit natürlich. #00:12:06-1#

I: Inwiefern mehr Zeit? #00:12:06-6#

B: Mehr Zeit zum vorbereiten, zum Vorstrukturieren. Also im Augenblick ist die Zeit immer so, nicht nur im Augenblick, GENERELL ist die Zeit viel zu kurz, die ich der einzelnen Gruppe widmen kann. Und es ist ständig so, ich bin immer hinterher. Ich hätte eigentlich, jetzt für diese 7. Klasse nicht, weil das, aber für andere Gruppen, hätte ich eigentlich schon das arrangiert haben können, dann wären wir jetzt weiter. Oder für die nächste Gruppe auch. Und, also Zeit. Auf jeden Fall Zeit. Zeit, um da besser vorstrukturieren zu können. Ja, doch, das ist doch sehr wesentlich, ganz zentral. #00:13:03-3#

I: Was sagen Sie denn dazu? (Karte: Musikunterricht macht mich krank!) #00:13:07-2#

B: Kann ich verstehen! Kann ich verstehen! Unbedingt! Also, kann ich SEHR nachvollziehen! Ja. #00:13:21-3#

I: Warum? #00:13:21-3#

B: Weil erst mal der Lärm sehr stark ist und der Aufwand, das zu einem geregeltem Lärm zu machen, sehr hoch ist. Aber es funktioniert, es funktioniert schon, aber man muss sozusagen ne große Lärmtoleranz haben. Gerade wenn die Raumsituation so ist, dass alle in einem Raum proben. Und sich das spart, z.B.: Keyboards mir Kopfhörern zu verkabeln. Dann, weil das von der Aufbauzeit wieder wahnsinnig viel nimmt. #00:13:54-2#

Dann muss man schon sehr selektiv hören oder so einen leichten Zen-Ansatz haben, um das wegzublenden. Also kann ich sehr gut verstehen. Gott sei dank, sind die Bedingungen hier noch so, dass das nicht so in die Richtung gehen muss. Also richtig krank machen, nö, also kann ich jetzt nicht sagen. Aber ich kann es sehr gut verstehen. #00:14:26-0#

Es ist ein gefährlicher Beruf, der Lehrerberuf generell, aber Musikunterricht noch mal sehr viel mehr. Weil er auch sehr emotionale ist. Alle haben eine sehr enge Bindung an bestimmte Arten von Musik und einen sehr heftigen Abwehrimpuls gegenüber anderen Arten, gegenüber allen anderen, außer dieser einen speziellen. Also es ist so emotionale sehr aufgeladen, kann es sein. Und, ja. #00:14:58-8#

I: Bitte malen Sie eine Kurve, wie sich die Stressbelastung Ihrer Meinung nach entwickelt und kommentieren das bitte. #00:15:14-5#

B: Jetzt bei mir. #00:15:14-5#

I: Ja. #00:15:14-5#

B: Vom Studium zum Beruf. Im Studium, da habe ich sehr viel parallel gemacht, unterschiedliches. Also ich würde sagen, so am Anfang, wenn die Aufnahmeprüfung nicht dazu zählt (...), also da war der Stress so etwas, Vorspiele schlimmer, so etwa. #00:15:49-9# Beim Beruf am Anfang SEHR hoch, das ging sofort. #00:15:55-8#

I: Im Referendariat? #00:15:55-8#

B: Im Prinzip Referendariat auch. Ja im Referendariat (malt), nach dem Referendariat habe ich nur ganz kurz in einer Schule gearbeitet und dann 8 Jahre lang gar nicht, weil mich das genervt hatte an der Schule. Ich hatte zwei Stellen, ich hatte eine an dem ----- Gymnasium (Name entfernt; Musik-Gymnasium) und die andere Hälfte an einem normalen Gymnasium, dem ----- Gymnasium. Das war kurz nach der Wende oder na ja, Anfang der 90er Jahre.

