

WOLFGANG ENDRES

**RESONANZPÄDAGOGIK
IN SCHULE UND
UNTERRICHT**

—

**VON DER ENTDECKUNG
NEUER DENKMUSTER**

**MIT HARTMUT ROSA,
JOACHIM BAUER,
MICHAELA BROHM-BADRY,
JÖRG KNÜFKEN**

BELTZ

Endres

Resonanzpädagogik in Schule und Unterricht

Wolfgang Endres

Resonanzpädagogik in Schule und Unterricht

Von der Entdeckung neuer Denkmuster

Mit Beiträgen von

Joachim Bauer

Michaela Brohm-Badry

Jörg Knüfken

Hartmut Rosa

BELTZ

Wolfgang Endres, Pädagoge und Referent in der Lehrerfortbildung, war von 1996 bis 2018 Programmplaner und Koordinator der BeltzForum-Bildungskongresse.

Prof. Dr. *Joachim Bauer*, Arzt, Psychotherapeut, Neurowissenschaftler, Autor mehrerer Sachbuch-Bestseller.

Prof. Dr. *Michaela Brohm-Badry*, Lernforscherin an der Universität Trier, Autorin, Keynote Speaker, Präsidentin der Deutschen Gesellschaft für Positiv-Psychologische Forschung.

Jörg Knüfken, Gründer und Geschäftsführer des Vereins »ChangeWriters e.V.«.

Prof. Dr. *Hartmut Rosa*, Friedrich-Schiller-Universität Jena, Direktor Max-Weber-Kolleg Erfurt.

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt.

Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig.

Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronische Systeme.



Dieses Buch ist erhältlich als:

ISBN 978-3-407-63191-6 Print

ISBN 978-3-407-63213-5 E-Book (PDF)

1. Auflage 2020

© 2020 Beltz

in der Verlagsgruppe Beltz · Weinheim Basel

Werderstraße 10, 69469 Weinheim

Alle Rechte vorbehalten

Lektorat: Christine Wiesenbach

Fotos Innenteil: © gettyimages: Brasil2 (S.7), RobertDowner (S. 15), georgeclerk (S. 25), Probuxtor (S. 39), Jasmina007 (S. 47), ithinksky (S. 59), HadelProductions (S. 71), BruceBlock (S. 85), hudiemm (S. 93), kertu_ee (S. 103), pundapanda (S. 117), JodiJacobson (S. 137)

Umschlagfoto Rückseite: © Agentur Zweiblick

Umschlaggestaltung: Jonathan Bachmann

Satz und Herstellung: Michael Matl

Druck und Bindung: Beltz Grafische Betriebe, Bad Langensalza

Printed in Germany

Weitere Informationen zu unseren Autor_innen und Titeln finden Sie unter:
www.beltz.de

INHALT

Vorschau zur Einstimmung	
Denkfallen erkennen – neue Denkmuster bilden	7
1 Neue Denkmuster im Alltagsgeschehen	
Verblüffende Wirkungen durch Perspektivenwechsel	15
2 Andere Perspektiven im Resonanzraum Schule	
Sensoren für das Lernklima im Klassenzimmer	25
Akzeptanz der Unverfügbarkeit	
Im Gespräch mit Hartmut Rosa	30
3 Resilienz – ein strapazierter Begriff	
Entlastung durch neue Denkmuster	39
4 Resonanzerlebnisse mit dem Schamgefühl	
Im Grenzbereich von Empathie	47
5 Illusionen mit Chamäleoneffekt	
Selbstwirksamkeit ohne Selbstbetrug	59
6 Klassenführung in anderen Perspektiven	
Von der Entdeckung neuer Lernwege	71
7 Tagebuchschreiben in der Schule	
Entdeckungsreise zu sich selbst	85
ChangeWriters	
Im Gespräch mit Jörg Knüfken	89

