

Hausarbeit zum Thema:

Motivation im Schulalltag

mit NLP-Wissen

angefertigt im Rahmen des NLP-Practitioner

von Janina Belchior

Köln den 03.07.2020

Executive Summary

Diese Hausarbeit befasst sich mit dem Thema Motivation im Schulalltag mit NLP-Wissen. Ich möchte herausarbeiten, welche verschiedenen Motivationstypen es gibt und wie ich als Lehrkraft meine Schüler¹ adäquat ihrem Motivationstyp entsprechend anspreche, um sie bestmöglichst im Schulalltag motivieren zu können. Dazu stelle ich die sechs Metaprogramme aus dem Buch „Das NLP-Praxisbuch für Lehrer“ von Petra und Ralf Dannemeyer (2015a, S. 63-79) vor, die auf die NLP-Begründerin Leslie Cameron-Bandler zurück gehen. Folgende sechs Metaprogramme, vorgestellt von Petra und Ralf Dannemeyer, erweisen sich als besonders nützlich für den Schulalltag: „Hin-zu“ oder „Weg-von“ zeigen, ob der Schüler sich Hin-zu etwas bewegt was er mag oder Weg-von etwas bewegt was er nicht mag um sich zu motivieren. Im zweiten Metaprogramm geht es darum wie der Schüler denkt. Denkt er „Optional“ und richtet seine Aufmerksamkeit auf neue Ideen und Möglichkeiten, oder denkt er „Prozedural“ und arbeitet lieber mit klar strukturieren und vorgegebenen Abläufen. Als drittes Metaprogramm wird herausgearbeitet, ob der Schüler es kurz und knackig („Überblick“) oder ganz genau („Detail“) mag. Möchte der Schüler direkt loslegen, hat demnach das Proaktive Metaprogramm verinnerlicht, oder wartet er erstmal ab und gehört zu den reaktiven Menschen, spiegelt das vierte Metaprogramm wieder. Als fünftes Metaprogramm geht es darum, ob der Schüler innere („internalen“) oder externe („externalen“) Bewertungsrahmen für sich nutzt, um seine Ergebnisse und Handlungen zu bewerten bzw. sich dafür zu motivieren. Im letzten Metaprogramm geht es um die eigene Vorgehensweise. Nutzt der Schüler die Beziehungsebene, sind ihm ein gutes Klima sehr wichtig oder ist er sachlich und möchte mit Fakten, Wissen vermittelt bekommen. Diese sechs Metaprogramme geben mir als Lehrkraft die Chance, meine Schüler besser einzuordnen und sie so motivieren zu können, wie es für sie richtig ist. Zudem kann auch ich als Lehrkraft herausfinden, welche Metaprogramme ich nutzen, um mir bewusst zu werden, wie ich alle Schüler gleichermaßen ansprechen kann um sie im Unterricht zu motivieren.

¹ Aufgrund der besseren Lesbarkeit wird in dieser Arbeit auf die gleichzeitige Verwendung von weibliche und männlicher Sprachform verzichtet. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichwohl für beiderlei Geschlecht.

Inhaltsverzeichnis

Einleitung	4
NLP Grundannahmen in Bezug zu typgerechter Motivation	5
Sechs Metaprogramme für den Schulalltag.....	5
1. <i>Hin-zu oder Weg-von?</i>	5
2. <i>Optional oder Prozessorientiert?</i>	6
3. <i>Überblick oder Detail?</i>	7
4. <i>Proaktiv oder Reaktiv?</i>	8
5. <i>Internale oder Externale Leistungsstäbe?</i>	9
6. <i>Sachtypen oder Beziehungstypen?</i>	10
Quellen	12

Einleitung

Als Hausarbeitsthema für meinen NLP Practitioner habe ich mir das Thema Motivation im Schulalltag mit NLP-Wissen ausgesucht. Wir Lehrkräfte stellen uns oft die Frage, was unsere Schüler motiviert. Manchmal ist es ein Wort oder Anschauungsmaterial. Es ist jedoch nicht immer stringent und hat niemals auf alle Schüler die gleiche Auswirkung.

