

eBook

Meike Hohenwarter

Was dich wirklich vom Lernen abhält

Das Märchen vom Inneren Schweinhund



Soforthilfe bei Lernproblemen Teil 3

Was dich wirklich vom Lernen abhält

Das Märchen vom Inneren Schweinhund

Ihr Kind vertrödelt den ganzen Nachmittag und kurz vor dem Schlafen gehen gibt es dann Stress, damit die Hausübung doch noch den Weg ins Heft findet.

Oder sind Sie selbst ein unverbesserlicher Fall von „Aufschieberitis“?

Einsicht ist oft schon der halbe Weg zur Lösung und daher zeigen wir Ihnen, warum herkömmliche Zeitplanungssysteme, gute Vorsätze oder Ihrem Kind angedrohte Strafen so wenig fruchten.

In diesem eBook erfahren Sie, wo Sie ansetzen müssen, um wirklich etwas zu bewegen.

Unsere „Soforthilfe“-Reihe

Wollen Sie Kindern nachhaltig und effektiv beim Lernen helfen?

Sie wissen schon, was NICHT hilft, jetzt möchten Sie gerne Methoden verwenden,

- die Kindern das Thema Lernen wieder näher bringen,
- ihr Selbstbewusstsein unterstützen und
- ihnen auch Erfolge bescheren.

Es ist Ihnen wichtig, Menschen beim Lernen zu unterstützen, weil Sie

- Ihren eigenen Kindern helfen möchten
- LehrerIn sind
- (Lern)TrainerIn sind oder werden wollen.

Weitere eBooks aus der „Soforthilfe“-Reihe:

Soforthilfe bei Lernproblemen:

Betriebsanleitung für unser Gehirn - so lernt man gehirngerecht!

7 Lerntechniken, die es bringen! - nachhaltiges Lernen mit Transfer

Was dich wirklich vom Lernen abhält - das Märchen vom Inneren Schweinehund

Du bist toll! Lerncoaching statt Nachhilfe - 2 x 7 Tipps für persönliche Einstellung und Didaktik

Öffne deine innere Schatztruhe - Coachingtools aus NLP & Co

Inhalt

Das Märchen vom Inneren Schweinhund	5
Die logischen Ebenen	7
Mathetest auf allen Ebenen – erster Teil.....	8
Ebene Umfeld.....	8
Ebene Verhalten.....	9
Ebene Fähigkeiten	10
Die gläserne Decke	11
Mathetest auf allen Ebenen – zweiter Teil	13
Ebene Glaubenssätze	13
Interventionen auf der Ebene der Glaubenssätze	15
Ebene Identität.....	17
Interventionen auf der Ebene der Identität.....	18
Ebene Sinn.....	20
Die magische Kraft der logischen Ebenen.....	21
Anhang	22
Über die Autorin.....	22
Unser Angebot.....	23

„Ob du glaubst, du schaffst es oder du schaffst es nicht – du wirst in jedem Fall recht behalten.“ – Henry Ford

Das Märchen vom Inneren Schweinhund

Wenn es mit dem Lernen nicht klappt, dann bekommen Kinder oft eine Menge guter Ratschläge.



Nicht nur der Lehrer in der Schule sondern auch Bekannte wissen anscheinend, wie es gehen könnte.



Auch viele Ratgeber bauen darauf auf, seinen Inneren Schweinehund zu überwinden, um in der Schule erfolgreich zu werden.

Ganze Buchreihe geben Tipps, wie man sich verhalten soll, um dieses Untier zu zähmen. Egal, ob es um das Thema Lernen oder eine andere Verhaltensänderung geht, letztendes läuft es dabei immer darauf hinaus, sich in irgendeiner Weise selbst auszutrixen, um das zu tun, was man meint tun zu sollen, obwohl man es nicht tun will.

Dieser Ansatz ist meines Erachtens von Grund auf falsch: Wenn Sie Ihr eigenes Kind oder die Ihnen anvertrauten Schüler durch neun bis dreizehn Schuljahre trixen wollen, wünsche ich Ihnen in jedem Fall viel Spaß!

Bei Schülern kommt ja oft noch die Tatsache erschwerend hinzu, dass sie von vorne herein nie entschieden haben, in die Schule gehen zu wollen. Doch selbst Erwachsene, die bewusst aus vernünftigen Gründen den Entschluss gefasst haben, endlich abzunehmen oder mit dem Rauchen aufzuhören, werden plötzlich, wenn es um die Umsetzung geht, von chronischer „Aufschieberitis“ befallen.

Fast alle Eltern kennen diese Nachmittage, die damit erfüllt sind, dass das Kind eine Hausübung machen sollte oder etwas Bestimmtes lernen sollte. Erst wird gegessen, dann ein bisschen fern gesehen, dann ruft die Freundin an, dann wird noch schnell etwas anderes erledigt und so fort bis der Nachmittag rum ist und die Aufgabe nach wie vor nicht erledigt. Das ist nicht nur für die verantwortlichen Eltern anstrengend, denn auch das Kind hat das Gefühl, den Nachmittag nicht sinnvoll genutzt zu haben.

Was hält also ein Kind davon ab, seine Schulaufgaben zu erledigen?

- Ganz oben steht die Tatsache, dass es für das Kind keinen höheren Sinn macht, diese bestimmte Aufgabe zu erledigen.
- Es fragt sich, was hat das mit mir zu tun?
- Vielleicht hat es auch schon den Vater sagen hören, dass in seiner Familie sowieso niemand eine Begabung für Sprachen hat
- Es ist eigentlich auch überzeugt davon, dass es das gar nicht kann
- Das Kind weiß nicht, wie es die Sache angeht, was es als erstes, zweites, drittes tun muss, um die Aufgabe zu lösen.
- Es weiß auch nicht, wo der beste Ort und wann der beste Zeitpunkt ist, um die Aufgabe zu erledigen



Natürlich treffen diese Punkte nicht nur auf Kinder, die lernen sollen zu, sondern auf alle Menschen, die etwas Neues beginnen wollen, es aber doch nicht tun.

Anstatt nun den Kampf gegen den Inneren Schweinehund anzutreten, ist es sinnvoller, sich selbst besser zu verstehen.

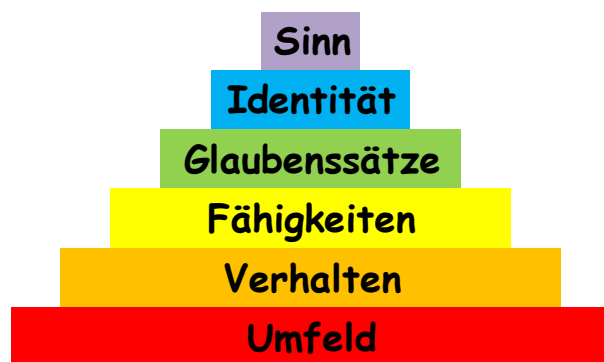
Die logischen Ebenen

Für jede Art der Verhaltensänderung, die gelingen soll, ist meines Erachtens das Verständnis der logischen Ebenen unerlässlich.

Sie sind eine Gedanken-Matrix, die von Gregory Bateson erfunden wurde und vor allem von Robert Dilts weiter entwickelt wurde.

