

Fortbildung für FluglehrerInnen DHV e.V. 2020

Pädagogik für die Praxis

TAKE HOME – Was ich mir mitnehme:

Meine Werte Grundhaltung	„Mir ist wichtig, dass ...“ (1 Wert/ Leitsatz)
-----------------------------	---

Selbstfürsorge	(1 Tip)
----------------	---------

Positives bestätigen: Beschreibend Loben	„Du hast“ + „Dadurch“
---	-----------------------

Negatives ersetzen: Anregungen geben	Was soll er/sie stattdessen tun? → „Wenn... dann...“
---	--

Grundhaltung - Tipps von FluglehrerInnen

Die folgenden als hilfreich empfundenen Grundhaltungen haben erfahrene Fluglehrer genannt.

→ Welche sprechen Dich besonders an?

Beim Lehren

- Schüler können immer etwas lernen.
- Schüler sind zum Lernen da.
- Fehler sind Teil des Prinzips des Lernens.
- FEHLER sind HELFER.
- Fehler passieren nie mit Absicht.
- Wer weiß, was falsch war, kann draus lernen.
- Schüler sollen wissen, warum sie was tun.
- Ich achte körperliche und persönliche Grenzen.
- Ich möchte Erfahrungen sicher ermöglichen.
- Ich erkläre so, dass du es verstehen kannst.
- Ich fordere individuell.
- Ich fördere und fordere - und bremse wo nötig.
- Ich mache aus dir einen kompetenten Piloten.
- Ich fördere Sicherheitsdenken.
- Humor hilft.
- Ich bin Vorbild.

In kritischen Situationen

- Sicherheit ist oberstes Gebot. / Safety first.
- Gesundheit geht immer vor.
- Ich Sorge für deine Sicherheit.
- Sicherheit vor Wirtschaftlichkeit.
- Im Zweifelsfall: Schüler vor Chef.
- Störungen haben Vorrang.
- Aktuelles geht vor. Eins nach dem Andern.
- Maximaler Ernst bringt maximalen Spaß.
- Alle sollen verletzungsfrei Spaß haben.
- Ich trage Verantwortung und bestimme.
- Meine Verantwortung, meine Entscheidung.
- Ich bin der Fels in der Brandung.

In Bezug auf die Gruppe

- Ich möchte eine gelassene Stimmung.
- Ich möchte meine Freude und Begeisterung teilen.

Bei schwierigen SchülerInnen

- Ich sehe dich als Mensch/Freund.
- Erst verstehen, dann verstanden werden.
- Ich nehme mir Zeit für dich.
- Für Wichtiges: Abstand und Ruhe.
- Du bist mein Kunde.
- Mein Flugschulleiter ist mein Rückhalt.
- Der Schüler kann nichts für meinen Druck.
- Respekt fängt da an, wo ich meinem Gegenüber zutraue, mich zu verstehen.
- Jeder kann alles lernen (wenn körperl. + geistig in der Lage dazu).
Ich zeige dir die nötigen Schritte.
- Ich traue dir zu, es zu lernen.
- Ich finde Wege für dich.
- Was brauch DIESER Schüler von mir?
- Wie würde ich /xy es verstehen?
- Ich versetze mich in deine Lage.
- Ich bin bei dir, ich helfe dir.
- Schuldzuweisungen bringen nix.
- Ich hab alle lieb, auch wenn ich mal laut bin.
- Menschen haben unterschiedliche Begabungen.
- Was ist mein Beitrag (an deinem Fehler)?
- Jeder macht, so gut er kann.
- Jeder gibt sein Bestes / sich Mühe.
- Jeder will es eigentlich richtig machen.
- Jeder macht mal Fehler – auch ich.
- Ich handle konsequent.
- Schüler sind Schützlinge.

Zur Selbstfürsorge

- Ich brauche Energie, um gut lehren zu können.
- Je besser es mir geht, desto besser kann ich für meine Schüler da sein.
- Die Bedürfnisse aller sollen respektiert zu werden – auch meine.

Selbstfürsorge - Tipps von und für FluglehrerInnen

Während der Schulung/Arbeit

Abschalten

- Pausen
 - klar ansagen
 - zum Abschalten nutzen
 - selbst fliegen gehen; Bus fahren; extra hochlaufen
 - nutzen für Theorie (über Wetter sprechen, „quengelnden“ Schüler*innen schlechte Bedingungen zeigen/veranschaulichen/„beweisen“)
 - auch kurze Momente bewusst als Pause nutzen („Konzentrationspause“: abschalten, auf Atem achten, eigene Bedürfnisse spüren)
 - räuml. Abstand zu Schüler*innen (ggf. Toilettengang)
 - über „flugfremde“ Themen sprechen; „Strafe“ fürs übers Fliegen reden einführen
 - Alternativen bieten (Slackline, Frisbee,...)
 - eigene (und fremde) (Leistungs-)Grenzen kennen, wahrnehmen, Bedürfnisse aktiv einfordern
- Handy ausschalten während Schulung → Fokus auf Schüler*innen ganz oder gar nicht