#00:16:37-2# Und da gab es mit einer Kollegin an diesem normalen Gymnasium GROßE Auseinandersetzungen. Die dachte, ich kriege sowieso mehr Geld als Westler und ich würde ihr alles irgendwie wegnehmen wollen und was weiß ich. Dazu hatte SOFORT keine Lust mehr, habe nach drei Monaten wieder aufgehört. #00:16:54-8# Das war auch sehr gut. Habe ich viele andere Dinge gemacht und bin aber irgendwann 2000 wieder eingestiegen. Und das war dann sofort auch sehr stressig 2001. Also sozusagen da gabs dann ne Unterbrechung (malt). Anderes. #00:17:16-8#

I: 8 Jahre waren da? #00:17:16-8#

B: Genau. Da war ich freiberuflich und dann. Ja, im Prinzip also das Einsteigen in den Beruf war auch sehr hoch vom Stress her. Vergleichbar mit dem Referendariat. Vielleicht ne bisschen mehr sogar. #00:17:38-3# Und das ist kontinuierlich irgendwie so runter gegangen. So Stress jetzt von wegen: Das macht mich krank. Das macht mich fertig. Das laugt mich aus. Das, ja. Also, ähm, kommt immer drauf an, vielleicht kann man das hier so auf so einem Level im Augenblick.

#00:18:05-9# Ist so ein stetiges, das kommt auch mit der Erfahrung. Das ist jetzt 12 Jahre her. So ungefähr. Also Routine kommt (...) Also am Anfang wirklich sehr schwierig, sehr, sehr (...) heftig. #00:18:26-7#

I: Warum war es am Anfang besonders heftig war? #00:18:34-6#

B: Weil ich mich erstmal reinfinden musste, ich musste mir in Deutsch sehr viel aneignen. In Musik musste ich sehen, was sind das für Gruppen, wie komme ich da rein? Wie, äh, wie entwickle ich mich da. Wie entspreche ich den Anforderungen, wie kann ich meine Vorstellungen unterbringen. Alles Mögliche. #00:18:56-5#

Und jetzt habe ich so ein viel besseres Standing sozusagen. #00:19:00-0# Also, einerseits habe ich Material inzwischen, viel und #00:19:10-0# einen bestimmten Ansatz und #00:19:10-9# auch so ne bestimmte Schwamm-drüber-Mentalität. Also ich nehme mir alles mögliche nicht mehr so zu Herzen. Ich weiß, bestimmte Dinge laufen schief. Bestimmte Dinge nehme ich auch so als Übung. Also wenn es irgendwo ne Klasse gibt, hier an der --- Schule (Schulname gestrichen) sind bevorzugt --- Klassen (Klassen ohne musikalische Schwerpunkt) schwierige Musikklassen. Können es sein. Die eben aus diesem mathematischen Zug, die sind völlig anders gepolt. Und da kann es sehr schwierig sein. Aber das, ähm, ich hatte so ne Klasse, das habe ich als Aufgabe gesehen. Ich hatte zuerst überlegt, sollte ich die abgeben zum Schuljahreswechsel. Hatte SEHR stark überlegt. Aber dann dachte ich. Nee, wieso nicht, ich kann doch mal sehen, wie das funktioniert. Also das hat so einen experimentellen Charakter. Nicht so etwas existenzielles, bedrohliches, sondern mal gucken, mal gucken. So, ja. #00:20:19-7# Also insofern, mit der Routine ist das, was so aufwühlt und was man als nagendes mit ins Wochenende und in die nächste Woche und weiter schleppt, das (...) ist weg. Oder weg, nee, kann nicht sagen, aber erheblich reduziert. #00:20:42-9# :

