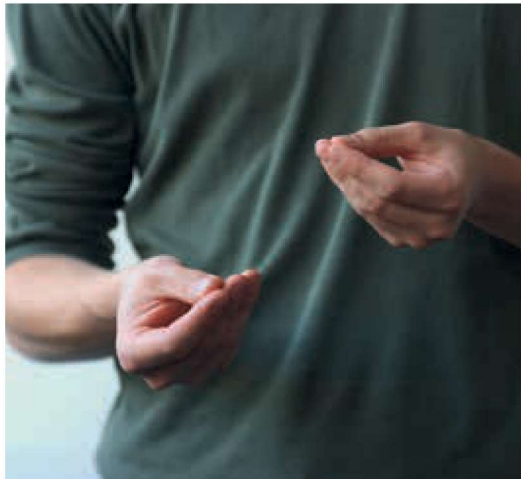


Kleidung, Stimme, Körpersprache

Was neben guten Konzepten und Worten noch wichtig ist

Lernerfolge erzielen Sie durch Kompetenz, gute Planung und Darstellung. Aber auch Sie als „Darsteller“ sind wichtig! Ihre Kleidung, Präsenz, Stimme – Ihre ganze individuelle Ausstrahlung beeinflusst wesentlich die Wirkung Ihrer Worte.



rebealk/pixtocode.de

► Das Äußere des Menschen ist unwichtig, es zählen mehr innere Werte – eine Wunschvorstellung, die ebenso oft zitiert wie realitätsfern ist. Das gilt auch für den Unterricht: Ihre Schüler kennen Sie kaum, aber wollen, ja müssen, Sie irgendwie einschätzen. Also zählt zunächst der äußere Eindruck, von dem die Schüler Rückschlüsse auf die Person dahinter ziehen. Eine Erfahrung, die jeder von uns immer wieder macht: Manche Menschen sind uns auf Anhieb sympathisch, manche wirken seltsam und ernten deshalb unsere Skepsis oder Ablehnung. Psychologische Studien belegen außerdem, dass Menschen unbewusst einem gut gekleideten Gegenüber mehr Sachkompetenz zubilligen als einem „Schmuddeltyp“. Bankmitarbeiter etwa tragen deshalb grundsätzlich einen Anzug, weil sie seriös, kompetent und vertrauenswürdig auf die Kunden wirken müssen.

Was kleidet einen „Lehr-Körper“?

Natürlich müssen Sie im Unterricht nicht Anzug oder Kostüm tragen. Das wäre der Situation völlig unangemessen, wirkte im Klassenraum steif, viel zu ernst und im schlimmsten Fall sogar lächerlich. Was gehört also an den „Lehr-Körper“?

Jackett und Jeans gehen gerade noch, aber auch diese Kombi wirkt auf viele Schüler schon eine Spur zu „wichtig“. Völlig unverfänglich dagegen sind Jeans zu schlichten, auf keinen Fall wild gemusterten oder beschrifteten Hemden oder Polo-Shirts, Blusen oder Tops. Der Stil darf „casual“, also sportlich-lässig sein, muss dabei aber immer korrekt und gepflegt wirken. Die zerschlissene Lieblingshose lassen Sie tunlichst zuhause, wie auch das ausgebleichene Sweatshirt aus Ihrer Studienzeit. Ansonsten öffnen Sie Lästereien Ihrer Schüler Tür und Tor. Und: Versuchen Sie sich nicht bei Ihren Schülern anzubiedern, indem Sie ähnliche Kleidung tragen, denn auch das kommt nicht an. Ihr Outfit sollte sich klar von der Schüler-Mode abgrenzen, dabei aber durchaus Ihre Persönlichkeit widerspiegeln. Wenn Sie sich in Kleidung zwingen, die Ihnen nicht gefällt, spüren die Schüler auch das. Was sie mit Unsicherheit und Ablehnung quittieren würden. Wechseln Sie öfters pro Woche, am besten täglich, Ihre Kleidung und Schuhe. Denn Schüler schauen genau hin und haben, was die Kleidung ihrer Lehrer angeht, ein gutes Gedächtnis.

Eine gute Ausstrahlung ist wichtig

Wenn Sie unterrichten, stehen Sie immer auch als „ganze Person“ vor der Klasse. Jeden Tag aufs Neue werden Sie beobachtet. Nicht nur Ihr Unterrichtsstil und Ihr Outfit sind wichtig, auch Ihre Ausstrahlung steht auf dem „Prüfstand“.

Ihre Ausstrahlung, also Ihre Stimme, Ihre Körpersprache und wie Sie sich im Klassenraum bewegen, ist Untersuchungen zufolge maßgeblich dafür entscheidend, ob Informationen und Unterrichtsinhalte ankommen, die Schüler auch erreichen.

Der amerikanische Psychologe Albert Mehrabian* hat die Bedeutung von Körpersprache und Stimme untersucht und das Ergebnis in der Formel 55-38-7 zusammengefasst. Seine Studien ergaben, dass die Wirkung von Botschaften zu 55 Prozent von der Körpersprache, zu 38 Prozent von der Stimme und nur zu 7 Prozent vom Inhalt des gesprochenen Wortes abhängt. Wie aber können Sie das in der Praxis umsetzen, denn nicht jeder verfügt über eine Ausstrahlung, die wirkungsvoll eine Vermittlung von Lerninhalten unterstützt? Die Antwort ist: Sie können es von Schauspielern lernen, denn die Bewegung und Wirkung im Raum ist ein zentrales Element der Schauspielkunst.

Die Schauspielerinnen Adelheid Engst und Inga Walther aus Pfungstadt bieten Theater-Workshops an, die sie für Pädagogen entwickelt haben. Ihnen war aufgefallen, dass sich Lehrer zu sehr darauf fokussieren, was sie sprachlich vermitteln wollen und dabei zu wenig auf ihren Körper, ihr Raumverhalten und ihre Ausstrahlung achten.

Engst: „Theater spielen ermöglicht, mit eigenem und fremdem Rollen zu experimentieren und neues Verhalten auszuprobieren. Es hilft, sich mit Körpersprache und Worten kraftvoll auszudrücken. Es ist ein Mittel, Präsenz im Raum zu trainieren.“ Bei den Seminaren gehe es, so Engst, nicht nur um das pure Trainieren. Viel entscheidender sei, dass die Teilnehmer während der Rollenspiele ein neues und starkes Körpergefühl erfahren und dieses Gefühl in ihrem „Körpergedächtnis“ abrufbar speichern. Engst: „Später, vor der Klasse, sollen Lehrer dieses gute Gefühl wieder aufrufen und wahrnehmen können. Dann richten sich ihre Körper danach aus. Sie erfahren dann ihren Körper als größer, ihren Machtraum als weiter und auch ihren Atem als kraftvoller. Worte klingen, kommen an, reichen weit und sind machtvoll.“ ◀◀

Martin Huisman/Dietmar Beyer

*Albert Mehrabian, geb. 1939, US-amerikanischer Professor für Psychologie an der University of California in Los Angeles.