



University of Applied Sciences

APOLLON Hochschule
der Gesundheitswirtschaft

KLINISCHES CLASSROOM MANAGEMENT **UMGANG MIT PSYCHISCHEN STÖRUNGSBILDERN**



Prof. Dr. Marcus Eckert

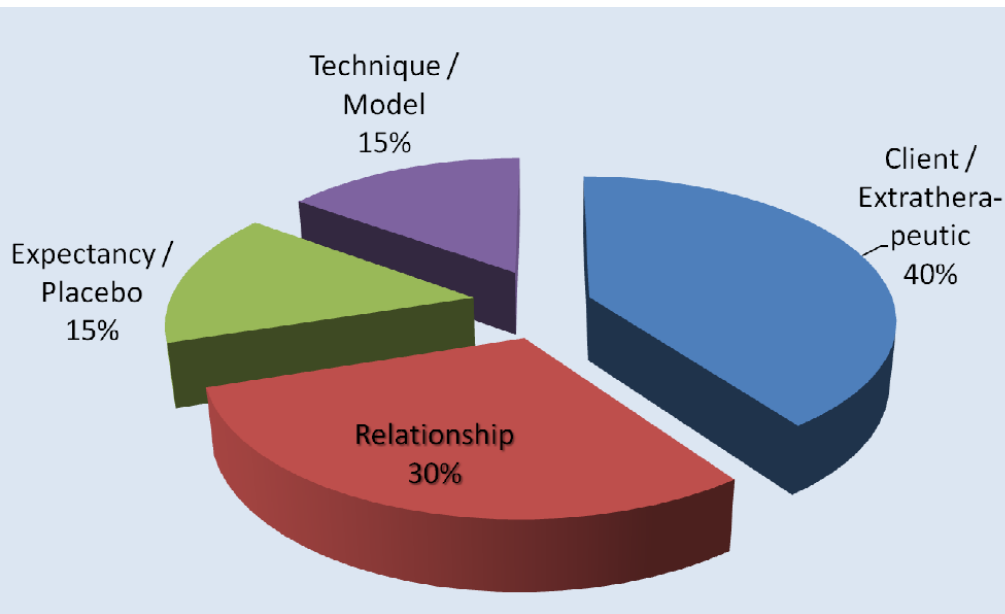
- GHR Lehrer (2003 – 2010)
- Klinischer Psychologe
- Gründung: Institut LernGesundheit
- Professor für Psychologie, insbesondere Entwicklungs- und Schulpsychologie an der APOLLON Hochschule in Bremen
- Ausbildung in Psychodrama und Hypnotherapie

- Verheiratet und 2 Kinder

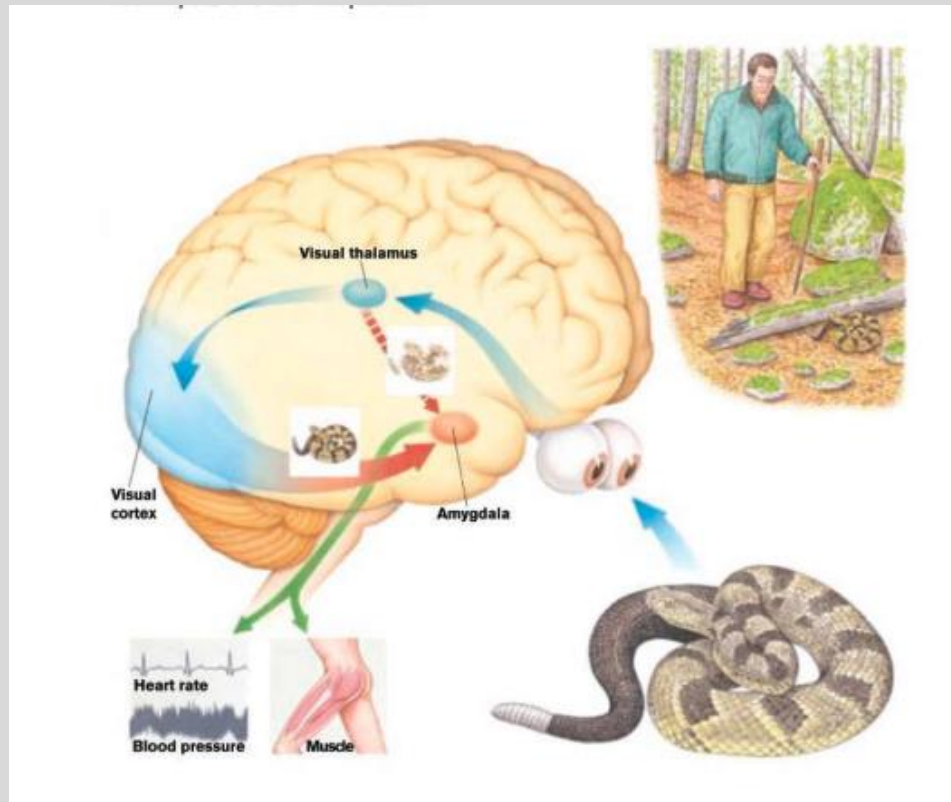
KLINISCHES CLASSROOM MANAGEMENT – WARUM?

Prävalenz

Depression:	3 – 10%
Angststörungen:	10 – 12%
AD(H)S:	3 – 8 %
...	
Gesamt:	15 – 22%

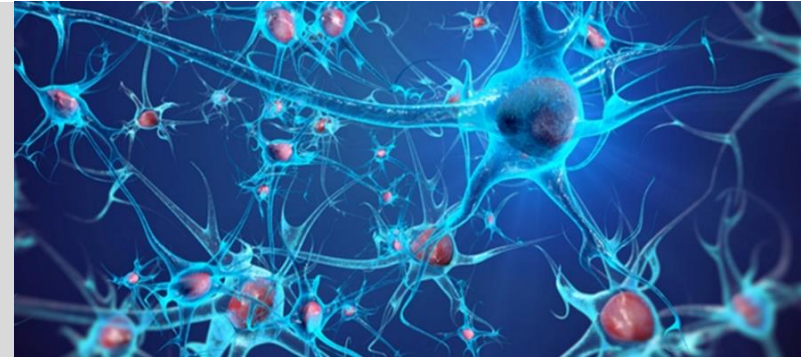


Stress und Angst



Hebbsche Lernregel (1949)

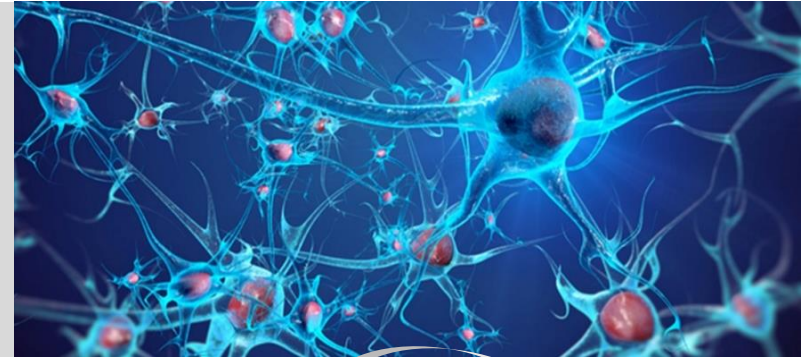
Neurons that fire together wire together



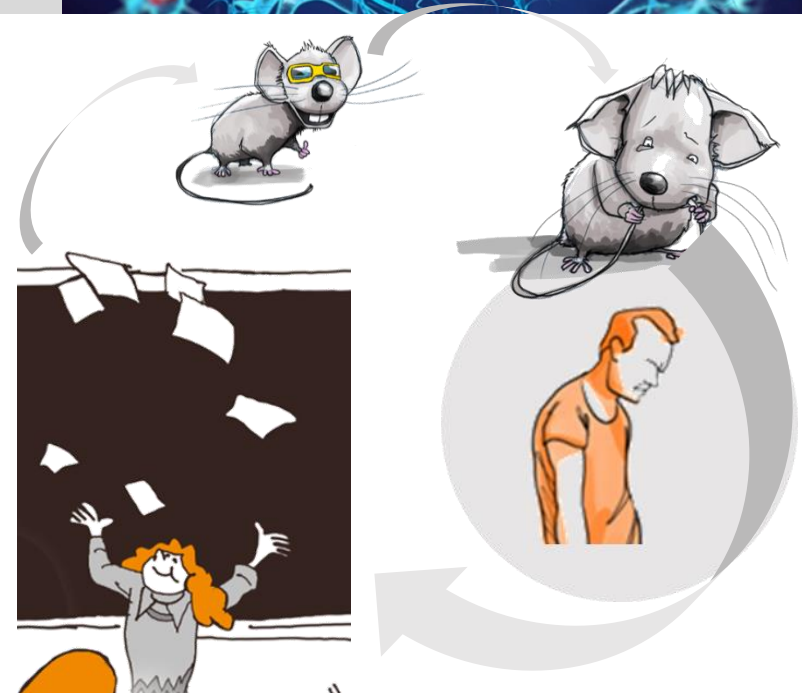
Seligman, M. E. (1972). Learned helplessness. *Annual review of medicine*, 23(1), 407-412.

