März / April 2003

Wiener Lehrerzeitung

Organ der Christlichen Lehrerschaft Wiens

Grenzenloses Programm

NLP für LehrerInnen

Schule und Unterricht können heute neu gedacht werden.
Wichtig ist zwar nach wie vor, was gelernt wird; immer wichtiger wird dabei, wie gelernt wird.
(Prof. Heitkämer, Universität Münster)

"Jetzt muss ich schon wieder in die Schule" - "Wie froh werde ich heute sein, wenn die 3. Stunde in der 6a vorbei sein wird" - " Dem zappeligen Felix in der Unterstufe werde ich es heute am Vormittag aber zeigen" - Hand aufs Herz: wer kennt nicht solche oder ähnliche Momente, in denen er schon zu früher Stunde vom Wecker aus dem Tiefschlaf gerissen worden ist und dabei solche oder ähnliche Stimmen in sich gehört hat. Wer als Lehrerin / Lehrer kennt nicht Situationen aus dem Schulalltag, in denen ein Schüler scheinbar grundlos unruhig auf seinem Sessel herumwetzt, aufsteht und seine Nachbarin sekkiert. Immer wieder berichten einzelne gestresste Lehrerinnen und Lehrer ratlos von folgender Erfahrung: Ich unterrichte bereits so viele Jahre. Nun fällt mir auf, dass ich mich nicht mehr auf jeden Tag mit meinen Schülern freue. Ich habe doch bisher alles getan, was ich konnte, um den Unterricht dynamisch zu gestalten, um meine Schüler zu motivieren und damit selbst an meiner Arbeit Freude zu haben.
Wie wäre es, wenn ich als Lehrerin / Lehrer endlich noch mehr Ressourcen zur Verfügung hätte und statt einen unruhigen Schüler anzuschreien andere Möglichkeiten fände, auf seine Werte und Bedürfnisse einzugehen und damit wieder mehr Spaß und Freude am Unterrichten hätte? Wie wäre es, wenn ich ihn als Schüler und er mich als Lehrerin / Lehrer mehr respektieren könnte?

Andererseits gibt es auch Lehrerinnen und Lehrer, denen es leicht gelingt, Rahmenbedingungen für ihren Unterricht zu schaffen, in denen sie und die Schüler sich wohl fühlen, gerne in die Schule gehen, Freude am Unterrichten haben und bei denen die Schüler motiviert und mit voller Aufmerksamkeit mitarbeiten. Die spannende Frage ist: Was machen diese Lehrerinnen und Lehrer anders? Was macht den Unterschied aus, der einen Unterschied macht?

Die beiden Begründer des NLP (= Neurolinguistisches Programmieren), der Linguist John Grinder und Richard Bandler, interessierter Mathematiker und Informatiker sowie erfolgreicher Gestalttherapeut, haben sich diese Art von Fragen gestellt, um zu präzisen Aussagen über den Hintergrund des Erfolges von Kommunikations- und Interaktionsprozessen zu kommen. In einem ersten Schritt begannen sie mit genauen Beobachtungen und Analysen von drei Psychotherapeuten, die jeder für sich auf ihrem Gebiet innovativ und sehr erfolgreich waren: der Hypnotherapeut Milton H. Erickson, die systemische Familientherapeutin Virginia Satir und der Gestalttherapeut Fritz Perls.

Bandler und Grinder haben diese drei sehr erfolgreichen Therapeuten und Kommunikatoren "modelliert", d. h. sie haben ihr therapeutisches Handeln umfassend analysiert und in ein System gebracht. Dies mit der Absicht, deren Einstellungen, Fähigkeiten und Elemente ihres Handelns nachvollziehbar zu erfassen und darzustellen, dass diese auch für andere erfahrbar und somit lern- und lehrbar werden. Es gelang ihnen, die Erfolgsstrukturen dieser drei Persönlichkeiten zu entdecken, und sie veröffentlichten ihre Erkenntnisse unter dem Namen NLP:

- Neuro - weil die Muster, die entdeckt wurden, im menschlichen Nervensystem, d. h. auf neurologischer Ebene, ablaufen
- Linguistisch - weil man diese Muster in der Sprache findet und auch über die Sprache verändern kann
- Programmieren - weil die gefundenen Strukturen es uns ermöglichen, unsere Programme in neuere Programme umzuwandeln und neue Verhaltensmöglichkeiten zu integrieren

