
Potenzialentfaltung mit Hilfe der NLP

Multisensorisch unterrichten

BARBARA OTTAVIANO SOMMEREGGER

Unsere Wahrnehmung

Einleitend sollten wir uns mal mit der eigenen Wahrnehmung beschäftigen. Wie denke ich über meine Schüler? Worauf gründen meine Urteile? Welchen Einfluss haben meine Urteile auf die jeweiligen Schüler und ihre Leistungen? Tatsache ist, dass meine Gedanken Mechanismen in Gang setzen, die beim Anderen genau das Verhalten hervorrufen, das ich ursprünglich nur angenommen habe. Meine Gedanken rufen unweigerlich nonverbale Signale, wie Heben der Augenbrauen, Irisvergrößerung, Hautverfärbung, Muskelzuckungen, etc. hervor, die

ich beim besten Willen nicht bewusst steuern kann, die von meinem Gegenüber jedoch sehr wohl, wenn auch unbewusst, registriert und interpretiert werden.

Genau genommen sind unsere Urteile über andere eigentlich nur eine selbstgefertigte, subjektive „Landkarte“, die mit der objektiven Realität nur sehr wenig zu tun hat. Trotzdem sind diese Landkarten nützlich, denn sie helfen uns Entscheidungen zu treffen. Sie können aber auch hinderlich sein, und zwar dann, wenn sie nicht die nötigen Informationen enthalten, um optimale Entscheidungen zu treffen.

Die Realität, die uns umgibt, nehmen wir durch verschiedene Filter wahr, auf die ich etwas näher eingehen möchte. Einerseits sind wir durch unsere Sinnesorgane ziemlich eingeschränkt: unser Auge kann nur ganz bestimmte elektromagnetische Wellenlängen verarbeiten, unser Ohr nimmt nur eine bestimmte Frequenzbreite von mechanischen Wellen wahr, etc. Alles, was nicht von der Kapazität unserer Sinnesorgane bewältigt werden kann, wird automatisch aus der Landkarte, die wir uns von der Realität machen, ausgeschlossen.

Ein weiterer Filter entsteht durch soziale Faktoren, die von Kultur zu Kultur ein wenig anders sind. Denn im Laufe der Sozialisation durch unsere Eltern, die Schule und andere Personen und Institutionen bekommen wir einen ganz bestimmten Blick für Ereignisse und es wird uns vorgegeben, wie wir diese zu interpretieren haben.

Hinzukommen individuelle Faktoren, wie einschneidende Erlebnisse in der Vergangenheit, die uns prägen oder einfach nur die jeweilige Tagesverfassung, die darauf Einfluss nehmen, was wir wahrnehmen, und wie unsere Urteilsbildung darüber ausfällt.

Der Einfachheit halber neigen wir obendrein zu Generalisierungen. Sobald wir bestimmte Merkmale registriert haben, stecken wir unser Gegenüber bereits in eine Schublade. In stressigen Situationen, in denen wir schnell eine Entscheidung fällen müssen, ist diese Handlung wichtig und adaptiv. Nicht jedoch in Situationen, in denen wir genug Zeit

Wie denke ich über meine Schüler? Worauf gründen meine Urteile? Welchen Einfluss haben meine Urteile auf die jeweiligen Schüler und ihre Leistungen?

haben uns ein vollständiges Bild von der Person zu konstruieren.