Hebbsche Lernregel (1949)

Neurons that fire together wire together



Stress und Angst



BROADEN AND BUILD THEORY (FREDRICKSON, 2001)



ERLEBEN IST DAS ERGEBNIS VON AUFMERKSAMKEITSFOKUSSIERUNG

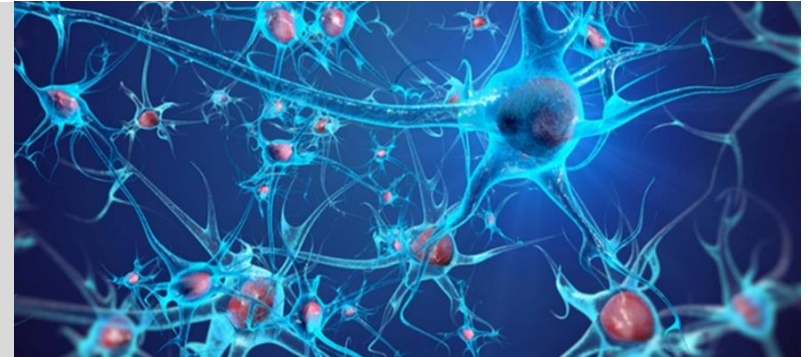


„Diese Zeit wird sich tief in die Seele der Kinder eingraben“

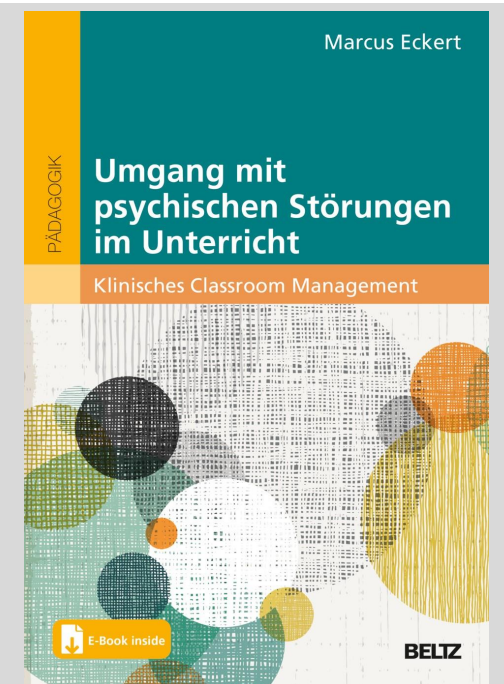
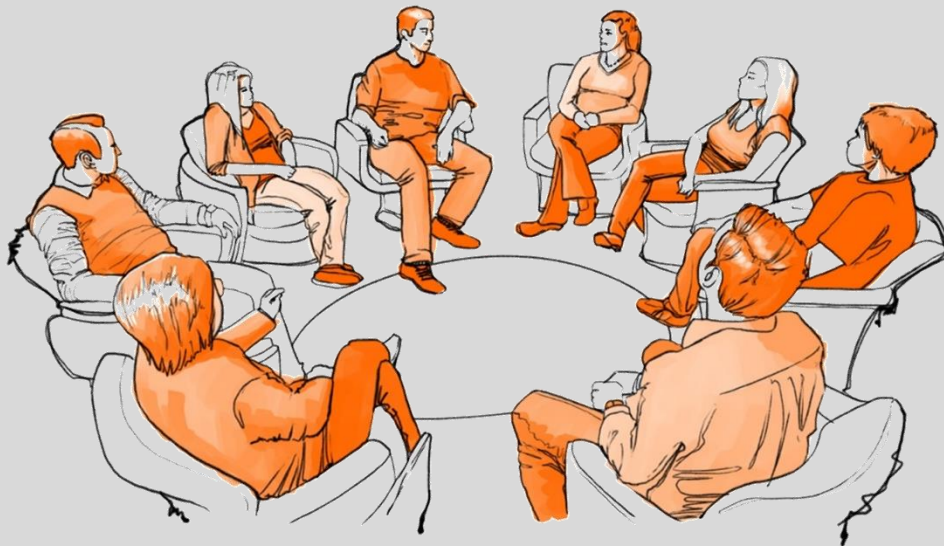
Homeschooling und Isolation machen vielen Kindern zu schaffen. In der Einschätzung der psychischen und gesundheitlichen Folgen gehen die Expertenmeinungen auseinander. ***Welche Spuren wird die Pandemie hinterlassen?*** (Die Welt, 26.01.2021)

Störungsbilder

- Angststörungen
- Depression
- AD(H)S
- Trauma und PTBS

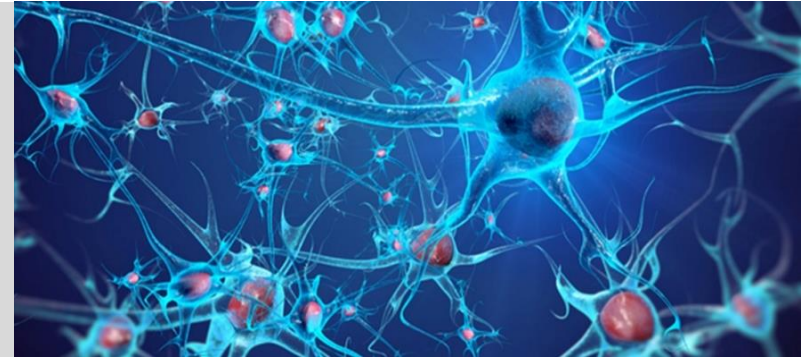


Vorstellung und Erwartungsklä rung

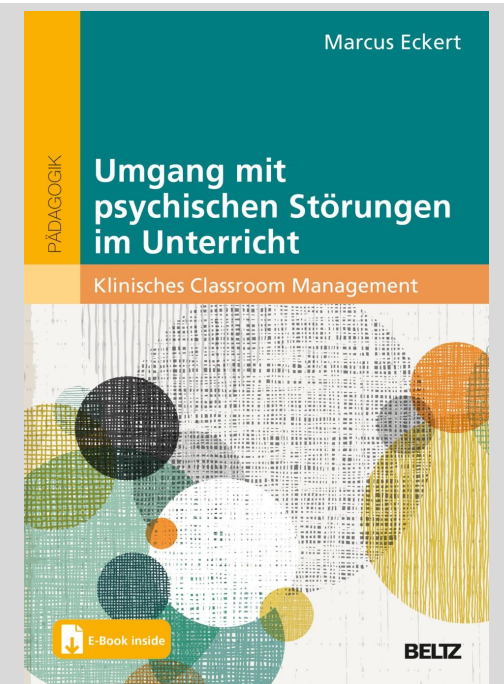
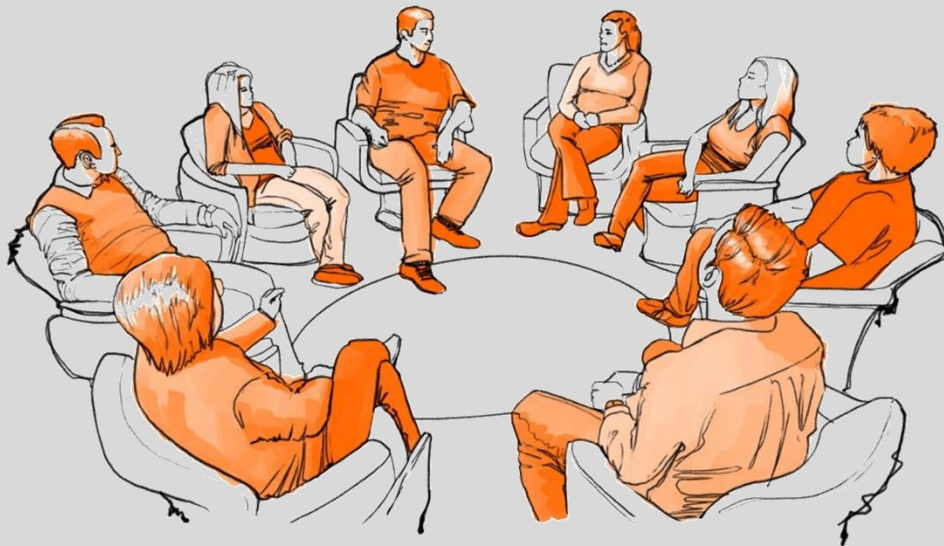