Hierbei geht es darum, dass Lernen - aber auch jede andere Veränderungsarbeit - immer gleichzeitig auf mehreren Ebenen stattfindet. Jegliche Intervention in einer Ebenen ändert die darunter liegenden Ebenen mit, auf die darüber liegenden hat sie allerdings kaum Einfluss.

Hier zur Vollständigkeit alle logischen Ebenen nach Robert Dilts auf einen Blick:



Wenn Sie sich näher damit befassen, werden Ihnen zum Teil andere Bezeichnungen oder sogar etwas andere Gliederungen der Ebenen begegnen – das hat sich durch den vielfältigen Gebrauch durch verschiedene Trainer und Schulen ergeben. Die hier abgebildete ist die von Robert Dilts verwendete.

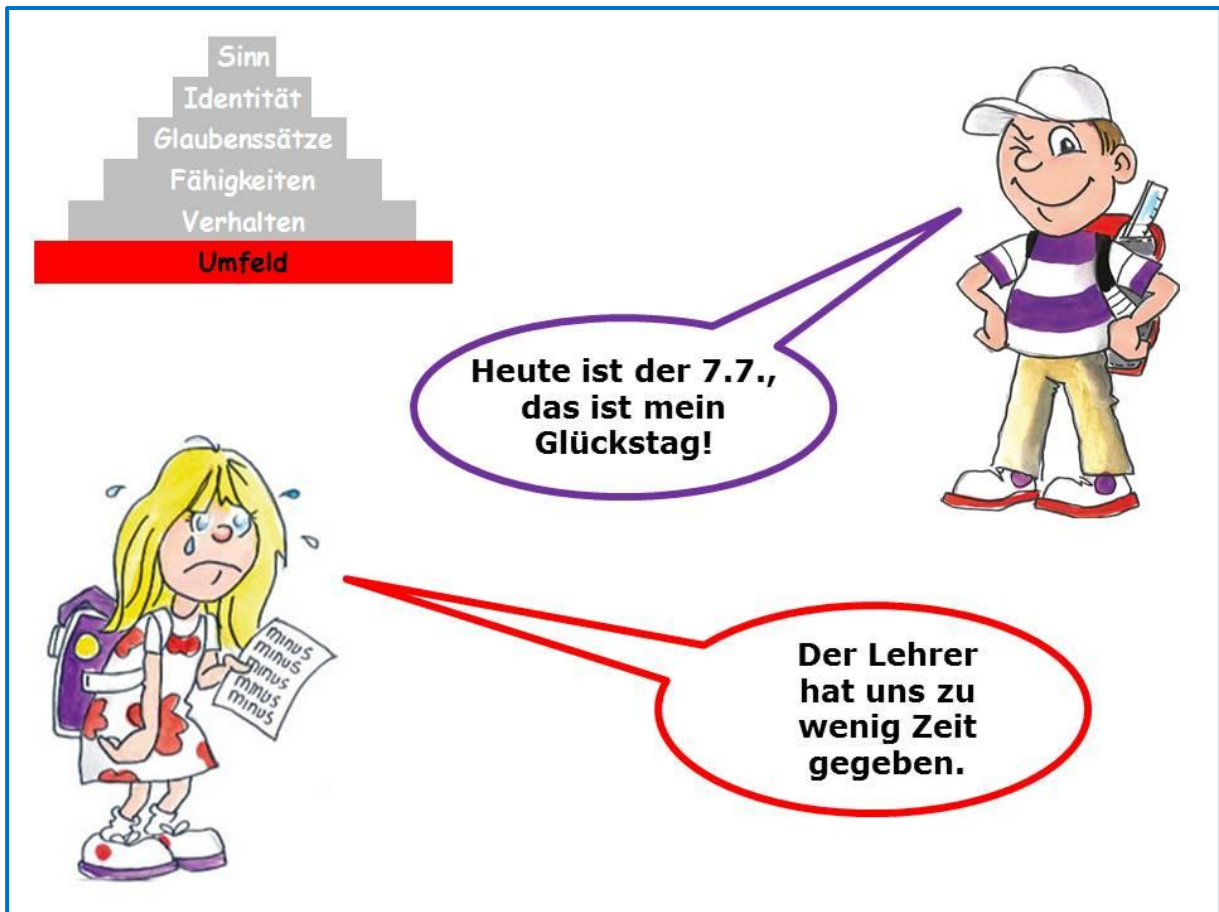
Im Bereich des Neurolinguistischen Programmierens (NLP) war Robert Dilts eine der ersten großen Persönlichkeiten. Sehr bekannt ist auch seine Arbeit an Glaubenssätzen rund um die Gesundheit. Seine bahnbrechende Rechtschreibstrategie ist außerdem Grundlage eines Webinar-Videos von mir und wesentlicher Bestandteil unseres aktiven Lerncoachings.

Mathetest auf allen Ebenen – erster Teil

Zur Illustration und dem tieferen Verständnis der einzelnen Ebenen, möchte ich Sie nun mit der Gedankenwelt von Max und Lara vertraut machen. Diese kommen von einem Mathetest nach Hause und teilen ihren Eltern ihre Gedanken über den Test mit.

Ebene Umfeld

Folgendes erzählen die Kinder über den Test:



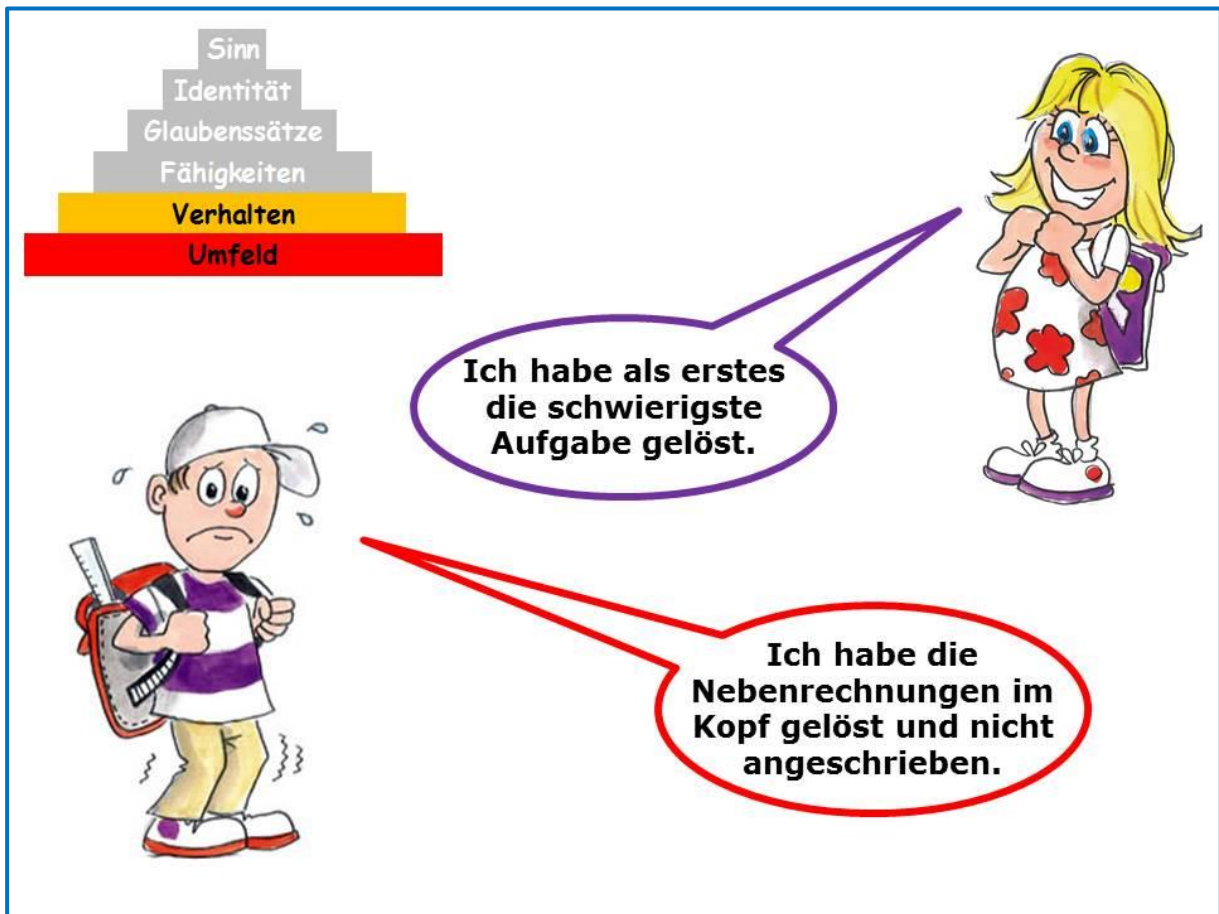
Wie man sieht, hat das positive oder auch negative Ergebnis des Tests nichts mit ihnen selbst zu tun. Es liegt nach Auffassung der Kinder an den äußeren Umständen.

Wichtige Fragen zum Thema Lernen auf der Ebene des Umfelds sind somit:

- Wann lerne ich am besten?
- Wo lerne ich am besten?
- Mit wem lerne ich am besten?

Ebene Verhalten

Auch hier kommen die Kinder wieder vom Test nach Hause, doch diesmal sind die Aussagen anders:



In diesem Fall machen die Kinder den Ausgang des Tests in ihrem Verhalten fest.

Wichtige Fragen sind:

- Was genau mache ich?
- Wie ist meine Herangehensweise?
- Welche nützlichen Techniken verwende ich?

Wie man sieht hat nun die ganze Sache schon ein wenig mit ihnen selbst zu tun.

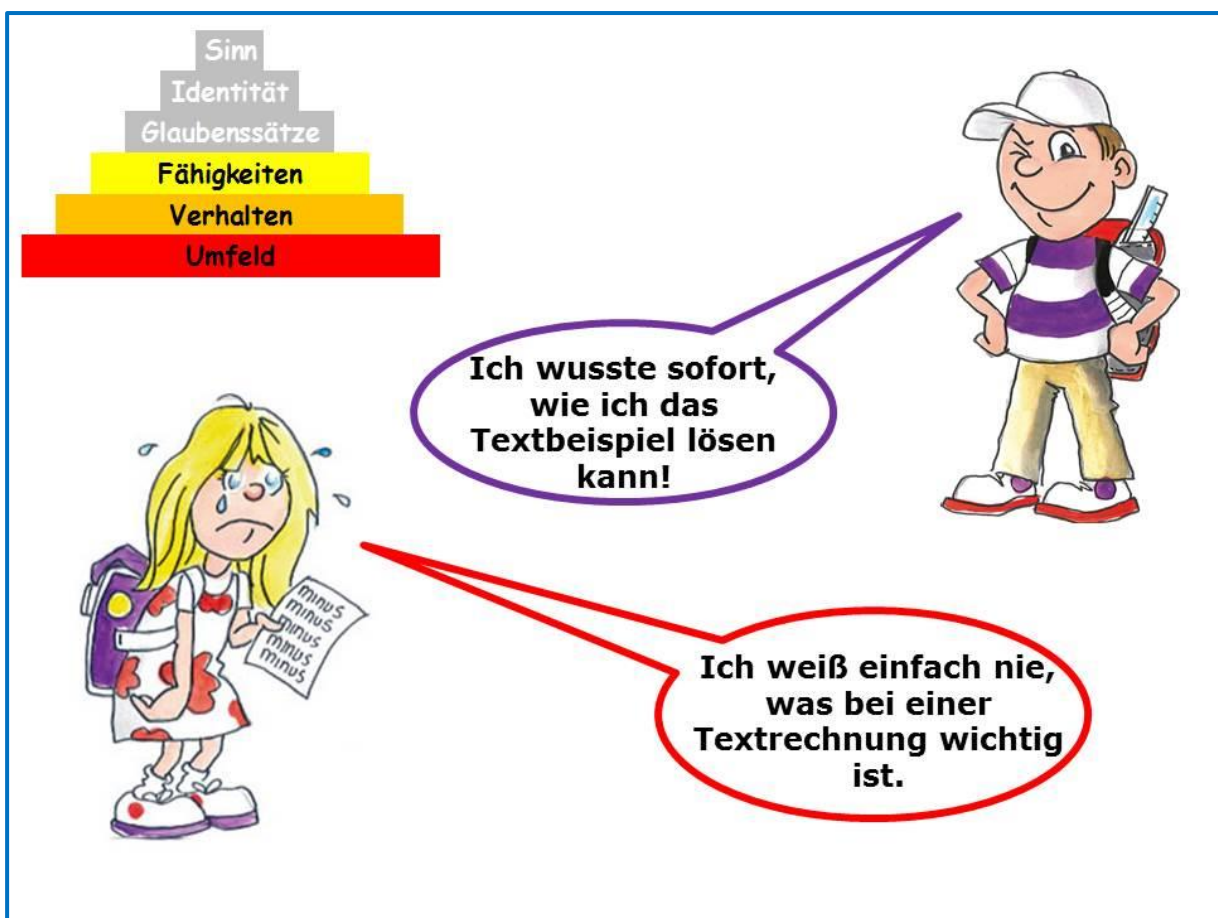
Alle neuen Ansätze und Veränderungen im Verhalten können auch Veränderungen im Umfeld mit sich ziehen. Somit wurden der Handlungsspielraum und auch der zu erzielende Effekt schon um einiges vergrößert.

Ebene Fähigkeiten

Steigen wir nun noch eine Ebene höher, dann geht es um die Fähigkeiten. Wichtige Fragen hierzu sind:

- Wie genau gehe ich eine Aufgabe an?
- Wie strukturiere ich die Zeit?
- Welche wichtigen Strategien soll ich anwenden?