Durch diese Fragestellung bin ich auf die Bücher von Petra und Ralf Dannemeyer gestoßen, „Das NLP-Praxisbuch für Lehrer“ sowie das dazugehörige „NLP-Übungsheft für Lehrer. Petra und Ralf Dannemeyer nehmen die Lehrkraft in den Fokus mit deren Persönlichkeit und Ansichten auf Schule, Schüler, Eltern, Kollegen, sein Umfeld und Potential, Dinge zu verändern. Sie sind als Lehrtrainer für NLP überzeugt, dass man das Verhalten anderer Menschen nicht verändern kann, sondern lediglich unsere Reaktion darauf. Diesen Ansatz finde ich sehr interessant und öffnet mir als Lehrkraft ganz neue Möglichkeiten meine Schüler zu motivieren. Uns Lehrkräften wird sehr viel pädagogische Methodik an die Hand gegeben, hier wird jedoch die Lehrkraft selbst in den Mittelpunkt gestellt um an sich selbst zu arbeiten, neue Sichtweisen zu entdecken und dadurch typgerechte Motivation für die Schüler zu schaffen.

NLP Grundannahmen in Bezug zu typgerechter Motivation

Eine NLP-Grundannahme ist, dass in jedem Menschen die Ressourcen für gewünschte Veränderungen bereits vorhanden sind. Daraus ergibt sich, dass in jedem Menschen ein riesiges Potenzial an ungenutzten Möglichkeiten liegt, die entdeckt werden wollen um sie nutzbar zu machen. Außerdem verfügt jeder Mensch darüber hinaus das Potenzial sein Leben selbst zu gestalten und zu verändern. Lehrkräfte haben die wunderbare Aufgabe, dieses Potenzial bei ihren Schülern hervorzubringen und bei der Entfaltung unterstützend mit zu wirken. (vgl. Dannemeyer 2015a, S. 63f.)

Sechs Metaprogramme für den Schulalltag

Wie bereits Carl Gustav Jung, Psychiater und Schüler von Sigmund Freud, herausfand, unterliegen wir alle Verhaltensmustern die klassifizierbar und oft vorhersagbar sind. Extrovertiert und introvertiert sind uns allen mittlerweile geläufige Begriffe und grundlegend für die Typentheorie. Die US-amerikanische NLP-Mitentwicklerin Leslie Cameron-Bandler entwickelte basierend auf seinem Modell die ‚Metaprogramme‘. „Sie hat über 60 verschiedene Muster gefunden. Das sind Filter oder limbische Bevorzugungen, durch die wir die Welt sehen, unsere Entscheidungen treffen und festlegen“ (Dannemeyer 2015a, S. 64). Ich stelle euch nun die sechs Metaprogramme vor, die Petra und Ralf Dannemeyer für besonders nützlich im Schulalltag erachten.

1. Hin-zu oder Weg-von?

Wie wir auch in unserem NLP-Seminar gelernt haben, gibt es Menschen die sich „Hin-zu“ auf das was sie mögen bewegen oder „Weg-von“ dem was sie nicht mögen bewegen. Wenn man dieses Metaprogramm auf seine Schüler anwendet, ergeben sich ganz neue Sichtweisen, warum ein Schüler reagiert wie er reagiert.

Schüler mit einer „Hin-zu“ Präferenz sind vor allem dadurch motiviert, dass sie Freude an der Aufgabe haben. Disziplinarische Maßnahmen beeindrucken diesen Schüler meist nicht. Schüler mit einer „Weg-von“ Präferenz sind am meisten durch ihre Ängste motiviert. Das Lernen an sich wirkt hier nicht motivierend, sie arbeiten am effektivsten, wenn ihnen bspw. eine schlechte Note droht. (vgl. Dannemeyer 2015a, S. 65)

Wenn ich mit dieser Erkenntnis nun auf mich selbst schaue: Welche Einstellung habe ich? Mache ich beispielsweise Gartenarbeit aus Leidenschaft und um Entspannung zu erlangen oder lediglich, damit das Unkraut nicht überhandnimmt? In diesem Fall trifft das letztere auf mich zu. Ich bin eher ein „Weg-von“ Typ. Sicherlich trifft auch das nicht in jeder Situation zu 100% zu, jedoch ist meine Tendenz ein „Weg-von“ Typ zu sein sehr hoch. Dies zu wissen gibt mir ganz neue Möglichkeiten meinen Unterricht so zu gestalten, dass ich alle Schüler anspreche und nicht nur die, die ebenfalls „Weg-von“ Typen sind.

Wie kann ich nun beide Typen gleichermaßen ansprechen? Indem ich eine unterschiedliche Wortwahl für die gleiche Aussage nutze: „Beispiel: Wenn ihr euch auf den bevorstehenden Test vorbereitet, bedenkt bitte, dass es einige von euch schaffen können, ihre gute Note zu verbessern. Andere haben die Chance, von ihrer Schlechten Note wegzukommen“ (Dannemeyer 2015a, S. 66).

