

DIE DELTA PÄDAGOGIK

Die vier Temperamente

Eine Zusammenfassung und entsprechende Erlebnisse

Hanspeter Diboky

DIE DELTA PÄDAGOGIK

Die vier Temperamente

Eine Zusammenfassung und entsprechende Erlebnisse



Delta Dynamik

I. Auflage, 2014

© 2014 CMD Publishing, Zürich

Alle Rechte vorbehalten.

Satz & Gestaltung: Christian Diboky, Zürich

www.cmdpublishing.ch

Ich danke meiner Frau Esther und meinen Kindern
Christian, Ela und Johannes für ihre Hilfe beim Entstehen dieser Broschüre.

Zusammenfassung

Mit Hilfe der vier Temperamente wird der Schwerpunkt auf den jeweiligen Körper gelegt.

Cholerisches Temperament (Individualkörper)

Der Choleriker - ein furchtloser und schnell entschlossener Mensch. Seine negativen Seiten können sein: Seine leichte Erregbarkeit, seine Unausgeglichenheit und Jähzorn. Im positiven Sinn werden die Charaktereigenschaften eines Cholerikers auch als willensstark beschrieben.

Sanguinisches Temperament (Seelenkörper)

Der Sanguiniker - ein heiterer, lebhafter und oberflächlicher Mensch. Als negative Eigenschaften werden ihm Unstetigkeit, Leichtsinn, wenig Skrupel und häufige Exzesse zugeschrieben. Im positiven Sinn werden seine Charaktereigenschaften auch als phantasievoll, gesprächig, liebevoll und optimistisch bezeichnet.

Phlegmatisches Temperament (Energiekörper)

Der Phlegmatiker - ein langsamer, ruhiger und schwerfälliger Mensch. Im negativen Sinn ist dem Phlegmatiker häufig alles egal, er beschäftigt sich fast immer mit seiner Ernährung und schläft oft. Im Positiven wird er auch als friedliebend, ordentlich, zuverlässig, voller Energie und diplomatisch beschrieben.

Melancholisches Temperament (physischer Körper)

Der Melancholiker - ein genauer, ruhiger und seriöser Mensch. Im Negativen neigt er zu Schwermut, Trübsinn und Traurigkeit. Misstrauen und Kritik sind oft vorherrschend. Im positiven Sinn werden ihm auch die Eigenschaften der Verlässlichkeit, Genauigkeit und Selbstbeherrschung zugeschrieben.

Erlebnisse

Mit der Darstellung folgenden Gedichts lebt der Lehrer sich in die vier Temperamente ein:

Der Stein

Leicht springt über den Stein der Sanguiniker, keck und mit
Anmut.

Stolpert er dennoch darob, macht er sich wenig daraus.

Grimmig beiseite stößt ihn des Cholerikers kräftiger Fußtritt,
und sein funkelndes Auge freut sich des schönen Erfolgs.

Kommt der Phlegmatiker an, so hemmt gemächlich den Schritt
er:

„Geht er mir nicht aus dem Weg, geh' ich eben herum.“

Stille stehend beim Stein der Melancholiker sinnet,
unzufriedenen Gesichts, über sein ewiges Pech;
wie gern wär' er doch über diesen Stein gestolpert.

(Friedrich Rückert)

Es können die vier Temperamente und die pädagogischen
Massnahmen der Lehrkraft auch so beschrieben werden:

Die vier Temperamente

Cholerisches Temperament

Der Individualkörper beeinflusst alle anderen Körper.

Der Choleriker - ein furchtloser und schnell entschlossener Mensch. Seine negativen Seiten können sein: Seine leichte Erregbarkeit, seine Unausgeglichenheit und Jähzorn. Im positiven Sinn werden die Charaktereigenschaften eines Cholerikers auch als willensstark beschrieben.

Körper: gedrungen, starker Blick, meist braune Augen, fester Schritt, aufrechte Haltung

Positives Verhalten des Lehrers: Dem Schüler willensstark Widerstände bieten

Erst dann kann das einseitige Temperament des Schülers ausgleichen werden.

Sanguinisches Temperament

Der Seelenkörper beeinflusst alle anderen Körper.

Der Sanguiniker - ein heiterer, lebhafter und oberflächlicher Mensch. Als negative Eigenschaften werden ihm Unstetigkeit, Leichtsinn, wenig Skrupel und häufige Exzesse zugeschrieben. Im positiven Sinn werden seine Charaktereigenschaften auch als phantasievoll, gesprächig, liebevoll und optimistisch bezeichnet.

Körper: dünn, beweglich, sehnig, meist blaue Augen, leichter Schritt, tänzelnd

Positives Verhalten des Lehrers: sich in ihn hineinfühlen; liebevoll, interessiert sein

Erst dann kann das einseitige Temperament des Schülers ausgleichen werden.

Phlegmatisches Temperament

Der Energiekörper beeinflusst alle anderen Körper.

Der Phlegmatiker - ein langsamer, ruhiger und schwerfälliger Mensch. Im negativen Sinn ist dem Phlegmatiker häufig alles egal, er beschäftigt sich fast immer mit seiner Ernährung und schläft oft. Im Positiven wird er auch als friedliebend, ordentlich, zuverlässig, voller Energie und diplomatisch beschrieben.