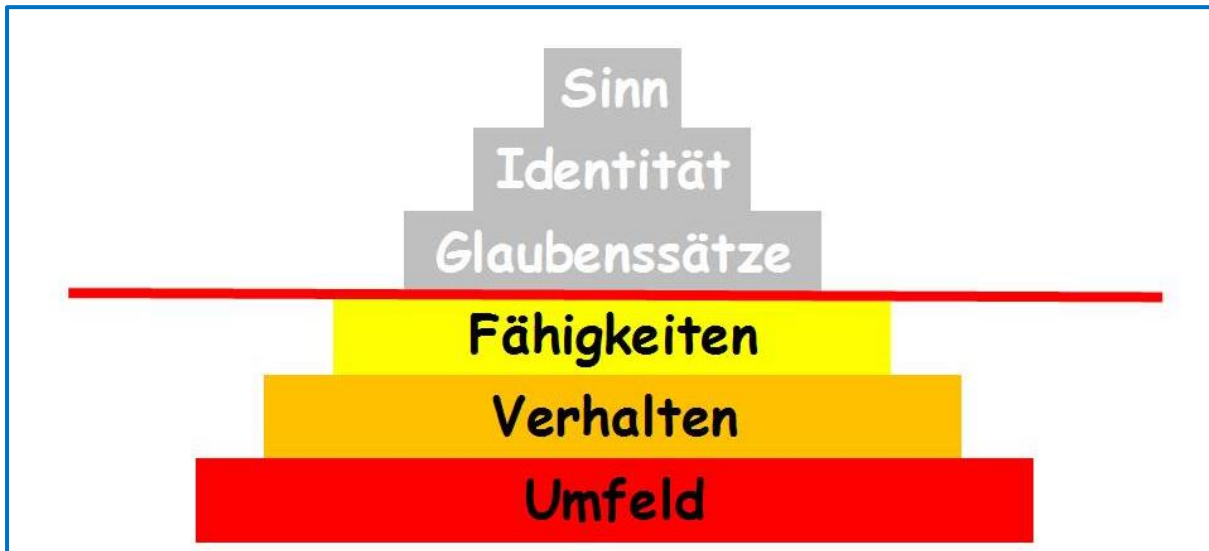
Hier setzt auch klassischer Weise die Nachhilfe oder das Legasthenie-training an: Den Kindern werden zielführendere Lösungen und Strategien gezeigt, als sie bisher kannten. Mit neuen Methoden und Ansätzen sollen sie bessere Ergebnisse als bislang erzielen.



Erlangen Kinder neue Fähigkeiten, so spiegelt sich das auch im Verhalten und im Umfeld wider. Lernt Lara zum Beispiel in der Nachhilfe, dass sie bei Textbeispielen alle wichtigen Zahlen mit Leuchtstift markieren soll und sich eine Skizze machen soll, dann wird sie sich in Zukunft bei Mathetests anders verhalten und auch ihre Zeit anders einteilen. Insgesamt wird ihre neue Herangehensweise ihr strategisches Vorgehen beim Test verbessern.

Die gläserne Decke

Für fast alle Kurse, Bücher und Ratgeber endet die zu erlangende Weisheit auf Höhe der Fähigkeiten-Ebene.



Blicken wir zurück zu den Aussagen des Oberlehrers und ordnen diese Klassiker den jeweiligen Ebenen zu.

Raten Sie selbst, in welcher Ebene ist wohl diese Aussage zu Hause?



Ja natürlich, hier geht es um das richtige Verhalten!

Und wie sieht es mit den nächsten Bildern aus?



Den Schreibtisch ordentlich zu halten ist ein Ratschlag auf der Umfeld-Ebene, während die Strategie, mit der leichtesten Aufgabe zu starten auf der Ebene der Fähigkeiten zu Hause ist.

Fast alle Lernbegleitungs-Programme zeigen ausschließlich

- Wie, wann und mit wem man arbeiten soll
- Was genau man machen soll und
- Nützliche Strategien zur Umsetzung und Strukturierung

Übersetzen wir das auf andere Verhaltensänderungsprogramme, dann gibt es jede Menge Abnehm-Bücher und -Trainer, die uns zum Beispiel genau sagen

- Wann und wo wir nicht essen sollen
- Was genau wir hingegen essen sollen
- Wie wir noch mehr Kalorien verbrennen können.

Wären diese Programme tatsächlich erfolgreich, gäbe es wohl keine dicken Leute mehr. In Wirklichkeit sind wir Menschen aber doch etwas feiner gestrickt und komplexe Probleme können daher nicht ganz so oberflächlich gelöst werden.

Die Beweggründe für unser Handeln sind viel weniger vordergründig und wir müssen daher etwas mehr in die Tiefe gehen, um sie tatsächlich zu lösen.

Gerade darin liegt die Aufgabe und Herausforderung eines Lerncoachings, das wirklich hilft.

Werfen wir also einen Blick auf die nächsten Ebenen, diejenigen, auf denen tatsächlich nachhaltig Veränderung stattfinden kann.

Mathetest auf allen Ebenen – zweiter Teil

Ebene Glaubenssätze

Das englische Wort "Beliefs" wird zu Deutsch mit Glaubenssätze oder auch Überzeugungen übersetzt. Hierbei geht es nicht um religiösen Glauben, sondern vielmehr um unser Weltbild.

Schon in frühester Kindheit werden wir mit den Überzeugungen unserer Eltern „geimpft“. Sie sagen und zeigen uns permanent, was sie über wichtige Themen, wie das Leben im Allgemeinen, Geld, Gesundheit, Beziehungen und eben auch das Lernen denken. Oft sind diese Weisheiten auch in Redensarten gepackt. „Was Hänschen nicht lernt, lernt Hans nimmermehr“ – oder „Früh übt sich, wer ein Meister werden will!“ und dergleichen mehr. Später kommen dann noch die Ansichten anderer wichtiger Personen, wie eben auch der Lehrer hinzu.

Das fatale an Glaubenssätzen ist, dass wir sie blind übernehmen und nie hinterfragen. Sie erklären uns die Spielregeln dieser Welt und wir haben sie schon so häufig gehört, dass wir sie schon alleine aus diesem Grund für wahr halten. Noch viel dramatischer ist, dass wir uns ihrer gar nicht bewusst sind und uns deswegen auch nicht vorstellen können, dass für andere Menschen andere Regeln gelten.

Oft sind genau diese Überzeugungen auch schuld, wenn es in Beziehungen nicht klappt. So hat man sich zum Beispiel bei der Eheschließung geschworen, stets respektvoll miteinander umzugehen. Nur dass ein Partner von seinen Eltern her gewohnt war, dass Respekt bedeutet, sich immer alles zu sagen, während der andere in seinem Elternhaus gelernt hat respektvoll über die Mängel und Fehler des anderen hinweg zu schweigen. Nun wirft man sich gegenseitig „zu recht“ Respektlosigkeit vor.

Jeder glaubt, dass seine Definition von „gesundem Leben“, „sparsamen Umgang mit Geld“ oder „liebvoller Beziehung“ die allgemein gültige ist. Im NLP spricht man hier auch davon, dass die Landkarte nicht das Gebiet ist. Die Landkarte ist hier mein Blick auf die Dinge, während das Gebiet die Realität schlechthin (wenn es eine solche überhaupt gibt) ohne jegliche Bewertung ist.