Wichtig ist es die Vertreter der beiden Metaprogramme auszubalancieren, auch für sich selbst, um alle Typen gleichermaßen anzusprechen und somit alle Schüler ansprechen und motivieren zu können. Dadurch, dass ich eher ein Weg-von Typ bin und somit von etwas weg möchte was ich nicht mag, werde ich zukünftig mehr darauf achten, dass ich meine Antworten positiv formuliere mit „Ich will....“, wenn ich mich frage, was ich will oder was das Ergebnis sein wird. So dass ich mir die positiven Eigenschaften von einem Hin-zu Typen nach und nach aneignen kann. (vgl. Dannemeyer 2015a, S. 66f.)

2. Optional oder Prozessorientiert?

„Menschen mit dem Metaprogramm ‚optional‘ richten ihre Aufmerksamkeit auf Chancen, Möglichkeiten und Alternativen“ (Dannemeyer 2015a, S. 65). Dies sind Schüler, die gerne kreativ arbeiten und improvisieren. Sie sind gut im eigenständigen problemlösenden Denken und in Gestalten von Prozessen. Regeln sind hier kontraproduktiv. (vgl. Dannemeyer 2015a, S. 67)

„Prozessorientierte Schüler („prozedural“) richten ihre Aufmerksamkeit darauf, wie Dinge gemacht werden müssen“ (Dannemeyer 2015a, S. 67). Klare Aufgabenstellungen und Abläufe sind für diese Schüler hilfreich. Sie brauchen konkrete Anweisungen und Arbeitsschritte und sind dann sehr ausdauernd und bringen ihre Aufgaben zu Ende. (vgl. Dannemeyer 2015a, S. 67)

Wenn ich mit dieser Erkenntnis nun auf mich selbst schaue: Welche Einstellung habe ich? Ich bin eher der prozessorientierte Lehrer, da es mir meist am liebsten ist, wenn meine Schüler den Lösungsweg gehen, den ich vorgegeben habe. Hier kommt natürlich hinzu, dass ich als Förderschullehrerin bereits im Studium vorgelebt bekommen habe, dass es für Schüler mit dem Förderschwerpunkten Lernen und Geistige Entwicklung oft wichtig ist, dass sie einen konkreten Weg aufgezeigt bekommen. Dennoch kann ich sagen, dass ich auch in anderen Bereichen eher ein prozessorientierter Mensch bin.

Wie kann ich als Lehrkraft nun beiden Typen gleichermaßen gerecht werden? Um nun beiden Vertretern der Metaprogramme in meiner Klasse gerecht werden zu können, sollte ich beherzigen, dass die Schüler mit einer „Optionalen-Präferenz“ viel Freiheit brauchen. Hier könnte ich sie besonders ermutigen, wenn sie ein Thema eigenständig entwickeln sollen, wie bspw. bei einer Projektarbeit oder Plakatgestaltung. Soll das Projekt oder Plakat auf ein bestimmtes Ergebnis zielen, so können die prozedural denkenden Schüler gut in die Organisation mit einbezogen werden. Beide Typen haben positive Eigenschaften, die in gemeinsamen Projekten gut ausgelebt werden können. Außerdem ist es wichtig, meinen Schülern eine Wahlmöglichkeit zu geben: „Beispiel: Ich bin gespannt, wer für die Lösung der Aufgabe einen anderen Lösungsweg findet, als den, den ich euch gezeigt habe. Und wer den vorgegebenen Weg nehmen will, kann das gerne tun“ (Dannemeyer 2015a, S. 69).

3. Überblick oder Detail?

„Dieses Metaprogramm zeigt Ihnen, wie der Mensch Informationen am leichtesten aufnehmen kann“ (Dannemeyer 2015a, S. 69).

Bei einem Schüler mit Überblick-Präferenz geht es primär darum, einen Gesamtüberblick zu bekommen. Details sind nebensächlich oder ganz uninteressant. Unterhält man sich mit einem solchen Typ und nennt viele Details, wird dieser aus dem Gespräch aussteigen und sich langweilen.

Der Typ mit Detail-Präferenzen hingegen möchte umfangreiche und detailreiche Informationen. Sie sind zwar sehr gewissenhaft und gründlich, können dafür aber auch schon einmal das Ziel aus dem Auge verlieren, da sie im Detail vertieft sind. Bei Schülern kann man die unterschiedlichen Metaprogramme gut über eine Zusammenfassung identifizieren. Der Überblickstyp gibt dir eine kurze knappe

Zusammenfassung, der Detailtyp verliert sich im Detail und schmückt aus. (vgl. Dannemeyer 2015a, S. 69)

Wenn ich mit dieser Erkenntnis nun auf mich selbst schaue: Welche Einstellung habe ich? Ich werde schnell unruhig, wenn es mir nicht schnell genug geht und ich mit Details überhäuft werde. Demnach bin ich hier ganz klar ein Überblickstyp.

