Jedes Wort wirkt! Bewusste Sprache in der Schule

Von Mechthild R. von Scheurl-Defersdorf

Sprache geht uns alle an. Wir alle gebrauchen sie, egal ob wir reden, schreiben oder auch nur denken. Die Sprache ist dabei im Wesentlichen ein Mittel zur Weitergabe von Informationen geworden. Doch ist und kann Sprache weit mehr als das. Darin liegt gerade für die Pädagogik eine riesengroße Chance.

Es gibt eine Sprache, die aufbaut und Kräfte freisetzt, und es gibt auch eine Sprache, die Kraft kostet und herunterzieht. Eine solche Sprache macht das Leben mühsam. Mit ihr ist für Lehrer das Unterrichten anstrengend und für Schüler das Lernen. Der Unterschied liegt in der Struktur der Sprache: im Wortschatz, in der Grammatik und im Satzbau!

Diese weitreichende Erkenntnis gewann ich im Gespräch mit erfolgreichen Menschen. Damit meine ich Menschen, die klare Ziele haben und in ihrem Leben das erreichen, was sie erreichen wollen. Der Schlüssel zu Erfolg und Leichtigkeit ist die Art, wie sie sprechen, und damit letztlich ihre Haltung. Ihre Sprache ist geprägt von Klarheit und einer zielorientierten Sichtweise. Sie bilden beispielsweise vollständige Sätze. Das spiegelt sich in ihrem Leben wider: Sie bringen auch sonst ihre Dinge zu Ende und erreichen damit ihre Ziele.

Dein Referat war nicht **schlecht!**

Dein Referat war gut!

Die Energie folgt der Aufmerksamkeit: Wenn du „schlecht" denkst, wirst du Schlechtes erleben. Lenke deine Aufmerksamkeit in die gewünschte Richtung und stärke das Gute.

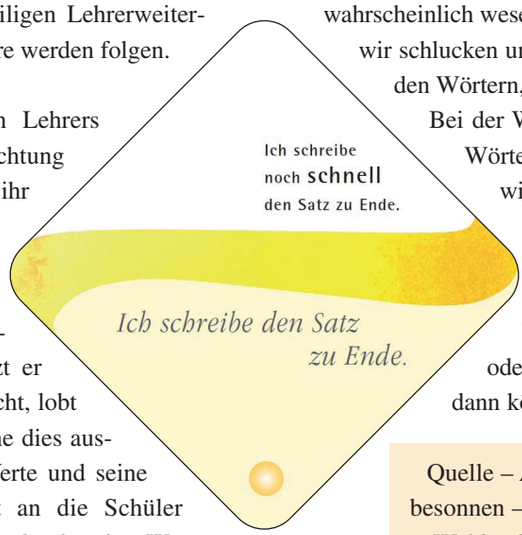
Zu dieser Sprache gehört als weiteres wesentliches Element eine wertschätzende Grundhaltung gegenüber dem Gesprächspartner und letztlich gegenüber allen Menschen. In einer solchen sprachlichen Umgebung können Menschen ihr Potenzial entfalten und gute Ergebnisse erzielen. Die Kinder der Erfolgreichen werden von klein auf mit dieser Sprache groß. Sie hören sie tagtäglich, und sie prägt sie zutiefst. Mit ihr haben sie hervorragende Voraussetzungen, zu glücklichen, zielstrebigen und wertschätzenden Menschen heranzuwachsen.