NLP ist also ein auf genauen Beobachtungen beruhendes Modell menschlichen Verhaltens und dessen Veränderung durch präzise und außerordentlich effiziente Interventionen.
Die von Bandler und Grinder entworfene Methode des Modellierens kann grundsätzlich auf alle Formen von Handeln angewandt werden, in unserem Fall auf die Modellierung einer erfolgreichen Lehrerin / eines erfolgreichen Lehrers, die / der weitgehend stressfrei, kreativ, zielführend und mit Freude ihren / seinen Unterricht gestalten möchte. Dieser Zugang mag für manche zunächst - und auf dieses Vorurteil trifft man gelegentlich - als eine bloße Technik angesehen werden. NLP derartig zu beschreiben wäre aber aus Sicht der Autoren als ein grobes Missverständnis anzusehen, denn NLP zielt im besonderen auf die Bewusstwerdung der hinter jedem Handeln stehenden Einstellungen und Überzeugungen von Personen (Werte, Normen und Glaubenssätze) ab, die sich in ihrer bisherigen Lebensgeschichte herausgebildet haben sowie die damit verbundenen Gefühle und Emotionen. Diese Elemente widersetzen sich sehr oft - stärker oder schwächer - ihrer beabsichtigten Veränderung.
In einem Grobschema sollen die verschiedenen Hauptebenen kurz graphisch dargestellt werden:
NLP hat sowohl für die Bewusstwerdung als auch für die Umwandlung von Verhalten in bewusstes Handeln erfolgreiche Methoden entwickelt, wie dieses in eine gewünschte Richtung verändert werden kann. Dabei ist NLP insofern als eine universelle Methode anzusehen, als sie stets offen für Weiterentwicklung und damit für jede neue Modellierung ist.

Voraussetzungen für eine gelungene Kommunikation
(das Rahmenmodell des NLP)

1. Wahrnehmung
Ein erster wesentlicher Schritt im NLP ist, sich mit dem Bereich der Wahrnehmung zu beschäftigen und dabei sehr klar zwischen Wahrnehmung und Interpretation unterscheiden zu können. Ein echtes Wahrnehmungsvermögen ermöglicht der Lehrerin / dem Lehrer, die Stimmung einer Klasse und die Befindlichkeit eines einzelnen Schülers noch besser erfahren, beschreiben und entsprechend darauf reagieren zu können. Dieses Verständnis erlaubt es, sich sehr flexibel auf die gegenwärtigen Bedingungen der Lerngruppe einzustellen und Lernprozesse entsprechend zu strukturieren.

Weiter unterstützt ein geschultes Wahrnehmungsvermögen, dass Situationen nicht nur einseitig interpretiert werden: "Wenn ein Schüler so ein Gesicht macht, dann kann das nur bedeuten, dass er sich über mich lustig macht. Der war von Anfang an in Mathematik schlecht, und das wird auch so bleiben".
Geschulte Wahrnehmung hilft, "in die Schuhe des anderen zu schlüpfen".Wahrnehmungsreize werden über die Sinneskanäle aufgenommen. NLP geht davon aus, dass im

Laufe der Zeit jeder von uns einen Sinneskanal besonders entwickelt und ausgeprägt hat. Auf diesem Kanal repräsentiert er einen großen Teil seiner Wahrnehmungen, d. h. jeder hat ein bevorzugtes Repräsentationssystem. Der visuelle Typ (Augenmensch) repräsentiert hauptsächlich in Bildern, für den auditiven Typen ist die Welt voller Klänge, und die gesprochene Sprache ist für ihn wichtig. Der Kinästhet setzt vieles in Bewegung und Gefühle um. Das liefert unter anderem auch eine Erklärungsmöglichkeit, warum der visuelle Typ weniger Probleme mit der Rechtschreibung hat, der auditive Typ gut Gedichte lernen kann und der körperorientierte Typ sich besser bewegt.

Das heißt aber auch, dass Schüler Schwierigkeiten bekommen können, wenn sie Informationen in den bei ihnen nicht so gut ausgebildeten "Kanälen" verarbeiten sollen. Es ist zudem auch ein Grund, warum bestimmte Schüler bei bestimmten Lehrern gut lernen und bei anderen schlechter. Für den Lehrer bzw. die Lehrerin wäre es also wichtig herauszufinden, welche Repräsentationskanäle die Schülerinnen / die Schüler hauptsächlich benutzen. Dadurch sind sie in der Lage, den Unterricht so zu gestalten, dass die Aufnahme, Speicherung und Verarbeitung von Informationen über sämtliche Systeme (visuelle, auditive und kinästhetische) ablaufen. Dazu ist es von großem Vorteil, das eigene bevorzugte System zu kennen.