Störungsbilder

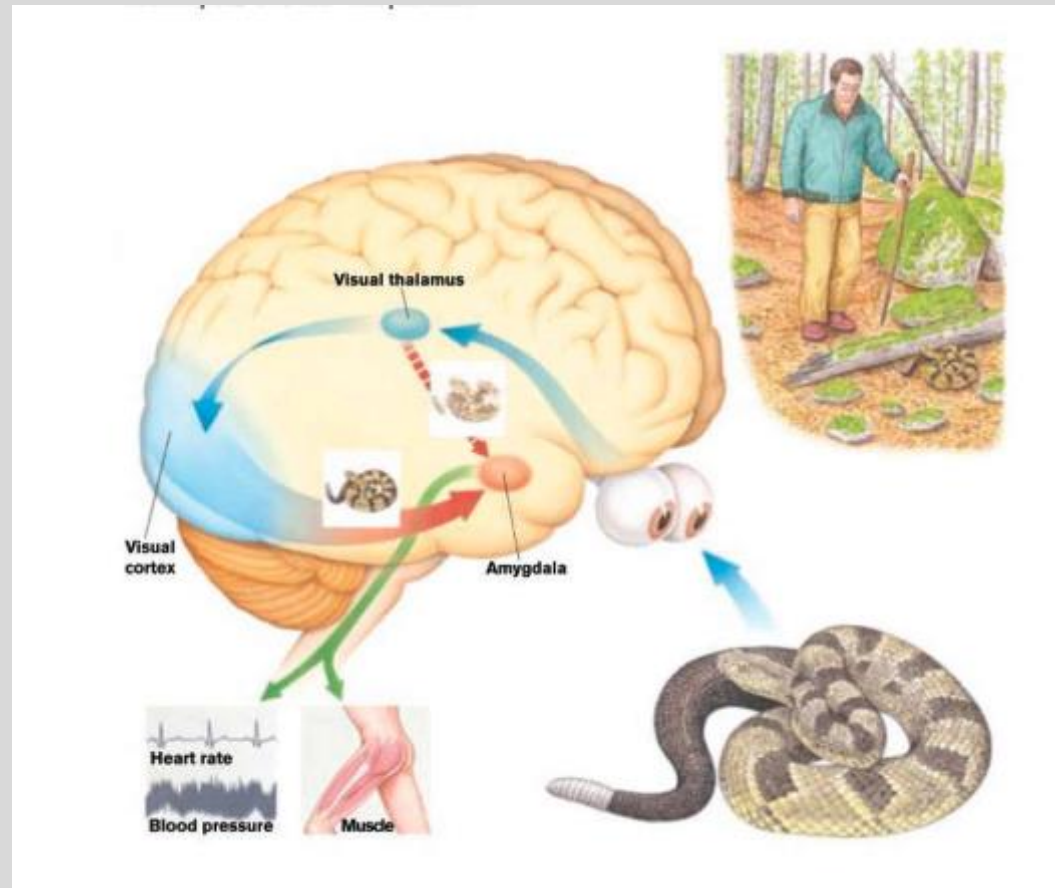
- Angststörungen
- Depression
- AD(H)S
- Trauma und PTBS



Vorstellung und Erwartungsklärung



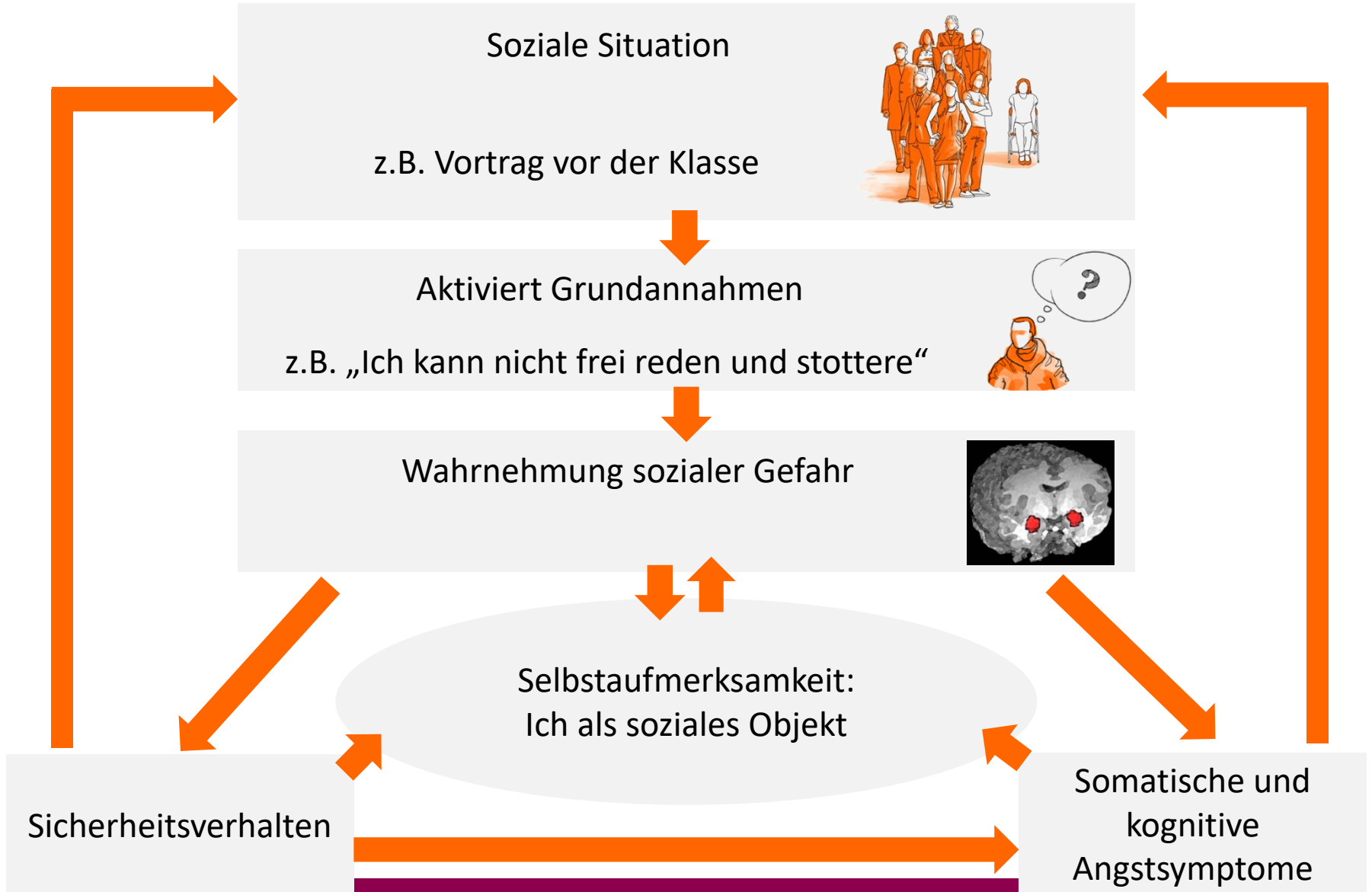
ANGST: EINE WICHTIGE EMOTION, ABER...