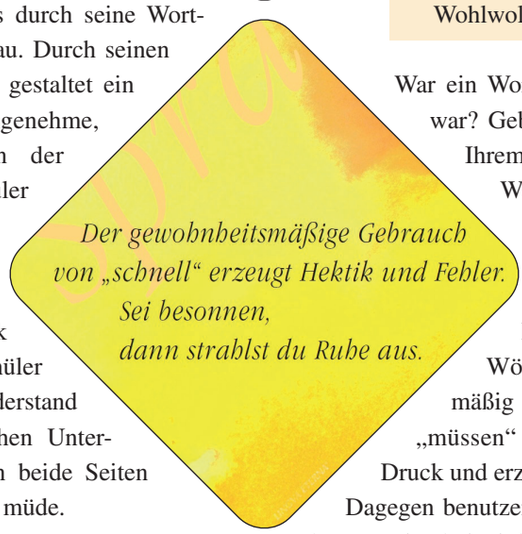
Jeder kann die Sprache der Erfolgreichen lernen, egal was für einen Hintergrund und welche persönliche Geschichte er mitbringt. Ich wünsche allen Kindern und Jugendlichen, dass sie diese Sprache lernen und ihre wohltuende Wirkung erfahren. Der ideale Ort dafür ist die Schule. Und ich wünsche dasselbe auch allen Lehrerinnen und Lehrern.

Daher beschloss ich, eine Art Sprachkurs zu entwickeln. Das war Mitte der Neunzigerjahre. Daraus entstand das Lingva Eterna Sprach- und Kommunikationskonzept. Seit 2004 habe ich daran gemeinsam mit dem Arzt und Neurowissenschaftler Theodor von Stockert weitergearbeitet. Mit der Zeit ist daraus ein umfangreiches Lehrgebäude entstanden.

Dieses Konzept ruht auf drei Säulen: auf der Präsenz des Sprechers, auf der Klarheit der Botschaft und auf der fundamentalen Wertschätzung des Gesprächspartners und ganz allgemein eines jeden Menschen. Lehrer aller Schularten und Bildungseinrichtungen setzen es mit Erfolg in ihren unterschiedlichen Wirkungsbereichen ein. Sie berichten neben anderem, dass ihnen damit der Unterricht spürbar leichter gelingt und dass sie auch für sich persönlich davon profitieren. Interessierte können entsprechende Angebote bereits in neun Bundesländern über die jeweiligen Lehrerweiterbildungsportale buchen. Weitere werden folgen.

Die Sprache jedes einzelnen Lehrers spielt in jeder Bildungseinrichtung eine entscheidende Rolle. Mit ihr unterrichtet er und gibt den Kindern und Jugendlichen sein Wissen weiter. Mit ihr stellt er Fragen und gibt seinerseits Antworten. Ebenso nutzt er die Sprache, wenn er Mut macht, lobt oder tadelt. Dabei gibt er, ohne dies ausdrücklich zu wollen, seine Werte und seine Vorstellungen von der Welt an die Schüler weiter. Dies geschieht bereits durch seine Wortwahl und durch seinen Satzbau. Durch seinen individuellen Sprachgebrauch gestaltet ein Pädagoge entweder eine angenehme, warme Lernatmosphäre, in der Vertrauen entsteht und Schüler mit Freude lernen können. Oder er erzeugt – ebenfalls ohne dies zu wollen – eine kühle Atmosphäre mit Druck und Anspannung, in der Schüler sich verschließen oder in Widerstand gehen. Am Ende einer solchen Unterrichtsstunde fühlen sich dann beide Seiten angestrengt oder auch einfach müde.





Die Sprache des Lehrers wirkt sich auf den Unterricht aus und entscheidet wesentlich darüber, ob der Unterricht gut ist und bei den Schülern gut ankommt. Seine Sprache wirkt sich auch auf ihn selbst und auf die Entwicklung seiner Persönlichkeit aus. Beides gehört zusammen. Spätestens seit der Hattie-Studie wissen wir, dass guter Unterricht wesentlich geprägt ist von der Lehrerpersönlichkeit.