Was passiert nun also mit einem Kind, das von klein auf hört, dass alle in der Familie zwei linke Hände haben, oder dass in „unserer Familie lauter mathematische Nackerpatzerln sind“. Abgesehen davon, dass niemand dem Kind handwerkliche Beschäftigung oder die Auseinandersetzung mit

mathematischen Themen vorleben wird – und es auf diese Art schon früh inspiriert, wird es sich von vorne herein weniger zutrauen.

Schon wenn man ihm das erste Mal einen Hammer in die Hand gibt, wird es alarmiert sein und sich genau deswegen vielleicht ungeschickter anstellen, als die Gleichaltrigen. In der ersten Rechenstunde weiß es schon, dass es jetzt um das geht, was niemand in der Familie gut kann und deswegen die Erwartungen gleich sehr niedrig ansetzen und auf diese Art eine selbsterfüllende Prophezeiung einleiten.

Auch hier ist wieder ersichtlich, dass die Ebene der Glaubenssätze auf die niedrigeren Ebenen der Fähigkeiten, des Verhaltens und des Umfelds Auswirkungen hat: Wenn ich glaube, dass ich in etwas nicht gut bin, dann werde ich es nur vorsichtig angehen und daher werde ich es auch nicht so gut können. Aus diesem Grund werde ich es wenn möglich vermeiden und versuchen, mich dem Thema nicht auszusetzen, um mir keine Blößen zu geben.

Wer kennt nicht das Sprichwort „Der Glaube versetzt Berge“? Meine inneren Überzeugungen über das, was ich für möglich halte und das, was ich für unmöglich halte, bestimmen weitgehend meine äußeren Erfahrungen.

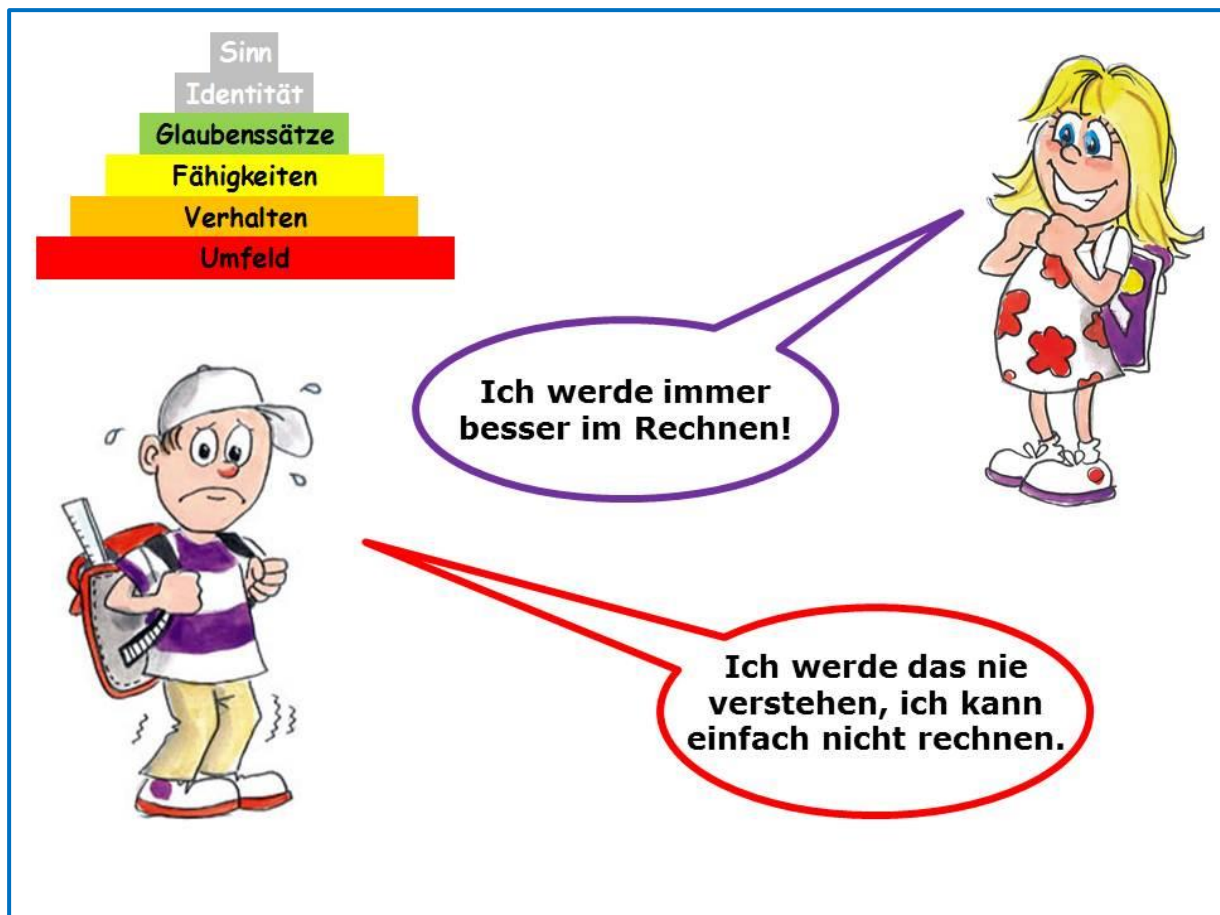
Hierzu auch nochmals das eingangs erwähnte Zitat von Henry Ford: „Ob du glaubst, du schaffst es oder du schaffst es nicht – du wirst in jedem Fall recht behalten.“ Das entspricht im Prinzip der Definition einer selbsterfüllenden Prophezeiung.

Genau aus diesem Grund ist es so wichtig, dass sich Kinder Menschen außerhalb ihrer Familie finden, die felsenfest an sie glauben! Hier können Lehrer wahre Wunder bewirken – oder leider auch noch größeren Schaden anrichten.

Auf der Ebene der Glaubenssätze stellen wir uns folgende Fragen:

- Was glaube ich über mich?
- Was denke ich über das Thema Lernen/Gesundheit/Geld...?
- Was ist mir wichtig?

Wie geht es nun Max und Lara, wenn sie den Ausgang des Mathetests auf der Ebene der Glaubenssätze beurteilen?



So lange Max felsenfest davon überzeugt ist, dass er einfach nicht rechnen kann, werden auch die bestgemeintesten Versuche, ihm Bruchrechnungen zu erklären scheitern! Erst wenn er seine generellen Überzeugungen über seine Mathematikfähigkeiten ändert, wird er offen für die Erklärungen der Eltern oder Lehrer sein.

Umgekehrt müsste allerdings Lara auch stark verunsichert werden und einige Rückschläge einstecken, bevor sie die Überzeugung, immer besser zu werden, aufgeben würde.

Interventionen auf der Ebene der Glaubenssätze

Was kann also ein Lehrer oder Trainer konkret tun, um einem Schützling zu helfen, hinderliche Glaubenssätze zu hinterfragen?

Innere Überzeugungen haben vor allem deswegen so viel Kraft, weil sie unbewusst wirken: Ich glaube so fest daran, dass die Welt so ist oder dass ich so bin, dass ich gar nicht die Möglichkeit in Betracht ziehe, dass andere Menschen mich und die Welt anders wahrnehmen könnten.