Nun werfen wir noch schnell einen Blick auf die Tilgung, die immer dann stattfindet, wenn wir Informationen eliminieren oder einfach nicht bewusst wahrnehmen. Unser Gehirn hat nämlich eine Kapazität von 7 +/- 2 Bits pro Sekunde, um Informationen zu verarbeiten. Wenn wir unsere Aufmerksamkeit auf Dinge lenken, die uns besonders auffällig erscheinen, dann entgehen uns immer gleichzeitig andere Informationen, eine Tatsache, auf der die Wirkung von Zauberkunststücken beruht. Für den interpersonellen Bereich bedeutet dies also, dass alles, was nicht zu meiner vorgefassten Meinung über eine bestimmte Per-

Abstract

Was kann ich tun, damit meine Schüler Zugang zu ihren Ressourcen haben und ihr Potenzial voll ausschöpfen können? Mit dieser Frage beschäftigt sich der nun folgende Beitrag. Es geht dabei darum, herauszufinden, wie Menschen Informationen verarbeiten um besser auf sie und ihre Bedürfnisse eingehen zu können. Für den Fremdspra-

Resumen

¿Qué puedo hacer para que mis alumnos puedan acceder a sus propios recursos y aprovechar todo su potencial? Observaremos cómo los humanos procesamos la información para poder atender mejor a sus características y necesidades. Para la clase de idio-

chenunterricht bedeutet dies nun, dass wir zuerst einmal herausfinden, welchem Lerntyp (visuell, auditiv, kinästhetisch) wir vorzugsweise entsprechen und dann den Lernstoff für die drei Lerntypen so aufbereiten, dass er von allen gleichermaßen gut abgespeichert werden kann.

mas, esto significa identificar el tipo de aprendiente (visual, auditivo, cinestésico) y preparar y presentar los contenidos de modo que cada tipo pueda asimilarlos óptimamente y a su manera.gespeichert werden kann.

son passt, ausgeklammert wird, anstatt dass ich meine Meinung korrigiere.

Abschließend wär noch die Verzerrung zu erwähnen mit der wir zu falschen Kausalzusammenhängen kommen. Wir neigen nämlich dazu, immer eine Ursache für das Verhalten der anderen zu suchen, ohne eigentlich alle dafür nötigen Informationen zu besitzen, mit dem Resultat, dass wir die Situation missinterpretieren.

All diese Filter sind zwischengeschaltet, wenn Stimuli von Außen an mein Gehirn weitergeleitet werden. Aus diesem Grund ist es empfehlenswert unseren Schülern mit Aufmerksamkeit und Wertschätzung zu begegnen, damit diese sich angenommen und motiviert fühlen, ihr volles Potenzial auszuschöpfen. Wenn ich also davon ausgehe, dass alle Schüler talentiert sind, dann ist das die beste Voraussetzung dafür, dass dieses Ergebnis auch eintreten wird.

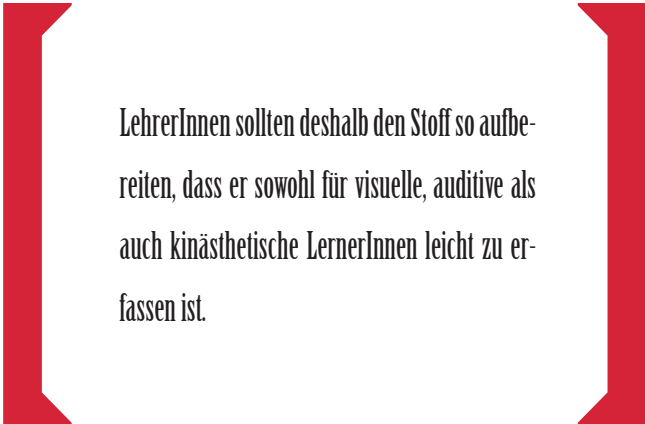
Lerntypen: auditiv, visuell, kinästhetisch

Für den Unterricht kommen den verschiedenen Lerntypen besondere Bedeutung zu, denn viele SchülerInnen haben nur deshalb Lerndefizite, weil sie den dargebotenen Lernstoff in ihr eigenes Repräsentationssystem übersetzen, was Aufmerksamkeitskapazitäten bindet, die dann nicht mehr zur Verfügung stehen, um dem weiteren Unterricht zu folgen. LehrerInnen sollten deshalb den Stoff so aufbereiten, dass er sowohl für visuelle, auditive als auch kinästhetische LernerInnen leicht zu erfassen ist. Bei der Wiederholung kann dann visuell vorgegangen werden, einerseits um die SchülerInnen dazu anzuregen diesen Repräsentationskanal zu entwickeln, andererseits, weil sie dann auch in Prüfungssituationen leichter ihr Wissen wieder abrufen können.