Eine Wortprobe

Eine Wortprobe ist so etwas Ähnliches wie eine Weinprobe, nur mit dem Unterschied, dass wir beim Wein wahrscheinlich wesentlich mehr darauf achten, was wir schlucken und wie es uns bekommt, als bei den Wörtern, die wir tagtäglich gebrauchen. Bei der Wortprobe biete ich Ihnen zehn Wörter an und bitte Sie, sie auf sich wirken zu lassen. Lassen Sie sich die Wörter auf der Zunge zergehen und schmecken Sie ihnen nach. Lesen Sie diese Wörter bitte langsam und laut oder halblaut. Lassen Sie sich Zeit, dann können innere Bilder entstehen:

Quelle – Apfelbaum – Familienfeier – besonnen – müssen – schnell – lernen – Wohlwollen – Lächeln – Dankeschön

War ein Wort dabei, das Ihnen angenehm war? Gebrauchen oder hören Sie es in Ihrem Alltag häufig? War auch ein Wort dabei, das Ihnen unangenehm war? Und wie ist es hier: Gebrauchen oder hören Sie es häufig?

Die Erfahrung zeigt, dass wir Wörter, die uns belasten, oft regelmäßig gebrauchen wie zum Beispiel „müssen“ und „schnell“. Sie machen Druck und erzeugen immerfort neuen Druck. Dagegen benutzen wir viele angenehme Wörter kaum wie beispielsweise „besonnen“, „Wohlwollen“ oder „Lächeln“. Wie oft sagen oder hören Sie beispielsweise: „Ich schenke ihm eine Lächeln“ oder „Er hat ein zauberhaftes Lächeln“?

Die angenehmen oder auch unangenehmen inneren Bilder und Empfindungen schwingen bei jeglicher Kommunikation immer unbewusst mit und kommen bei unserem Gesprächspartner ebenso unbewusst an. Jedes Wort wirkt und hat eine Wirkung. Es liegt an uns selbst, einen Wortschatz zu entwickeln und zu pflegen, der ein wahrer Wort-Schatz ist. Er wird uns selbst und auch den Schülern guttun. Lehrer geben mit einem solchen sprachlichen Vorbild ihren Schülern einen großen Schatz fürs Leben mit.

Freude schaltet das Gehirn ein

Was Kinder mit Freude machen, lernen sie leicht: Freude schaltet das Gehirn regelrecht ein. Dagegen haben Druck und Zwang eine gegenteilige Wirkung. Sie erschweren das Lernen. Betrachten wir mit diesem Blick den Gebrauch des Modalverbs „müssen“. Es ist in der Schule allgegenwärtig. Kinder müssen Hausaufgaben machen, sie müssen etwas lernen, sie müssen sich etwas merken, sie müssen im Unterricht still sitzen, sie müssen pünktlich ankommen und sie müssen für den Sport ihren Turnbeutel mitbringen. Lehrer müssen etwas erklären, sie müssen Arbeitsblätter kopieren und den Unterricht vorbereiten. Die Beispiele lassen sich beliebig ergänzen.

Ganz anders klingen diese Sätze ohne „müssen“: Kinder machen Hausaufgaben, sie lernen etwas, sie merken sich etwas, sie sitzen im Unterricht still, sie kommen pünktlich und sie bringen für den Sport ihren Turnbeutel mit. Das ist alles so, und es ist selbstverständlich. Das Gleiche gilt für die Lehrerbeispiele: Lehrer erklären etwas, sie kopieren Arbeitsblätter und sie bereiten den Unterricht vor. Diese Sätze lassen sich leicht ohne „müssen“ bilden.

Kannst du bitte das Fenster aufmachen ?!

Bitte mach das Fenster auf!

Das Vermischung von Frage- und Aufforderungssatz erzeugt Verwirrung. Sage klar, was du wirklich meinst. Damit gewinnst du an Glaubwürdigkeit.