8	Stärkung des »Selbst« durch Resonanz Zwischenmenschliche Resonanzerfahrungen	93
	Wie wir werden, wer wir sind	
	Im Gespräch mit Joachim Bauer	95
9	Mutmacher aus der Motivationsforschung Ein Aufruf zur »Glücksrevolution« in der Schule	103
	Emotionen in Wechselwirkung	
	Im Gespräch mit Michaela Brohm-Badry	106
10	Resonanzerfahrungen als Aha-Erlebnis Auf Spurensuche in Hintergrundgeschichten	117
	Resonanz begriffen in Resonanzbegriffen	
	Im Gespräch mit Hartmut Rosa	120
	Epilog	
	Zu guter Letzt	137
	Literaturnachweise/Anmerkungen	141



VORSCHAU ZUR EINSTIMMUNG

DENKFALLEN ERKENNEN –
NEUE DENKMUSTER BILDEN

»Wenn mich nicht alles täuscht ...« Mit diesem Nebensatz begleiten wir manchmal eine Vermutung, obwohl wir uns im Grunde ziemlich sicher sind. Es ist eine Behauptung unter Vorbehalt. Wir signalisieren damit ein (vielleicht auch nur scheinbares) Eingeständnis, dass wir uns getäuscht haben könnten. Diese Haltung lässt ein Denkmuster erkennen, mit dem ich mich auf eine Antwortbeziehung einstelle, offen bin für den Dialog, ob ich nun Bestätigung oder Widerspruch erfahre.

Wer sich allerdings in seiner Sichtweise regelmäßig bestätigt findet und keinerlei Zweifel an der Richtigkeit seiner Vermutungen aufkommen lässt, verinnerlicht seine Denkmuster so sehr, dass er intuitiv auch seine Wahrnehmungen daran anpasst, er sieht die Dinge so, wie sie ihm passen, wirkt starr in seinem Denken und ist oft auch in seinem Fühlen verhärtet. In den von Viren heimgesuchten Zeiten seit dem Frühjahr 2020 mussten wir uns – und müssen es noch – in unserem Denken, Fühlen und Handeln umstellen. Unser Denken können wir beeinflussen, unser Fühlen zwar kaum steuern, das Handeln aber liegt in unserer Hand. Und somit haben wir es gewissermaßen in der Hand, etwas zu verändern, indem wir den Blick auf unser Denken, aber auch auf unser Fühlen richten. Auf diese Möglichkeit hat schon vor fast 2000 Jahren Marc Aurel hingewiesen: *»Nach der Beschaffenheit der Gegenstände, die du dir am häufigsten vorstellst, wird sich auch deine Gesinnung richten; denn von den Gedanken nimmt die Seele ihre Farbe an.«*¹

Sind unsere Gedanken düster, sehen wir schwarz. So bilden sich negative Denkmuster. Diese wiederum steigern sich zu dem Gefühl einer zunehmenden Belastung. Gefühle sind ansteckend, vor allem die negativen. Wenn wir mit Menschen arbeiten, denen es nicht gut geht, können wir diese Grundbelastung besonders spüren. Da ist das Risiko groß, dass sich auch in uns negative Denkmuster bilden. Wir können uns davor schützen, indem wir durch einen eigenen Filter Distanz schaffen. Probleme erscheinen kleiner, wenn wir sie aus größerem Abstand betrachten oder in einem anderen Rahmen sehen.

Der Zukunftsforscher Matthias Horx geht noch einen Schritt weiter. Er spricht von historischen Momenten, in denen die Zukunft ihre Richtung ändert. Um das besser zu begreifen, beschreibt er eine Änderung der Blickrichtung als »RE-Gnose«. Im Gegensatz zur »PRO-Gnose«, bei der wir den Blick auf die Zukunft richten, sollen wir in z.B. großen Kri-

sensituationen von der Zukunft aus zurück ins Heute schauen. Dazu malt er anschaulich Situationen in der Zukunft aus, in der eine Krise hinter uns liegt. Worüber können wir uns rückblickend wundern, was wir damals (also unserem tatsächlichen Heute) als Katastrophe empfunden haben? Stellen Sie sich vor, Sie hätten die folgenden Zeilen im Frühjahr 2020, mitten in der Coronavirus-Krise, gelesen: Durch welche Verzichtes haben sich sogar neue Möglichkeitsräume eröffnet?