Körper: dicklich, weicher Blick, meist braune Augen, gemütlicher Schritt,

Positives Verhalten des Lehrers: Ihn so lange links liegen lassen, bis es ihm zu langweilig wird; durch leichte Schockerlebnisse „aufwecken“.

Erst dann kann das einseitige Temperament des Schülers ausgleichen werden.

Melancholisches Temperament

Der physische Körper beeinflusst alle anderen Körper.

Der Melancholiker - ein genauer, ruhiger und seriöser Mensch. Im Negativen neigt er zu Schwermut, Trübsinn und Traurigkeit. Misstrauen und Kritik sind oft vorherrschend.

Im positiven Sinn werden ihm auch die Eigenschaften der Verlässlichkeit, Genauigkeit und Selbstbeherrschung zugeschrieben.

Körper: dünn, hager, ängstlicher, unsicherer Blick, schleppender Schritt, gebogener Rücken und Hals

Positives Verhalten des Lehrers: Dem Schüler schwere Schicksale zeigen; Verständnis für das Elend der Welt haben; mitleiden

Erst dann kann das einseitige Temperament des Schülers ausgleichen werden.

Reine Temperamente

Reine Temperamente in ihrer vollen Einseitigkeit sind im Leben kaum zu finden, da selten nur ein Körper dominiert.

Im Grunde hat jeder Mensch alle vier Temperamente, weil er immer alle vier Körper als Werkzeuge hat, aber oft eines besonders hervor sticht. Meistens sind auch zwei Temperamente sehr stark ausgebildet, ein drittes spielt noch leise mit, während das vierte nur sehr, sehr schwach hervortritt.

Das choleriche Temperament ist häufig mit dem melancholischen verbunden, ebenso das sanguinische mit dem phlegmatischen.

Problematischer ist die enge Verbindung der beiden aktiven Temperamente, also Choleric und Sanguinik, was einen hyperaktiven Charakter ergibt, oder die Verbindung der beiden passiven Temperamente, Phlegmatik und Melancholik, was dem Menschen einen passiv verzweifelnden Charakter verleiht.

Es gibt kein gutes und kein schlechtes Temperament.

Jedes hat positive, das Eigenwohl und das soziale Miteinander gleichermaßen fördernde, wie auch negative, lebenshemmende Eigenschaften. Durch Erziehung und später durch Selbsterziehung sollen die Temperamente keineswegs geschwächt oder nivelliert, sondern in ihrer positiven Kraft gestärkt werden.

Im Idealfall kommt der Mensch dazu, über die positiven Kräfte aller vier Temperamente in voller Stärke und im ausgewogenen Gleichmaß frei zu verfügen - aber das ist in der Regel ein fernes Entwicklungsziel, das nur durch energische Arbeit erreicht werden kann.

AD(H)S

Heute wird sehr schnell von ADS und bei zusätzlicher Hyperaktivität von ADHS gesprochen. Oft werden gewisse Phänomene wie Unkonzentriertheit und einer depressiven

Stimmung mit ADS, wie dezentriert sein und Hyperaktivität mit ADHS bezeichnet.

Damit werden Zustände im Bereich des Normalen beschrieben. In diesem Sinne gibt es die Krankheit AD(H)S nicht.

Aber erst, wenn echte Depressionen, ein Unvermögen sich zu konzentrieren und Zwänge vorliegen, kann von den Hirnkrankheiten ADS und bei zusätzlicher Hyperaktivität, die der Schüler nicht selber stoppen kann, von ADHS gesprochen werden.

Diese krankhaften Phasen treten zum Glück nur ganz selten auf und sind für alle betroffenen Menschen ein grosses Problem. Wenn jede Unkonzentriertheit, depressive Stimmung und Hyperaktivität sehr schnell mit AD(H)S bezeichnet wird, kann eine rasante Zunahme vom Phänomen AD(H)S festgestellt werden oder die Krankheit AD(H)S wird als Erfindung der Psychologen und der chemischen Medikamentenindustrie abgetan.

Exemplarische Reaktionen

Stellen sie sich einen Wanderer vor, auf dessen Weg ein großer Stein als Hindernis gelegt wurde.

Der Choleriker brüllt: Ein Stein stellt sich mir entgegen? Auf meinem Weg? Dies kann doch wohl nicht wahr sein.“ Er packt den Stein, hebt ihn hoch und schleudert ihn in den Graben. „Geschieh dir recht, du Stein. Nicht mit mir. Mit mir nicht!“ Wütend geht er weiter.

Der Sanguiniker: „Oh, ein Stein.“ Er hüpfte darauf, sieht sich kurz um, hüpfte herunter und geht pfeifend weiter. Kurz darauf hat den Stein schon wieder vergessen und bemerkt einen Pilz.

