

TIPP

1

Ihre Sprache hat Modellcharakter

Für Lehrer ist das Sprechen, also die eigene Redekunst, von zentraler Bedeutung.

Sprechen und Körpersprache sind die Werkzeuge des Lehrers. Klares Reden ebenso wie das Beherrschen einer authentischen Körpersprache gehören zur Grundausstattung eines selbstwirksamen Lehrers.

Lehrer sind in erster Linie Kommunikatoren. Sie moderieren Lernprozesse, Abläufe und Konflikte. In diesen Funktionen sind sie darüber hinaus Modelle und Vorbilder für gelingendes Kommunizieren, denn Schüler sollen durch sie nicht nur Informationen über Sachverhalte erhalten, sondern auch gutes und gelingendes Kommunizieren lernen. Insofern können Schüler von gut kommunizierenden Lehrern doppelt profitieren.

Das bedeutet für Lehrer, dass sie bezüglich der eigenen Kommunikationsexpertise eine hohe Verantwortung haben. Sie sollten also auf ihre Kommunikationskultur, ihre Kommunikationsmuster besonders achten und diese immer wieder auf den Prüfstand stellen, um kommunikative Fallen zu umgehen und sich kommunikativ stets weiterzuentwickeln.

Lehrer prägen mit der charakteristischen Lehrersprache die Kommunikationskultur ihrer Lerngruppen und setzen damit, häufig unbewusst, die kommunikativen Standards. Und Lehrer haben damit enormen Einfluss auf ihre Schüler.

Lehrer, denen es gelingt, wertschätzend und respektvoll mit ihren Schülern zu kommunizieren, besonders wenn es kriselt, leben ihren Schülern vor, dass es möglich ist, Konflikte ruhig und besonnen zu moderieren und zu lösen, ohne andere anzuklagen, zu verurteilen und ohne selbst die emotionale Kontrolle zu verlieren. In ruhigem Ton moderieren sie auch herausfordernde Situationen und führen Schüler achtsam und respektvoll zu Lösungen. Je ruhiger und entspannter Lehrer in Konfliktsituationen kommunizieren, desto besser ist ihr Vorbildcharakter und der soziale Lerneffekt für die Schüler.

Auf diese Weise kreieren Lehrer eine produktive und wertschätzende Streitkultur, die letztlich für ein gutes und nachhaltiges Lernklima sorgt. Weil

Konflikte in Schulen unvermeidbar und wichtig für alle sind, kommt es besonders auf die Lehrer an, welche Kommunikationskultur sich in der Schule etabliert.

Verlieren Lehrer z.B. in Konfliktsituationen die Kontrolle und verlieren vor Gruppen ihre Beherrschung, sind sie keine guten Modelle für ihre Schüler. Lehrer, die sich bei Konflikten im Psychonebel verirren, verlieren die Kontrolle über ihre Gruppen und schaden damit zugleich der eigenen Gesundheit. Lehrer im kommunikativen Stressmodus haben den Kontakt zu sich selbst verloren und verlieren letztlich auch den Kontakt zu ihren Schülern. Deshalb sollte ihre Rhetorik in allen pädagogischen Situationen so gestrickt sein, dass sie für alle kommunikativen Eventualitäten auch sprachlich gerüstet sind.

Sie sollten wissen, dass Ihre Kommunikationsexpertise abhängig ist von Ihren Denkmustern über Schule und Schüler, denn ihre Gedanken beeinflussen und kreieren ihren Gefühlshaushalt. Dieser bildet die Grundlage für ihre Haltung, (auch in Konflikten: eher konfliktfreudig, eher konfliktscheu). Am Ende der Kette beeinflussen Ihre Gedanken und Gefühle immer Ihren aktuellen sprachlichen Output: verbal wie nonverbal. Deshalb sollten Lehrer stets auf eine positive eigene Stimmung achten.

Fragen Sie sich im Zusammenhang von Gefühlen und Sprache:

- *Bin ich mir bewusst, dass meine Stimmung meine Sprache positiv oder negativ beeinflusst?*
- *Wie bringe ich mich in eine pädagogisch und kommunikativ anregende, alle bereichernde Stimmung?*
- *Was an meiner Arbeit bereitet mir häufig Sorgen und vermiest mir die Stimmung?*
- *Was könnte ich kurzzeitig verändern, um in eine bessere Stimmung zu kommen?*
- *Lasse ich meinem Ärger Schülern gegenüber freien Lauf?*
- *Bin ich mir bewusst, dass ich für meine Stimmung allein verantwortlich bin?*

TIPP

13

Vorsicht Falle – Gestik und Mimik verraten uns immer

Warum es nützlich ist, die eigene Körpersprache von Zeit zu Zeit zu überprüfen.

Weil Lehrer ständig auf Sendung sind, verraten Gestik und Mimik Schülern alles über sie. Autonome Feinsignale zeigen, wie sich Lehrer aktuell fühlen, mit welcher Stimmung sie die Klasse betreten, wie sie über einzelne Schüler und die gesamte Klasse denken und was die Gruppe heute von ihnen zu erwarten hat.