Wie kann ich als Lehrkraft nun beiden Typen gleichermaßen gerecht werden? Indem ich die Metaprogramme ausbalanciere:

Zu Beginn einer neuen Stoffreihe gebe ich einen Gesamtüberblick mit Themengebieten und Terminen. Für den Überblickstypen am besten verständlich dargestellt noch mit Visualisierung einer Mindmap o.ä.

Weitere Schritte, die uns bereits bekannt sind, jedoch im Schullalltag nicht immer beherzigt werden: Zu jeder Stunde gebe ich einen kurzen Gesamtüberblick. Daraufhin gehe ich ins Detail der einzelnen Aufgaben und am Ende lasse ich eine kurze Zusammenfassung der Stunde machen. So werden beide Typen angesprochen und motiviert. Des Weiteren sollte man sich als Lehrkraft seiner Wortwahl bewusst sein. Möchte ich einen Überblick, so sage ich bspw.: „Wer kann mir einen groben Überblick über die Geschichte geben?“ So ist die Aufgabenstellung klar formuliert. Hier werden die Überblickstypen eher angesprochen. Möchte ich jedoch mehr Details, dann sage ich: „Was genau ist in der Geschichte in der Szene XY vorgefallen?“ So spreche ich die Detailtypen eher an. Somit können in einer Stunde alle Typen angesprochen werden und so motiviert am Unterricht teilnehmen, da man auf ihre Bedürfnisse eingegangen ist. (vgl. Dannemeyer 2015a, S. 70f.)

4. Proaktiv oder Reaktiv?

„Dieses Metaprogramm sagt etwas über die Initiative aus, mit der ein Mensch ans Werk geht – und über den Glauben an seine Selbstwirklichkeit“ (Dannemeyer 2015a, S. 71).

Der proaktiv orientierte Schüler ist ein Machertyp, der gerne Initiative zeigt und die Dinge umsetzt. Meist sind es extrovertierte Persönlichkeiten die oftmals auch ungeduldig und etwas überdreht auf andere wirken können. Sie unterhalten sich gerne mit vielen Menschen und sprechen in direkten und kurzen Sätzen.

Schüler mit einer reaktiven Präferenz sind eher introvertiert, analysieren die Angelegenheiten und zeigen keine bis geringe Initiative. Sie möchten Dinge verstehen,

reden und erklären gerne in langen Sätzen und bereiten sich auf Aufgaben exzellent vor.

Wenn ich mit dieser Erkenntnis nun auf mich selbst schaue: Welche Einstellung habe ich? Ich bin definitiv ein Macher-Typ, habe aber auch reaktive Tendenzen, wenn es darum geht Entscheidung zu treffen. Trotzdem möchte ich genau wie Schüler mit proaktiven Tendenzen eher Action. Handeln bevor denken sind typische Eigenschaften dieser Präferenz. Bei einer Gruppenarbeit kann es so besonders schnell passieren, dass die proaktiven Typen sofort loslegen ohne überhaupt die Aufgabenstellung gelesen zu haben. Die reaktiven Typen sitzen gefühlte Stunden vor der Aufgabe und kommen nicht ins tun, da sie erst alle Eventualitäten durchgehen.

Wie kann ich als Lehrkraft nun beiden Typen gleichermaßen gerecht werden? Indem ich beide Typen anspreche. In einer Gruppenarbeit ist es bspw. wichtig, dass das Verhältnis von proaktiven und reaktiven Schülern in einer Gruppe ausgewogen ist, damit sich alle beteiligen und ein gemeinsames Ergebnis präsentiert werden kann. Hilfreich ist es auch, wenn es eine klare Rollenverteilung gibt, so dass proaktive Schüler bspw. die Führung übernehmen und reaktive Schüler Details aus den Texten o.ä. suchen können. Hier ist es auch wichtig, dass die einzelnen Rollen bestimmte Eigenschaften haben, so dass auch proaktive Menschen das Zuhören und Kooperieren lernen. Reaktive Typen kann man als Lehrkraft oftmals gut durch Rapport integrieren. Wichtig ist es, dass sich die Schüler wohl fühlen. Nur so können sie motiviert am Unterricht teilnehmen. Um auch Schülern mit reaktiven Präferenzen gerecht zu werden, sollte man ihnen mehr Zeit geben.

