



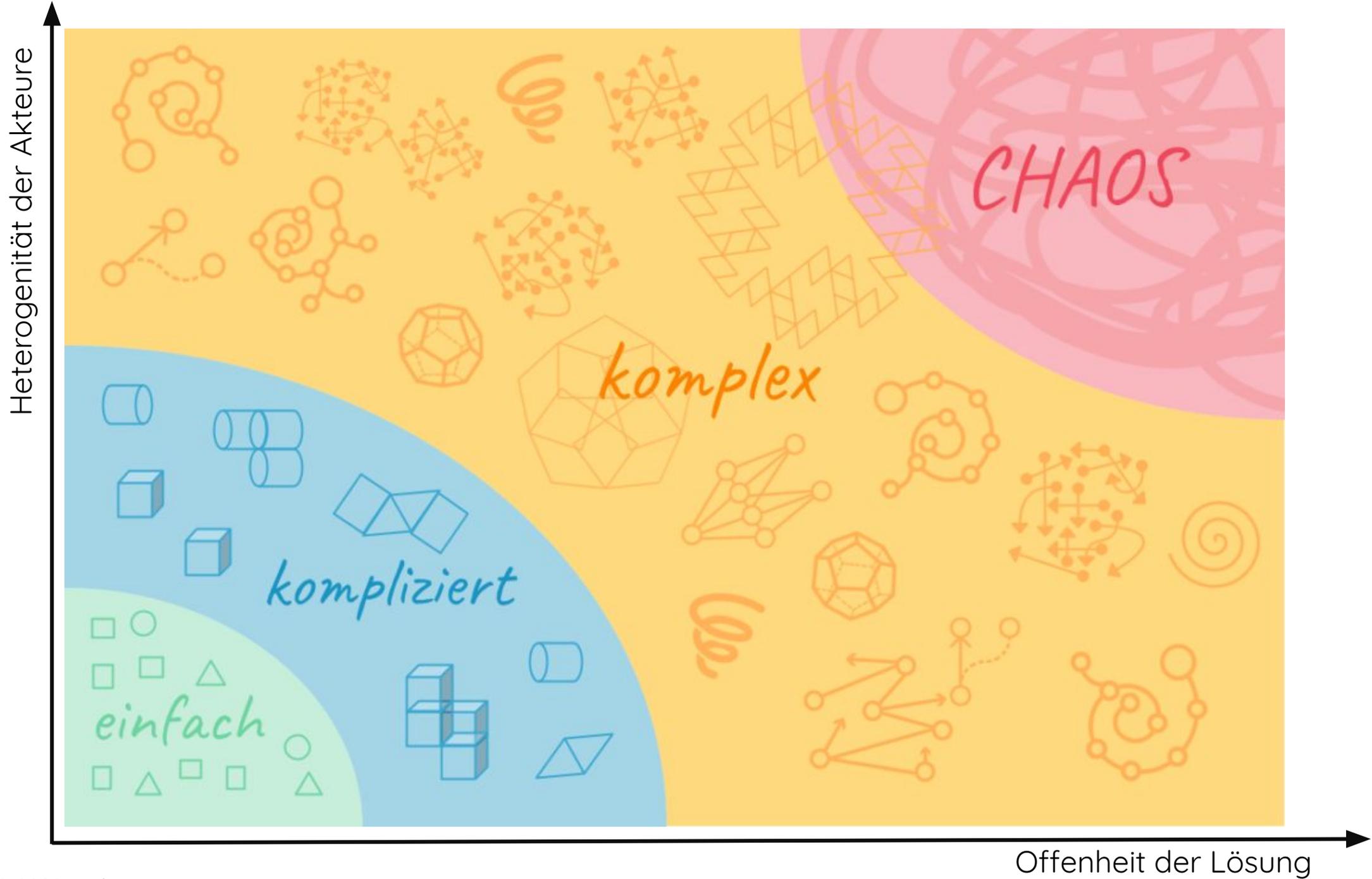
- Präsentation -

LISUM Fachtag Ganzttag 2022
Keynote, Karl Hosang

Inhalt

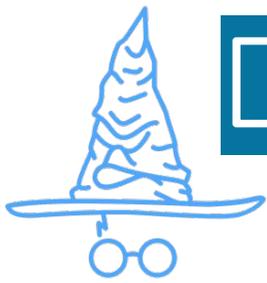
- Komplexität
- Die Physik menschlicher Systeme
- Die böse 9d lernt, sich selbst zu unterrichten
- Was macht ein gutes Team aus?
- Langzeitstudie: “All you need is love”
- How to Psychotherapie
- Hattie für die Menschlichkeit
- Reiter & Elefant
- Mensch-Gehirn vs. Säugetier-Gehirn
- Stressprogramm: Fight-Flight-Freeze
- Bedürfnisse als Ausgangspunkt für Gestaltung
- Der Misthaufen vor unserer Tür
- Aufmerksamkeit für Bedürfnisgläser

Menschliche Systeme sind komplex



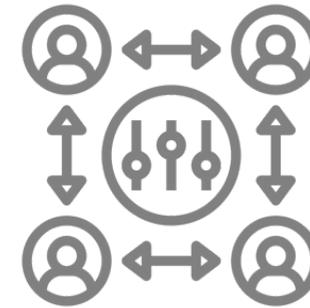
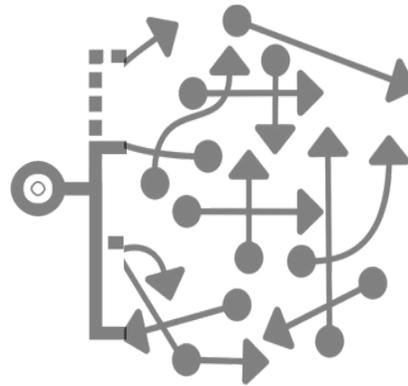
Teams: komplexe menschliche Systeme

	Universum	Teams
Wechselwirkung (<i>Kooperation</i>)	Teilchen, Energie, Stöße	Werte, Informationen, kleine Sticheleien
Kommunikation	Licht	Worte, Körpersprache
Antrieb	Potential → Kräfte	Sinn → Kompetenzen
Quellen	Ladungen, Massen	Bedürfnisse
Reibung	Wärme	Konflikt & Gemeinschaft



Die “böse 9d” transformiert sich

Zunächst gab es viel Reibung im Matheunterricht mit der 9d, doch dann traf ich eine radikale Entscheidung: Ich hörte auf, zu unterrichten und übertrug den Schülern die Verantwortung für ihren Lernprozess - mit einem erstaunlichen Ergebnis...



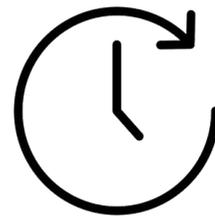
- Gängelei → Chaos → Selbstorganisation
- “Matheunterricht” → “Harry-Potter-Spiel”
- 32 Schüler → Einteilung in 4
Hogwarts-Häuser
- Lehrer-Bewertung → SuS entwickeln eigenes
Punktesystem angelehnt an
Harry Potter Geschichten
- Lehrer er-zieht → SuS unterrichten sich
gegenseitig
- Lehrer → Mentor / Coach

Google's »Aristoteles Studie«:

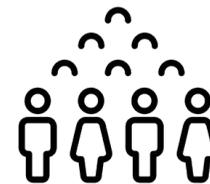
Was macht ein gutes Team aus?