Auf körperliche Bedürfnisse achten

- Genügend Trinken → Camelbag nutzen
- Genügend Essen
 - Brotzeit am Vorabend/in der Früh vorbereiten
 - Notfall-Müsliriegel dabei haben
- Im Sommer: Schatten/Sonnencreme, Zeckenschutz,...
- Bedürfnisse offen kommunizieren

Schwierigen Situationen vorbeugen

- Konflikte frühzeitig ansprechen
- besprechen mit Kollegen (z.B. fix 1 Mal pro Jahr im Team), schwierige Fälle sammeln (Ordner machen)
- Unterstützung holen von Vorgesetztem
- Supervision nutzen
- Unterstützung des DHV nutzen
- eigene Prioritäten setzen (Verantwortung!)
- Schüler*innen -“Wahl“: in Schnupperkurs filtern; Geld zurück; Prioritäten m. Flugschule klären

Teamwork

- klare Aufgabenverteilung
- Dinge nachbesprechen, gegenseitig Loben
- Team mit dem Fluglehrer bilden, aufeinander achten (Verpflegung, Pausen,...), gemeinsam entspannen
- Klima des aufeinander Achtens fördern (auch unter Fluglehrern)
- offenes Ohr haben, auch mal „auskotzen“ dürfen (Psychohygiene)
- Umgang mit schwierigen Schüler*innen abgeben
- Bei Betreuung der Gruppe abwechseln (z.B. auf Reisen abends abwechselnd frei haben)

Außerhalb der Schulung/Arbeit

Abschalten/Auftanken

- andere Hobbies
 - für den Körper: Entspannung und Bewegung
 - für den Geist: selbst etwas Neues lernen
 - für die Seele: Musik, Meditation, Freunde, Partner,...
- Klaren Feierabend haben
- Trennung zwischen Job und Freizeit → Wohnort bedenken
- bei Flugreisen abends zurückziehen
- Selbst fliegen
 - wenn keine Schüler*innen anwesend sind
 - aktiv abgrenzen („bin privat hier“)
- Jahresplanung: freie Zeit / Urlaub einplanen, v.a. nach anstrengenden Phasen
- Diensthandy nutzen, abends ausschalten

schwierige Situationen nachbesprechen mit Familie/Freunden/Kollegen

Gute Balance zwischen Hauptberuf und ggf. Nebenberuf finden

Positive, aber professionelle Beziehung zu Schüler*innen • individuell gutes Maß finden • Privatnummer nicht rausgeben • eigenen Anspruch überdenken • „Gruppe knacken“: anfangs Priorität auf Gruppenklima setzen, dann gemeinsam Spaß haben können; Grundhaltungen leben (z.B. „Wir helfen uns.“) → „Buddy-System“/„erweiterter Partnercheck“: Wir achten aufeinander, auch bezüglich der Bedürfnisse • „schwierige“ Schüler*innen frühzeitig zur Seite nehmen, 4-Augen-Gespräch; Gruppe positiv nutzen	innere Klarheit Selbstreflexion über Prioritäten, Bedürfnisse und Ansprüche
Klare Regeln, Abläufe und Erwartungen • mit Team festlegen → z.B. „Wenn ein Fluglehrer zweifelt, gilt es. / Im Zweifel gilt das Nein.“ • möglichst mit Gruppe festlegen („unsere“ Regeln), Konsequenzen klären; Fluglehrer behält „Hoheitsrecht“ wg. Verantwortung • schriftlich festhalten ; im Vorfeld kommunizieren und bei Bedarf darauf verweisen → z.B. Mittagspausen-Regelung, Zeitpunkt für Feedback („Jeder Schüler kommt nach der Landung zu mir.“) • ggf. Ablaufplan mit Schüler*innen machen (z.B. Startreihenfolge festlegen) • Erwartungen beeinflussen (Grundsatz „Fliegen lernen dauert.“ „Lieber Fragen als unklar bleiben.“)	
Gute Vorbereitung • Ablaufplan • Material griffbereit: Akkus, Skript für Theorie,.. • Plan B haben • früher kommen, Ruhe für Vorbereitung • früh starten (z.B. 6:30 h am Berg) • genügend Personal einteilen (z.B. mittags)	
Delegieren und Abgeben • „Eigenleben“ der Gruppe fördern • einfache Aufgaben an Schüler*innen abgeben • organisatorische Aufgaben am Team geben • an Eigenverantwortung appellieren, Mitdenken fördern	
Grundhaltung/Einstellung • freiwillige Arbeit • positiver Blick • Menschlichkeit und Augenhöhe	Tätigkeit als Fluglehrer*in als Ausgleich zu Hauptberuf sehen
Highlights sehen • mitfreuen über Erfolge der Schüler*innen • Freude zeigen und teilen • Klima fördern, in dem sich Schüler*innen über die Erfolge anderer freuen • bewusst die Natur genießen	An Highlights erinnern

Wie lernen Menschen am besten?