Der Phlegmatiker: „Oh, ein Stein. Na endlich kann ich mal eine Pause einlegen. Vielleicht kommt ja bald jemand und hilft mir, ihn wegzuräumen.“ Er setzt sich auf den Stein, holt sein Proviant aus dem Rucksack und macht erst einmal einen Halt, zwar so lange, bis tatsächlich jemand kommt, ihm zu helfen. Wenn es zu lange dauert, schläft er ein.

Der Melancholiker: „Oh nein, nicht schon wieder. Weshalb muss das immer mir passieren? Weshalb habe ich nicht einmal Glück im Leben?“ Er beginnt zu weinen und ist verzweifelt. „Was soll ich bloß machen? Es war ja klar, dass mir das wieder passiert.“ Auch dem Melancholiker ist nur zu helfen, wenn noch jemand kommt. Wenn die Hilfe bringende Person allerdings auch ein Melancholiker ist, trösten sie sich gegenseitig, weinen beide und räumen den Stein nicht weg.

Die Körpersprache

Wir benutzen die Körpersprache täglich, die unser elementarstes Kommunikationsmittel ist, und doch schöpfen wir bei weitem nicht alle ihre Möglichkeiten aus.

Der berühmte Pantomime Samy Molcho veranschaulicht in seinen Büchern, Workshops und Theateraufführungen, was man alles durch Gestik, Mimik und Körperhaltung ausdrücken kann - ohne ein einziges Wort!

Als Praktiker bringt er uns seine Erkenntnisse mit Kopf, Herz und Hand, d. h. auch mit seiner genialen Körpersprache, in seinen Büchern und in seinen Workshops näher.

Als weltbekannter Künstler begeisterte er sein Publikum in den Theatern.

Bemerkungen Samy Molcho

Die Körpersprache, die Vernetzung von Signalen und ihrer Wirkung auf das biologische, soziale und geschäftliche Leben wird auch von den Temperamenten geprägt.

Der Ursprung von Körpersignalen und ihrer unvermeidlichen Wirkung haben oft verschiedene kulturelle Entfaltungen und Aussagen. Die Körpersignale legen Verhaltensschiene, die eine Situationsrichtung erzwingen, dies tun auch die unbewußten Signale. Je mehr wir darüber wissen, umso weniger beherrschen uns ungewollte Situationen, sondern wir beherrschen sei.

Das Beherrschen und gezielt Einsetzen unseres Körpers erhöht unsere Freiheit. Wir werden weniger manipulierbar und erreichen beim Anderen mehr.

Die Wichtigkeit von "wie wirke ich" zum Unterschied von "was meine ich" ist enorm wichtig. Signale, deren Wirkung oft anders ist, als das, was gemeint ist. Verbale Sprache wird umgesetzt in Körpersprache, als wäre diese materiell vorhanden, der Zusammenhang zwischen beiden, vom Achselzucken bis zum Zungenschlag wird deutlich. Es wird klargemacht, daß

keine Bewegung zufällig ist, was zufällig erscheint, läßt sich im Zusammenhang mit den Umständen und Zielen des Einzelnen erklären.

Die Wichtigkeit der nonverbalen Kommunikation in ihrer Wirkung und Rolle, die sie bei Gesprächen, Entscheidungen, und ihren Nachwirkungen spielt, mit 80 % gegenüber der verbalen mit nur 20 % bewertet.

Wie adaptiere ich mein Angebot an den Raster meiner Partner anhand von Ganganalysen?

Die Angst vor Gefühlen ist weit verbreitet, obwohl längst bekannt ist, wie stark der Anteil des Emotionalen an allen unseren Entscheidungen ist. Gefühlsinformation, Gefühlsäußerung wahrzunehmen und ernst zu nehmen, ist ein Schritt zu ganzheitlicher Kommunikation. Die Kenntnis der Körpersprache ermöglicht es.

Stillstand im Körperausdruck ist gleich Stillstand in der Kommunikation. Nur eine differenzierte Körpersprache schafft Dynamik. Ein dynamisches Gespräch erweckt bei unserem Partner Interesse und damit das Interesse an unseren Produkten, unserem Unternehmen, unseren Angeboten und an uns selbst.

Der Verzicht auf Körper-Sprache heißt ein "No-body" zu sein, und das hat noch keiner geschafft.

Alle Zitate weisen darauf hin, dass ohne Einsatz des Körpers viel zu wenig übermittelt wird. Noch extremer kann

bemerkt werden, dass der menschliche Geist sich nur durch die Felder und Materie des Körpers mitteilen kann. Seine Seele stellt das Bindeglied zwischen Geist und Körper dar und offenbart sich unter anderem in seinen Gefühlen.

Je besser der Mensch seinen Körper "einsetzten" kann, desto feiner und differenzierter kann er klar machen, was er will. Je genauer er den Anderen auch auf Grund der Körpersprache versteht, desto weniger ist der Mensch manipulierbar.

Die Körpersprache ist sehr stark auch vom Temperament geprägt.

Deshalb sagte einmal Samy Molcho, Vater von vier Söhnen:

Unsere Kinder haben ein angeborenes, wenn man so will, festgelegtes Temperament.

Die Plakate fassen die wichtigsten Fakten der Delta Pädagogik auch graphisch zusammen.