Der inflationäre Gebrauch von „müssen“ erzeugt Druck und mindert bei Kindern binnen Kurzem die Freude an der Schule und am Lernen. Und Erwachsene macht der Dauerdruck mit der Zeit mürbe oder sogar krank. Das Modalverb „müssen“ signalisiert Zwang und Fremdbestimmung. Nichts geht davon leichter, dass jemand etwas tun muss – im Gegenteil. Am leichtesten lernen Kinder, die lernen wollen. Das wollen alle Kinder von Natur aus. Wir alle sind mit einer gesunden Neugier und Lernfreude auf die Welt und auch in die Schule gekommen. Es ist wichtig, diese Lernfreude ein Leben lang zu erhalten. Darum empfehle ich Ihnen, „müssen“ äußerst sparsam zu gebrauchen.

Meistens können wir „müssen“ ersatzlos streichen. Vielfach können wir es durch den Gebrauch von Futur ersetzen. Dann heißt es statt „Ich muss heute Abend den Unterricht für morgen vorbereiten“ neu: „Ich werde heute Abend den Unterricht für morgen vorbereiten.“ Die vermeintliche Aufforderung „Ihr müsst diese drei Rechenaufgaben bis morgen lösen!“ ist in Wirklichkeit ein Aussagesatz, freilich durch das „müssen“ auch ein reiner Druckmacher. Die grammatikalisch korrekte Aufforderung heißt: „Löst diese drei Rechenaufgaben bis morgen.“ Erlauben Sie sich sprachliche Alternativen zu den gewohnten Sätzen mit „müssen“. Übrigens gebrauchen die bereits erwähnten Erfolgreichen kaum „müssen“: Sie machen – sie müssen nicht machen.

Kurze, vollständige Sätze erleichtern das Lernen

Schüler können im Unterricht am leichtesten kurze, vollständige Sätze aufnehmen und gleich ihren Sinn erfassen. Hier entstehen schon beim Hören innere

Bilder, und das eigenständige Denken und Mitdenken kann umgehend beginnen. Das Gleiche gilt analog für das Lesen von schriftlichen Aufgaben.
Kurze, vollständige Sätze bringen klare Aussagen hervor. Gleichzeitig fördern sie die eigene Klarheit. Ein Lehrer, der so spricht, ist klar und präsent, und die Schüler nehmen ihn als solchen wahr. Sie wissen bei klaren, vollständigen Sätzen genau, um was es geht. Da ist es für sie leicht mitzumachen und den Ausführungen zu folgen.

Dies klingt alles selbstverständlich und logisch. Doch sind unvollständige und abgebrochene Sätze bei den Schülern weitverbreitet. Dies gilt für alltägliche Dialoge ebenso wie für das Schreiben von elektronischen Nachrichten. Alle Satzteile können fehlen: das Subjekt, das Prädikat oder das Objekt. Zum Beispiel: Bei dem Satz „Komme gleich!“ fehlt das Subjekt. Bei dem Satz „Mach ich später!“ fehlt das Objekt, und bei dem Satz „Kannst du mal?“ fehlt das Prädikat. Es können auch zwei Satzteile fehlen: Bei „Muss ich noch!“ fehlen das Objekt und das Prädikat. Der Gesprächspartner ergänzt das fehlende Satzteil aus dem Kontext. So gelingt die Kommunikation hinsichtlich des Informationsaustauschs dennoch meistens. Es ist jedoch mühsam, immerfort die Sätze der anderen zu Ende denken zu müssen. „Stummelsätze“ wirken in der Häufung oberflächlich und wenig wertschätzend. Diese schlampige Ausdrucksweise ist ansteckend. Dann übernehmen die Gesprächspartner in ihren Antworten, ohne es zu merken, diesen Ton und sprechen genauso. Damit eskalieren Konflikte leicht.

Hier können Lehrer wirksam gegensteuern und vor allem bei sich selbst auf kurze, vollständige Sätze achten. Damit meine ich vor allem Hauptsätze ohne Nebensätze. Machen Sie pro Satz nur ein Bild. Wir merken uns Bilder, nicht Sätze! Jeder Nebensatz bringt uns davon weg: Er hat ein neues Bild.

Du hast gut geantwortet, **aber** es gibt einen weiteren Aspekt.