1. *Emotionale Sicherheit*
2. Zuverlässigkeit
3. Struktur & Klarheit
4. Überzeugung
5. Höherer Sinn



2 Jahre



180 Teams



37.000
Mitarbeiter

268
Harvard-Studenten

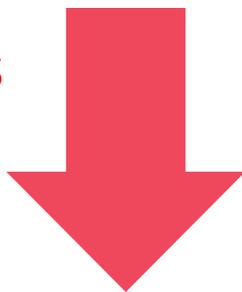
456
junge Männer aus sozialen
Brennpunkt-Milieus

75 Jahre
erforscht

Harvard Grant Study

*Welche Faktoren machen
glücklich, gesund & erfolgreich?*

Alkoholismus



herzliche
Beziehungen

»Happiness is love.
Full stop.«
George Vaillant



Krisen durchstehen

Wie wirkt Psychotherapie?

40 % Leben außerhalb der Therapie ,

30 % therapeutische Beziehung,

15 % passende Therapieform und

15 % Placebo-Effekte (***Selbsterfüllende Prophezeiung***)



T. Asay, M. Lambert: Empirische Argumente für die allen Therapien gemeinsamen Faktoren: Quantitative Ergebnisse. In: M. Hubble, B. Duncan, S. Miller (Hrsg.): So wirkt Psychotherapie. Empirische Ergebnisse und praktische Folgerungen. Verlag modernes Leben, Dortmund 2001, S. 41–81.

Hattie's Erfolgsfaktoren (selektiv) für Lernerfolg

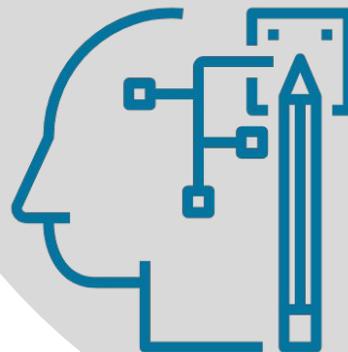
Feedback,
Feedback,
Feedback



**Beziehungs-
Qualität**



Kreativitäts-
training



Haltung der Lehrperson:
Klarheit & Begeisterung



Menschliche Systeme zu führen ist wie Elefantenreiten

Reiter

*rational, analytisch,
strategisch,
bewusst, reflektiert*



Elefant

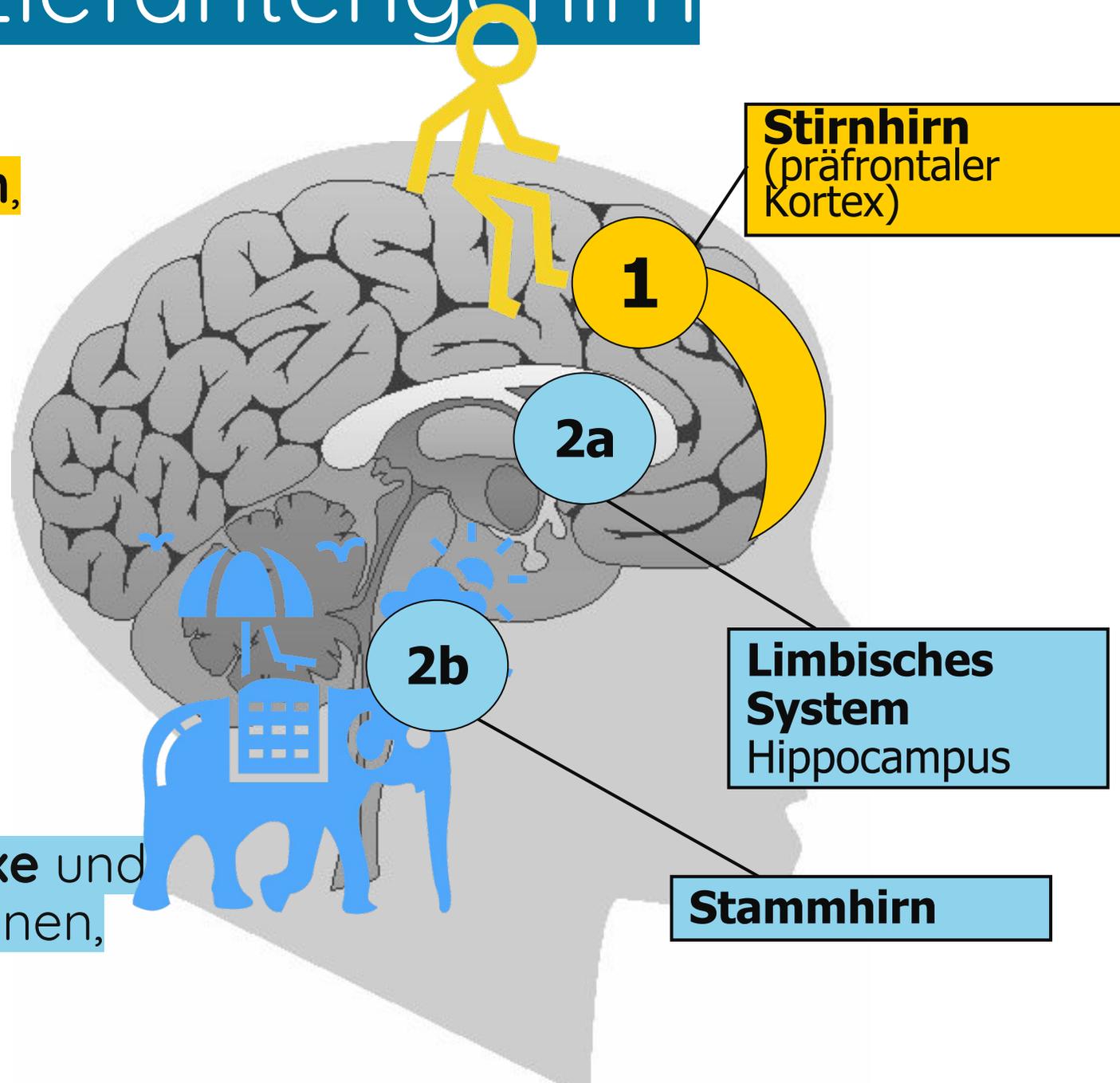
*unbewusst, intuitiv,
instinktiv,
handelt aus
Gewohnheiten heraus,
entscheidet schnell,
verändert langsam*

Reiter- und Elefantenhirn

1. Reflexion, **Bewusstsein**,
Verhaltenssteuerung,
Vernunft, Exekutive

2a. **Emotionen**

2b. unwillkürliche
Körperfunktionen: **Reflexe** und
archaische Schutzreaktionen,
Atmung