Kontakt

Ein weiteres Basiselement ist die Herstellung eines tragfähigen Kontaktes, im NLP Rapport genannt, d. h. den "guten Draht" zwischen zwei oder mehreren Personen. Derartige Beziehungen sind vor allem durch Harmonie, Verständnis und gegenseitiges Vertrauen geprägt. Guter Rapport zwischen Lehrerinnen / Lehrern und Schülerinnen / Schülern kann das Lernen sehr stark fördern. Obwohl diese gute Beziehung in der pädagogischen Literatur als bedeutsame Variable im Unterrichtsgeschehen genannt wird, wird angehenden Pädagoginnen / Pädagogen im Rahmen ihrer Ausbildungen oft nur sehr selten bzw. rudimentär vermittelt, wie Rapport hergestellt und beibehalten werden kann.
Eine Alltagssituation dazu:
In den letzten Tagen fiel dem Lehrer der 4 a-Klasse auf, dass Susanne bedrückt war. Susanne war mit einem Gespräch einverstanden. Der Lehrer und die Schülerin saßen einander gegenüber. Der Lehrer nahm die gleiche Körperhaltung wie Susanne ein und achtete auf ihren Atem. Sie wirkte verspannt und nervös und veränderte schnell ihre Körperhaltung. Unauffällig machte der Lehrer das gleiche, aber langsamer, und allmählich beruhigte sich Susanne. Die beiden sprachen zunächst über belanglose Dinge. Als der Lehrer merkte, dass der Kontakt zu Susanne gut war, fragte er nach dem Problem. Susanne begann zu erzählen: "Abends, wenn ich gerade eingeschlafen bin, kommt mein kleiner Bruder oft ins Zimmer und weckt mich auf. Dann kann ich nicht mehr gut schlafen und fühle mich tagsüber schlecht."
Lehrer: "Hast du eine Idee, wie man das ändern könnte?"
Susanne: "Nein, meine Mutter schimpft zwar mit meinem Bruder, aber es nützt nichts."
Lehrer: "Wie wäre es, wenn du Verkehrszeichen maltest? Ein Zeichen sagt deinem kleinen Bruder: Jetzt freue ich mich, wenn du in mein Zimmer kommst, und ein anderes sagt: Jetzt ist der Eintritt nicht erwünscht. Das musst du deinem Bruder natürlich erklären."
Susanne überlegte. Sie spielte diese Möglichkeit in einer zukünftigen Situation durch, und ihre Physiologie zeigte deutlich, dass sie diese Idee für praktikabel hielt ("Physiologie" bedeutet im NLP den Gesamteindruck der Persönlichkeit. Dabei achtet man besonders auf Haltung, Atemrhythmus und Veränderungen im Gesicht). Am nächsten Tag kam Susanne gut gelaunt in die Schule. Sie hatte die Schilder angefertigt und mit Erfolg eingesetzt.

Einige wesentliche Rapportelemente im Unterricht und in Gesprächen mit Schülern und Eltern sind: unauffällige Angleichung der Körperhaltung und der Bewegungen, sich anpassen an den Atemrhythmus, Übernahme der Sprachmuster, besonders der Prädikate des anderen sowie die Anpassung an dessen Stimmlage. Dieses Angleichen (im NLP "pacen" genannt) trägt zu einem guten Rapport bei. Bemerkt beispielsweise die Lehrerin / der Lehrer zu diesem Zeitpunkt, dass ein Kind die Handbewegungen mitmacht und seine Stimme sich jener der Lehrerin / des Lehrers angleicht, so kann die Lehrerin / der Lehrer sehr aufmerksam zum Anleiten ("Leading") übergehen. Die Lehrerin / der Lehrer hat dabei darauf zu achten, dass Angleichen und Anleiten nicht zu einem "Nachäffen" werden. Der wirkungsvolle Einsatz dieser sowie aller NLP-Techniken setzt stets voraus, dass die Lehrerin / der Lehrer der anderen Person gegenüber - seien es die Schüler, Lehrerkollegen, der Direktor oder Eltern - Respekt ausdrückt und ihr ein echtes Interesse entgegenbringt. Erst auf dieser soliden Basis beginnt NLP, sich mit dem Zielmodell sowie mit anderen spezifischen NLP-Techniken zu beschäftigen.

