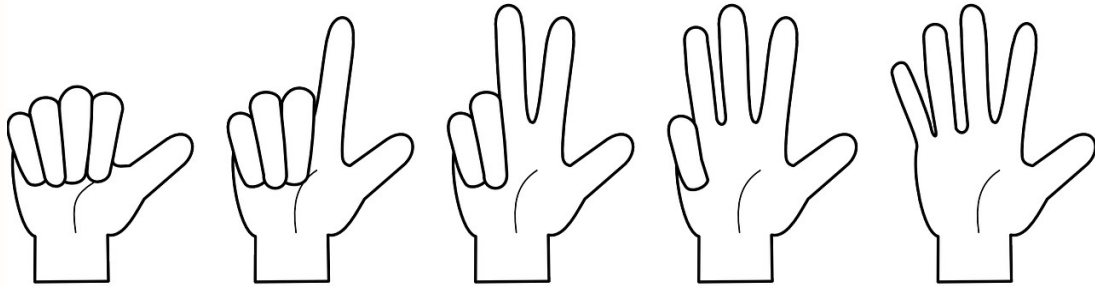


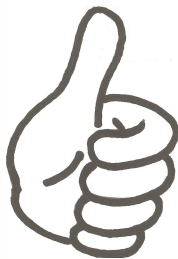
# So kann Unterstützung gelingen

(Das Handmodell)



Im Rahmen des Handmodells ist jedem Finger ein hilfreicher Lösungsansatz zum Fehlerumgang und der mentalen Unterstützung zugeordnet. Sehen Sie nacheinander auf Ihre Finger und wiederholen Sie immer wieder die entsprechenden Hilfestellungen. Gehen Sie von einem Finger zum nächsten, bis Sie sich alle zu der Hand gehörenden Informationen eingepägt haben.

## Bedeutung und Einsatzmöglichkeiten:



**Daumen:** Du schaffst das!

**Umsetzung:** Mit dem hoch gehaltenen Daumen geben Sie mentale Unterstützung. Gerade dann, wenn es einmal schwierig ist oder nicht gleich klappen will, ist diese Form der Unterstützung hilfreich. Der Daumen signalisiert dabei den Beistand. Du schaffst das!

**Praxisbezug:** Als praktischer Bezug sei darauf verwiesen, daß Spitzensportler diese Form der mentalen Unterstützung oft verwenden. Bei Fußballspielen im TV können Sie diese Form jederzeit beobachten. Gerade dann, wenn der Ball einmal nicht angekommen ist, wird von den Mitspielern gerne der Versuch positiv unterstützt.

**Das wird schon. Schön, daß Du es versucht hast.**

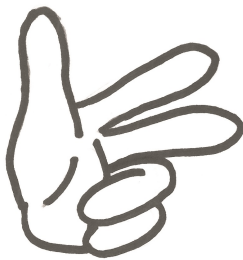




**Daumen + Zeigefinger:** Ich bin bei dir. Ich helfe dir. Du bist nicht allein.

**Umsetzung:** Auch hier schwingt die mentale Unterstützung mit. Es geht auch darum jetzt Hilfestellung mit diesem Signal anzubieten. Frage mich. Ich werde dir mit Rat und Tat zur Seite stehen. Zu zweit gelingt alles besser.

**Praxisbezug:** Zu zweit geht alles besser und es macht zusätzlich auch mehr Spaß. Das gilt neben dem Spiel miteinander auch für das Lernen und alle weiteren Bereiche des Lebens. Gemeinsam statt alleine.



**Daumen + Zeigefinger + Mittelfinger:** Du hast schon so viel geschafft! Das Schwierigste liegt hinter dir.

**Umsetzung:** Schauen Sie bitte Ihre Hände einmal genau an. Welches ist Ihr längster Finger? Der Mittelfinger. Der Aufstieg ist bereits geschafft, der schwierigste Teil liegt hinter uns, von nun an geht es bergab.

**Praxisbezug:** Stellen Sie sich bitte einmal eine Wasserrutsche im Schwimmbad vor. Was dauert länger – der Aufstieg, vielleicht auch mit Anstehen, oder die Abfahrt? Selbstverständlich geht es immer schneller hinunter und es macht auch mehr Spaß durch die Kurven zu rasen. Das lässt sich auch auf unser Lernen übertragen. Das was Sie bisher gelernt haben, ist der schwerste Teil von nun an geht es leicht und die Fortschritte werden immer größer.





**Daumen + Zeigefinger + Mittelfinger + Ringfinger:** Unterstützer sind in allen Richtungen für dich da. Wer könnte etwas darüber wissen?

**Umsetzung:** Wer kann helfen? An wen kann ich mich wenden? Jetzt geht es darum, das Wissen und die Kenntnisse von anderen anzuzapfen und Informationen einzuholen. Teamarbeit statt Eigenbrötlerei.

**Praxisbezug:** Wenn Sie etwas nicht wissen, sollten Sie mindestens 4 Menschen fragen. Warum? Das erklärt sich einfach. Den Ersten, den Sie fragen, der sagt Ihnen etwas das ist falsch! Der Zweite gibt Ihnen einen Lösungsvorschlag, der Ihnen gefällt nicht. Nicht alle Vorschläge meiner Umwelt gefallen mir. Kennen Sie das auch? Manche Vorschläge sagen einem nicht zu. Also weiter fragen. Der Nächste kennt die Lösung nicht. Oder kennen Sie vielleicht die Hauptstadt von Eritrea? Google kennt die Antwort bestimmt. Ich persönlich musste auch nachsehen. Und der Vierte kennt dann die Lösung. Daher sollten wir immer mindestens 4 unterschiedliche Quellen befragen um sicherzugehen, daß einer dabei ist der es weiß.



**Alle 5 Finger:** Du hast so viele Talente, die dir helfen werden.

**Umsetzung:** Jeder verfügt über unzählige Talente. In diesen ruht unser Selbstbewusstsein. Es ist wichtig, sich immer wieder seine Talente vor Augen zu halten. Eine Liste von Talenten finden Sie auf den nächsten Seiten. Diese erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit.

**Praxisbezug:** Vielleicht kennen Sie die Geschichte der Maus Frederick. Diese sammelt für den kommenden Winter Sonnenstrahlen, Wörter und Farben ein und hilft damit auf seine Weise mit den Geschichten den anderen Mäusen über den Winter. Falls Sie die Geschichte nicht kennen. Es lohnt, diese einmal zu lesen!

**Hinweis:** Prüfen Sie, ob Ihnen, sobald Sie einen Finger ansehen, sofort die zugehörigen Hilfestellungen einfallen. Prägen Sie sich die Darstellung so lange ein bis die Verknüpfung automatisch ist.



Das Handmodell lebt von der täglichen Anwendung. Je häufiger es eingesetzt wird, umso sicherer und schneller kommen die Assoziationen der Finger und damit die Hilfestellungen.

