

Gelbe Schule / Gelber Unterricht

Denken Sie an die eigene Schulzeit!

Wer war damals eine gute Lehrkraft für Sie?
Was hatte oder machte diese Lehrkraft so bemerkenswert?
An was erinnern Sie sich? Und warum?

Kennen Sie das?

Es wird eine Dreifachdifferenzierung erwartet. Ein passendes Arbeitsblatt, am besten nicht einfach kopiert, sondern von Ihnen mit den passenden Übungen zusammengestellt. Vielfältige Methoden sollen zum Einsatz kommen. Die SchülerInnen sollen dabei ruhig sein, lernwillig, motiviert. Dabei halte ich meinen Plan ein, kann individuell auf Bedürfnisse und Störungen eingehen und habe natürlich ein Lächeln auf den Lippen.

Ist das guter Unterricht?
Und wenn dies klappt, ist es dann „gelingender“ Unterricht?
Ist dieser Unterricht realisierbar?

Ihr Unterricht, die SchülerInnen und „gelbe Schule“

Sie wissen nicht, aus welchem Erziehungskontext die einzelnen Kinder täglich an die Schule kommen. Sie wissen nicht, wie sich die Persönlichkeit eines Kindes bis zum Zeitpunkt des täglichen Schulbesuches bereits entwickelt hat und entwickelt, sie wissen nicht, ob es vor jedem Schultag zu Hause oder auf dem Schulweg Situationen gegeben hat, die die Persönlichkeit des Kindes geschwächt haben.

Was bleibt Ihnen also im Umgang mit den einzelnen Kindern?

Jedes Kind als Persönlichkeit zu achten und in seiner Identitätsbildung zu begleiten. Das ist die Haltung „Gelbe Schule“.

Dabei ist es Grundvoraussetzung, dass Sie sich selbst als Persönlichkeit achten, sich für wertvoll halten („Wie ich mir, so ich Dir“). Denn nur dann haben Sie Zugang zu ihrem Selbst und nur dann können Sie auch die einzelnen Kinder wertschätzen.

Das setzt einen gesunden Selbstwert voraus. Ihren gesunden Selbstwert.

Was ist guter Unterricht?

Die stete Frage nach „gutem“ Unterricht setzt aus wissenschaftlicher Sicht eine klare Definition von „Schule“ und „Unterricht“ voraus. Diese gibt es so aber nicht. Grundlegend ist allerdings, die **Qualität der Verbindungen** zwischen allen an Schule beteiligten Personen zu verbessern (vgl. Hattie).

Diese Basis für gute Schule, gelingenden Unterricht und erfolgreiches Lernen sind:

- Verbindungen bei denen man den Personen Sicherheit und Verlässlichkeit bieten kann,
- Verbindungen, die geprägt sind durch wertschätzenden und authentischen Umgang miteinander und
- Verbindungen, die die gegenseitige Achtung und das Verständnis füreinander in den Mittelpunkt stellen.

Kennzeichen von „Gelbem Unterricht“

- Sie sind in der Lage, Menschen Verbundenheit und Sicherheit zu geben.
- Sie achten Menschen als Persönlichkeiten und begleiten sie in ihrer Identitätsbildung.
- Sie haben einen gesunden Selbstwert.

Warum der Name „Gelber Unterricht“?

Prof. Dr. Julius Kuhl hat in mehr als 30 jähriger Forschungsarbeit seine PSI (Persönlichkeit System Interaktion) Theorie entwickelt. Das Kernstück der PSI sind die 4 Funktionssysteme und die jeweilige Stimmung dazu. Diese 4 Systeme und der Wechsel zwischen den einzelnen Systemen steuern unser Handeln.

Dabei sind zwei Systeme (rot und blau) linkshirinig und zwei Systeme (gelb und grün) rechtshirinig angeordnet.

Linkshirinig bedeutet: entweder/oder, schrittweise langsame Verarbeitung, sprachlich.

Rechtshirinig bedeutet: parallel verarbeiten, Gefühle und Bilder, riesige Erfahrungsnetzwerke, zuverlässig.