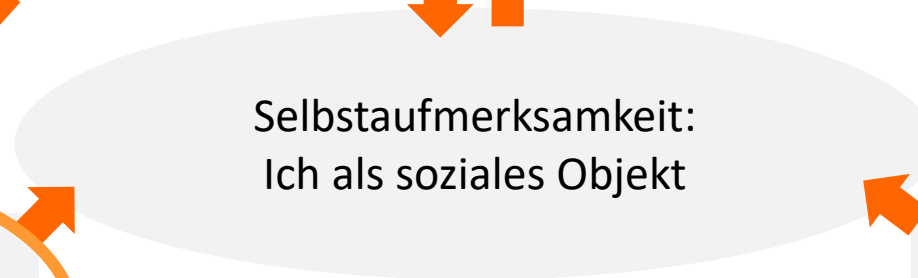
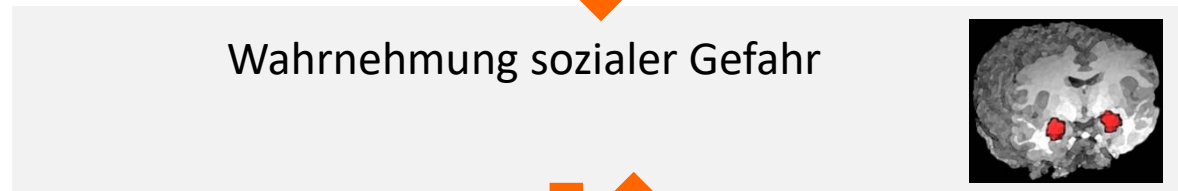
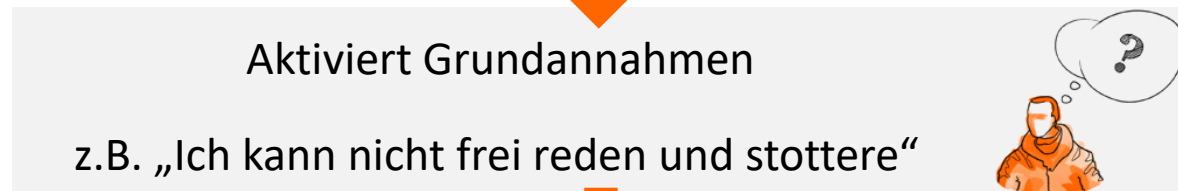
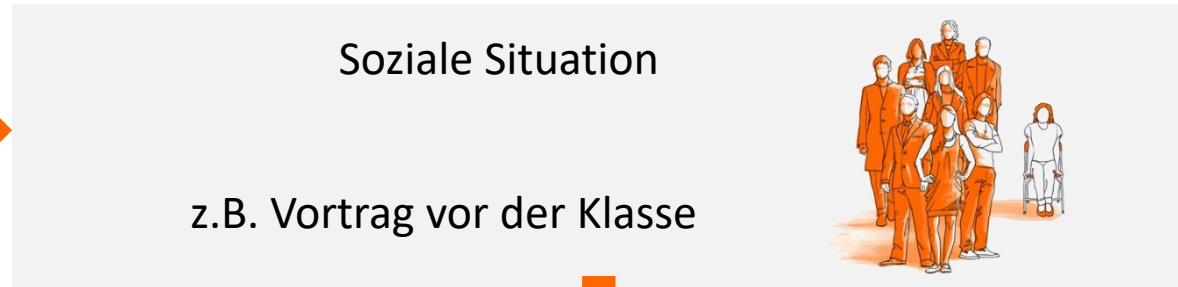
WORAN ERKENNEN SIE HOCHÄNGSTLICHE SCHÜLER:INNEN

- Fehlen häufiger/ sind häufiger krank
- Zeigen oft Hilflosigkeit
- Sind weniger mit sich zufrieden
- Stehen häufig am Rande ihrer Peer-Gruppe
- Werden von Erwachsenen oft als „negativ“ eingeschätzt und kognitiv unterschätzt
- Leisten in allen Schulfächern weniger, schneiden schlechter ab
- Problematischer Attributionsstil:
 - Erklären Erfolge external
 - Erklären Misserfolge internal/ stabil

SOZIALE ANGST/ BEWERTUNGSANGST



SOZIALE ANGST/ BEWERTUNGSANGST



Sicherheitsverhalten

Somatische und
kognitive
Angstsymptome

Hebbsche Lernregel (1949)

Neurons that fire together wire together



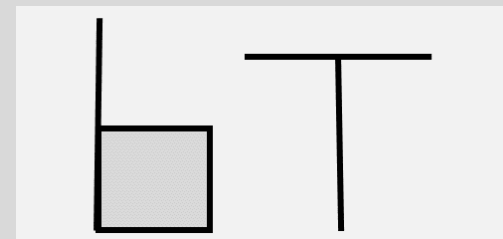
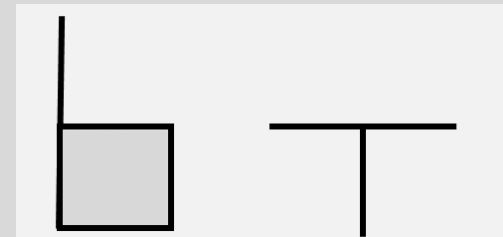
Facial-Feedback-Hypothese

(Strack, Martin, & Stepper, 1988)

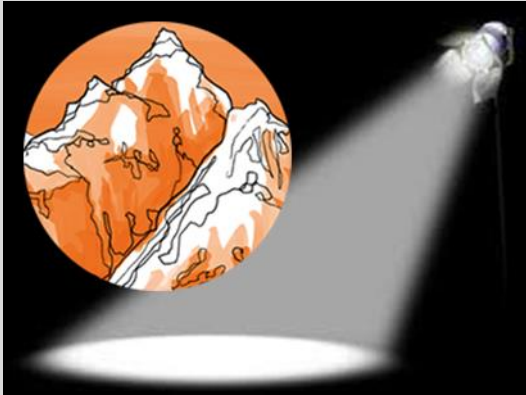


Body-Feedback-Hypothese

Stepper, 1992



1. Gemeinsam mit der Schüler*in eine Angsthierarchie (Stufenhierarchie) entwickeln
2. Einüben von Entspannung oder einer günstigen Körperhaltung
3. Exposition: Angstsituation einer unteren Stufe (= wenig bedrohlich) in der Vorstellung + Abruf von Entspannung/ Einnehmen der günstigen Körperhaltung
4. Exposition: Angstsituation einer unteren Stufe (= wenig bedrohlich) in der Realität + Abruf von Entspannung/ Einnehmen der günstigen Körperhaltung
5. (Bei Angstfreiheit im Schritt 4): Nächste Stufe der Angsthierarchie wählen

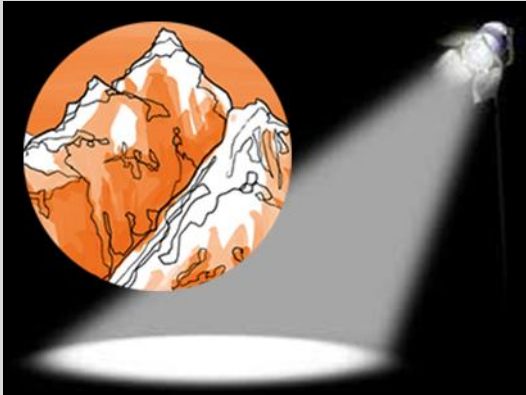


Bewältigungserfahrungen

➤ Problematischer Attributionstil:

- Erklären Erfolge external
- Erklären Misserfolge internal/ stabil





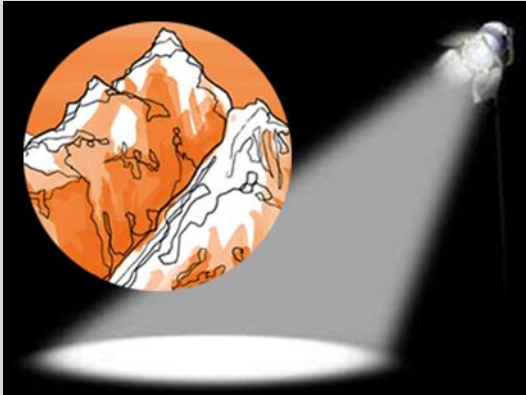
Bewältigungserfahrungen

Pacing

Das ist oft schwer, sehr
schwer ...

„True-ismus“

Nahezu alle Menschen haben schon Dinge und Hindernisse überwunden, von denen sie dachten, sie könnten diese nie überwinden.



Bewältigungserfahrungen

„True-ismus“

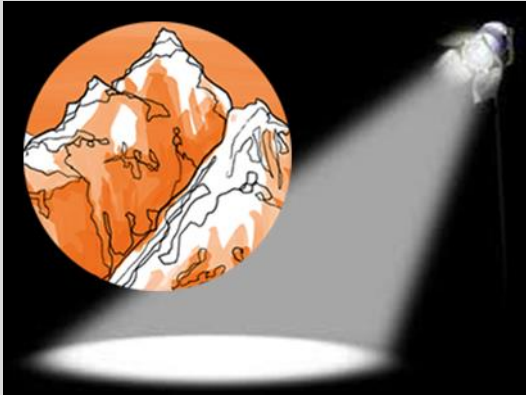
Nahezu alle Menschen haben schon Dinge und Hindernisse überwunden, von denen sie dachten, sie könnten diese nie überwinden.

Pacing

Das ist oft schwer, sehr schwer ...

Leading

... aber schaffbar.



Bewältigungserfahrungen

„True-ismus“

Nahezu alle Menschen haben schon Dinge und Hindernisse überwunden, von denen sie dachten, sie könnten diese nie überwinden.

Pacing

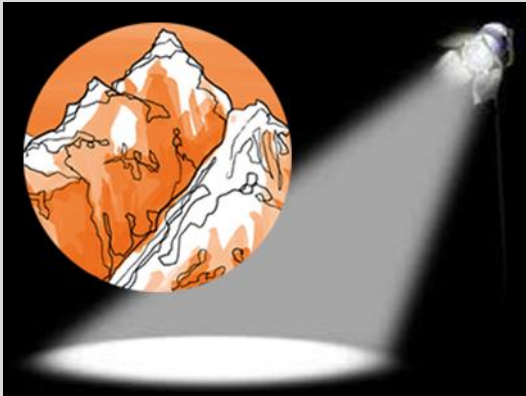
Das ist oft schwer, sehr schwer ...

Leading

... aber schaffbar.