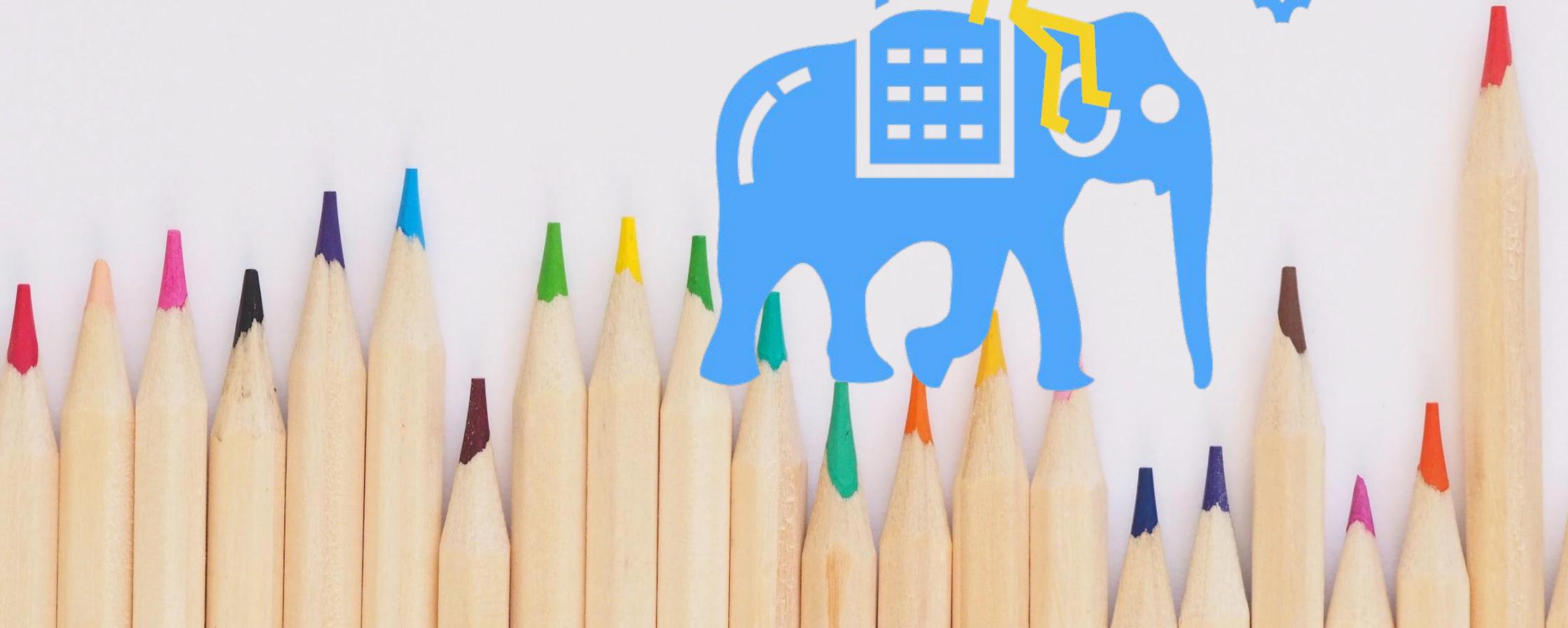
Angst & Stress: Notfallprogramm



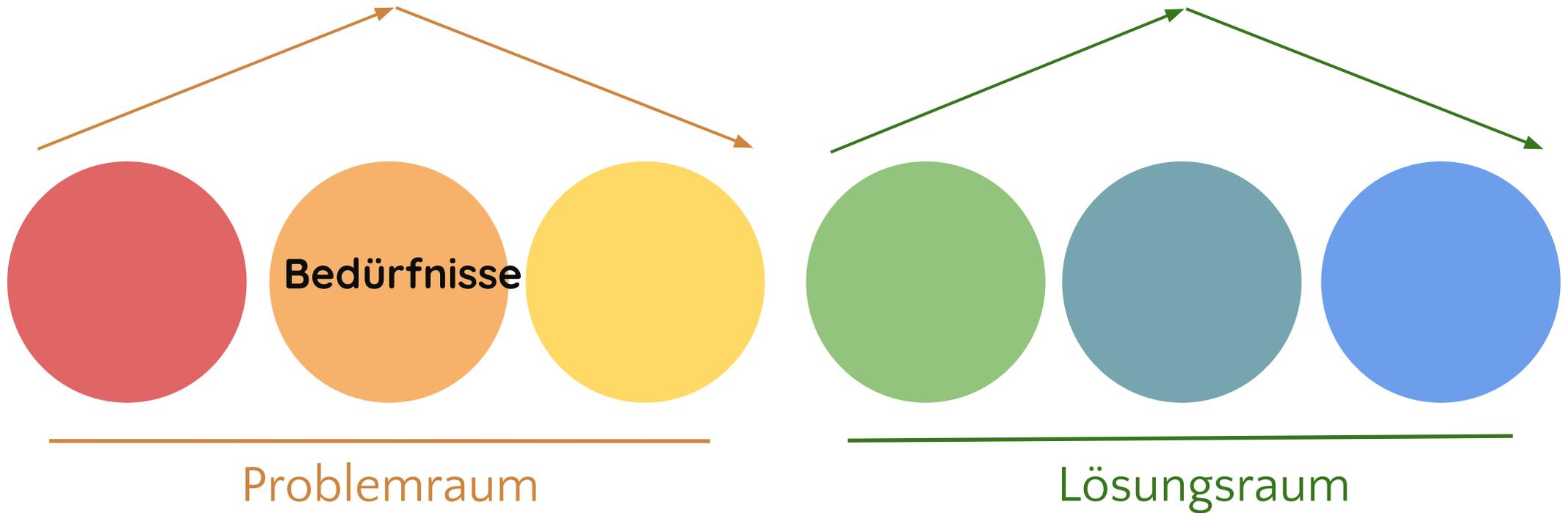
- **Fight,**
- **flight**
- **oder freeze**

Gleichgewicht:

Glücklicher Elefant, sicherer Reiter



Design Thinking: *für Innovation & Gestaltung*



mehr zu Design Thinking unter
karlhosang.de/design-thinking/

Bedürfnisse vs. Strategien

Ich brauche **Entspannung**

1. **Spazieren** gehen, **Musik** hören, ein **Bad** nehmen, ...

Ich sehne mich nach **Spaß** und
Abwechslung

2. Auf ein **Konzert** gehen, eine **Lesung** besuchen, ...

Ich möchte mich **entwickeln &**
kompetent fühlen

3. **Bücher** lesen, **Podcasts** hören,
dieser Kongress, ...

Ich **stehe unter Stress & Angst**
und brauche **Sicherheit**

4. Fight, Flight, Freeze

Bedürfnispyramide

nachträglich ergänzt

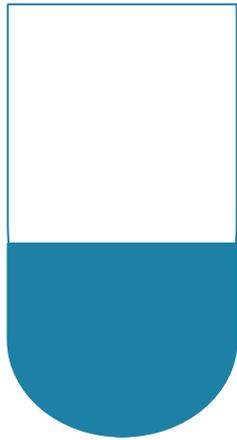
Die basaleren Bedürfnisse wollen zuerst befriedigt werden. Jedoch besteht auch die Gefahr von Teufelskreisen, wenn wir uns ständig um die basalen Bedürfnisse drehen, Dann hilft Inspiration durch die höheren Bedürfnisse, um ein menschliches System zu einem "höheren Zustand" zu transformieren.