Die leichteste Art, Glaubenssätze ins Wanken zu bringen ist also, sie ins bewusste Denken zu bringen. Schon alleine die Frage „denkst du das

wirklich so?“ oder die Aussage „also ich sehe das anders“ erweitern den Horizont!

Hier drei einfache Interventionen, die man ohne viel Vorerfahrung durchführen kann und eine ganz besonders schöne für Geübte:

Schnelle Belief-Änderung

Meist gibt es für Eigenschaften sowohl positiv als auch negativ belegte Worte. So ist ein Mensch, der für den einen geizig scheinen mag, für einen anderen nur sehr sparsam. In Bezug auf das Lernen könnte zum Beispiel ein chaotisches Kind auch als kreativ gesehen werden. Finden Sie - möglichst gemeinsam mit dem Kind - neue Bezeichnungen für ungewünschtes Verhalten. Dann sprechen Sie beide Worte mehrfach schnell im Wechsel, so lange bis das hiermit verbundene negative Gefühl entmachtet ist.

Reframing

Auf ähnliche Art wirken auch so genannte Reframings. Ein Frame ist ein Rahmen und wir setzen nun Bedeutungen in einen neuen Rahmen, das haben wir im Prinzip auch schon bei der ersten Übung gemacht. Einer Lehrerin, die sich darüber beschwert, dass ein Kind andauernd durch seine Fragen stört kann zum Beispiel entgegen gesetzt werden, dass es das sicher für noch andere Kinder in der Klasse tut und so ein wichtiger Faktor ist, damit alle Kinder im Unterricht mitkommen. Einem Kind wiederum, das sagt, dass es „das mit den Brüchen nie schaffen wird“, könnte man erzählen, dass es das damals bei den Divisionen auch gedacht hatte und dieses Thema nun aber so gut beherrscht.

MagicWord

Eine sehr schöne Übung, die Kinder (und auch Erwachsene) in tiefe Entspannung bringt ist „MagicWord“. Hier wird in großen Buchstaben ein unliebsamer Begriff (wie zum Beispiel Mathematik) auf ein Zeichenblatt geschrieben. Anschließend verziert das Kind das Wort mit Glitzerstiften, Stempeln, Stickern, Moosgummi oder anderem Bastelmaterial so lange, bis es ihm gefällt. Die Änderung in der inneren Überzeugung findet hier unbewusst aber äußerst nachhaltig – eben „magically“ – statt.

The Work

Als weiterführende Übung möchte ich noch „The Work“ von Byron Katie erwähnen. Mit nur vier Fragen befreit sie Menschen von ihren hinderlichen Überzeugungen: „Ist das wahr?“, „Bist du dir absolut sicher, dass das wahr ist?“, „Wie geht es dir, wenn du glaubst, dass das wahr ist?“ und „Wer wärst du ohne diesen Gedanken?“

Ebene Identität

Auf der Ebene der Identität fragen wir uns nun

- Wer bin ich?
- Was genau macht mich aus?
- Was sind unumstößliche Tatsachen über mich?

Jeder Mensch ist einzigartig. Wir möchten verstehen, was uns in unserem Wesen ausmacht und von allen anderen unterscheidet. Wir streben gewisse Eigenschaften an und wollen andere loswerden oder verstecken. Ein ganzes Leben lang feilen wir an dem, wer wir sind.

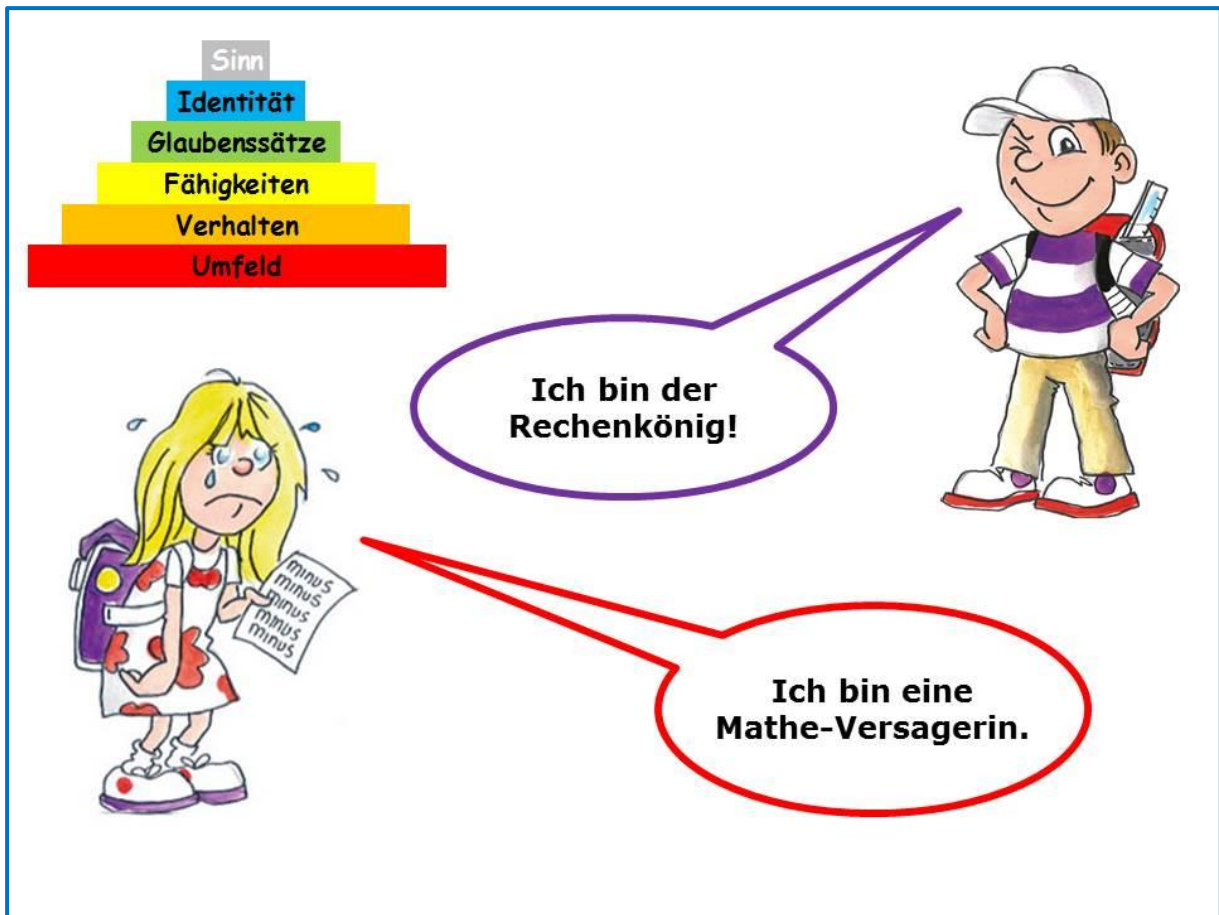
Jedes gute Konfliktvermeidungsmodell sagt uns, dass wir anderen keine „du bist“-Botschaften an den Kopf werfen sollen, da das immer den ganzen Menschen verurteilt. Besser sind Aussagen, wie „du verhältst dich im Moment...“ oder noch besser „ich erlebe dich...“. Sage ich nämlich „du bist ein Idiot“, dann meine ich immer und überall, wohingegen ich bei der Aussage „du verhältst dich wie ein Idiot“ nur den momentanen Augenblick kritisierere.