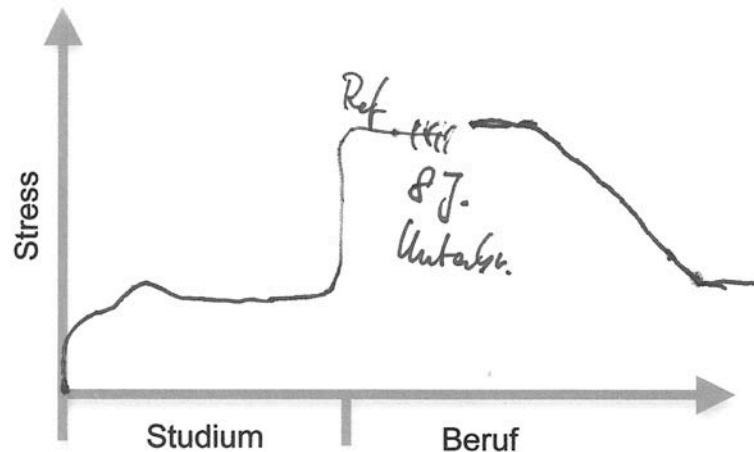
I: Wird weniger. #00:20:44-2#

B: Ja, ja ja. #00:20:47-7#

I: Gut. Okay. #00:20:48-4#

B: Aber es ist trotzdem noch ein Unterschied zu anderen Berufen, wo man sagt: So, Feierabend! #00:20:56-0#

I: Dann bedanke ich mich!



Musiklehrerinterview 10

Datum: 26.03.2013

I: (...) Welche der Karten entspricht eher Ihrer momentanen Stimmung? #00:00:10-3#

B: Die rechte, von mir aus gesehen. #00:00:12-4#

I: Aha. Wie beschreiben Sie diese Stimmung? #00:00:12-8#

B: Entspannt, einigermaßen fröhlich. Noch mehr? #00:00:21-5#

I: Woher kommt diese Stimmung? Können Sie das auch näher beschreiben? #00:00:24-2#

B: Im Moment ist Ferienzeit. Da ist man etwas, ohnehin, entspannter, weil weniger Zeitdruck und weniger Termine sind und heute Abend liegt eine Weile Musik vor mir. Das entspannt auch. #00:00:36-6#

I: Okay. Welche dieser Bereiche spielen für Ihr momentanes Befinden eine wichtige Rolle? Und wenn etwas fehlt, können Sie das gerne ergänzen. #00:00:57-1#

B: Mein Privatleben und meine Gesundheit würde ich als Erstes sagen. #00:01:01-4#

I: Mhm. (bejahend) Inwiefern? #00:01:04-3#

B: Dass es da im Moment gut passt und sich das wiederum auf eine positive und entspannte Stimmung auswirkt. #00:01:13-0#

I: Mhm. (bejahend) #00:01:16-5#

B: Mein Musikunterricht und meine Schule ist halt jetzt, weil gerade Ferienzeit ist, wahrscheinlich an zweiter Stelle. Ist halt einfach gerade die Situation, dass man damit gerade nicht täglich konfrontiert ist und dadurch, ja, wie eben schon gesagt, weniger Termine und etwas weniger zu tun hat als sonst. #00:01:36-4#

I: Okay. Wir haben ja eben über Ihr derzeitiges Befinden gesprochen. Wo ordnen Sie da generell Ihren Musikunterricht ein? #00:01:53-2#

B: Mein Musikunterricht in der Schule? Schwankt zwischen beiden Sachen. Also es ist... Tage, wo man, sagen wir mal, erste bis sechste Stunde unterrichtet, vier Stunden auf jeden Fall auch noch auf die entspannte und etwas gelöstere Seite schieben können, aber ein oder zwei sind eigentlich immer dabei, wo man eher in anderer Stimmung rausgeht. #00:02:18-7#

I: Können Sie das näher noch beschreiben, was daran entweder entspannt oder stressig ist? Also vielleicht noch ein bisschen näher drauf eingehen? #00:02:25-4#

B: Ja, eine entspannte Stunde ist es eigentlich, wenn man das Gefühl hat, es läuft gut, die Klasse ist dran und man bekommt positive Reaktion. Gar nicht mal unbedingt jetzt als Lob ausgedrückt, sondern einfach, dass man sieht, da sind ganz viele, die mitmachen, die begeistert mitmachen und die Spaß an der Sache haben. Und das andere ist, wenn, also sagen wir mal, zu viele Stresssituationen in der Stunde aufgetaucht sind, die vom Verhalten der Kinder gegenüber entweder dem Lehrer oder einfach der Unterrichtssituation an sich vorkommen. #00:03:05-1#

I: Und wie empfinden Sie Ihren Musikunterricht bezogen auf Belastungen im Vergleich zu anderen Fächern, die Sie unterrichten? #00:03:15-1#