Benefit-Fokussierung

Welche positiven Unterschiede würde es machen, wenn es gelänge



Bewältigungserfahrungen

„True-ismus“

Nahezu alle Menschen haben schon Dinge und Hindernisse überwunden, von denen sie dachten, sie könnten diese nie überwinden.

Pacing

Das ist oft schwer, sehr schwer ...

Leading

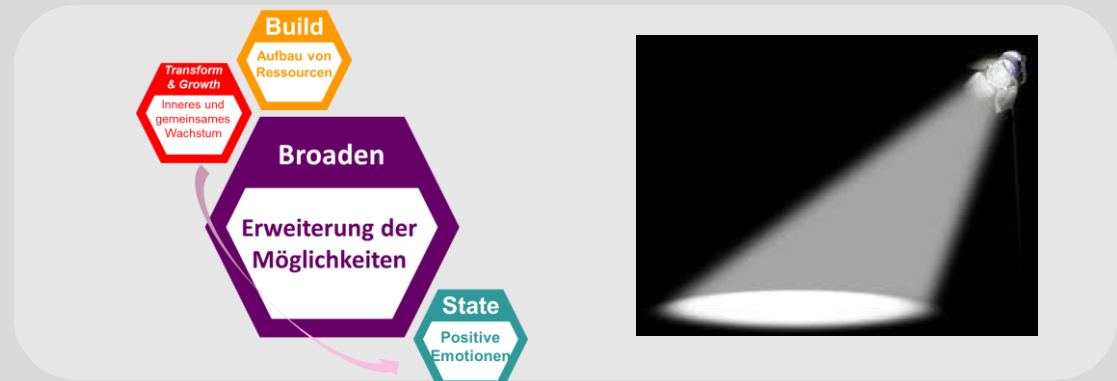
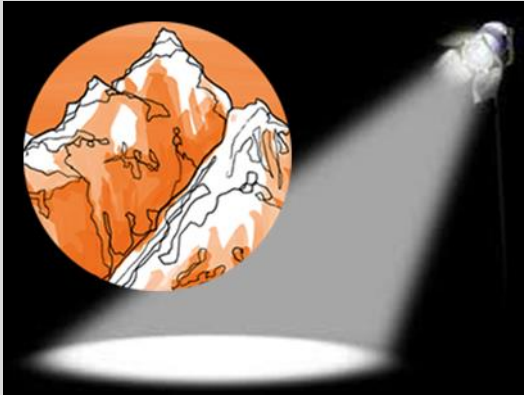
... aber schaffbar.

Benefit-Fokussierung

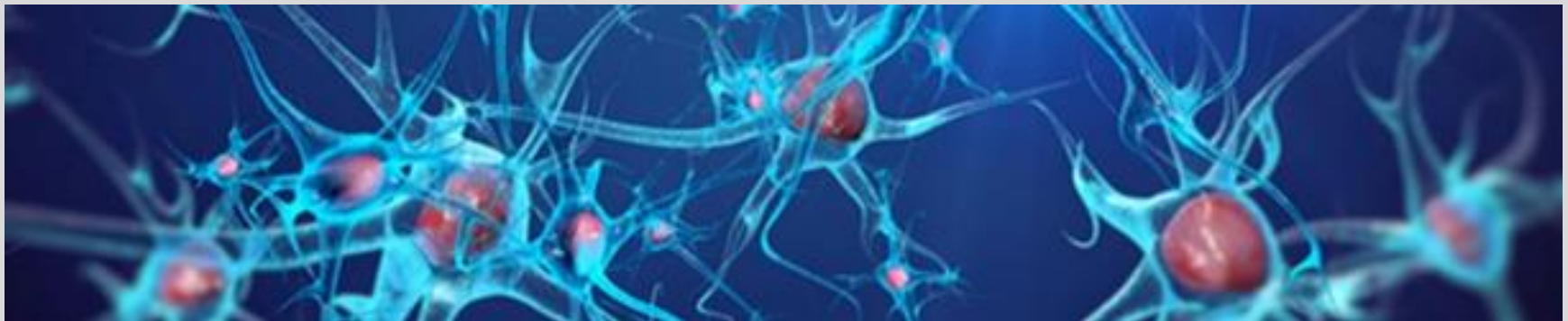
Welche positiven Unterschiede würde es machen, wenn es gelänge

Ressourcen- und Kompetenzaktivierung

Wie *gelingt* es dir, *scheinbar* unüberwindbare Hürden zu *überwinden*?

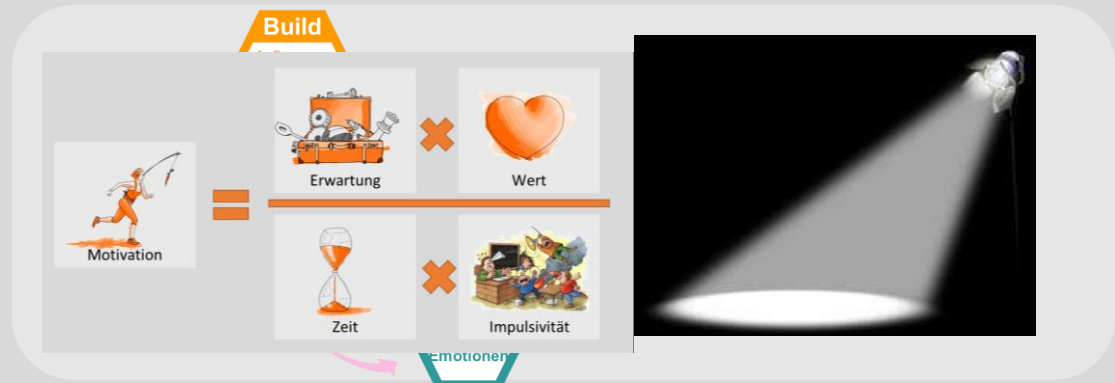
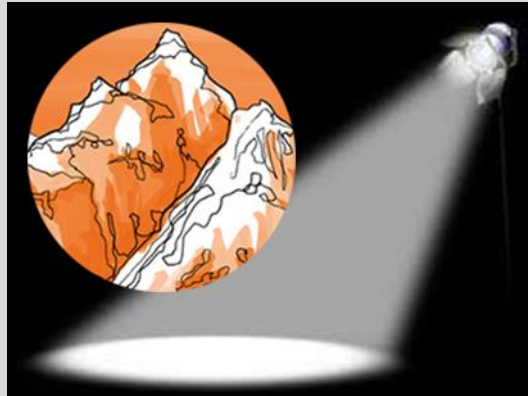


Bewältigungserfahrungen



Ressourcen- und Kompetenzaktivierung

Wie *gelingt* es dir, *scheinbar* unüberwindbare Hürden zu *überwinden*?



Bewältigungserfahrungen



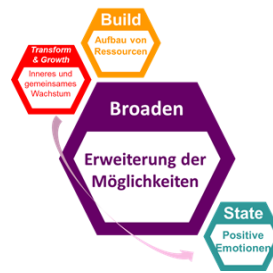
Hilflosigkeit → **Selbstwirksamkeit**

Wachstumsorientierung
(Growth Mindset; Dweck, 2015)

The diagram shows a mouse on the left, labeled 'Hilflosigkeit' (Helplessness), with a large white arrow pointing to a mouse on the right, labeled 'Selbstwirksamkeit' (Self-efficacy). The mouse on the right is wearing goggles and has a confident expression. The background is a blue, abstract, cellular-like pattern.

Ressourcen- und Kompetenzaktivierung
Wie ist dir das gelungen?

SELBSTENTWICKLUNG GROWTH-COACHING



APOLLON
Hochschule



Selbstentwickler*in



Explorieren
Ressourcen-
fokussierend

Coach



Supervisor*in

Reflektieren den
Prozess ressourcen-
fokussierende

Ablauf

- 12 Minuten Growth-Coaching
- 5 Minuten Supervision
- 3 Minuten Vorsätze für die nächste Beratungssession

Reflexionsfragen

- Was hat gut funktioniert?
Was war hilfreich?
- Was haben Sie dazu beigetragen? (Wer hat was beigetragen?)
- Was wäre noch hilfreich gewesen?
- Was hätten Sie anders machen können?