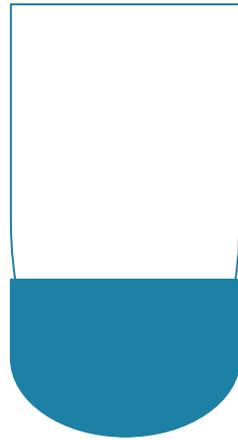
KPU: Konsequente positive Unterstellung: Jeder Mensch versucht zu jeder Zeit, seine Bedürfnisse zu erfüllen - und sucht dafür für ihn greifbare Strategien.

Bedürfnisgläser

*Ist ein Bedürfnis erfüllt, ist das Bedürfnisglas voll.
Fehlt uns etwas und ein Bedürfnis ist unerfüllt, ist
das Bedürfnisglas eher leer.*



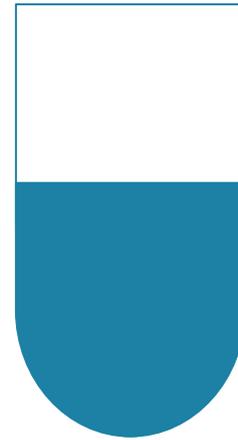
Verbundenheit



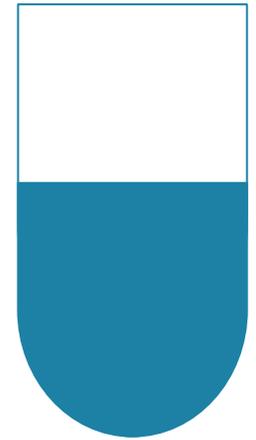
Wertschätzung



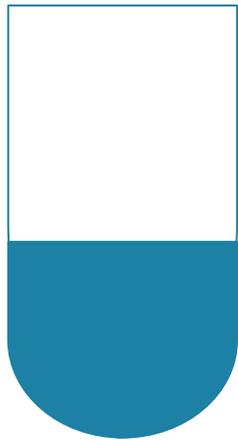
Unterstützung



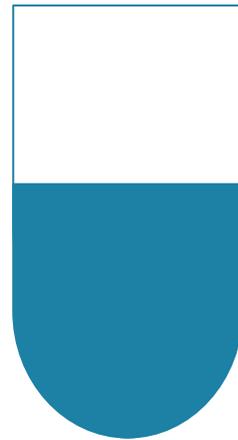
Spaß