Bedeutsamkeit (Person + Thema)	positive Atmosphäre → Wohlfühlen persönlich, in Gruppe, mit Lehrkraft
---------------------------------------	---

„Cocktail“ aus 3 Botenstoffgruppen (nach Prof. Joachim Bauer):

- Dopamin (als Leistungsdroge) → Lust am Lernen
- Opioide/Endorphin (als Wohlfühldroge) → körperl, Wohlfühlen
- Oxytocin (als Freundschaftsdroge) → Verbunden fühlen

Feedback als zentrale Variable für Lernerfolg

Möglichst...

- **positiv** (Was war richtig/gut?)
- **positiv formuliert** (ohne „nicht/kein“)
- **prompt** (möglichst zeitnah) → kurz über Funk
- **konkret** (wie genau geht es?)
- **transparent** (klare Bewertungskriterien zB in prakt. Prüfung)
- **kriteriumsbezogen** oder **individuumbezogen** (statt normorientierten, d.h. Vergleich mit der Gruppe)
- Das Verhältnis von Lob und Kritik (bzw. positiver Rückmeldung zu konkreten Verbesserungsvorschlägen) sollte **3:1** betragen.

Positives bestätigen (Beschreibend Loben)	Negatives ersetzen (Anregung geben)
Beobachtung: Handlung konkret und positiv beschreiben (Details!) → „Du hast...“ Positive Auswirkung benennen → „Dadurch...“ optional: Stärke benennen oder eigenes (positives) Gefühl benennen (→ „Da hast du eine Stärke. / Ich freu mich/...“) <i>vermeiden: versteckte Kritik, Vergleiche</i>	Vision: Gewünschte Handlung konkret und positiv beschreiben (→ Was soll er/sie stattdessen tun?) → „Wenn du...“ Positive Auswirkung benennen → „dann...“ Optional: Tipp / Hilfestellung / Übungsmöglichkeit anbieten (→ „Wenn du möchtest, kannst du...“) <i>EINE Anregung auswählen (größter oder leichtester Hebel / nächster Schritt)</i>

Feedback geben

- | | | |
|---|---|---|
| 1 | Auf Grundhaltung konzentrieren,
Positiven Kontakt herstellen | Was ist mir wichtig?
Was soll er/sie jetzt lernen? |
| 2 | Beschreibend Loben (3 Dinge) | |
| | 1.1 Konkrete Beobachtung/Handlung (Details!) | → „Du hast...“ |
| | 1.2 Positive Auswirkung benennen | → „Dadurch...“ |
| | 1.3 optional: Stärke oder eigenes (positives) Gefühl benennen | |
| 3 | ggf. Selbsteinschätzung erfragen | → ggf. „Was findest du, was dir gelungen ist?“ |
| 4 | Anregung geben (Eine!) | |
| | 4.1 gewünschte Handlung konkret beschreiben | → „Als du... / Wenn du... “ |
| | 4.2 positive Auswirkung benennen | → „da... / dann... “ |
| | 4.3 Ggf. Tip /Hilfestellung/Übungsmöglichkeit anbieten | → „Wenn du möchtest, kannst du/kann ich....“ |
| 5 | Positiver Abschluss: Stärke (nochmal) nennen / Take-home-message / Gefühl / Zuversicht | → „Das ist eine Stärke von dir. /Ich freu mich/...“ |

Übung 1

POSITIVES

	1. Konkrete Beobachtung (Was hat er/sie genau gemacht?)	2. Positive Auswirkung (Was war die Wirkung z.B. auf den Schirm?)
3 Positive Dinge	Du hast...	Dadurch...
	Du hast...	Dadurch...
	Du hast...	Dadurch...
Ggf. Stärke	Es fällt dir leicht/liegt dir... Da hast du eine Stärke.	

NEGATIVES / ANREGUNG

1 „Hauptfehler“ (Was sollte er/sie am dringendsten ändern? Oder was ließe sich am leichtesten ändern?):

Was soll der /die Schüler*in <i>stattdessen</i> tun?	Positive Auswirkung	Ggf. Hilfestellung / Übungsmöglichkeit
Wenn du...	Dann...	Wenn du möchtest, könntest du...

