

Andragogische Leitsätze

1. Lernen entsteht durch Erfahrung

Lernen geschieht nicht durch bloßes Zuhören, sondern durch Tun, Erleben und Verinnerlichen. Wissen wird erst dann wirksam, wenn es im eigenen Körper erfahren und integriert wird. Jede Bewegung, jedes Erkennen wird zur Einladung, das Gelernte zu verkörpern.

2. Wahrnehmen ist der Anfang von Verstehen

Erfahrung ist die Grundlage von Erkenntnis. Durch bewusstes Spüren, Sehen und Bewegen entsteht Verständnis für die innere Ordnung des Körpers. Lernen beginnt mit Aufmerksamkeit – für das, was ist, und das, was sich bewegt.

3. Lehren bedeutet, Räume zu öffnen - nicht Wissen zu füllen

Dozierende schaffen Erfahrungsräume, in denen Lernende ihre eigenen Entdeckungen machen können. Sie begleiten den Prozess, statt ihn zu steuern, und fördern Selbstverantwortung, Neugier und persönliche Entwicklung.

4. Das gelebte Beispiel ist die stärkste Form des Lehrens

Das, was im Körper verkörpert ist, spricht lauter als Worte. Lehrende inspirieren, indem sie die Prinzipien der Spiraldynamik® selbst leben und sichtbar machen – in Haltung, Bewegung und Präsenz.

5. Lernen braucht Zeit, Tiefe und Wiederholung

Nachhaltiges Lernen entsteht, wenn Inhalte wiederholt, verfeinert und verkörpert werden. Erkenntnis wächst im Rhythmus von Tun, Reflektieren und Neu-Entdecken.

6. Vom Erleben zum Begreifen - vom Begreifen zum Anwenden

Jedes Verständnis beginnt mit Erfahrung und führt zur bewussten Anwendung. Lernen in der Spiraldynamik® verbindet Wahrnehmung, Denken und Handeln zu einem stimmigen Ganzen.

7. Leichtigkeit und Klarheit weisen den Weg

Bewegung soll sich leicht, sicher und sinnvoll anfühlen. Lehrende zeigen Wege auf, wie sich komplexe Zusammenhänge mit Freude, Humor und innerer Ordnung entfalten können.

8. Erkenntnis entsteht im Dialog

Fragen, Vergleiche und Beispiele fördern kritisches Denken und Eigenständigkeit. Lehrende und Lernende begegnen sich als Forschende – im gemeinsamen Entdecken von Prinzipien und Möglichkeiten.

9. Lernen folgt einem lebendigen Aufbau

Vom Einfachen zum Komplexen, vom Allgemeinen zum Besonderen – die Lernstruktur der Spiraldynamik® führt Schritt für Schritt zu tieferem Verständnis und größerer Integration.

10. Sprache formt Bewusstsein

Sprache ist mehr als ein Mittel zur Erklärung – sie prägt Denken und Wahrnehmen. In der Spiraldynamik® wird eine klare, präzise und zugleich menschliche Sprache gepflegt, die Körper, Geist und Bewegung miteinander verbindet.



Spiraldynamik

11. Lehren und Lernen als gemeinsamer Entwicklungsweg

Lehrende und Lernende wachsen gemeinsam. Jeder Unterricht ist ein wechselseitiger Prozess von Resonanz, Inspiration und Bewusstwerdung – ein Lernweg, der über den Körper hinaus in Haltung und Leben wirkt.

12. Lernen ist ein Akt der eigenen Entwicklung

Spiraldynamik® fördert Eigenverantwortung, Bewusstsein und Selbstwirksamkeit. Lernen bedeutet, sich selbst in Bewegung zu bringen – körperlich, geistig und menschlich.

Essenz

Lernen in der Spiraldynamik® ist ein Weg der Verkörperung – vom Spüren zum Verstehen, vom Wissen zum Sein.