

## **Beruf Yogalehrer**

*(Giessener Allgemeine Zeitung 17.8.2002)*

### **Die Freude, anderen helfen zu können**

**Ulrich Fritsch** (Lich) wurde vom Gymnasial- zum Yogalehrer - Trotz Wirtschaftsflaute steigt die Nachfrage

Ulrich Fritsch (43) hat seinen Traumberuf gefunden: Nach dem Studium für das Lehramt an Gymnasien ist der Familienvater von zwei Kindern nicht in den Staatsdienst gegangen, sondern hat sich 1990 als selbstständiger Yogalehrer in Lich niedergelassen.

*Herr Fritsch, wie lautet Ihre exakte Berufsbezeichnung?* Ich bin Yogalehrer BDY/EYU, das bedeutet, dass ich meine Ausbildung beim Berufsverband der Yogalehrenden in Deutschland (BDY) absolviert habe und dass sie von der Europäischen Yoga-Union (EYU), dem Zusammenschluss der nationalen Yoga-Verbände, anerkannt ist.

*Was genau machen Sie als Yogalehrer?* Mein Betätigungsfeld ist sehr vielfältig: ich unterrichte in Unternehmen, indem ich einmal die Woche nach Feierabend für die Mitarbeiter Yoga anbiete oder auf betriebsinternen Fortbildungen Yoga unterrichte. Ich habe viele Jahre bei Krankenkassen, in Sportvereinen und in der Fachhochschule Gießen Kurse gehalten. Immer wieder biete ich Ferienseminare in Spanien für eine oder zwei Wochen an und natürlich auch Yogakurse. Zunehmende Bedeutung hat der Einzelunterricht. Menschen kommen zu mir, um einen speziell auf ihre besondere Situation abgestimmten Übungsplan zu erhalten.

*Was ist der Sinn dieser Yoga-Übungen?* Ich helfe den Menschen, die zu mir kommen, im Alltag zufriedener zu werden. Ich bringe ihnen Übungen bei, wie sie Stress abbauen oder Rückenprobleme bewältigen können, sich in ihrem Körper wohler fühlen und psychisch ausgeglichener werden können. Körper-, Atem- und Meditationsübungen helfen ihnen dabei. Auf diese Weise gelingt es, mit den vielfältigen Problemen des täglichen Lebens besser umzugehen.

*Beschreiben Sie einen typischen Arbeitsalltag.* Ich mache erst einmal selbst täglich Yoga. Dann habe ich den Kopf frei, um mich auf meine Arbeit einzustellen. Anschließend setze ich mich an den Schreibtisch, um den Unterricht vorzubereiten, Seminare zu organisieren oder Artikel über Yoga zu schreiben. Einen immer größeren Raum nimmt Werbung für meine Kurse und meine Einzelarbeit ein. Aber auch die regelmäßige Weiterbildung ist zeitaufwändig, damit man am Ball bleibt und einen zeitgemäßen und qualifizierten Unterricht anbieten kann. Außerdem bin ich in der Lehrausbildung des Berufsverbandes aktiv. Ich lese beispielsweise Prüfungsarbeiten, erstelle Ausbildungskonzepte oder berate angehende Yogalehrer/innen. Der Unterricht nimmt nur den feineren Teil meines Arbeitstages ein und findet meistens abends statt oder am Wochenende.

*Was macht Ihnen besonders Freude an Ihrem Beruf?* Ich freue mich besonders, wenn meine Kursteilnehmerinnen zu mir kommen und erzählen, dass ihnen mein Unterricht geholfen hat, ruhiger zu schlafen. Oder dass sie mit ihrem Partner nun gelassener umgehen. Oder wenn sie darüber berichten, wie der Yoga ihrem Leben eine neue,

befriedigendere Richtung gegeben hat. Manche haben das erste Mal seit Jahren endlich keine Rückenschmerzen mehr. Und darüber freue ich mich natürlich.

*Wie sehen Sie die Zukunft Ihres Berufsstandes?* Angesichts der finanziellen Schwierigkeiten der Krankenkassen zeichnet sich ab, dass man immer mehr selbst bezahlen muss. Aber anstatt teure Medikamente zu bezahlen, ist es viel billiger, sich zum Beispiel durch Yoga gesund zu halten und Kurse zu bezahlen. Außerdem empfinden viele Menschen eine große innere Leere und Unzufriedenheit mit ihrem Leben. Sie suchen nach Wegen, wie sie wegkommen vom reinen Konsumieren und wie sie ihrem Leben einen Sinn geben können. Da bietet Yoga ein bewährtes und vielfältiges Angebot an Hilfen. Dies erkennen immer mehr Leute. Die Zahl an Yoga-Übenden nimmt trotz Wirtschaftsflaute immer mehr zu. Deshalb blicke ich insgesamt sehr zuversichtlich in die Zukunft.

*Wie würden Sie die Verdienstmöglichkeiten in Ihrem Beruf einschätzen?* Davon allein kann man nicht reich werden. Das ist ein Beruf für Idealisten; denen es nicht in erster Linie ums Geldverdienen geht. Deshalb ist es vorteilhaft, wenn man ein finanzielles Standbein in einem anderen Bereich hat.

*Was empfehlen Sie jungen Menschen, die Ihren Beruf ergreifen wollen?* Es ist ein gewisses Maß an Lebenserfahrung notwendig. Deshalb ist es sinnvoll, sich zuerst einen anderen Beruf zu suchen. Man sollte selbst jahrelang unter qualifizierter Anleitung Yoga geübt haben. Wenn man sich dann entscheidet, eine Ausbildung zu absolvieren, sollte man sich eine qualifizierte Ausbildungsschule suchen, deren Abschluss vom Berufsverband und von den Krankenkassen anerkannt wird.

Vielen Dank für das Gespräch. (ta)