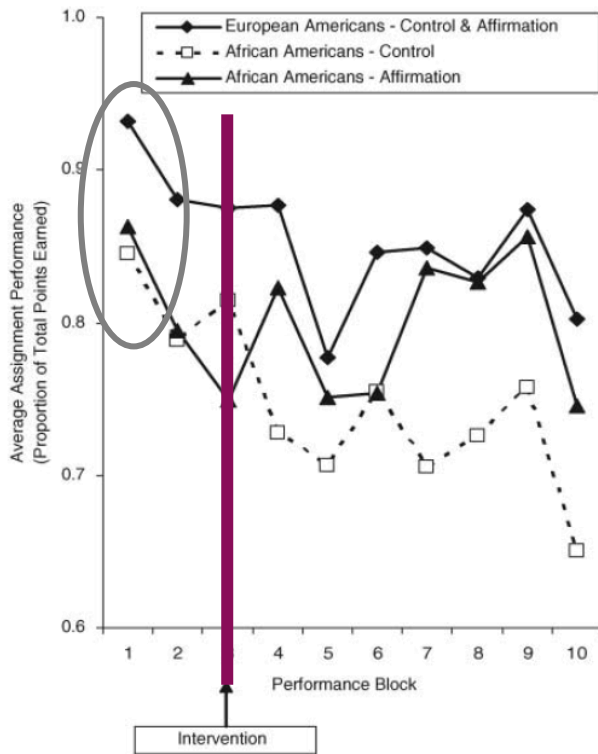
Wenn ich wüsste, dass morgen
die Welt unterginge, würde ich
heute noch mein
Apfelbäumchen pflanzen.

(nicht Luther)



Hebbsche Lernregel (1949)

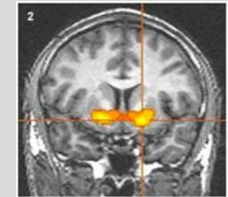
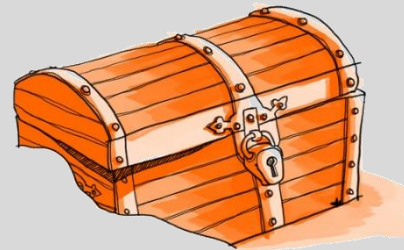
Neurons that fire together wire together



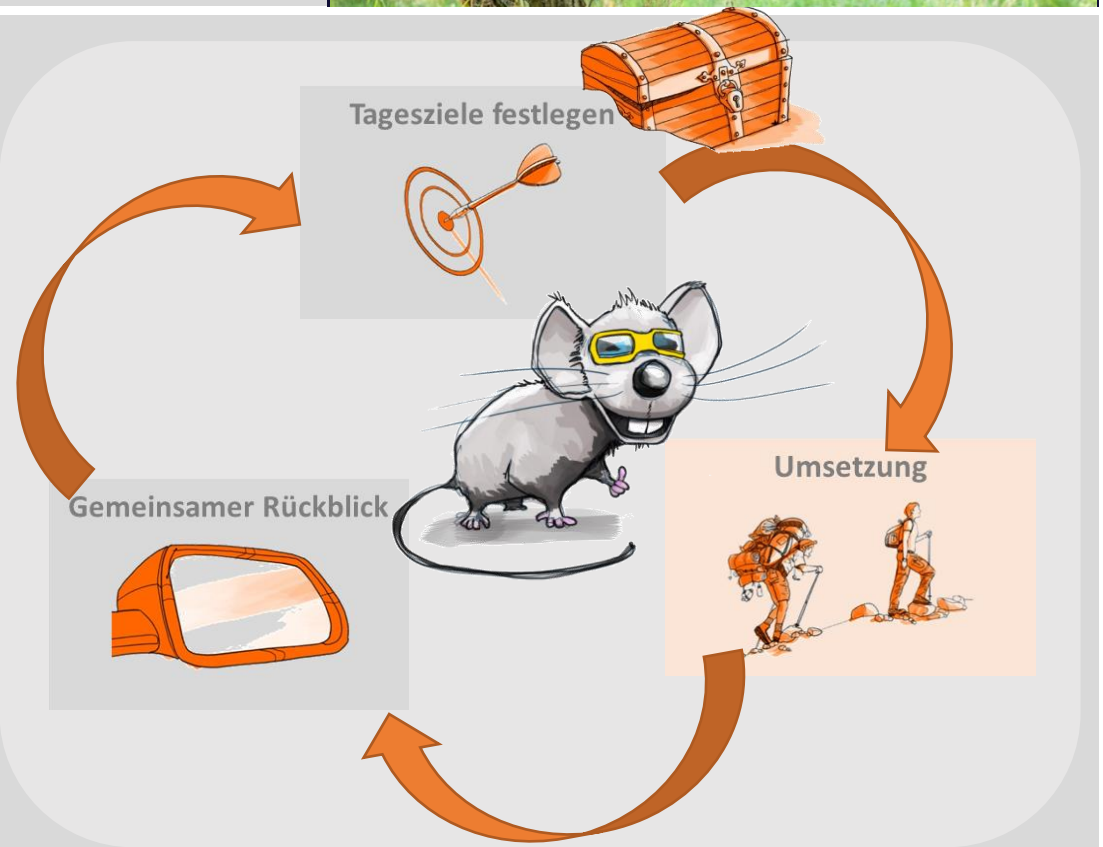
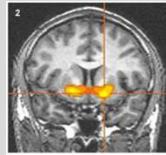
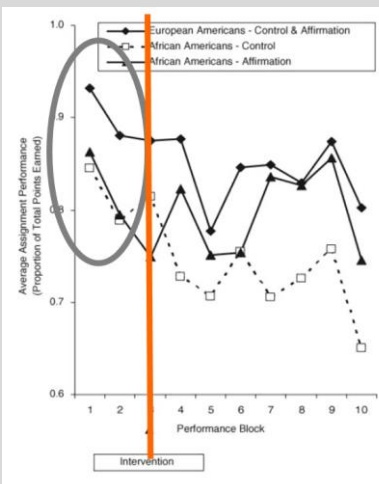
Was ist aus dieser Liste der wichtigste Wert für dich?

Warum ist der für dich wichtig?

Wie lebst du diesen Wert?

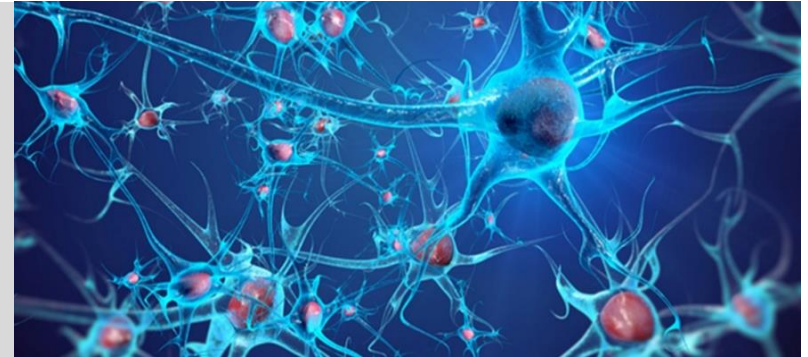


Hebbsche Lernregel (1949) Neurons that fire together wire together

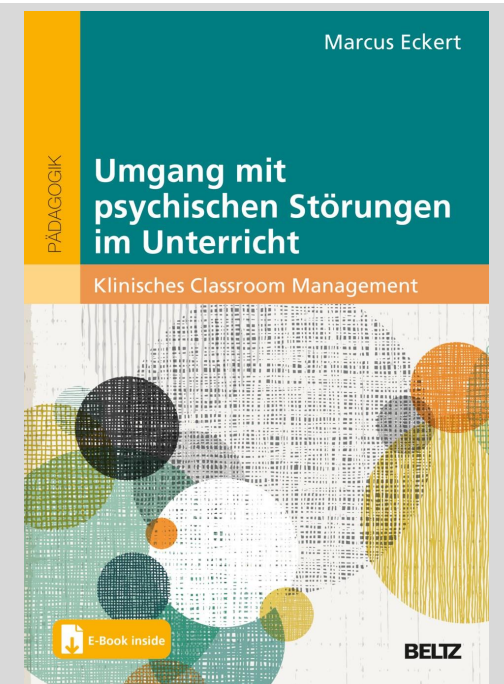
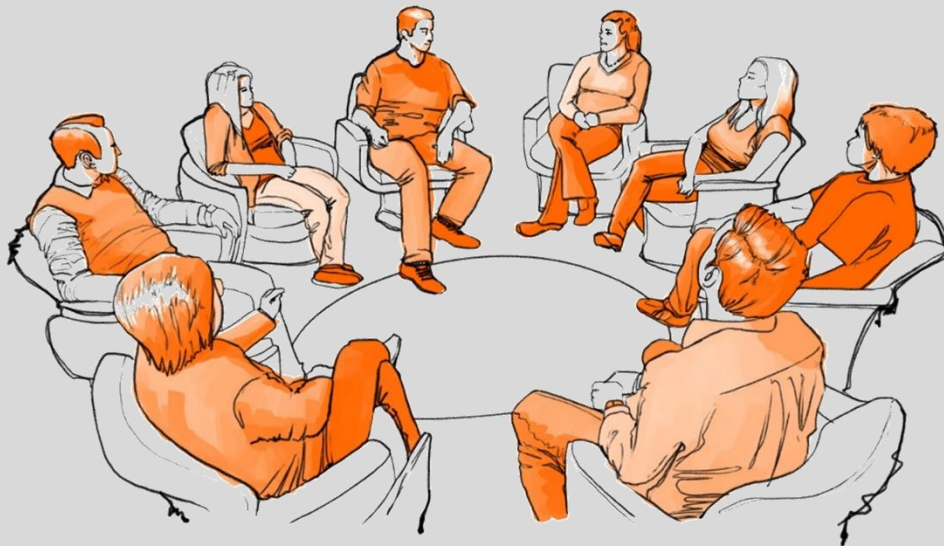