»Das hat schon mancher erlebt, der zum Beispiel Intervallfasten probierte – und dem plötzlich das Essen wieder schmeckte. Paradoxerweise erzeugte die körperliche Distanz, die das Virus erzwang, gleichzeitig neue Nähe. Wir haben Menschen kennengelernt, die wir sonst nie kennengelernt hätten. Wir haben alte Freunde wieder häufiger kontaktiert, Bindungen verstärkt, die lose und locker geworden waren. Familien, Nachbarn, Freunde sind näher gerückt und haben bisweilen sogar verborgene Konflikte gelöst.«²

Können Sie aus heutiger Sicht bestätigen, dass diese RE-Gnose Sie damals hoffnungsfroh gestimmt hätte?

In solchen Betrachtungsweisen zeigen sich Denkmuster in einem Veränderungsprozess. Durch die Art, wie ich eine Situation, eine Person oder ein »Ding« betrachte, beeinflusse ich mein Empfinden diesen »Dingen« gegenüber. Ich stelle sie wie ein Bild in einen Rahmen. Und dieser Rahmen wird durch meine Haltung, meine Wertung und meine Stimmung gebildet. So wirkt dasselbe Bild in einem neuen Rahmen ganz anders, ich könnte meinen, ein neues Bild zu sehen. Der Rahmen ist wie ein »Drumherum« um das Bild, bildet sozusagen den Kontext. Wer zum Beispiel ein schönes Erlebnis in der Vergangenheit vor Augen hat und jetzt im Rückblick einen Makel an diesem damaligen Ereignis entdeckt, kann feststellen, wie das positive Bild von damals plötzlich ins Negative kippt. Das damals positiv Erlebte wird von dem aktuell entdeckten Makel überschattet und im Nachhinein komplett negativ bewertet. Umgekehrt kann etwas aus

Durch die Art, wie ich eine Situation, eine Person oder ein »Ding« betrachte, beeinflusse ich mein Empfinden diesen »Dingen« gegenüber. Ich stelle sie wie ein Bild in einen Rahmen.

der Vergangenheit auch verharmlost oder gar beschönigt werden im Sinne von »War doch alles gar nicht so schlimm!«, obwohl es zum Zeitpunkt des Geschehens als sehr schlimm empfunden wurde. Man sieht das Ereignis aus der Distanz in einer neuen Perspektive.

In dem Kapitel *Neue Denkmuster im Alltagsgeschehen* finden Sie zahlreiche Situationen dargestellt, in denen Denkfallen lauern. Wenn Sie darin zum Teil eigene negative Denkmuster erkennen, ist es sinnvoll, diese nicht nur als falsch zu entlarven, sondern zugleich durch neue Denkmuster zu ersetzen. An konkreten Beispielen können Sie nachvollziehen, was für eine verblüffende Wirkung sich durch Perspektivenwechsel ergeben. Die Erkenntnisse mögen nicht neu für Sie sein, sie machen aber bewusst, wie neue Denkmuster zu mehr Gelassenheit führen und mit frischem Blick Entlastung schaffen.