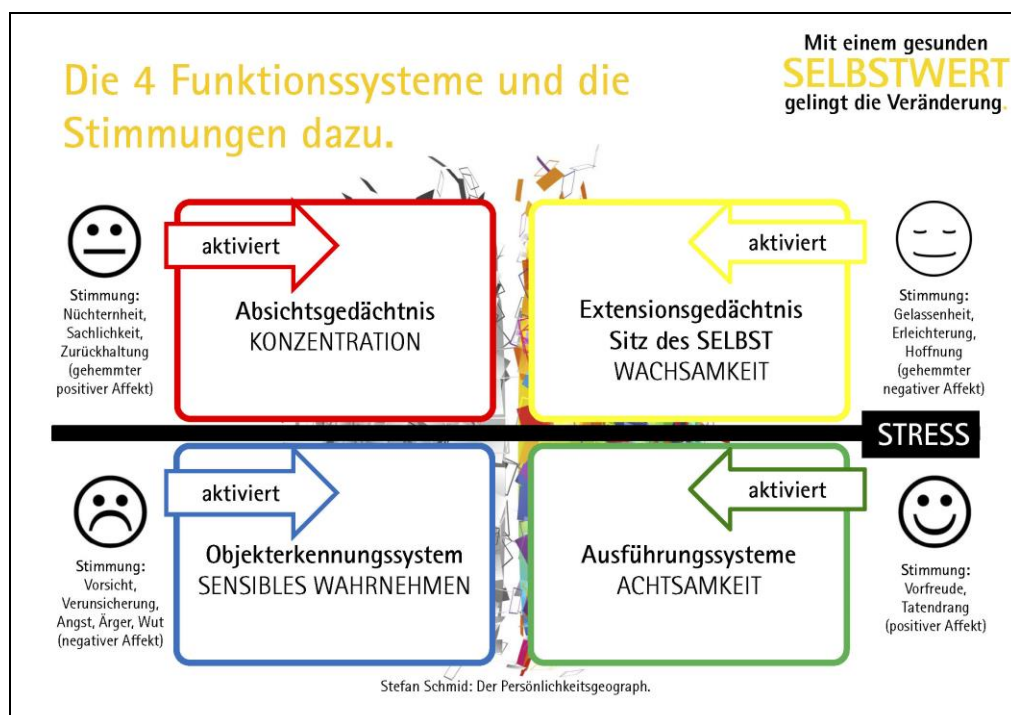
Ganz vereinfacht lassen sich die 4 Systeme so darstellen:

Wenn ich entspannt, ruhig und gelassen bin, bin ich „gelb“*.

Wenn ich Dinge umsetze, bin ich „grün“*.

Wenn ich Dinge plane, bin ich „rot“.

Wenn ich analysiere, Fehler erkenne, korrigiere, bin ich „blau“*.



Um meine Vorsätze umzusetzen, muss ich von „rot“ nach „grün“ wechseln können (Selbstmotivierung).

Wenn ich aus Fehlern lernen will, muss ich von blau nach gelb kommen (Selbstberuhigung).

*: Die Farben wurden von Prof. Kuhl so festgelegt.

Bedürfnisse und Motive

Warum handeln Menschen?

Der Grund jeglichen Handelns ist die Befriedigung unserer Bedürfnisse. Die drei wichtigsten, angeborenen Grundbedürfnisse sind: Verbundenheit, Wachstum und Autonomie.

Die Befriedigung dieser Bedürfnisse lässt sich - nach den Forschungen der Motivationspsychologie - in vier große sog. Motive zusammenfassen. Die Nutzung der Motive in ihrer jeweiligen Stärke haben wir zu Hause gelernt.

Die Motive und ihre Ausprägungen:

- Beziehung: Harmonie / Gruppe / Partner wichtig / anhänglich / braucht Zuwendung / wohlfühlen
- Leistung: fleißig / will Vergleich und Noten / Belohnung / schnell fertig / braucht mehr / arbeitet allein / will nicht gestört werden)
- Macht: will wichtig genommen werden / will bestimmen / leitet Gruppen / koordiniert / übernimmt Führung / übernimmt Verantwortung / hinterfragt Vorgaben
- Freiheit: will Dinge selbst entscheiden / spontan / unabhängig / selber bestimmen / macht Dinge, weil er es will, nicht weil es verlangt wird

Motive und ihre Ausprägungen sind sowohl bewusst als auch unbewusst in jedem Menschen. Idealerweise sind bewusste und unbewusste Motive gleich hoch bzw. niedrig, denn sonst kann enormer, im Hintergrund wirkender Stress entstehen.

