

uena/lokales

vom 26.04.2016 18:48 „Störfwörter“ und „Schätze-Läufe“

Lebenszufriedenheit: Vortrag von Motivationstrainer Holger Thiesen in der Rosenstadtschule



Uetersen.

Zum Thema „Lebensziel Zufriedenheit“ referierte „Lebenslotse“ Holger Thiesen in der Rosenstadtschule. Wolfgang Balasus, ehemaliger Schulleiter im Ruhestand, hatte die Idee dazu, denn: „Die Lebenszufriedenheit, also Erfüllung und ein glückliches Leben, ist neben dem Kognitiven das wichtigste Ziel von Schule“, so Balasus.

Organisiert worden war die Veranstaltung vom Schulverein und der Englisch- und Theaterlehrerin Christine Mallmann.

Referent Thiesen ist überzeugt: Regeländerungen führen zu Verhaltensänderungen und so zu mehr Zufriedenheit. Deutlich machte er dies am Rendsburger „Schätze-Lauf“. Bei einem konventionellen Wettlauf werde der Abstand der besten zu den schlechtesten Läufern während des Rennens immer größer, die Motivation der Letzten sinke kontinuierlich. Beim „Schätze-Lauf“ setzen sich alle zum Ziel, zu einer bestimmten Zeit anzukommen. Wer als letzter losläuft und rechtzeitig da ist, hat gewonnen. Damit habe sich die Wirkung verkehrt: „Alle kommen sich näher, und alle kriegen den Applaus. Alle, die nach diesen Regeln laufen, werden außerdem schneller“, so der Coach. Man könne diese Erkenntnis aus dem Sport auch auf den Schulunterricht anwenden: „Wer später in die Klassenarbeit kommt, kriegt Bonuspunkte“, regte Thiesen an.

Der Coach für „Menschen, Firmen und Familien“, der nach eigenen Angaben bei „Harmoniestörungen“ gebucht wird, lockte zahlreiche Eltern, Schüler, Lehrer und weitere Interessierte in die Schule, die bei Spielen und Übungen, wie Lachyoga, zum Mitmachen aufgefordert waren.

Eine rege Diskussion unter den Schülern löste Thiesen aus, als er vorschlug, die Regel „Jeder darf sagen, was er will“ in „Jeder darf hören, was er will“ zu verkehren. In seiner Familie habe man eine Liste mit „Störfwörtern“ erstellt, die innerhalb der Familie vermieden würden, weil der eine oder andere sie nicht hören will. Dazu gehört auch das Wörtchen „gleich“, stattdessen verwendet man im Hause Thiesen „Zeitangaben, mit denen der andere etwas anfangen kann“, zum Beispiel „in zehn Minuten“, verriet der Referent. Das Training, bestimmte Wörter zu meiden, habe eine erhöhte Aufmerksamkeit zur Folge. „Jeder kann in seinem Lebensbereich etwas bewirken, indem er wunderbare Worte gebraucht“, findet Thiesen.

Einige Rosenstadtschüler sahen in dem Gehörten eine ungeahnte Chance und schlugen vor, Wörter wie „Mathe“ und vor allem „Hausaufgaben“ auf die Liste der Störfwörter zu setzen, erzielten hiermit jedoch keinen Konsens mit der Lehrerschaft. Immerhin, befand Thiesen, habe man, „weil wir über Worte gesprochen haben“, herausgefunden, dass die Schüler gern mehr Freizeit hätten, und möglicherweise fände sich in der Folge hierzu ein Lösungsansatz.

Michaela Eschke