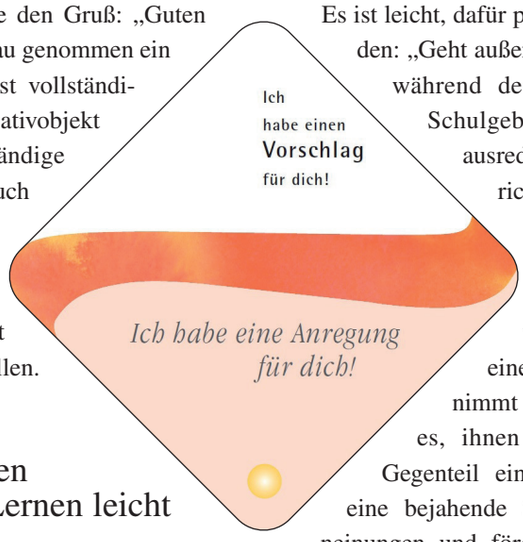
Du hast gut geantwortet. Es gibt noch einen weiteren Aspekt.

Jedes „aber“ ist ein Einwand. Das „aber“ nimmt dem positiven ersten Teil des Satzes die Kraft und entwertet das Lob. Der Schüler hört in erster Linie die Kritik.

Noch etwas gehört zu den kurzen, vollständigen Sätzen: es sind die minimalen Pausen am Ende eines jeden Satzes. Beim Schreiben markieren wir das Ende eines Aussagesatzes mit einem Punkt. Beim Sprechen hören wir diesen Punkt in Form einer minimalen Pause. Diese minimalen Pausen haben eine geradezu magische Wirkung. Sie bewirken, dass der Angesprochene die vorher gemachte Aussage speichert! Dann kann er sich die Inhalte merken! So wird Lernen leicht, und die Schüler sind mit Interesse dabei.
Viele Menschen sprechen ohne Punkt und Komma. Sie sind für ihre Zuhörer anstrengend. Ein solches atemloses Sprechen wirkt auch auf den Sprecher selbst. Es lässt ihn gehetzt und überfordert erscheinen. Damit gehen Souveränität und glaubhafte Kompetenz verloren. Pausen am Ende jedes Satzes helfen beiden: den Schülern und dem Lehrer.
Vollständige, kurze Sätze mit Pausen tragen erheblich zu einer angenehmen Atmosphäre und einem guten Lernklima bei. Sie werden merken, dass Sie auf diese Weise die Aufmerksamkeit Ihrer Schüler gewinnen und auch halten können. So erleichtern Sie sich und den Schülern den Unterricht. Sie werden es auch an den Noten merken.

Noch etwas Wichtiges geschieht bei vollständigen, kurzen Sätzen. Dieser Satzbau gehört ganz wesentlich zur Sprache der Erfolgreichen. Wer so spricht, lernt, denkt Gedanken zu Ende. Dies wirkt sich auf das Handeln und Verhalten aus. Ein in dieser Weise geschultes Sprechen und Denken bewirkt, dass ein

Schüler am Ende der Mathematikaufgabe noch den Lösungssatz hinschreibt, oder dass er den Turnbeutel nicht nur für den Sportunterricht vorbereitet, sondern auch von zu Hause mitnimmt.
Schon beim Betreten des Klassenzimmers kann ein Lehrer mit einem vollständigen Satz ein gutes Klima erzeugen. Betrachten Sie bitte den Gruß: „Guten Morgen!“ Dieser Gruß ist genau genommen ein „Stummelsatz“. Von dem einst vollständigen Satz ist nur das Akkusativobjekt übrig geblieben. Der vollständige Satz heißt: „Ich wünsche euch einen guten Morgen!“ Dieser vollständige Gruß geht mit einem achtsamen Blickkontakt einher und transportiert Wertschätzung und Wohlwollen. Probieren Sie es aus!