Harmonie



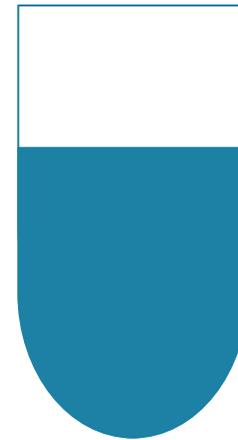
Wirksamkeit



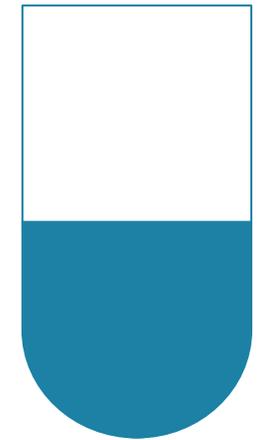
Leichtigkeit



Autonomie



Erholung



Sicherheit

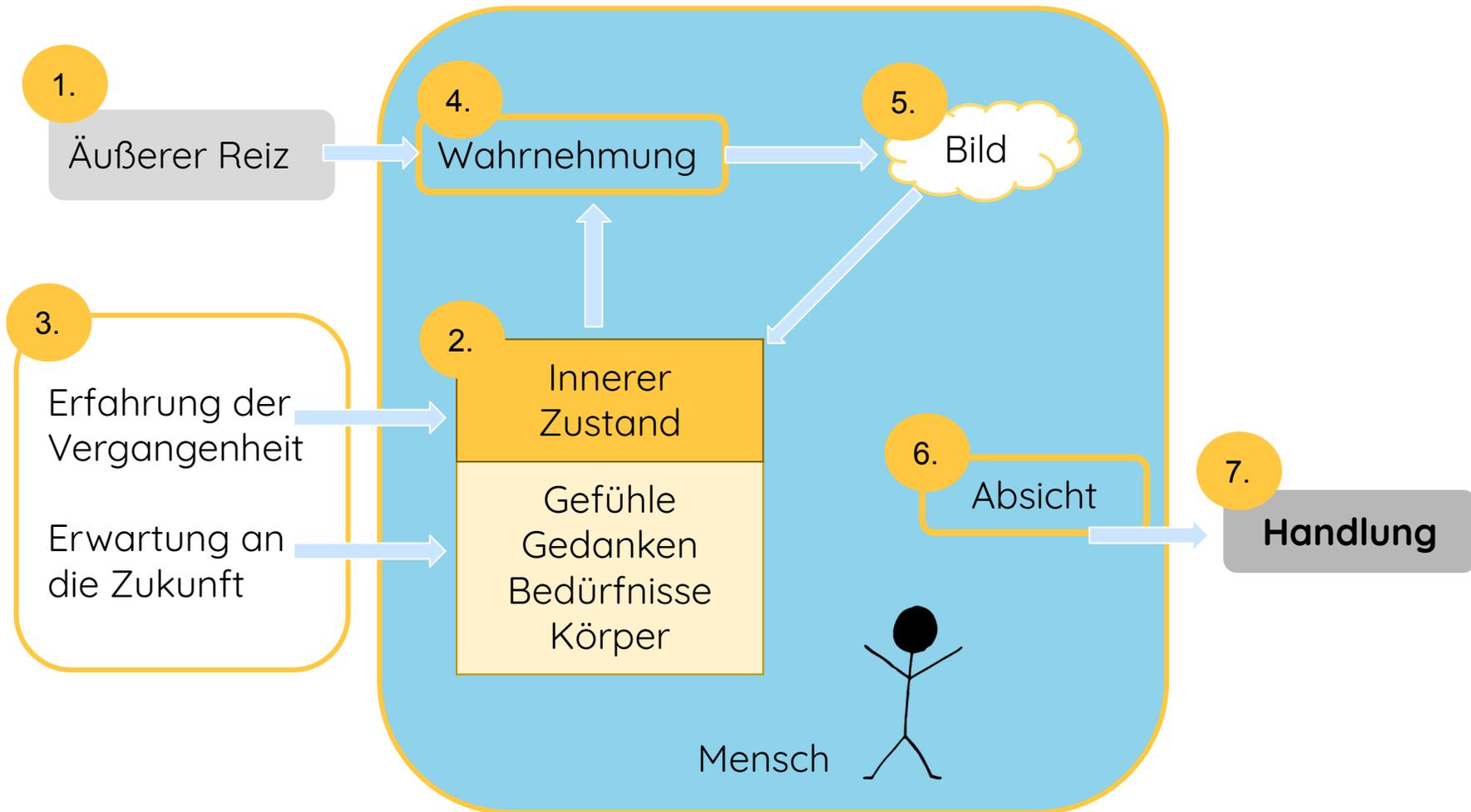
Übung: Bedürfnisgläser TEIL 1/2

Stille Selbstreflexion

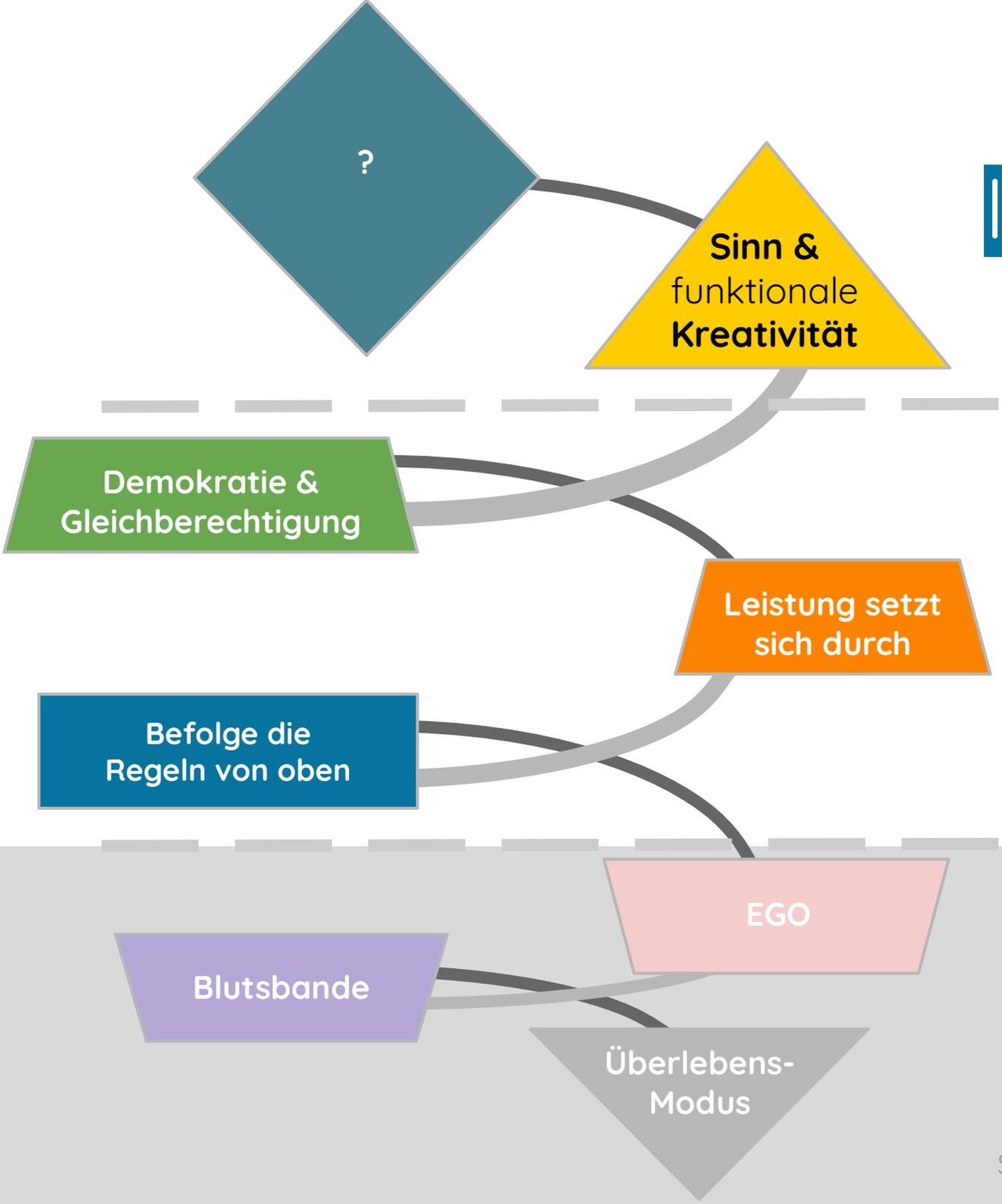
Wie gut sind deine Bedürfnisse erfüllt? Schätze den Pegelstand. Nimm diese Vorlage oder kritzle einfach 10 "U"s auf einen Notizzettel.

	Verbindung	Wertschätzung	Unterstützung	Spaß	Harmonie
↑ ↓					
	Kompetenz	Leichtigkeit	Autonomie	Erholung	Sicherheit

Wie tickt der Mensch?

