

# Gelassenheit, Mut und Weisheit

Von Kaspar Haller

**BERATUNG** Was ist das Geheimnis der Menschen, die mit Krisen besser zurechtkommen? Vielleicht lässt es sich in drei Zeilen zusammenfassen.



**Kaspar Haller,**  
Jurist, Lehrer, Coach  
und Mediator

Bei der Beratung von Bildung Bern melden sich immer wieder Lehrkräfte und Schulleitungen, welche die gegenwärtige Krise als besonders herausfordernd erleben. Die durch die Pandemie bedingten Einschränkungen wirken sich tatsächlich auf allen Ebenen erschwerend auf den Schullalltag aus und die unklaren Perspektiven betreffend baldige Lockerungen oder eine Verschärfung der Massnahmen drücken auf die Stimmung. Dabei treten oft Frustrationen zutage, die tiefer gründen als in der blossen Verhinderung von Normalität. Wohl alle erleben wir die aktuelle Situation als – zuweilen masslose – Zumutung und Überforderung. Diese Krise fordert uns auf vielfältige Weise.

Und dann hat man als Berater hin und wieder ein Gegenüber am Draht, welches mit diesen Herausforderungen viel besser zurechtzukommen scheint als wir anderen. Und erstaunt fragt man sich, was wohl dessen Geheimnis ist. Wie kann es sein, dass einige von uns diese Prüfung sogar mit einer gewissen Leichtigkeit absolvieren können? Im Gespräch zeigt sich dann, dass es Menschen gibt, welche über die seltene Gabe verfügen, in Zumutungen, welche sie nicht ändern können, just jene Art von Herausforderung zu erkennen, die sie gerade nötig haben.

Um dazu in der Lage zu sein, reagieren sie auf Dinge, die sie nicht beeinflussen können, erst einmal mit gesunder Gelassenheit. Sie (an)erkennen, dass es Situationen gibt, mit welchen man sich arrangieren muss, weil man sich dagegen schlicht nicht wirkungsvoll zur Wehr setzen kann. Sie schaffen es weiter, in schwierigen Momenten plötzlich auch Chancen

für Veränderungen zu erkennen. Sie deuten – beispielsweise – eine ihnen auferlegte Beschränkung klug um zur Chance auf eine alternative Fokussierung und suchen neue Wege, anstatt auf den bisher verfolgten zu beharren. Zumutungen erleben sie als Momente, die ihnen nun mal zugemutet werden. Und klugerweise reagieren sie mit Mut darauf. Denn wo einem etwas zugemutet wird, lauert tatsächlich das Potential für befreiende Veränderung. Das Beengende der Krise, der versperrte Weg, die gestern noch gültige Lösung, welche heute nicht mehr funktioniert, – dies alles schreit danach, es nun einmal anders zu versuchen. Eine Krise kann sich entsprechend auch als Türöffner für sinnvolle Veränderung entpuppen.

Diese Erkenntnis ist längst Allgemeingut geworden. Und doch entwickelt sie erst dann ihre bestechende Wirkungsmacht, wenn man sie konsequent umzusetzen versteht.

Menschen, denen dies gelingt, sind dabei keineswegs naiv. Sie verkennen nicht den Ernst der Lage und sie reden die schwierige Situation auch nicht auf dumme Weise schön. Aber sie haben einen faszinierenden Weg gefunden, wie sie mit einer guten Mischung aus Gelassenheit und Mut zur Veränderung das Beste aus einer Krise machen können. Wir sollten sie uns zum Vorbild nehmen (erst recht, wenn es sich dabei um Lehrkräfte und SchulleiterInnen handelt).

Der amerikanische Theologe Reinhold Niebuhr hat diese Erkenntnis in einem eindrücklichen Dreizeiler klug zusammengefasst und gibt uns damit einen Rat mit auf den Weg, der gut in diese Krise passt:

«Gib mir die Gelassenheit, Dinge hinzunehmen, die ich nicht ändern kann. Schenke mir den Mut, Dinge zu ändern, die ich ändern kann. Und verhilf mir zur Weisheit, das eine vom anderen zu unterscheiden.»

---

## Wir sind für Sie da

### Roland Amstutz, Rechtsanwalt

Tel. 031 326 47 40

[roland.amstutz@bildungbern.ch](mailto:roland.amstutz@bildungbern.ch)

### Kaspar Haller, Jurist, Lehrer, Coach und Mediator

Tel. 031 326 47 36

[kaspar.haller@bildungbern.ch](mailto:kaspar.haller@bildungbern.ch)

---

### Unsere Beratungszeiten

Mo, 9.30 – 11.30 / 14.30–16.30 Uhr

Mi, 9.30 – 11.30 / 14.30–16.30 Uhr

Do, 9.30 – 11.30 Uhr