B: Da muss ich an den Anfang der Schulzeit zurückgehen. Also in den letzten vier Jahren unterrichte ich ausschließlich Musik in der Schule. Ich bin durchgehend Musiklehrer sozusagen und mir fällt eigentlich nur auf, wenn ich ab und zu eine Vertretungsstunde gebe, dass es durchaus ruhigere Fächer gibt und dass man etwas längere Auszeiten, sagen wir mal, natürlich im Deutsch- oder Sachunterricht hat, weil da längere Arbeitsphasen sind, die einfach in Stille ablaufen, was ich mir wahrscheinlich auch im Musikunterricht genehmigen könnte, dass man das einbaut. Aber dann geht der Musikunterricht meistens in eine Richtung, die ich nicht dauerhaft haben möchte, weil es dann zu kopflastig wird, zu viel mit schreiben zu tun hat und wo ich doch dann praxisorientierter bin und das dann lieber in Kauf nehme, dass mehr los ist und dafür der Unterricht etwas lebhafter ist. #00:04:11-5#

I: Sie haben jetzt auch einiges über Belastungen im Musikunterricht berichtet. Was haben Sie für Strategien, um Belastungen oder Stress zu bewältigen? #00:04:20-5#

B: Im Anschluss an den Unterricht, oder... #00:04:21-7#

I: Egal, beides, alles. #00:04:24-8#

B: Also im Unterricht... Ja, es ist einfach die allgemeine Frage nach Umgang mit Störungen eigentlich. Dass man ein bisschen auf seine Tagesform schaut, wie viel Kraft man hat, sich mit den Sachen so zu konfrontieren, dass man auf Streit eingeht oder Sachen mit einer gewissen inneren Kraft heraus auch löst und nach dem Unterricht weiter verfolgt oder ob man auch mal Konfrontationen wirklich aus dem Weg geht und Sachen links liegen lässt. Das ist das, was man im Unterricht, denke ich, machen kann. Nach meinem Dafürhalten entscheidet da viel Tagesform zu und das Sich-Zuwenden zu entspannteren Sachen, eben wenn der Unterricht vorbei ist, die Schule vorbei ist, auf ganz verschiedene Arten. Also entweder, sei es erst mal der Spaziergang mittags mit dem Hund oder schon auf der Nach-Hause-Fahrt einfach was ganz anderes hören, Nachrichten oder andere Musik und dann ein Betätigungsfeld halt neben der Schule noch haben, wo man auch mit Freude und Konzentration halt rangeht, wie bei mir zum Beispiel die Chorleitung oder so. Dass das andere dadurch einfach im Tagesverlauf in den Hintergrund gedrängt wird und man am nächsten Tag dann wieder von Null anfängt und die Sache neu angeht. #00:05:45-8#

I: Okay. Wenn man so einen Erste-Hilfe-Koffer für Musiklehrer voll machen müsste, was müsste dann da rein? #00:05:55-9#

B: Hm. (...) Also es fängt an mit dem ergänzenden Material zu einer normalen Schulausstattung. Man wünscht sich dann doch immer mehr als das, was da ist. Wünscht sich eigentlich auch Verbindungen zu Orten außerhalb der Schule, wo außerschulisches Lernen mit geringerem Aufwand, was das Hinkommen und was die Verknüpfung betrifft, möglich zu machen ist. Und.. #00:06:34-5#

I: Was heißt "mehr als da ist"? Können Sie da noch näher drauf eingehen? Also man wünscht sich immer doch noch mehr, als... #00:06:40-9#

B: Ja, vom Instrumentarium her, so, wie die Schule ausgestattet ist. Manchmal auch einfach die Raumsituation, die dann nicht so ist, dass man eben mit seiner Klasse jede Stunde im Musikraum verbringen kann, weil eben andere Klassen auch noch auf den großen Mehrzweckraum Zugriff haben. Aber auch einfach, dass man jetzt vielleicht ein Klavier hat, aber kein Schlagzeug oder irgendwelche Sachen halt nicht so komplett sind, dass man alle Unterrichtsfelder gut aus eigenen Vorräten sozusagen abdecken könnte. Was noch? Was brauchen wir noch? Ja, bei uns in der Schule ist sicherlich auch "Integration" ein großes Thema und je nachdem, ob das mal zustande kommt, dass die besagte zweite Person, die zweite Lehrkraft, mit drin ist, ist das natürlich einerseits auch entlastend, andererseits gerade in unserem Fach Musik dann oft auch nicht so hilfreich, weil die Person dann natürlich