Genau aus diesem Grund ist es mir persönlich sehr wichtig, schwache Schüler nicht mit den ohnehin nicht eindeutigen Diagnosen „Legasthenie“ oder „Dyskalkulie“ zu „brandmarken“. Als ich zur Schule ging gab es diese Schubladen noch nicht, in die heute so viele Kinder von oft sehr zweifelhaften „Fachleuten“ (die ihren Abschluss per Fernstudium oder in Wochenendkursen erlangt haben) abgelegt werden. Zu jener Zeit gab es Kinder, die nicht so gut lesen konnten oder mit dem Rechnen Probleme hatten, aber keine Erstklässler, die von sich sagten „Ich bin Legastheniker“.

Der Unterschied liegt nicht nur in einer etwas anderen Wortwahl! Sagt ein Kind von sich „ich kann nicht so gut rechtschreiben“, so macht es die Aussage auf der Ebene der Fähigkeiten. Es kann etwas nicht so gut, das kann sich aber jederzeit ändern. Behauptet es hingegen von sich „ich bin Legastheniker“, dann spricht es über sein Identität, darüber wer es ist und was genau dieses Kind ausmacht. Das zu ändern fällt wesentlich schwerer.

Viele Programme zielen ja geradezu darauf ab, sich immer bewusst zu sein, dass ein „Makel“ nicht nur im momentanen Handeln, sondern tief im Wesen eines Menschen verankert ist. Wie sonst sollte man zum Beispiel das Bekenntnis „ich bin ein Alkoholiker“ bei den anonymen Alkoholikern deuten?

Wie geht es also Max und Lara auf der Ebene der Identität?



Noch immer werden in vielen Klassenzimmern Spiele wie der Rechenkönig praktiziert. Toll für den, der es oft ist! Doch wie geht es den anderen Kinder? In früheren Zeiten mussten diese dann eventuell sogar eine Eselsmütze tragen und in der Ecke stehen. Der Volksschullehrer, den beide meiner Geschwister genießen durften, nannte alle Kinder, die ihm nicht unbedingt positiv auffielen „ihr armen Würstchen“.

Jemand, der von sich überzeugt ist, eine „mathematische Nullnummer“ zu sein, wird sein ganzes Leben damit beschäftigt sein, diesen Mangel vor anderen zu verbergen und die Berührung mit Mathematik zu unterbinden.

Interventionen auf der Ebene der Identität

Loben

Die allereinfachste Art, Menschen über ihr negatives Selbstbild nachdenken zu lassen, ist sie zu loben! Das ist leider in unserer Kultur nicht sehr verbreitet. Doch auch Erwachsene werden sichtbar einen Kopf größer, wenn wir ehrlich und aufrichtig sagen, was wir gut an ihnen und ihrem Verhalten finden.

Im praktischen Teil meiner TrainerInnen-Ausbildung braucht es oft eine Weile, bis wirklich alle einen wahren „Reflex“ in sich spüren, die Schüler zu loben. Erstaunt stellen sie fest, wie dankbar die Kinder sind, dass sie für gut befunden werden. Wohlgemerkt, hier geht es nicht um das pauschale Verteilen von netten Worten! Das durchschaut wirklich jedes Kind. Es geht um ernst gemeintes Feedback. „Catch them being good!“ – erwische sie, wenn sie gut sind, ist die oberste Devise!

Vergleichen Sie die Kinder stets mit sich selbst und nicht mit anderen. Gewöhnen Sie sich an, ein Augenmerk darauf zu legen, was sie gestern noch nicht konnten und heute aber können und sprechen sie das stolz an.

Hierzu möchte ich auch eine kleine Anekdote von meiner eigenen Tochter erzählen. Sie hatte mit ihrer ersten Volksschullehrerin ein schweres Los, was uns auch letztendes dazu veranlasste, nach zwei Jahren einen Schulwechsel vorzunehmen. Aufgrund der vielen entsprechenden Aussagen dieser Lehrerin war sie zutiefst überzeugt davon, dass sie eine katastrophale Rechtschreiberin sei.

Nun begab es sich, dass mich eine Trainerkollegin im Rahmen einer Fortbildung bat, eines meiner ebenfalls anwesenden Kinder für eine Demonstration der NLP-Rechtschreib-Strategie nach Robert Dilts (hierzu gibt es von mir auch ein Webinar-Video) auf die Bühne bitte zu dürfen.

Meine Tochter erledigte alle Aufgaben einwandfrei, was meine Kollegin, die eine ausgesprochen gute Trainerin ist, dazu veranlasste, in ihrem Vortrag immer wieder zu betonen, dass meine Tochter offenbar eine gute Rechtschreiberin sei.

In der nächsten Pause fragte mich meine Tochter ganz offensichtlich zutiefst aufgewühlt, wie die Trainerin denn nur auf den verrückten Gedanken käme, dass sie gut rechtschreiben könne. So sehr und so nachhaltig hatten sie die Aussagen der Lehrerin in ihrer Identität berührt, dass sie trotz richtiger Antworten vor einem Publikum von mehr als 20 Erwachsenen, die jeden ihrer Schritte genau verfolgten (um die Technik zu lernen) noch immer überzeugt war, eine Rechtschreib-Niete zu sein.

Ressourcen sammeln

Eine sehr schöne Übung ist es auch, Kinder auf Zetteln sammeln zu lassen, was sie schon alles gut können. Auf ein Blatt schreiben sie zum Beispiel „eislaufen“, auf das nächste „Rad fahren“ und auf wieder ein anderes „Klavier spielen“. Ich bin dabei nie streng, wenn sie also meinen sie könnten gut Italienisch, weil sie die Zahlen von eins bis zehn

radebrechend aufsagen können, belasse ich sie in diesem Glauben. Auf ein weiteres Blatt schreiben sie ein Thema, das sie gerne noch besser lernen möchten, also zum Beispiel „rechtschreiben“ oder „lesen“.

Nun arrangieren sie die Zettel in einem Kreis und hüpfen von einem zum nächste. Sie können dabei auch sagen: „das kann ich schon gut, das kann ich auch schon und das werde ich auch bald lernen“. Nach ein paar Runden überträgt sich das gute Gefühl, der Können-Karten ganz automatisch auch auf die Noch-zu-lernen-Karte.

Ressourcen-Transfer

Hierzu wählt das Kind von zwei verschiedenfarbigen Blatt Papier eine Farbe für einen guten Zustand und die andere für einen angstbesetzten Zustand (zum Beispiel eine Prüfungssituation), an dem es arbeiten möchte.