Kennt man die Leitmotive eines Menschen, kann man sein Handeln eher verstehen und darauf eingehen.

Die Wissenschaft

Die wissenschaftliche Grundlage von Gelber Schule bilden:

- Die PSI-Theorie von Prof. Dr. Julius Kuhl mit der TOP (Therapie- und trainingsbegleitende Osnabrücker Persönlichkeitsanalyse)
- Das Zürcher Ressourcen Modell ZRM® von Dr. Maja Storch und Dr. Frank Krause.
- PEP® - Prozess- und Embodimentfokussierte Psychologie nach Dr. Michael Bohne
- Die Polyvagal Theorie von Prof. Dr. Stephen Porges.
- Die Arbeit von Prof. Dr. Claudia Solzbacher zum Thema pädagogische Haltungen

Evaluation

Christina Pledl hat in ihrer Zulassungsarbeit Gelbe Schule untersucht:

Dabei hat sie zwei Gruppen von Lehrkräften befragt: Lehrkräfte, die an keinem Coaching teilgenommen haben und Lehrkräfte, die an den Niederalteicher Coachingtagen teilgenommen haben und nun Gelben Unterricht halten.

Diese:

- haben höheren SELBSTWERT, da sie sich als selbstwirksamer erleben.
- gelingt es besser negativen Affekt auf einer frühen Verarbeitungsstufe zu dämpfen, wenn dieser im Moment stören würde oder nicht relevant erscheint.
- schätzen ihre Fähigkeiten zur Selbstberuhigung und Selbstmotivierung eindeutig höher ein.
- sind resistenter bei starkem Alltagsstress.

- gehen eher davon aus, dass sie neue oder schwierige Anforderungssituationen aufgrund ihrer eigenen Kompetenz bewältigen können.
- erleben sich handlungsorientierter (insbesondere nach Misserfolg).
- wissen eher, was sie noch erreichen wollen und wie sie sich persönlich weiterentwickeln wollen.
- schätzen ihre Zielsetzung höher ein.
- setzen sich anspruchsvollere Ziele.
- sind stärker an der Zukunft orientiert.

Der gesunde SELBSTWERT

Digitalisierung, Lehrplan Plus, Inklusion usw., all dies sind Veränderungen, die Ihnen in Ihrem Berufsleben begegnen.

Heranwachsende Kinder, wechselnde Wohnorte, neue berufliche Herausforderungen, eine Partnerschaft pflegen usw. sind mögliche Veränderungen Ihres Privatlebens.

Mit einem gesunden SELBSTWERT gelingt es Ihnen, diese Veränderungen in Ihrem Sinne zu meistern, die eigene Sicherheit zu bewahren und diese damit auch an andere weiterzugeben. Dies schafft Verbundenheit.

Und weil die meisten unserer Prozesse unbewusst ablaufen, nutzt es wenig, sich allein auf das Denken zu verlassen.

Wenn Sie einen gesunden Selbstwert besitzen, wenn Sie gelernt haben sich selbst zu achten, dann können Ihre SchülerInnen dies von Ihnen lernen.

Wie sieht es also aus mit Ihrem Selbstwert, wie gelingt es Ihnen, auf Ihren Selbstwert zu achten, ihn gesund und stabil zu halten?

Hierfür gibt es bei der KEG die Niederalteicher Coachingtage. Sie beschäftigen sich mit Ihrem Selbstwert und seinen Facetten. Mit vielen Übungen und theoretischen Impulsen lernen Sie die enorme Wichtigkeit eines gesunden Selbstwertes kennen, denn dieser ist die Basis für Gesundheit und Lebenszufriedenheit und er nährt jede Haltung.

Weiterführung

Dies ist nur ein kurzer Aufriss von Gelbem Unterricht.

Wenn Sie wissen wollen, wie man Gelbe Schule lernen kann, kontaktieren Sie die Menschen dahinter:

Erwin Müller und Stefan Schmid:
<https://www.gelbeschule.de> - info@gelbeschule.de