



„Am Ende der beruflichen Laufbahn noch einmal etwas Neues beginnen - das macht mir Freude!“

Insgesamt rund drei Jahrzehnte hat Thomas Böhm Berufsschüler unterrichtet und Berufsschullehrerinnen und -lehrer ausgebildet. Das Thema Gesundheit lag dem Sport- und Pädagogiklehrer aus Roßdorf (Südhessen) immer besonders am Herzen. Mit Beginn des Vorruhestandes ließ er sich 2013/2014 zum Präventologen fortbilden und ist heute als selbstständiger Kursleiter und Berater tätig.

Thomas Böhm startete mit einem „typischen Jungenberuf“ ins Arbeitsleben und ließ sich zum Elektrotechniker ausbilden. Über den zweiten Bildungsweg begann er später ein Ingenieursstudium, das er 1975 erfolgreich abschloss. Ein Jahr arbeitete er im Anschluss auch als Ingenieur bei der Bundespost, dann stellte er fest, dass er doch lieber eine berufliche Richtung nehmen wollte, in der er mehr mit Menschen zu tun hätte. Daraus ergab sich das zweite Studium zum Berufsschullehrer. Fünf Jahre unterrichtete er die Fächer Elektrotechnik, Sport und Pädagogik. Dann bewarb er sich auf eine Stelle im Studienseminar, der Ausbildungsstätte für Lehrerinnen und Lehrer nach ihrem Studium. „Ich vermute, dass ich die Stelle bekam, weil ich schon damals eine ganzheitlichere Vorstellung vom Sportunterricht an Berufsschulen hatte - weniger an Leistung orientiert, sondern eher an der Gesunderhaltung im Berufsleben.“

Die Tätigkeit in der Lehrerausbildung habe er als Traumjob empfunden, sagt Thomas Böhm. Auch wenn er zeitweilig unter großem zeitlichen und organisatorischen Druck gestanden hätte, habe ihm die Arbeit mit den jungen angehenden Berufsschullehrern sehr viel Spaß gemacht.

Sport spielte und spielt für den begeisterten Volleyballspieler und Läufer immer eine große Rolle. Aber

Thomas Böhm interessierte sich auch für viele andere Aspekte seines Berufes als Pädagoge, Anleiter und Gesundheitssportler. Er machte unter anderem Fortbildungen für systemische Beratung und Transaktionsanalyse und betätigt sich nebenbei als Sporttherapeut in einer Einrichtung für Suchtabhängige.

Mit dem Beginn des Vorruhestandes wollte er noch einmal etwas Neues beginnen und suchte nach einer selbstständigen Tätigkeit, die mit dem Thema Gesundheit zu tun hat und ihm perspektivisch ermöglichen sollte, auch noch über den Termin seiner Pensionierung hinaus arbeiten zu können. „Ich entdeckte dann einen Hinweis auf die Fortbildung zum Präventologen in einem Gesundheitsmagazin - bei einem Saunabesuch im Ruheraum“, berichtet Thomas Böhm. Besonders imponiert hat ihm dabei das Seminar Bewegung und die „Kunhardt-Methode“ mit alltagsgerechten Bewegungsübungen.

2014 eröffnete er eine Gemeinschaftspraxis in seinem Wohnort Roßdorf und trug sich in einer Datenbank des Landesschulamtes Hessen für Trainer im Gesundheitsbereich ein. Neben Kursen an Schulen bietet er systemische Beratung, Präventionsberatung und Gruppenkurse an, zum Beispiel für die Zielgruppe „Männer 50 plus“.

www.thomasboehm.eu