SchülerInnen, die vor allem auditiv abspeichern, haben zwar den Vorteil, dass sie einem mündlich vorgetragenen Stoff gut folgen können, aber in Prüfungssituationen müssen sie innerlich immer das Band zurückspulen, um die Stelle mit den richtigen Antworten zu finden. Auditive SchülerInnen lernen gut mit Rhythmus und lieben den Einsatz von Audiomaterial im Unterricht. Ihre Aussprache ist besonders gut, aber ihre Orthographie müssen sie noch ver-

bessern, weil sie die Schreibweise der Wörter nicht so gut visualisieren können.

Visuelle SchülerInnen brauchen immer ein Handout zum Mitlesen. Sie können sich auch den Stoff sehr gut allein, also nur mit Hilfe von Büchern erarbeiten. Linkshemisphärisch visuelle SchülerInnen erinnern sich besonders gut an die korrekte Schreibweise, während rechtshemisphärische SchülerInnen sich ein besonders buntes und fantasievolles Bild des Gelesenen machen. Der visuell abgespeicherte Lernstoff kann in Prüfungssituationen besonders gut und schnell wieder abgerufen werden.



LehrerInnen sollten deshalb den Stoff so aufbereiten, dass er sowohl für visuelle, auditive als auch kinästhetische LernerInnen leicht zu erfassen ist.

Kinästhetische SchülerInnen bewegen sich generell gerne und fassen die Dinge ihrer Umgebung gerne an. Ihre haptischen Fähigkeiten sind besonders gut ausgeprägt. Am besten lernen sie, wenn sie die Informationen gleich selbst in die Praxis umsetzen können, z. B. in Form von Rollenspielen oder durch das Schreiben eines Textes. Bei der auditiven Präsentation von Informationen sollte man darauf achten, dass man für diese Lerntypen begleitende Armbewegungen macht.

Generell sollte man jedoch sowohl den auditiven als auch den kinästhetischen Lerntyp dazu anleiten, den Lernstoff visuell abzuspeichern, denn nur so haben die beiden Lerntypen ebenfalls die Möglichkeit raschen Zugriff auf die gewünschten Informationen zu erlangen.

Nonverbale Kommunikation

Beim Unterrichten sollte man wissen, dass bis zu 82 % der Botschaften, die ein Lehrer sendet, nonverbaler Natur sind. Dazu gehören u.a. der Blickkontakt und die Nähe zum Gesprächspartner, die ausschlaggebend dafür sind, wie gut man beim Anderen ankommt, und das wiederum beeinflusst die Emotionen der SchülerInnen. Bei einer guten Lehrer-Schüler-Beziehung gelingt das Lernen einfach viel besser, weil sich jeder angenommen fühlt und man sich auch mal traut Fehler zu machen, was zum Lernen ebenso dazugehört.

SchülerInnen sind sehr sensibel für eine kongruente Kommunikation. Nur Worte allein bedeuten nichts, wenn die Körpersprache nicht stimmig ist. Lehrer sollten sich ihrer Gedanken und Gefühle gegenüber den SchülerInnen bewusst sein und diese nötigenfalls auch beeinflussen können, damit es zu einer erfolgreichen Zusammenarbeit kommen kann.