Denken in der richtigen Richtung macht das Lernen leicht

Viele Menschen wissen eher, was sie nicht haben wollen, als das, was sie haben oder erleben wollen. Die Energie folgt der Aufmerksamkeit. Mit diesem Denken erreichen sie oftmals das genaue Gegenteil des Gewünschten. Sie denken in die falsche Richtung. Der Umgang mit Verneinungen spielt dabei eine große Rolle.
Verneinungen sind etwas Hochkomplexes. Ein großer Teil unseres Gehirns kann mit einer Verneinung nichts anfangen. Darum kommt mit der verneinten Botschaft beim Gesprächspartner eine falsche Botschaft an. Hier liegt der Grund für viele sachliche und auch emotionale Missverständnisse.
Die als Lob gemeinte Äußerung „Deine Präsentation war nicht schlecht!“ kommt nur nach einem bewussten Nachdenken an, doch kommt auch immer die Botschaft „schlecht“ an. Das ist verwirrend. Ganz anders klingt und wirkt: „Deine Präsentation war gut!“

Formulierungen mit „nicht“ sind weitverbreitet. Dazu gehören neben dem genannten Lob die vielen Anweisungen und Verbote: „Nicht über den Rasen laufen! Das Schulgelände während des Unterrichts nicht verlassen! Wir unterbrechen einander nicht. Wir vergessen unsere Unterrichtsmaterialien nicht.“ usw.
Es ist leicht, dafür positive Formulierungen zu finden: „Geht außen um den Rasen herum! Bleibt während des Unterrichts innerhalb des Schulgebäudes! Wir lassen einander ausreden. Wir bringen unsere Unterrichtsmaterialien mit.“ usw.
Kinder und Jugendliche hören tausendfache Formulierungen mit „nicht“. Diese verneinende Sprache hat eine einengende Wirkung auf sie. Sie nimmt ihnen Schwung und versäumt es, ihnen Weisungen zu geben. Das Gegenteil einer verneinenden Sprache ist eine bejahende Sprache. Sie vermeidet Verneinungen und fördert dadurch eine bejahende, zielorientierte Grundhaltung. Sie setzt viel Potenzial frei. Mit dieser Sprache werden die Kinder der Erfolgreichen groß. Ich empfinde es als eine großartige Aufgabe, allen Kindern und Jugendlichen schon früh eine solche Sprache nahezubringen und sie anzuleiten, sie für sich anzunehmen. Sie wird ihnen für ihr ganzes Leben ein Schatz sein.

Das Denken in der richtigen Richtung erleichtert die Kommunikation und die individuelle Lebensgestaltung erheblich. Das Gegenteil davon ist das Denken in der falschen Richtung. Der bewusste Umgang mit den Negationen hilft dabei, dem weitverbreiteten Mangeldenken eine neue, gute Richtung zu geben. Das Denken in der richtigen Richtung hilft Schülern, Ziele zu formulieren und sie dann auch im Blick zu behalten. Diese innere Haltung fördert die Motivation und erleichtert das Lernen.

Eine friedliche Sprache trägt zum Frieden in der Schule bei

Eine friedliche Ausdrucksweise trägt zu einem friedlichen Umgang der Schüler bei. Umgekehrt gilt, dass eine grobe Ausdrucksweise grobe Verhaltensweisen begünstigt. Es ist bekannt, dass groben Taten eine grobe Sprache vorausgeht. Wo immer wir eine grobe Sprache antreffen, ist wirklich Achtsamkeit geboten.