Störungsbilder

- Angststörungen
- **Depression**
- AD(H)S
- Trauma und PTBS



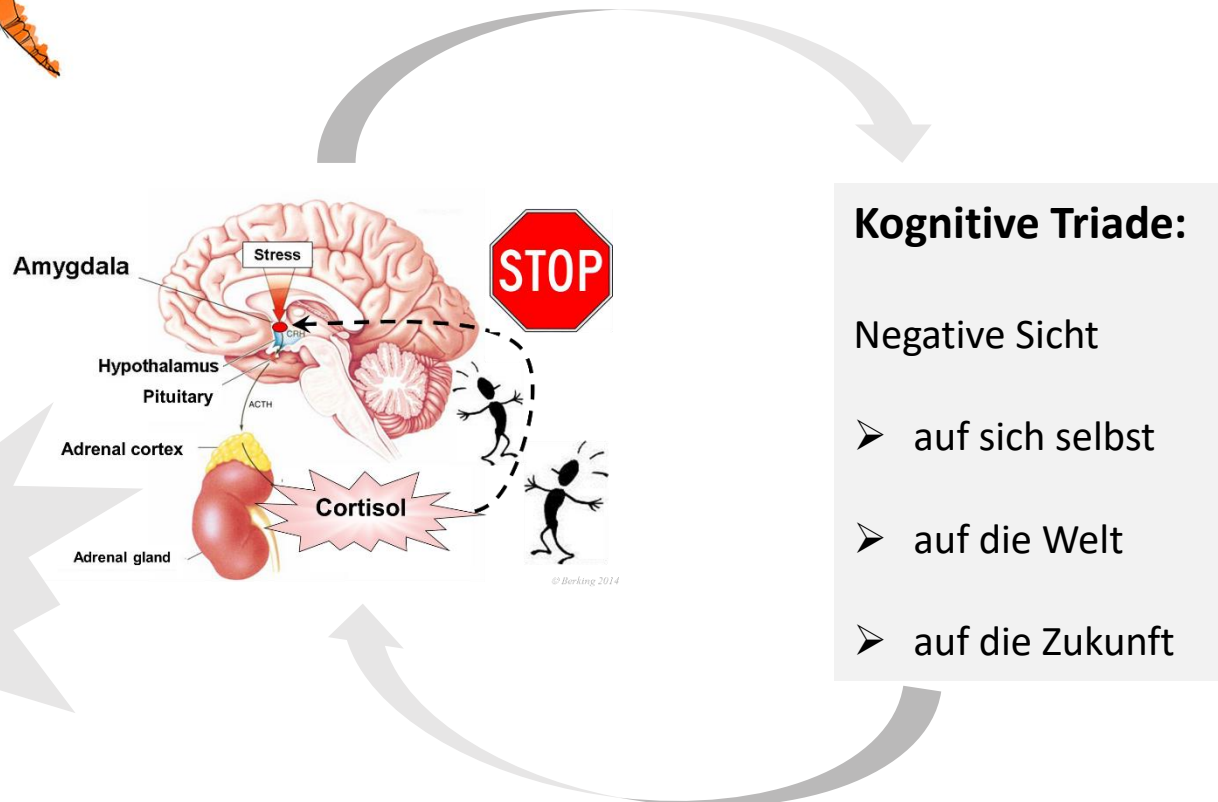
Vorstellung und Erwartungsklä rung



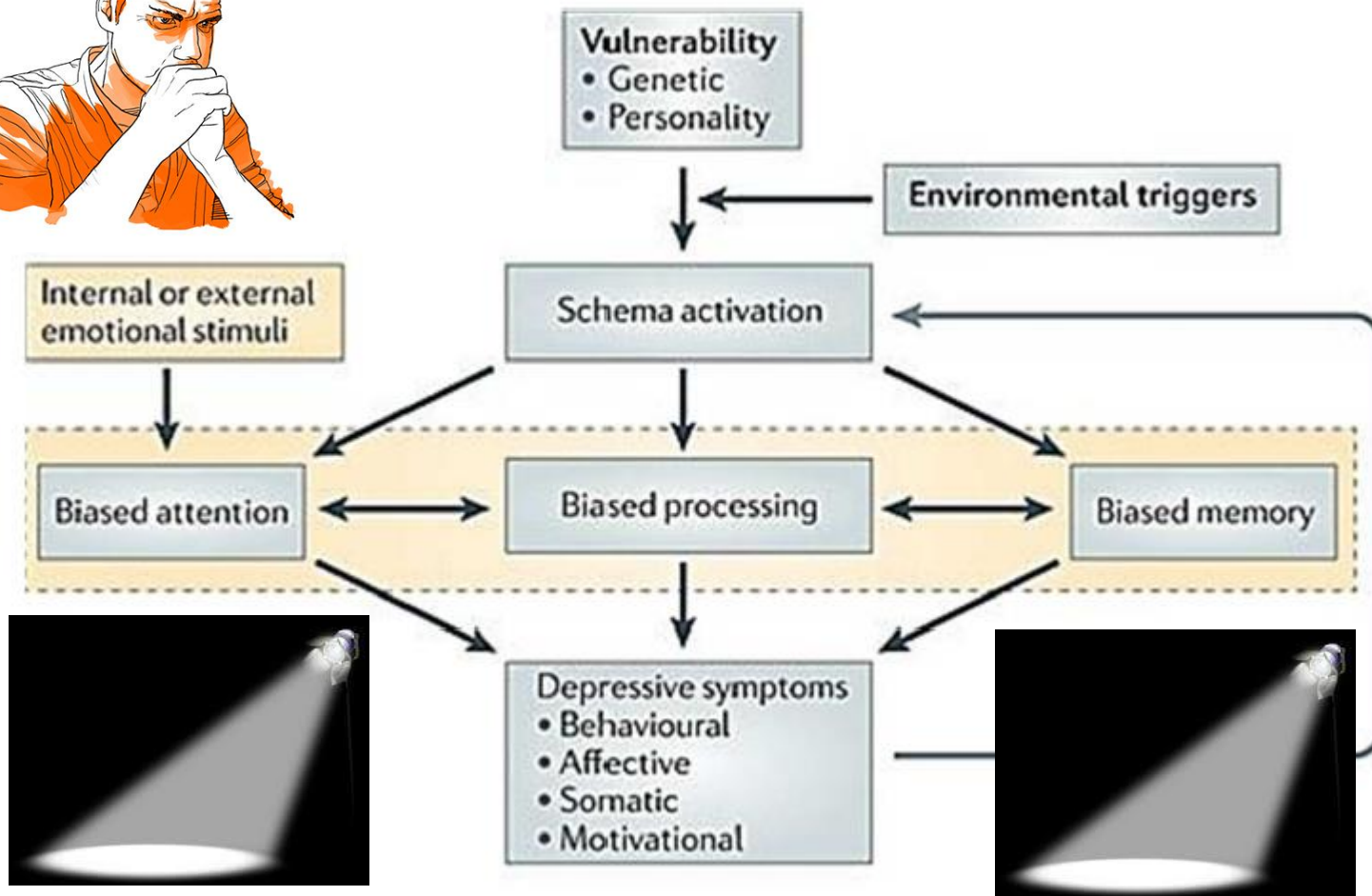


Leitsymptome:

- ❖ Betrübte Stimmung
- ❖ Interessensverlust/ Antriebslosigkeit/ Freundlosigkeit
- ❖ Leichte Ermüdbarkeit