„Beispiel: Ich habe zwei Fragen an die Tafel geschrieben. Ihr denkt jetzt bitte fünf Minuten darüber nach, macht euch in stiller Einzelarbeit Notizen, danach werden wir die Frage besprechen“ (Dannemeyer 2015a, S. 74). (vgl. Dannemeyer 2015a, S. 71-74)

5. Internale oder Externale Leistungsstäbe?

Dieses Metaprogramm zeigt auf, ob innere oder äußere Kriterien genutzt werden um Resultate zu beurteilen. Menschen mit internalen Kriterien finden Bewertungskriterien in sich selbst, sind demnach von innen heraus motiviert. Sie streben oft nach Autonomie und fühlen sich durch Regeln und Normen von außen eingeschränkt. Personen mit externalen Kriterien holen sich die Bewertung von außen. Sie brauchen

die Bestätigung außerhalb ihrer Person und legen viel Wert auf Lob. Negative Kritik verunsichert sie, Feedback und Ratschläge geben ihnen ein Sicherheitsgefühl.

Wenn ich mit dieser Erkenntnis nun auf mich selbst schaue: Welche Einstellung habe ich? Ich denke, dass die externalen Kriterien bei mir überwiegen, da ich mich mehr freue, wenn ich positives Feedback von meinen Schülern bekomme. Außerdem bin ich kein Perfektionist, was eher dem internalen Metaprogramm zugeschrieben werden kann.

Wie kann ich als Lehrkraft nun beiden Typen gleichermaßen gerecht werden? Indem ich mir beider Typen bewusst bin. Schüler mit einem externalen Bewertungsrahmen brauchen viel Lob, Anerkennung, Feedback und eine Anleitung. Phrasen wie: „Das hast du gut gemacht!“ oder „Toll sieht das aus!“ motivieren diese Schülerschaft besonders. Schüler mit einem internalen Bewertungsrahmen motivieren sich selbst von innen heraus. Diese Schüler kann ich unterstützen, indem ich ihnen viel Selbstwert mitgebe und im Auge behalte, dass ihr Perfektionismus keine Überhand nimmt. (vgl. Dannemeyer 2015a, S. 74-76)

6. Sachtypen oder Beziehungstypen?

„Menschen mit dem Metaprogramm „Sache/System“ interessieren sich in erster Linie für Inhalte, Tatsachen, Abläufe, Prozesse, Zahlen, Daten, Fakten“ (Dannemeyer 2015a, S. 77). Meist sind diese Menschen gute Fachleute und exzellent auf ihrem Gebiet.

„Menschen mit dem Metaprogramm „Mensch/Beziehung“ wollen vor allem, dass sich alle wohlfühlen“ (Dannemeyer 2015a, S. 78). Als Mensch mit diesem Metaprogramm zeigt man viel Empathie und möchte eine motivierende und inspirierende Lernumgebung schaffen. Hier kann es kritisch werden, wenn dadurch Termine oder Ziele aus dem Fokus geraten und eher angeregte Diskussionen u.ä. stattfinden.

Wenn ich mit dieser Erkenntnis nun auf mich selbst schaue: Welche Einstellung habe ich? Ich gehöre definitiv zu den Beziehungsmenschen, mir ist eine positive Lernatmosphäre besonders wichtig. Wenn ich einen guten Kontakt zu meinen Schülern oder auch Kollegen habe, geht es mir besonders gut. Gibt es einen Konflikt oder schlechte Stimmung, schlägt dies auch auf meinen Gemütszustand.

Wie kann ich als Lehrkraft nun beiden Typen gleichermaßen gerecht werden? Indem ich mir beider Typen bewusst bin. Schüler mit dem Metaprogramm Sache erwarten

von mir Fakten und fachliche Kompetenz. Dies kann ich teilweise auch an die Schüler selbst zurückgeben, indem ich sie zusätzlich zu einem Thema recherchieren lasse, um beispielsweise zu einem späteren Zeitpunkt einen Vortrag von ihnen halten zu lassen. Für Schüler mit dem Metaprogramm Beziehung ist es besonders gut, wenn sie immer wieder aufmunternde Gesten und Zuspruch von mir erhalten. (vgl. Dannemeyer 2015a, S. 77f.)

Für mich selbst als Beziehungsmensch kann ich mitnehmen, dass ich mein Potenzial erweitern kann, ein angemessenem und kritischem Feedback zu äußern. Des Weiteren möchte ich lernen Empathie und Abgrenzung in ein gesundes Verhältnis zu setzen.

Quellen

Dannemeyer Petra und Ralf (2015a): Das NLP-Praxisbuch für Lehrer. Handlungsstrategien für den schulischen Alltag. Paderborn, Junfermann Verlag.

Dannemeyer Petra und Ralf (2015b): NLP-Übungsheft für Lehrer. Handlungsstrategien für den schulischen Alltag. Paderborn, Junfermann Verlag.