total fachfremd ist und man nicht eben sagen kann: "Na dann geh doch mal zu dem schwierigen Schüler und spiel mit dem alleine auf dem Glockenspiel", weil eben die Person das selber dann nicht gerade hinbekommt. Ausfüllen von Arbeitsbögen, klar, kann man dann gut mit dem zur Seite gestellten Kollegen machen oder so, aber wenn es dann wirklich an die Musik geht, stehen die Meisten dann auch ein bisschen hilflos davor, sodass das auch was wäre, wenn man in den Erste-Hilfe-Koffer guckt, dass man da einen Kollegen hätte, der einem facheigen helfen könnte. Ja, das wären so die ersten Sachen. #00:08:13-5#

I: Noch was? (...) #00:08:20-0#

B: Also sonst, glaub ich, was Unterrichtsmaterial und so weiter betrifft nicht unbedingt, weil wenn man da einigmaßen auf dem aktuellen Stand ist mit den Angeboten im Internet und auch immer andere Kurse und Sachen, Fortbildungen, die man belegen möchte und kann, gibt es heutzutage wirklich kaum noch einen Grund, dass man sagen könnte: "Es gibt einfach zu wenig Material und ich kann damit irgendwie nicht die geforderten Sachen aus dem Lehrplan abdecken." Das würde ich da eigentlich ausschließen. #00:08:45-0#

I: Mhm. Okay. Was sagen Sie denn dazu? #00:08:55-1#

B: "Musikunterricht macht mich krank." Also ich bin seit fünf Jahren jetzt fest an der Schule und hab zum Vergleich immer nebenbei noch den Musikeinzelunterricht von einzelnen Geigeschülern oder einzelnen Gesangsschülern und da ist natürlich ein großer Unterschied festzustellen. #00:09:15-0#

Ich bin mir allerdings nicht sicher, ob man jetzt Musikunterricht an einer normalen Grundschule als "mehr krank machend" bezeichnen könnte, als, sagen wir mal, ein Sportlehrer oder ein Deutschlehrer das Problem hat. #00:09:30-0#

Und das ist allenfalls vielleicht die Lärmbelastung, die im Vergleich zu anderen Fächern größer ist. #00:09:37-6#

Ansonsten hoffe ich mal, dass ich das nach fünf Jahren jetzt so sehe und in 20 Jahren nicht unbedingt anders sehe, dass man, wenn man das so anlegt, dass man sich selber immer einschätzen kann, dass es einem selbst bekommt, dass man einen Weg für sich findet, dass einen das eben nicht krank machen muss. Also sowohl Lärm als auch Stress, als auch, weiß nicht was im Unterricht noch so verkommen kann, nicht in so einem Übermaß vorkommt oder man nicht in seinem Unterricht zulässt oder vielleicht auch wegdrängen kann, dass einen das krank macht. #00:10:11-4#

Also prinzipiell würde ich es erstmal nicht unterschreiben. Aber ich kenn jetzt schon Verhältnisse an der Schule, da würde ich sagen, wenn das dauerhaft so ist, dann stimmt das leider. Dann kann das auch krank machen. #00:10:20-3#

I: Mhm (bejahend). Was für Verhältnisse? #00:10:23-5#

B: Das sind entweder Klassenzusammensetzungen, dass man einfach nicht wirklich durchs Studium und durch die Ausbildung auf Schüler, also auf DERARTIGE Schüler vorbereitet ist. Dass man es eigentlich nicht gelernt hat, wie damit umzugehen ist. Also ich habe in meinen Klassen im Durchschnitt ein oder zwei Kinder, von denen man weiß, dass die mit Medikamenten zur Schule kommen, quasi eingestellt, dass sie unterrichtsaufnahmefähig sind und es kommt natürlich immer wieder vor, weil die auch sozial schwierigen Verhältnissen kommen, dass die halt vergessen oder nicht daran erinnert werden, ihre Medikamente zu nehmen, dementsprechend im Unterricht reagieren oder auch nicht mehr reagieren. #00:11:02-2#