Das Menschenbild des NLP

Da in all unser Handeln stets direkt erkennbar bzw. zumindest implizit innere Vorstellungen vom Menschsein an und für sich einfließen, sind hier die wesentlichen Grundannahmen angeführt, von denen NLP ausgeht:

Ø Menschen reagieren nicht auf die Realität, sondern auf ihre Abbildung von der Realität. Diese erfolgt in jeweils spezifischen Repräsentationssystemen.
Ø Menschen verfügen über jene Ressourcen, die sie brauchen, um sich zu verändern.
Ø Die Person mit den meisten Handlungsmöglichkeiten und damit der höchsten Flexibilität steuert und kontrolliert das System. Handle daher stets so, dass sich deine Möglichkeiten erweitern.
Ø Hinter jedem Verhalten steht eine positive Absicht.
Ø Es gibt kein Versagen, sondern betrachte es als eine Information bzw. als eine Rückmeldung über noch zu erschließende weitere Handlungsmöglichkeiten.
Ø Menschen treffen jeweils die ihnen zur Verfügung stehende beste Wahl.
Ø Jedes Verhalten ist in einem bestimmten Kontext nützlich oder sinnvoll.
Ø Jeder Mensch ist einzigartig und will daher so behandelt werden.

NLP ist ressourcenorientiert und lenkt damit den Fokus auf das Potenzial von Menschen: auf das, was an positiven Entwicklungsmöglichkeiten in jedem Menschen vorhanden ist, aber in bestimmten Situationen und Zusammenhängen noch nicht direkt zur Verfügung steht.

Ausbildungsformen von NLP:

Langjährige Erfahrungen haben gezeigt, dass es nicht von Vorteil ist, NLP aus Unterlagen, Büchern oder Skripten lernen zu wollen. Daher wurde auch ein sehr am Tun und Erleben orientiertes Ausbildungssystem geschaffen.

Die Voraussetzungen für eine anerkannte NLP-Ausbildung

sind unter anderem in den Richtlinien des österreichischen Dachverbandes für NLP (ÖDV-NLP) niedergelegt. Üblicherweise ist jeder NLP-Ausbildung ein 2-tägiger Einführungsworkshop vorgelagert, in dem die Teilnehmer mit den grundlegenden Elementen, Methoden und Erkenntnissen des NLP in Kontakt kommen. Entscheidet sich die Teilnehmerin / der Teilnehmer nach dem Workshop dafür, dieses effektive Werkzeug in sein Kommunikationsrepertoire aufzunehmen, beginnt sie / er ihren / seinen Ausbildungsweg mit der Practitioner- und danach mit der Master-Practitioner-Ausbildung. In diesen beiden Stufen der Ausbildung geht es vor allem darum, die grundlegenden Techniken des NLP in die eigene Kompetenz aufzunehmen und für die Praxis nutzbar zu machen. Wer dann sein Know How noch weiter vertiefen möchte, hat die Möglichkeit, sich zum NLP-Trainer und NLP-Lehrtrainer ausbilden zu lassen. Die beiden Autoren bieten NLP derzeit in zwei Formen an:

Einerseits werden themenbezogene Einzelworkshops für Lehrerinnen und Lehrer (erfolgreicher Beziehungsaufbau im Unterricht mit NLP, Umgang mit Stress, konstruktive Gespräche mit den Eltern führen, u. a.) sowie für Führungskräfte im Schulbereich (Führung und Management in der Schule mit NLP, Teambildung mit NLP, u.a.) im Rahmen der allgemeinen Aus- und Weiterbildung abgehalten, andererseits werden komplette, speziell auf den Bedarf der Lehrer abgestimmte NLP-Ausbildungen im Sinn der Richtlinien des ÖDV-NLP angeboten. Im vorgelagerten 2-Tagesworkshop für Lehrerinnen / Lehrer können die Workshopteilnehmerinnen / -teilnehmer ihr Know How um die Grundelemente des NLP erweitern. Ziel dabei ist es, den Lehr- und Lernprozess für sich selbst und die Schülerinnen/Schüler noch effizienter und erfreulicher zu gestalten sowie den Unterricht so aufzubauen, dass eine erfolgreiche Kommunikation und eine gute Planung im Unterricht erzielt werden können. Dadurch soll die bestmögliche Entwicklung aller Schüler zum Regelfall werden.