Pädagogische Interventionen in der Praxis – Toolbox für FluglehrerInnen

VORHER

- Für passende Rahmenbedingungen sorgen (Material, Wetter, Gruppengröße,...)
- Selbstfürsorge beachten, Vorbild sein
- Passende Grundhaltung vergegenwärtigen, Pausenknopf drücken („Mir ist wichtig, dass...“ / „Was soll der/die SchülerIn jetzt lernen?“)
- Vorbereitung (‘to set up for success’):
 - Klare Anleitung geben, was geschehen wird/soll („Als erstes..., dann...“)
 - Unterstützend korrigieren (z.B. Schirm auslegen, Leinen sortieren, mittig stellen,...)

WÄHREND

- **Bestätigen:** kurz bestärken („ja, genau, schön, super,...“), ermutigen („weiter so,...“)
 - prompt und angemessen/dosiert, authentisch (Tonfall beachten)
 - v.a. bei umgesetzter Anweisung
- **Vorbereiten**
 - Vorwarnen, was passieren wird („Gleich wird es dich ein wenig heben.“)
 - Rechtzeitig negativen Verlauf verhindern („Achte auf...“)
- **Anweisungen geben**
 - knapp, konkret, positiv (Was soll er/sie *stattdessen* tun?)
 - Aufforderungen statt Fragen
 - bei Sichtkontakt ggf. nonverbale Signale
 - auf Vokabular achten
 - Aktion bei Anfängern („Hände zum Karabiner“), Funktion („Anbremsen“) und Fachbegriffe bei Fortgeschrittenen
 - Flugschulintern einheitliche Signalwörter
- Eigenständigkeit fördern
 - **Selbstwahrnehmung anregen** („Merkst/Spürst du ...?“)
 - **Außenwahrnehmung anregen** („Schau mal.../ Siehst du...?“)
- **Entscheidungen überlassen** (je nach Können)
 - Optionen anbieten („Wenn du möchtest, kannst du...“)
 - Initiative überlassen („Entscheide selbst, wann...“)
- In schwierigen Situationen:
 - **Entlasten**
 - Normalisieren („Das geht vielen so./Das passiert vielen.“)
→ Verhalten und Gefühle normalisieren
 - Anstrengung würdigen („Ich hab gesehen, dass du versucht hast...“)
 - Schwierigkeitsgrad anerkennen („Das war aber auch eine schwierige Situation“)
 - Hilfreiche Erklärungen bieten („Wenn der Schirm...“)
 - **Sicherheit vermitteln:** freundlicher, ruhiger Tonfall
 - **Aufmerksamkeit gewinnen:** mit Namen ansprechen; um (körperliche) Reaktion bitten; ruhig auffordern Anweisungen zu folgen („Hör mir zu.“)
 - **Abbrechen:** konkrete, klare Verhaltensanweisung geben

DANACH

- **Feedback geben**
 - **Gelungenes anerkennen (Beschreibend Loben) (3:1)**
 - 1 konkret beschreiben („Du hast.../ Wichtig war.../ Gut gelungen ist dir...“)
 - 2 positive Auswirkung benennen („und dadurch...“)
 - 3 optional: Stärken benennen („Das ist eine Stärke von dir.“)
eigenes Gefühl benennen („Ich freue mich/hab Spaß/bin beeindruckt...“)
 - **nach eigener Einschätzung fragen** („Was würdest du sagen ist gut gelaufen/gelungen?“)
→ fragen, nachdem schon etwas Positives genannt wurde.
 - **Anregungen geben**
 - 1 Konkrete und positive Anregung geben → Was soll er/sie stattdessen tun?
 - 2 Positive Auswirkungen nennen („Wenn...,dann.../ Dadurch, dass... / Je.. desto...“)
 - 3 positiv enden (z.B. mit Stärke, eigenes Gefühl benennen „Ich freu mich/hab Spaß.“)
 - Wichtigsten Punkt auswählen (nächster Lernschritt, größter Hebel/leicht umsetzbar/ oder auf Frage des Lernenden eingehen)
 - wachstumsorientiert formulieren (Verhalten statt Person beschreiben, Vergleiche vermeiden)
- **Selbstbeobachtung fördern** („Hast du gemerkt, wie ...? / Wie hat sich das angefühlt, als...?“)
- **Entlasten** (Normalisieren, Anstrengung würdigen, Schwierigkeit anerkennen, hilfreiche Erklärungen bieten)
- **Eigenen Anteil erkennen** → Übungsmöglichkeiten einrichten, Rahmenbedingungen ändern,..
- Ggf. Nachbesprechung schwieriger Situationen (Ursachenklärung; Anregungen geben für nächstes mal („Wenn...,dann...“); Entschuldigen bei Überreaktion)