Besondere Aufmerksamkeit kommt dabei den nonverbalen Anker zu. Unter einem Anker versteht man immer ein Reiz-Reaktions-Muster, d.h. Körpersignale, bestimmte Tonlagen und Wörter etc. die bei unserem Gegenüber ganz bestimmte mentale Repräsentationen hervorrufen und Reaktionen in Gang setzen. Man kann diese Anker allerdings auch bewusst einsetzen um bestimmte Reaktionen zu erzielen. Zum Beispiel kann man Disziplinarmaßnahmen immer von einem konkreten Punkt im Raum aus ergreifen, was mit der Zeit dazu führt das bereits Ruhe einkehrt, sobald dieser Punkt auch nur angesteuert wird.

Verbale Kommunikation

Sobald wir in unseren Aussagen visuelle, auditive und kinästhetische Prädikate gleichermaßen verwenden, werden wir von den drei Lernertypen mehr Aufmerksamkeit geschenkt bekommen und auch besser verstanden werden, weil wir exakt in ihrem Repräsentationskanal kommunizieren. Unter „Prädikaten“ versteht man in der NLP nicht nur Verben (z.B.:

visuell: sehen, anschauen; auditiv: hören, lauschen; kinästhetisch: fühlen, anfassen), sondern auch Adjektive (z.B.: visuell: glänzend, klar; auditiv: klirrend, harmonisch; kinästhetisch: klebrig, kalt).

Negationen werden in der Regel von unserem Gehirn nicht verstanden, denn wenn ich z.B. sage: „Denkt nicht an einen grünen Elefanten!“, muss zuerst das Bild ‚grüner Elefant‘ konstruiert werden um dann verneint zu werden. Erstmal verbraucht man damit mehr Verarbeitungskapazitäten und zweitens lenkt man sein Gegenüber in genau die Richtung, die man ja eigentlich vermeiden wollte. Aus diesem Grund ist es besser gleich mit dem gewünschten Resultat zu arbeiten: anstatt „Bitte macht keinen Lärm!“ wäre ein „Bitte seid leise!“ eindeutig zielführender.

Natürlich kann man die Negation auch ganz bewusst einsetzen und zwar dann, wenn man negative Sachverhalte abschwächen möchte. Zu sagen „dein Aufsatz ist noch nicht so gut“ klingt entschieden motivierender als „dein Aufsatz ist schlecht“. Sobald man sich der Macht der eigenen Worte bewusst geworden ist, wird man staunen, wie leicht man die Gedanken seiner Gesprächspartner im Allgemeinen, und seiner Schüler im Speziellen, in die gewünschte Richtung lenken kann.

Abschließend

Die Neurolinguistische Programmation (NLP) wird heutzutage bereits sehr erfolgreich in den Bereichen Verkaufstraining und Coaching angewandt. In beiden Fällen geht es darum, herauszufinden, wie Menschen Informationen verarbeiten um besser auf sie und ihre Bedürfnisse eingehen zu können. Für den Fremdsprachenunterricht bedeutet dies nun, dass wir zuerst einmal herausfinden, welchem Lehrertyp (visuell, auditiv, kinästhetisch) wir vorzugsweise entsprechen und dann den Lernstoff für die drei Lernertypen so aufbereiten, dass er von allen gleichermaßen gut abgespeichert werden kann.

Bibliografie

Dilts, R. B., Judith DeLozier, Deborah Bacon
Dilts (Hg.) (2013), *NLP II - die neue Generation. Strukturen subjektiver Erfahrung - die Erforschung geht weiter.*
Jungfermann, Paderborn.
Bretto Milliner, Ch., John Grinder and

Sylvia Topel (eds.) (1994), *Leaves before the wind: leading edge applications of NLP.* Scotts Valley, CA: Grinder & Associates.
Malloy, T. Carmen Bostic St Clair, John Grinder (2005). Steps to an ecology of emergence, *Cybernetics*

& *Human Knowing*, 11 (3): 102–119, Exeter: Imprint Academic .
Röbe, E. (1998), Vom Lernfrust zur Lernlust - Ein anderer Unterricht mit NLP, *Edukinestetik oder Suggestopädie*, in *Die Grundschulzeitschrift*, 120, S. 6 - 17