In dem Kapitel *Andere Perspektiven im Resonanzraum Schule* können Sie Unterrichtssituationen neu betrachten, indem Sie das Klassenzimmer als Resonanzraum wahrnehmen. Sie sehen zum Beispiel den gelangweilten Blick eines Schülers, lassen sich davon aber nicht beirren und können das scheinbare (oder das tatsächliche) Desinteresse aushalten, indem Sie hinter dieser Fassade wider Erwarten ein verborgenes Interesse vermuten. Auch wenn die Wahrscheinlichkeit für die Richtigkeit dieser Annahme gering sein dürfte, ziehen Sie diese

Möglichkeit insgeheim in Betracht. Und siehe da, auf einmal erleben Sie tatsächlich die Überraschung – ähnlich wie ein Goldwäscher, der nach längerem Suchen eine glänzende Entdeckung macht. Beziehungen im Klassenzimmer gelingen oft ganz unverhofft. Solche Momente hat Hartmut Rosa³ in seinem Forschungsbericht »Resonanz – Eine Soziologie der Weltbeziehung«⁴ ausführlich beschrieben. In seiner Resonanztheorie habe ich neue Denkmuster für eine empathische Schulentwicklung gesehen. So ist durch angelegte Gespräche mit ihm das Buch »Resonanzpädagogik«⁵ entstanden. Der Untertitel »Wenn es im Klassenzimmer knistert« deutet darauf hin, dass Resonanz zu spüren ist, wenn Momente wechselseitigen geistigen Berührens und Berührtwerdens entstehen, wenn der Lehrer⁶ die Aufmerksamkeit seiner Schüler so fesselt, dass es spannend ist und knistert. Dieses Knistern kann

In der Resonanztheorie von Hartmut Rosa habe ich neue Denkmuster für eine empathische Schulentwicklung gesehen.

es auch in angespannter Atmosphäre geben, wenn etwa »dicke Luft« im Klassenzimmer herrscht, wenn ein Konflikt zu spüren ist, weil es Meinungsverschiedenheiten gibt und sich eine spannende Diskussion entwickelt. So zeigt Hartmut Rosa in diesem Kapitel weitere Zusammenhänge auf, wie sich Resonanz im Unterricht bemerkbar macht – oder wie es sich anfühlt, wenn sie ausbleibt:

»Wenn aber mein Bemühen ohne Resonanz, ohne Widerhall bleibt, wenn nichts zurückkommt, wenn Lehrer das Gefühl haben, ›ins Leere zu reden‹, wenn es also keinen Resonanzraum gibt, bleiben Interaktionsbeziehungen stumm. [...] In einem Hohlraum von Desinteresse friert es mich.«⁷

So beschreibt Rosa die Entfremdung als Gegenpol zur Resonanz. Desinteresse im Klassenraum ist ein klassischer Motivationskiller und verursacht negative Denkmuster, die sowohl für Lehrer als auch für Schüler zu einer Belastung führen. Das gilt nicht nur für Schule und Unterricht. Auch in Alltagsbegegnungen können wir Kälte oder Entfremdung spüren. Denken Sie an eine Person, die Ihnen übelgelaunt begegnet, Sie offensichtlich nicht sieht und Ihre Begrüßung nicht erwidert. Das ungebührliche Verhalten stört Sie, Sie ärgern sich und aktivieren Ihre negativen Denkmuster. Sie spiegeln gewissermaßen das abweisende Verhalten, indem auch Sie die »kalte Schulter« zeigen. Würden Sie aber erfahren, dass diese Person derzeit unter großem Druck steht, weil sie sich liebevoll um ihre pflegebedürftigen Eltern kümmert und verzweifelt versucht, alles unter einen Hut zu kriegen, derweil ihr alles über den Kopf wächst, könnten Sie die Situation mit einer anderen Einschätzung betrachten. Indem Sie Ihr negatives Denkmuster ändern, könnten Sie hier, insbesondere auch für sich selbst, Entlastung schaffen.