Und darauf ist man eigentlich überhaupt nicht mehr vorbereitet. Was ich vorhin zur Integration sagte, eigentlich genauso. Ja, wenn Kinder in die Klasse kommen, die einfach noch kein Wort Deutsch sprechen, ist es genauso schwierig. #00:11:14-5#

Da haben wir eher mit unserem Fach Musik noch Glück, dass wenn man dann ein vielsprachiges Lied machen oder was auf Englisch machen, dass man die sehr schnell dran kriegt. Aber zu viele solcher Fälle erschweren einfach die Unterrichtssituation so sehr, dass man da, ja, auch drunter leiden kann. #00:11:30-6#

I: Mhm (bejahend). (...) Bitte malen Sie eine Kurve, wie sich die Stressbelastung Ihrer Meinung nach entwickelt und kommentieren das bitte. #00:11:46-9#

B: Mhm (bejahend). Also, wir nehmen mal an, wir sind nahezu entstresst und freudig ins Studium gestartet. (malt) Dann war das so nachdem man sich eingelebt hatte, vielleicht nach ein, zwei Semestern, dass ich das nicht mehr als stressig empfand, sondern als eine sehr angenehme, schöne Beschäftigung. #00:12:10-6#

Und, das nahm dann natürlich durch Zwischenprüfungen und Abschlussprüfungen und so bis zum Ende hin zu. Dass man sich eben doch wieder auf Prüfungen, Klausuren usw. vorbereiten musste und dann doch wieder stressige Termine hatte. #00:12:27-4#

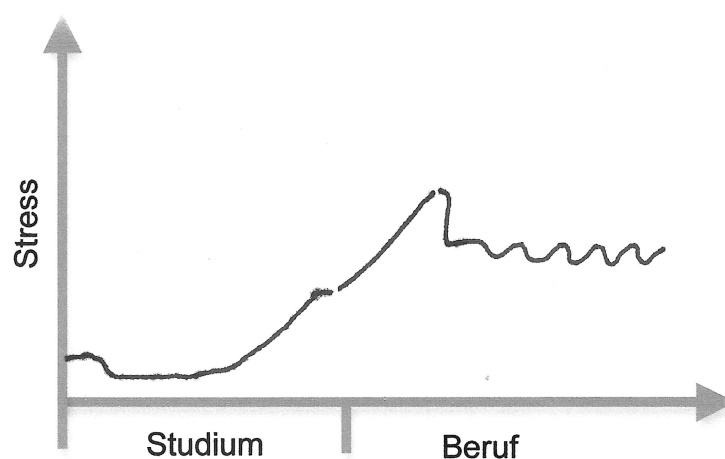
Und was dann mit Referendariat und Beruf, also ich nehme an, ab hier zählt Referendariat dann schon? #00:12:34-1#

I: Mhm (bejahend). #00:12:35-3#

B: Ähm, dazu kam, dass eigentlich die Zeit im Referendariat (...), obwohl es natürlich ne ganz andere Art dann irgendwie doch wieder von Beschäftigung ist, auf jeden Fall den Stressfaktor wieder sehr stark erhöht hat, auch da bis zur Abschlussprüfung eigentlich ziemlich stetig steigend war #00:12:56-1#

und es dann mit dem Eintritt ins in Anführungszeichen normale Berufsleben, sich der Stress sofort auch wieder abbaute. Und man dann, ja, auf so nem gewissen Level (lacht), je nach Form usw., was so alles vorkommt, man sich so irgendwo einpegelt. Also es ist auf keinem Fall mehr so entspannt, wie in einem ruhig dahin laufenden, Spaß machenden Studium, aber es ist auch nicht auf nem Level geblieben, wie am Gipfelpunkt der Prüfungszeit oder so. So würde ich das interpretieren. #00:13:29-3#

I: Okay. Vielen Dank!



Motivation von Musiklehrern

Zum Einfluss der Motivation und Expertise auf die
Stressbewältigung

Hofbauer, V.

2017, XVII, 287 S. 72 Abb., Softcover

ISBN: 978-3-658-15205-5