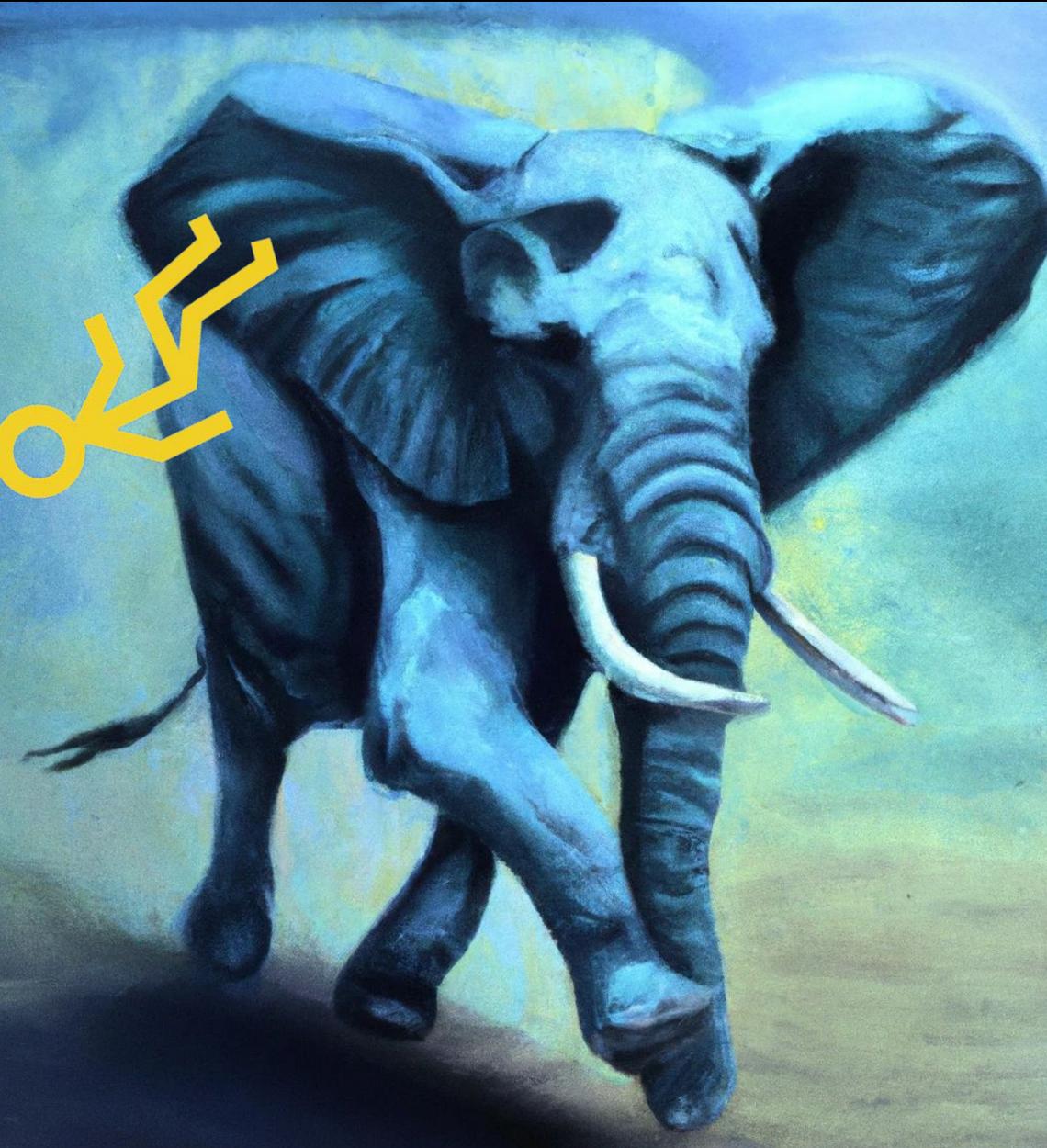


Team 7.0: Interpretationen von Teamkultur



↑
Zunahme von:
Bewusstsein,
innerer Freiheit,
Kreativität,
Flexibilität,

Aber was ist mit den Altlasten?



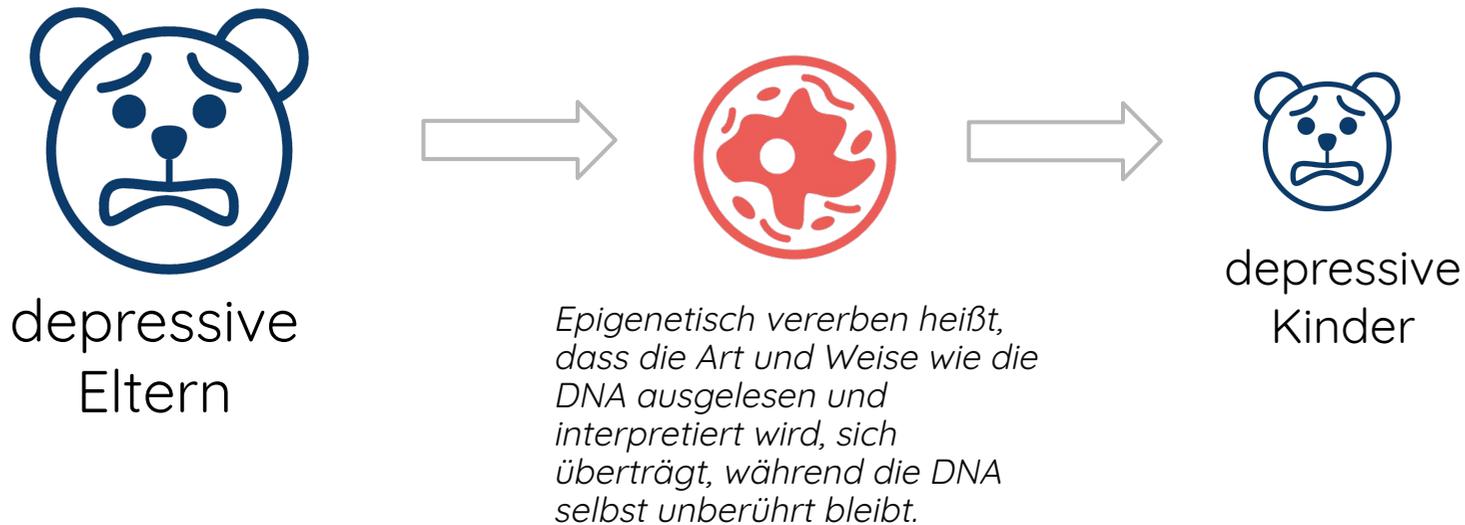
- **Fight,**
- **flight**
- oder **freeze**

...kann

- *im Körper gespeichert bleiben,*
- *zum Mainstream werden,*
- *übertragen werden.*

Isabell Mansuy:

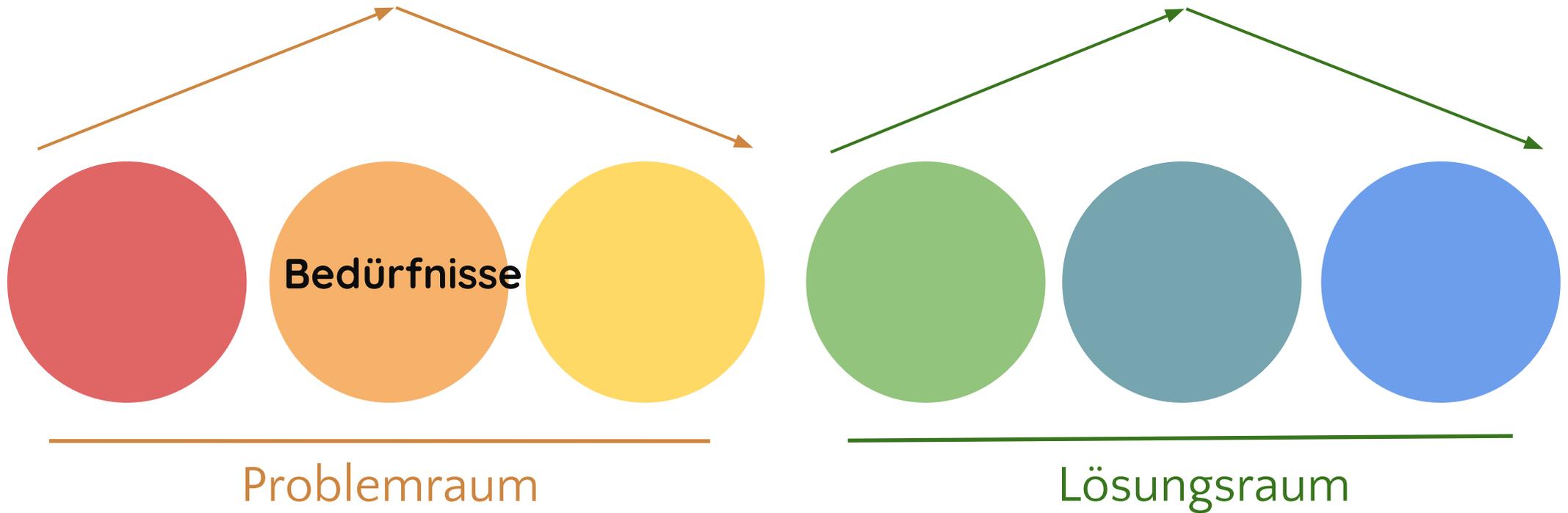
»Traumatischer Stress kann über bis zu 4 Generationen epigenetisch vererbt werden«



Unterbrechung der Weitergabe: *Bedürfnis-Paradiese*



Design Thinking: *für Innovation & Gestaltung*



mehr zu Design Thinking unter
karlhosang.de/design-thinking/

nachträglich ergänzt

Unsere Aufgabe ist es,
schöne Kulturen
& Bedürfnis-Paradiese
zu gestalten!