In dem Kapitel *Resilienz – ein strapazierter Begriff* erfahren Sie weitere Beispiele, wie Sie sich in Gelassenheit üben können, wie Sie auch für Ihr eigenes Wohlergehen sorgen müssen, um anderen helfen zu können. Im Flugzeug zum Beispiel müssten Sie in einer Notsituation die Sauerstoffmaske sich selbst anlegen, erst dann dürften Sie anderen dabei behilflich sein. In manchen Situationen sind wir gut beraten, den ehrenwerten Spruch *»Der brave Mann denkt an sich selbst zuletzt«* kritisch zu

hinterfragen und neu zu denken: »Der brave Mann denkt an sich selbst zuerst«. Das gilt für den Alltag genauso wie für Schule und Unterricht. Sie haben bessere Möglichkeiten, Schüler zu unterstützen und zu fördern, wenn es Ihnen selbst gut geht.

Eine Fortsetzung dieser Überlegungen um ein Neudenken rund um das eigene Wohlergehen und der Hilfe für andere gibt es in dem Kapitel *Empathie im Grenzbereich*. Empathie schafft gute Voraussetzungen, sich in die Lage eines anderen zu versetzen – und ist für Lehrer auch eine unverzichtbare Kompetenz, wollen Sie wirklich wirksam unterrichten. Empathie ist aber auch fehleranfällig. Da soll der andere Blick davor bewahren, nicht in eine Empathiefalle zu tappen.

Wie leicht wir uns täuschen lassen, ist am Beispiel optischer Täuschungen sehr anschaulich zu erleben. Davon handelt das Kapitel *Illusionen mit Chamäleoneneffekt*. Sehen wir ein Bild, das unser Gehirn als stimmig erkennt, wird diese Erkenntnis nicht weiter hinterfragt. Wenn wir aber vermuten oder gar wissen, dass da noch etwas anderes zu sehen sein soll, suchen wir oft intensiv weiter, und plötzlich fällt es uns wie Schuppen von den Augen – wir entdecken das »Andere«. Nach diesem Überraschungseffekt können wir es kaum glauben, dass wir dem neuen Bild gegenüber »blind« waren. Diesen Effekt können Sie gerne einmal an einem eindrucksvollen Anschauungsobjekt testen, wenn Sie im Internet die Suchbegriffe Mauer – Stein – Zigarre eingeben. Dann stoßen Sie auf ein verblüffendes Sehtestbild (Stein oder Zigarre in der Mauer?)⁸, dessen optische Täuschung Sie vermutlich nachhaltig beeinflussen wird. Zumindest lässt, soweit ich es in meinen Seminaren erlebt habe, die Wirkung dieses Bildes niemanden mehr zu seiner Ausgangsposition zurückkehren, bewirkt damit also neue Sichtweisen und regt vor allem als Folge dazu an, Situationen nicht einfach unkritisch hinzunehmen, sondern stets neu zu denken. Gelegentlich sind im Klassenzimmer vergleichbare Überraschungen zu erleben. Wenn Sie bei Unterrichtsstörungen zum Beispiel das Unerwartete tun, eine Reaktion zeigen, mit der die Schüler nicht gerechnet haben, kann plötzlich eine ganz neue Aufmerksamkeit entstehen. So können auch die Schüler umdenken und lernen, neue Denkmuster zu bilden.

In dem Kapitel *Klassenführung in anderen Perspektiven* gibt es dazu einige Praxisbeispiele, auch mit Blick auf die veränderte Lernwelt der

Kinder und Jugendlichen im digitalen Zeitalter. Besonders war beim Homeschooling zu spüren, wie sehr die Lernbereitschaft mit einer guten Lehrer-Schüler-Beziehung korreliert. Wenn es Zeiten gibt, in denen die direkte Begegnung fehlt, in denen Schüler ihre Lehrer vermissen (wie auch Lehrer ihre Schüler), wird etwas von dieser Resonanzbeziehung spürbar, die sich alle beim Unterricht in der Schule wünschen. Vielleicht kann hier von der Entdeckung neuer Denkmuster die Rede sein, wenn Beziehungen im Klassenzimmer gelingen durch ein Classroom-Management in einer Balance zwischen Empathie und Führung.