In unseren Schulen wächst die Gesellschaft von morgen heran. Wir haben in Deutschland seit siebzig Jahren Frieden. Ich wünsche auch der nächsten Generation, dass sie in Frieden leben darf. Es ist Aufgabe der mittleren und der alten Generation, sich bewusst für den Erhalt des Friedens einzusetzen und aktiv etwas dafür zu tun. Dazu gehört der bewusste Umgang mit der Sprache. Werfen wir einmal einen Blick auf den Wortschatz: Viele Formulierungen haben eine aggressive Grundbedeutung. Sie haben auf Dauer immer eine nachteilige Wirkung, selbst wenn uns die aggressive Bedeutung nicht bewusst ist und wir sie nicht so meinen. Auch hier ist der Lehrer durch seine eigene Sprache Vorbild. Die Sprache ist oft kalt oder sogar aggressiv. Die Menschen und auch die Ergebnisse leiden unter einer solchen Sprache. Wer sich dies bewusst macht, kann daran etwas ändern. So entsteht ein Arbeitsklima, in dem Schüler und auch Lehrer leistungsfähig und kreativ sind und bleiben.

Seien Sie bitte achtsam mit Formulierungen wie „Ich habe ein Attentat auf dich vor“, wenn sie nur eine Aufgabe für jemanden haben oder eine Bitte äußern wollen. Auch der „Papierkrieg“ ist aggressiv – welche Papiere führen mit wem Krieg?? Es geht doch nur um das Erledigen von Formalitäten. Nageln Sie bitte niemanden auf etwas fest, und ziehen Sie auch niemanden auf. Beides sind Ausdrücke aus der Foltersprache. Zwei weitere Beispiele: Da hat jemand angeblich einen Knall oder einen „Schuss weg“. Unsere Sprache ist voll von Ausdrücken aus der Kriegs- und Gewaltsprache.
Eine bewusst friedvolle sprachliche Umgebung trägt wirksam zur Friedenserziehung bei. Als Erstes beginnt das Bewusstwerden und dann das Umdenken im Kopf und auch im Herzen des Lehrers. Denn seine eigene gewandelte Sprache wirkt auf seine innere Haltung. Kinder und Jugendliche spüren das, und beglückend viele lassen sich davon mittragen. Natürlich kann und wird ein Lehrer dies in seiner Klasse auf geeignete Weise kommunizieren und mit den Schülern darüber sprechen. Sie sind erfahrungsgemäß sehr bereit hinzuhören und erfassen schnell, um was es geht. Ihre angeborene Freude, etwas Neues auszuprobieren, erleichtert den nächsten Schritt: Sie probieren neue sprachliche Varianten aus und machen dabei eigene Erfahrungen. Vielfach bleiben sie dann bei den neuen Formulierungen und übernehmen sie in ihre Ausdrucksweise.

Die Wirkung gezielter sprachlicher Änderungen ist größer, als der Einzelne dies vielleicht meint. Denn: Wenn einer seine Sprache wandelt, dann fordert er die Gesellschaft auf, einen Schritt nach vorn zu tun.

Die Abbildungen sind entnommen aus:

EAN 4 260198990156

EAN 4 260198990156

Literatur
Bücher:
Mechthild R. von Scheurl-Defersdorf, Jedes Wort wirkt. Bewusste Sprache in der Pädagogik, Lingva Eterna Verlag 2016
Mechthild R. von Scheurl-Defersdorf, Deutlich reden, wirksam handeln. Kindern zeigen, wie Leben geht, Herder 2016
Mechthild R. von Scheurl-Defersdorf, Drück mich mal ganz fest. Therapie und Erfolgsgeschichte eines wahrnehmungsgestörten Kindes, Herder 2017
Theodor von Stockert, Meine Sprache und ich. Mit Sprachstruktur Persönlichkeit entwickeln, Lingva Eterna Verlag 2016

Kartensätze und Hörbuch:
Die Kraft der Sprache, 40 Karten für Pädagogen, Lingva Eterna Verlag 2015
Sprachkarten – Denkmuster aktiv wandeln, Lingva Eterna Verlag 2015
Mechthild R. von Scheurl-Defersdorf und Theodor von Stockert, In der Sprache liegt die Kraft. Sich selbst und andere führen (Hörbuch), Lingva Eterna Verlag

weitere Publikationen siehe unter: www.lingva-eterna.de