Es legt die beiden Blätter vor sich hin (das nennt man übrigens Bodenanker) und „steigt“ in das gute Gefühl. Es erinnert sich, wann es sich das letzte Mal so sicher, mutig, klar... gefühlt hat. Der Trainer hilft ihm, das Gefühl in allen Sinnen zu spüren. „Was hast du gesehen, gehört, gespürt?“

Dann geht es kurz in das schlechte Gefühl und der Trainer fragt es, was es dort am Dringendsten braucht. Es steigt wieder in das gute Gefühl und „holt sich“ den Wert von dort, indem es ihn kräftig einatmet, ins schlechte Gefühl steigt und den Wert dort fallen lässt.

Diese Übung wird mindestens drei Mal wiederholt. Beim letzten Mal ist es gut, dazu zu sagen, dass es alles, was es vielleicht zusätzlich noch brauchen könnte, einfach auch noch mitnimmt. Meist hilft die Übung so sehr, dass das Kind keinen Unterschied mehr in den Gefühlen auf den beiden verschiedenen Ankern ausmachen kann. Und das überträgt sich dann auch auf das Erleben der „echten“ Situation.

Ebene Sinn

Manche Trainer übersetzten die Ebene des Sinns auch mit „Vision“ oder „Mission Statement“, andere auch wieder mit „Spiritualität“ oder „Quelle“ je nachdem ob die Arbeit mit den logischen Ebenen sich mehr um Business- oder Persönlichkeitsthemen dreht.

Die große Frage nach dem Sinn im Leben oder auch der Berufung scheint im Hinblick auf Kinder vielleicht ein bisschen zu abgehoben. Doch auch schon junge Menschen spüren ganz klar in sich, wohin es sie mit ihren Neigungen zieht.

Um als Verantwortlicher Kindern zu helfen, einen Sinn in ihrem Tun zu erkennen und auch um sie spüren zu lassen, welche Möglichkeiten sie haben, ist es wichtig, ihnen eine große Vielfalt an verschiedenen Angeboten zukommen zu lassen.

Jedes Buch, jeder Theaterbesuch, jede Reise eröffnet dem Kind neue Welten. Es weiß immer besser, was es selbst im Leben machen und erreichen will und erlangt gleichzeitig größeres Verständnis dafür, dass sich andere Menschen für ganz andere Dinge interessieren.

Der tägliche Schulbesuch macht für schwache Schüler vordergründig keinen Sinn, wenn es tagein tagaus nur mit Qualen verbunden ist.

Begnadete Lehrer, die ihre Berufung leben, ziehen gute und schlechte Kinder in einen Bann, der sie aus ganz eigener Motivation Sinn im Lernen finden lässt.

„Lernen ist die Vorfreude auf sich selbst“ heißt es so wunderschön in Reinhard Kahls „Treibhäuser der Zukunft“. Lehrer, die diese Magie bei Kindern auslösen können, werden nie das Problem haben, dass Kinder keinen Sinn im Schulbesuch erkennen können.

Die magische Kraft der logischen Ebenen

Natürlich kann man immer und überall Veränderungen auf allen Ebenen erzielen, doch umso höher man ansetzt, desto leichter wirkt die Intervention auf allen Ebenen.

Zäumen wir also zum Schluss das Pferd noch von hinten auf:

Wenn es einen Sinn macht, was ich tue...

...und ich mich für gut halte...

... und an mich glaube...

...und weiß, wie ich Dinge richtig anpacke...

...und was genau ich machen muss...

...dann weiß ich auch, wo und wann ich es tue und

wer mir dabei helfen kann...

...UND TUE ES AUCH!

Anhang

Über die Autorin

Meike Hohenwarter, MSc

- Master of Science (Psychosoziale Beratung/Counseling)
- Diplomierte Lebens- und Sozialberaterin
- NLP-Lehrtrainerin
- NLP-Coach
- Kinder- und Jugendcoach
- Diplomierte Dyskalkulietrainerin
- Diplomierte Legasthetietrainerin
- ehemalige Helen Doron Early English Teacher
- Autorin
- und noch so einiges mehr...



"Kinder zu haben wäre so schön, gäbe es nur die blöde Schule nicht!", hörte ich meine Mutter früher oft sagen. In meiner Erinnerung gibt es viele Nachmittage, an denen der Wohnzimmertisch bedeckt war mit Schulbüchern. Dann wurden Lateinvokabel gepaukt und Mathebeispiele erklärt - oft auch unter Tränen und Gezeter.

Ich - als die gute Schülerin der Familie - gehörte irgendwie nicht zu diesem Club. Oft war ich sogar neidisch auf meine Geschwister, so viel Aufmerksamkeit meiner Mutter zu bekommen.

Andererseits führten meine guten Noten dazu, dass ich schon mit 14 Jahren von meinen Lehrern für Nachhilfestunden weiterempfohlen wurde, und mir in meiner Oberstufenzeit ein richtiges kleines Unternehmen aufbaute, in dem ich mit meiner rosa Vespa durch die Gegend flitzte, um Schülerinnen und Schüler zu unterrichten.

Meine Leidenschaft für das Lehren begleitet mich somit schon Jahrzehnte. In dieser Zeit bin ich vielen frustrierten Eltern und Kindern begegnet. Die Schule fordert von Müttern und Vätern guter Schüler bereits viel Einsatz, wenn es mit dem Lernen jedoch nicht klappt, führt das langfristig meist zu einer Familienkrise.

Auf der nächsten Seite finden Sie einen Überblick über unsere Programme.

Unser Angebot

MagicLearning.at

Wir unterstützen Kinder mit Diagnosen wie "Rechenschwäche", "Legasthenie", oder "Lernschwäche", indem wir ihnen bessere Lernstrategien anbieten, ihr Selbstbewusstsein stärken und ihnen zeigen, wie viel Spaß Lernen eigentlich macht. Damit wird die ganze Familie spürbar entlastet.

MagicEnglish.at

Englisch zu sprechen ist schon jetzt keine Zusatzqualifikation bei einer Bewerbung - es wird schlicht vorausgesetzt. Die Kinder von heute sollten daher hervorragende Englischkenntnisse vorweisen, um in Zukunft einen guten Job zu bekommen.

Wir zeigen Kindern, wie viel Spaß das Erlernen einer Sprache machen kann und helfen ihnen einen wichtigen Vorsprung aufzubauen.

MagicTeaching.at

Bei uns erfahren Sie, wie Sie Kindern mit Lernschwächen nachhaltig helfen können, indem Sie ihnen bessere Lernstrategien anbieten, ihr Selbstbewusstsein stärken und ihnen zeigen, wie viel Spaß Lernen eigentlich macht. Wir zeigen Ihnen, wie Sie selbst ein MagicLearning-Center aufbauen und leiten. Das gibt Ihnen die Möglichkeit auf einen erfüllenden Beruf mit guten Verdienstmöglichkeiten in einem engagierten Team.

Unsere „Soforthilfe“-Reihe als eBook

Sie halten hier eines von 5 eBooks aus unserer „Soforthilfe“-Reihe in Händen. Nähere Informationen finden Sie auf Seite 3.

Unsere „Soforthilfe“-Reihe als Webinar-Video

Zu 15 verschiedenen „Soforthilfe“-Themen gibt es Webinar-Videos, zum Teil sogar kostenlos. Näheres finden Sie auf unserer Webpage: www.magiclearning.at

Bildernachweis: iStock, Fotolia, MagicLearning