Wechselseitiges Vertrauen zieht sich wie ein roter Faden durch die Resonanzpädagogik. Darin ist neben einem vertrauensvollen Lehrer-Schüler-Verhältnis auch das Selbstvertrauen der Schüler angesprochen. Dazu wird in dem Kapitel *Tagebuchsreiben in der Schule* das Konzept von »ChangeWriters e. V.« vorgestellt. Bei diesen Übungen kommen gleich mehrfach neue Denkmuster zum Vorschein. Die Schüler machen sich ein Bild von sich, nicht als Selfie, sondern handschriftlich als Eintrag im Tagebuch. Viele erleben diese Reflexion als Selbsterfahrung und sehen ein Bild von sich in einem neuen Rahmen – und die Lehrkräfte, die diese Einträge lesen dürfen, bekommen ein anderes, zum Teil völlig neues Bild von dem betreffenden jungen Menschen.

In dem Kapitel *Stärkung des Selbst durch Resonanz* erklärt Joachim Bauer die starke Wirkung solcher Resonanzverfahren. Und er beschreibt die Chancen, die ein liebevoller Umgang mit schwierigen Situationen bieten kann.

Das Kapitel *Mutmacher aus der Motivationsforschung* von Michaela Brohm-Badry schließt sich nahtlos an. Sie spricht von den beglückenden Momenten, wenn Schule und Unterricht sich im Sinne der positiven Psychologie entwickeln. Ihren Beitrag versteht sie als Aufruf zu einer »Glücksrevolution in der Schule«. Darin stecken gewiss neue Denkmuster.

Das Schlusskapitel *Resonanzverfahren als Aha-Erlebnis* mit einer Spurensuche in Hintergrundgeschichten ist gewissermaßen eine Zusammenfassung. Hartmut Rosa stellt Aspekte seiner Resonanztheo-

Wechselseitiges Vertrauen zieht sich wie ein roter Faden durch die Resonanzpädagogik.

rie in einen erweiterten Rahmen und ergänzt die Resonanzpädagogik um das »Mediopassiv«. Unter diesem Begriff versteht er die Position zwischen Aktiv und Passiv:

»Wie in dieser Grammatikform im Altgriechischen oder Hebräischen gibt es etwas zwischen Aktiv und Passiv. Das bringe eine Form von Involviertsein, Beteiligtsein zum Ausdruck, bei dem man nicht das Täterverhältnis, aber auch nicht das Opferverhältnis zur Welt hat. In der modernen Welt fühlen wir uns normalerweise aktiv als Täter: tatkräftig – oder als Opfer: machtlos. Im Mediopassiv sind wir teils aktiv und teils passiv, also weder allmächtig noch ohnmächtig, sondern teilmächtig.«⁹

Neue
Denkmuster
zu entwickeln,
bedeutet, »den
Dingen einen
neuen Rahmen
geben«.

Mit dieser Wortschöpfung bringt Rosa einen wichtigen Aspekt der Resonanzpädagogik zum Ausdruck, im Blick auf Schule und Unterricht, alle Beteiligten als Teilhabende zu sehen im Sinne von »Teilmächtigen«.

Neue Denkmuster zu entwickeln, bedeutet, »den Dingen einen neuen Rahmen geben«. In diesem Rahmen ist Resonanzpädagogik das »Bild«, mit ihr können wir gewissermaßen »spüren und spüren lassen, was in den Dingen steckt.« Oder etwas romantischer, wie es Eichendorff in der berühmten »Wünschelrute« besingt: »Schläft ein Lied in allen Dingen ...«

Wenn wir dann also Unterrichtssituationen wie auch Begegnungen im Alltag neu oder anders betrachten, können wir die verblüffende Wirkung neuer Denkmuster spüren. Zu solchen Resonanzerlebnissen will das vorliegende Buch mit anschaulichen Beispielen anregen.