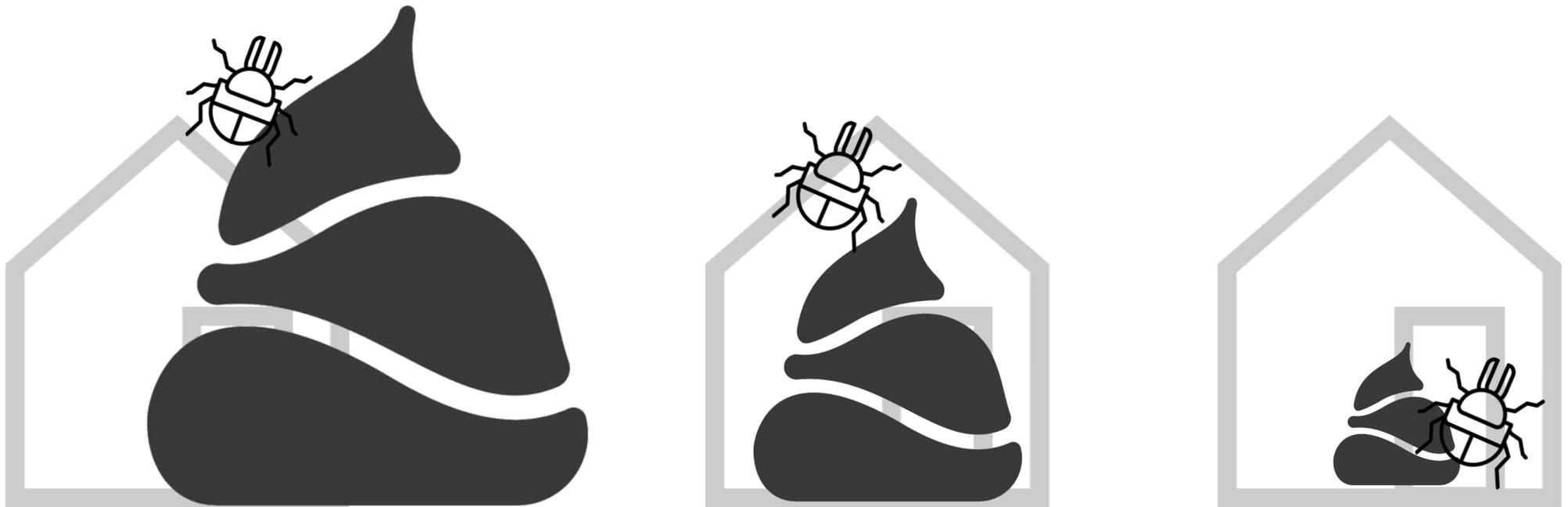


(seelische Traumata werden über bis zu vier Generationen epigenetisch vererbt [1])

Alltagsstress, Reibung, **Ballast** der Vergangenheit...

Was machen wir mit dem
Misthaufen vor unserer Tür?

nach einem buddhistischen Gleichnis

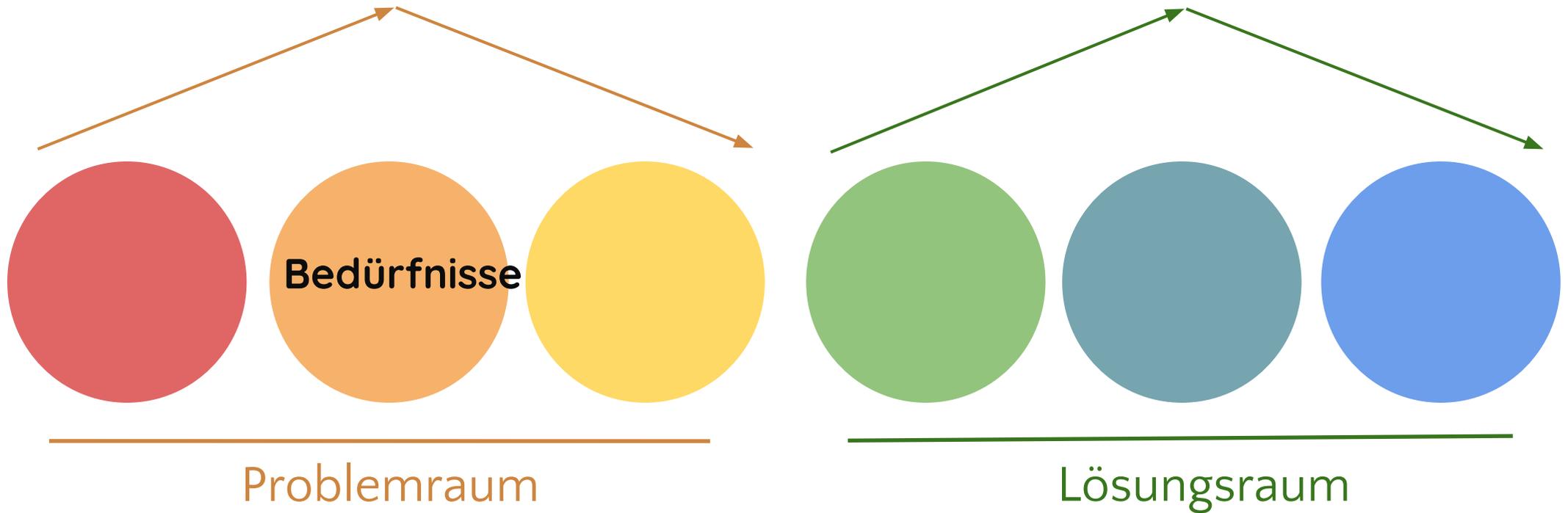


[1]Jawaid, Ali, Martin Roszkowski, and Isabelle M. Mansuy. „Transgenerational epigenetics of traumatic stress.“ Progress in molecular biology and translational science. Vol. 158. Academic Press, 2018. 273-298.

Alltagsstress, Reibung, Ballast der Vergangenheit:
*Dünger für unseren Garten der
Weisheit & Herzlichkeit*



Design Thinking: *für Innovation & Gestaltung*



mehr zu Design Thinking unter
karlhosang.de/design-thinking/

Wie finden wir Bedürfnisse heraus?

Empathisches Zuhören ist im Design Thinking der **Schlüssel für das Verstehen der Menschen, um die es geht.**

Was ist empathisches Zuhören?