Autonome Feinsignale geben Auskunft über die Persönlichkeit und entlarven jede Stimmungslage, offenbaren das Denken und Fühlen, die daraus erwachsende Haltung und die Einstellungen Schülern und der Schule gegenüber. Mit Gestik und Mimik können Sie, weil sie unbewusst sind, nicht wirklich schummeln, selbst wenn Sie es versuchen. Und Schüler können in diesem Fall sehr gut lesen und interpretieren, denn sie sind Spezialisten für ihre Lehrer und deren unbewusste Signale. Sie wissen, ob das Wochenende für ihren Lehrer schön oder eher bescheiden war, ob ihre Lehrerin gut gelaunt in die Klasse kommt oder eher zögerlich, ob ihr Lehrer auf sein Äußeres hält, eine neue Hose trägt oder seit einer Woche dieselbe Jeans. Schüler sehen und registrieren alles und bauen sich daraus ihr eigenes Lehrerbild.

Weil mehr als zwei Drittel der Kommunikation nonverbal verlaufen, kommt den autonomen Feinsignalen große Bedeutung zu. Psychovegetative Körpersignale sind nicht steuerbar: Einen rot anlaufenden Kopf nimmt sich kein Lehrer bewusst vor, ebenso wenig erhöhten Herzschlag, plötzliches Schwitzen oder rote Flecken am Hals. All diese Körperregungen deuten auf innerliche Spannung, also auf Stress hin und zeigen den Schülern, dass hier eine unsichere, leicht erregbare Lehrerpersönlichkeit vor ihnen steht. Körpersignale sind Schlüsselsignale für Emotionen. Und sie sind weltweit gültig, sprich in fast allen Kulturen ähnlich oder gleich.

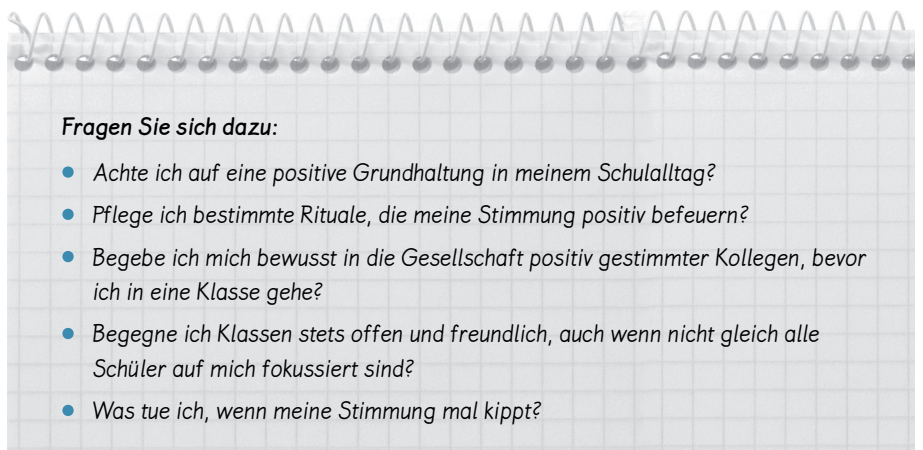
Wenn Sie ein verkrampftes Lächeln aufsetzen, das nicht zu ihrer inneren Stimmung und aktuellen Verfassung passt, so kommt es beim Empfänger weder echt noch authentisch an. Es wirkt aufgesetzt oder gequält und verrät etwas über den inneren Kampf, den sie gerade mit sich führen. Der Empfän-

ger kann lesen, ob eine Körpersprache echt ist und zur Message des Senders passt. Nur wenn Message und Körpersignal kongruent sind, wird beides als überzeugend interpretiert. Deshalb sollte ein Lehrer um Authentizität bemüht sein und darf natürlich auch mal zeigen, dass es ihm nicht gut geht, das tun die Schüler schließlich auch. Das gehört zum Geschäft. Lehrer dürfen ab und an nicht gut drauf sein, nur sollten sie die Schüler dafür weder verantwortlich machen noch die schlechte Stimmung an ihnen auslassen.

Sie sollten keine aufgesetzte Rolle vor den Schülern spielen, denn niemand kann sich fortwährend verstellen. Sie können zwar den Kopf schütteln und Ja sagen oder mit dem Kopf nicken und Nein sagen, aber Ihre Gefühle können sie nicht dauerhaft verstecken.

Deshalb brauchen Lehrer ein positives Schülerbild. Wenn Sie noch keins haben, besorgen Sie sich möglichst schnell eins. Achten Sie darauf, möglichst in positiver Stimmung zu sein, bevor Sie eine Klasse betreten. Achten Sie gerade in Pausen im Lehrerzimmer darauf, sich in positiv gestimmte Gesellschaft zu begeben. Weichen Sie permanenten Nörglern und Dauerschwarzmalern aus, denn positive wie negative Stimmung ist hochansteckend.

Ihre Stimmung, Ihre Gefühle und Gedanken beeinflussen Ihre Körpersprache. Diese ist wie eine zweite, durchsichtige Haut, die Sie durch den gesamten Schultag tragen. Ihre Körpersprache ist sozusagen Ihr Seismograf, der jede Schwingung und Erschütterung registriert und penibel aufzeichnet.



Fragen Sie sich dazu:

- *Achte ich auf eine positive Grundhaltung in meinem Schulalltag?*
- *Pflege ich bestimmte Rituale, die meine Stimmung positiv befeuern?*
- *Begebe ich mich bewusst in die Gesellschaft positiv gestimmter Kollegen, bevor ich in eine Klasse gehe?*
- *Begegne ich Klassen stets offen und freundlich, auch wenn nicht gleich alle Schüler auf mich fokussiert sind?*
- *Was tue ich, wenn meine Stimmung mal kippt?*