Einzelziele des Einführungsworkshops:

- eine sehr gute Feinwahrnehmung zu entwickeln
- Unterschiedliche Wahrnehmungs- und Lerntypen erkennen und darauf eingehen zu können
- non-verbales Feedback der Schüler zu erfassen und im Sinne der Unterrichtsziele zu nutzen
- wirksame Beziehungen (Rapport) zu Schülern auf zubauen und zu vertiefen
- verbale Zugangshinweise zu nutzen, um noch bes sere Kommunikationsmöglichkeiten zu schaffen
- Schüler dabei zu unterstützen, alternative Reaktionen für schwierige Lernsituationen zu entwickeln
- Lernstrategien zu ermitteln und zu installieren
- Steigerung der Kongruenz der Lehrerin / des Lehrers
- konstruktive Gespräche mit den Eltern zu führen

Dieser NLP-Einstiegsworkshop inhaltlich so aufgebaut, dass er alle Elemente enthält, die für eine weiterführende NLP-Ausbildung zum NLP-Practitioner notwendig sind.

Ihre Vorteile:

- Sie haben einen noch besseren Zugang zu Ihren Schülerinnen / Schülern und können dadurch deren Aufnahme und Leistungsfähigkeit steigern
- Sie tragen durch den Einsatz von NLP-Methoden zu einem stressfreien Verhältnis Lehrer-Schüler bei
- Sie erzeugen schnell und effektiv eine positive Stimmung und ein Lernklima, sodass sich die Schüler in Ihrer Umgebung noch wohler fühlen

Univ. Prof. Dr. Garnitschnig:
Dr. Herbert Gruner

Seminar

NLP Kompakt

Seminartermine (Wochenende):
31.05. + 01.06. 2003
23.08. + 24.08. 2003

Seminarzeiten:
beide Tage 09.00 - 18.00 Uhr (inklusive Pausen)

Seminarort: Wien (der genaue Veranstaltungsort wird entsprechend der Anzahl der Anmeldungen ausgewählt und gesondert bekannt gegeben)

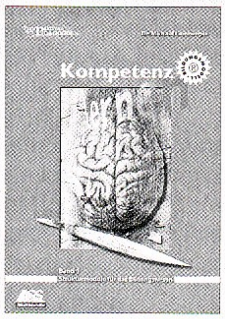
Ihre Investition:
€ 120 ,–

(Einzahlungen als Anmeldung bitte auf das Konto bei der Erste Bank: Kontonummer 33122466, BLZ 20111, Kontoinhaber: Univ. Prof. Dr. Garnitschnig)

Der Workshop findet in Ausrichtung und im Sinn der Vorschriften des ÖDV-NLP statt.

Information und Anmeldung (direkt bei den Trainern):
Univ. Prof. Dr. Garnitschnig:
Mail: karl.garnitschnig@univie.ac.at, Tel.: 01/493-12 -58
Postadresse: 1110 Wien, Mitterweg 2/21/21.
Dr. Herbert Gruner (Lehrtrainer ÖDV-NLP)
Mail: herbert.gruner@aon.at , Tel.: 0676/35-72-014,)
Postadresse: 1110 Wien, Mitterweg 2/21/21.

Dr. Michael Lemberger
Kompetenz Lernen® Band 1 "Strukturmodule für das Bildungswesen"
Das Bildungsmodell
Verlag GS-Multimedia, Seebenstein
ISBN 3-901992-14-6



In Österreich haben laut "PISA-2000"-Studie 36 % der untersuchten Schüler/innen so große Defizite im Bereich der Lesekompetenz, dass sie die Kriterien lebenslangen Lernens nicht erfüllen. Angesichts dieses dramatischen Umstandes kommt diesem Werk, das viele neue Ansätze enthält, besondere Bedeutung zu. Das Werk besteht aus theoretischen Überlegungen, die bis auf die griechischen Philosophen der Antike zurückreichen, der Studie "Kompetenz Lernen® und ihren Ableitungen sowie aus einem umfassenden Praxisteil. Darin werden die vier Phasen des Kompetenz Lernens® Schritt für Schritt erläutert. Schwerpunkte sind Überlegungen zur Umsetzung von Individualisierung und Differenzierung im Unterricht, konkrete Ausführungen zum Umgang mit Informationen und Überlegungen zur Umsetzung der immer wichtiger werdenden "Soft Skills" Kommunikationskompetenz, Teamfähigkeit und Moderationskompetenz, Präsentationskompetenz im Unterricht. Damit werden bereits heute wesentliche Kriterien der geplanten "PISA 2009"-Studie erfüllt. Eine Vielzahl von konkreten Beispielen und Kopiervorlagen ermöglicht die rasche Umsetzung von Kompetenz Lernen® im Unterricht.