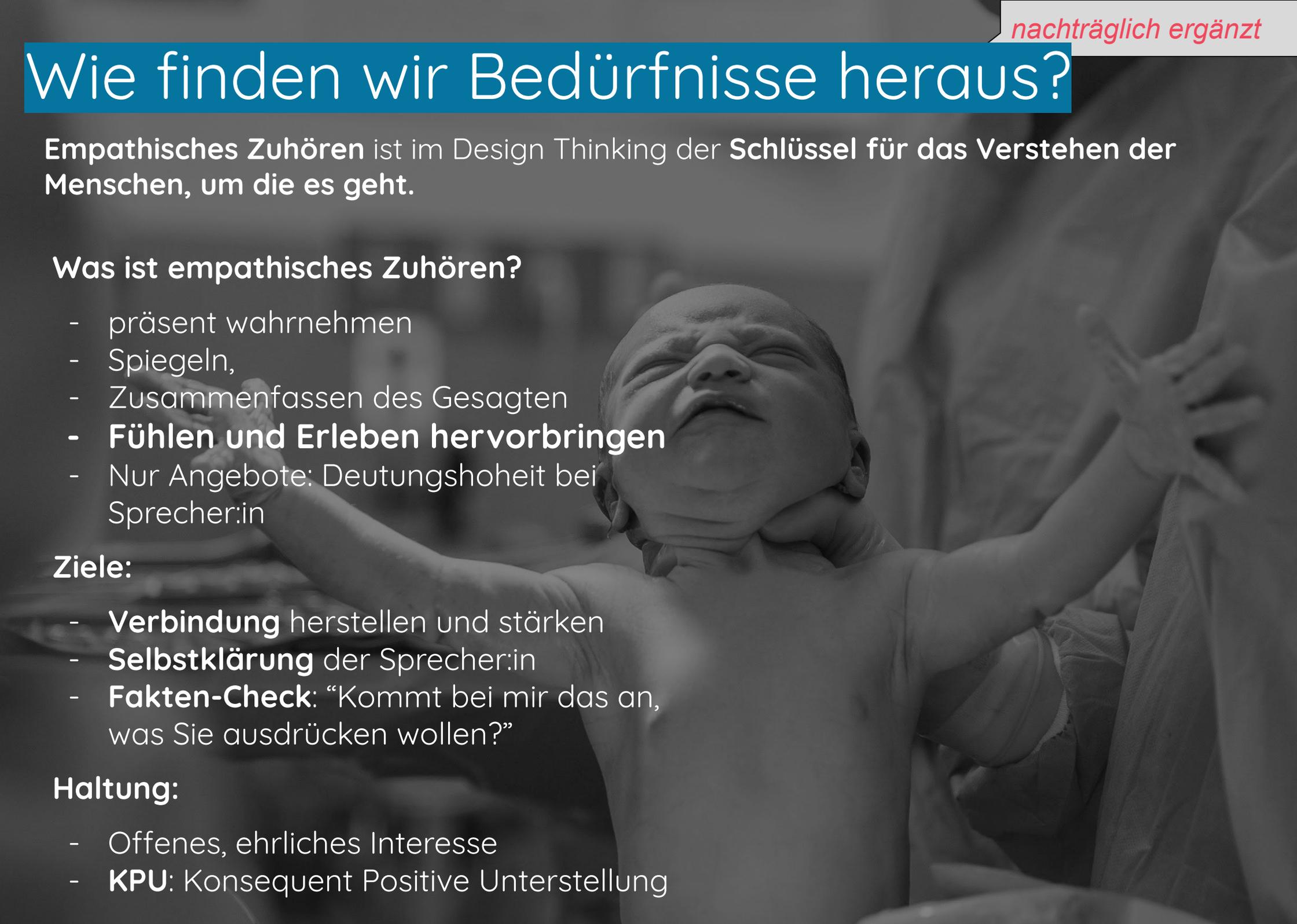
- präsent wahrnehmen
- Spiegeln,
- Zusammenfassen des Gesagten
- **Fühlen und Erleben hervorbringen**
- Nur Angebote: Deutungshoheit bei Sprecher:in

Ziele:

- **Verbindung** herstellen und stärken
- **Selbstklärung** der Sprecher:in
- **Fakten-Check:** “Kommt bei mir das an, was Sie ausdrücken wollen?”

Haltung:

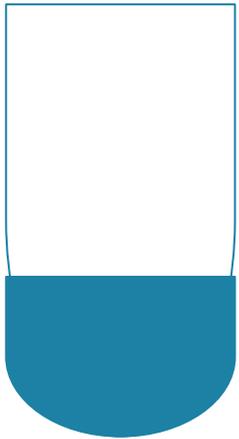
- Offenes, ehrliches Interesse
- **KPU:** Konsequent Positive Unterstellung



Übung:

Bedürfnisgläser TEIL 2/2

Achtsames Zuhören & Sprechen



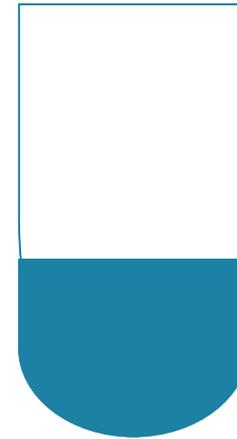
Verbindung



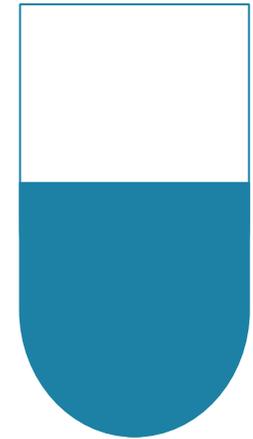
Wertschätzung



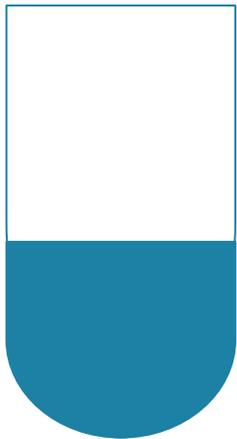
Unterstützung



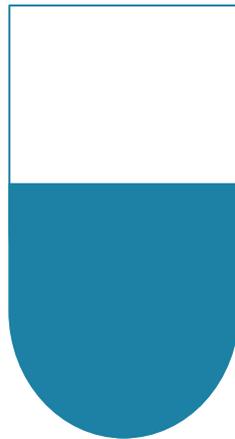
Spaß



Harmonie



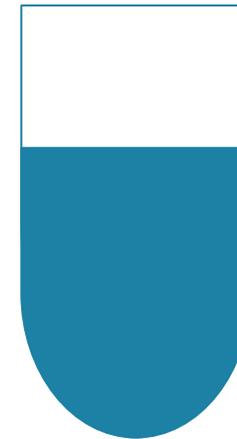
Kompetenz



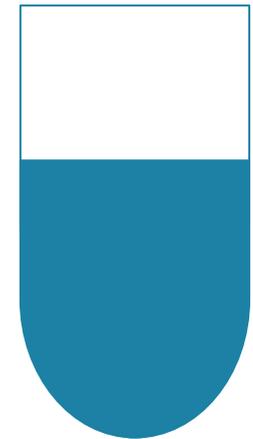
Leichtigkeit



Autonomie



Erholung



Sicherheit

Gestalten Sie
schöne
Teamkulturen!

Vielen Dank