KOGNITIVES DEPRESSIONSMODELL

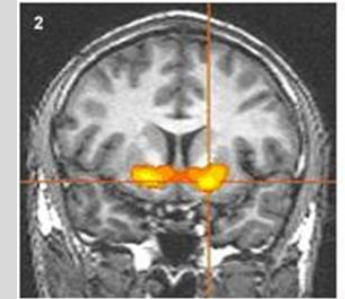
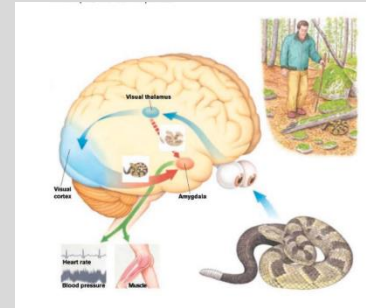
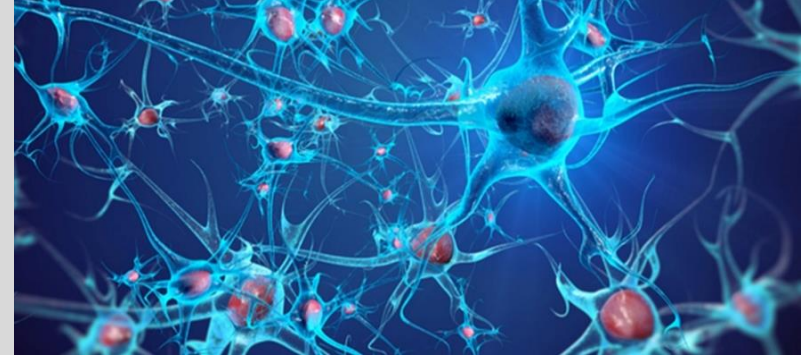


BROADEN AND BUILD THEORY (FREDRICKSON, 2001)

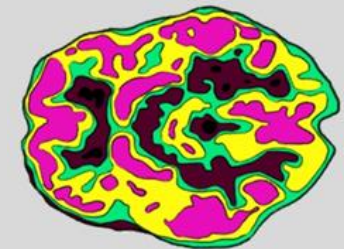


WAS WIR VON SHAOLIN-MÖNCHEN LERNEN KÖNNEN

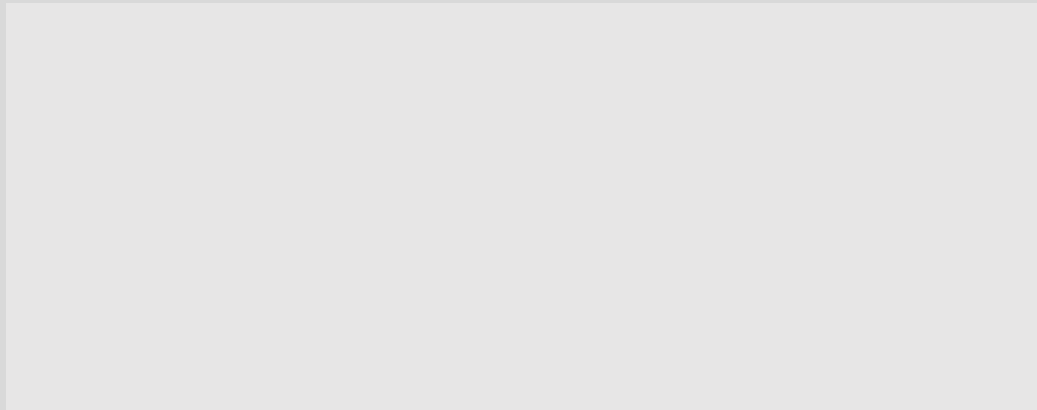
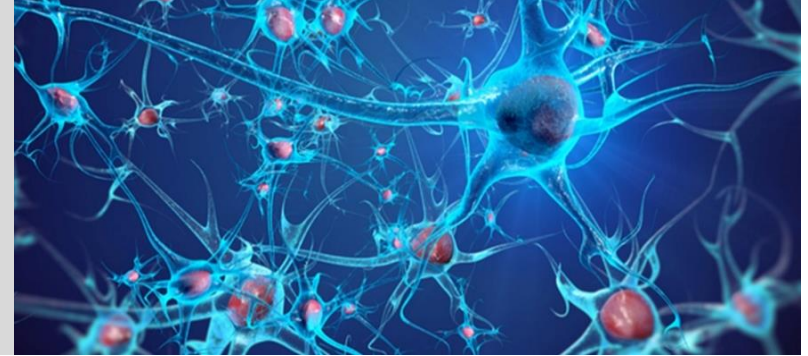
Hebbsche Lernregel (1949) Neurons that fire together wire together



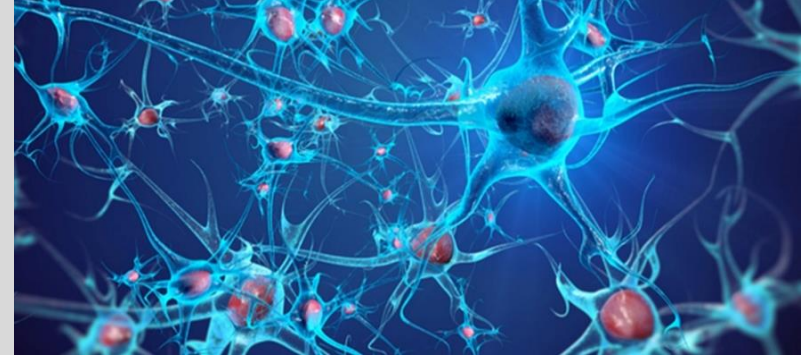
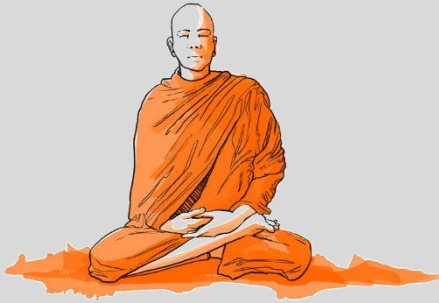
Präfrontaler Cortex



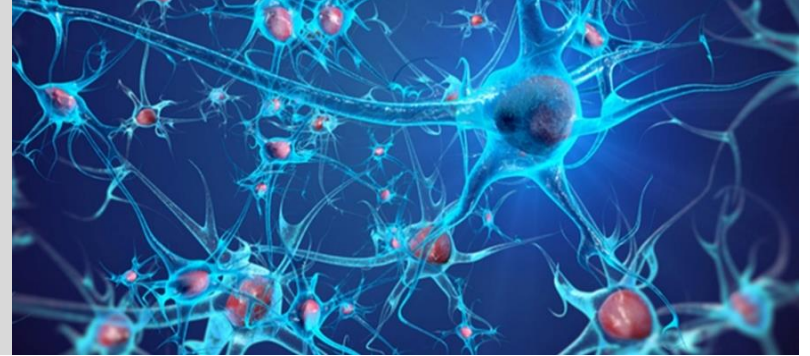
WAS WIR VON SHAOLIN-MÖNCHEN LERNEN KÖNNEN



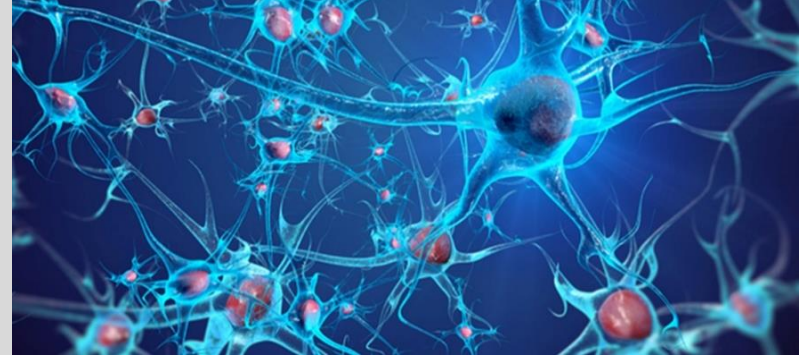
WAS WIR VON SHAOLIN-MÖNCHEN LERNEN KÖNNEN



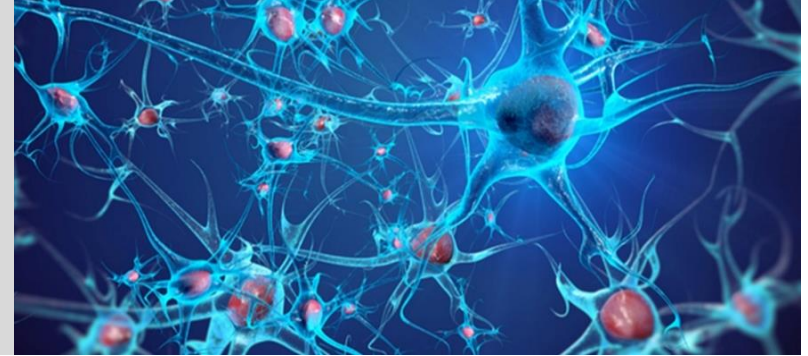
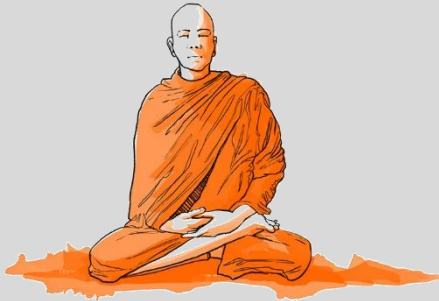
WAS WIR VON SHAOLIN-MÖNCHEN LERNEN KÖNNEN



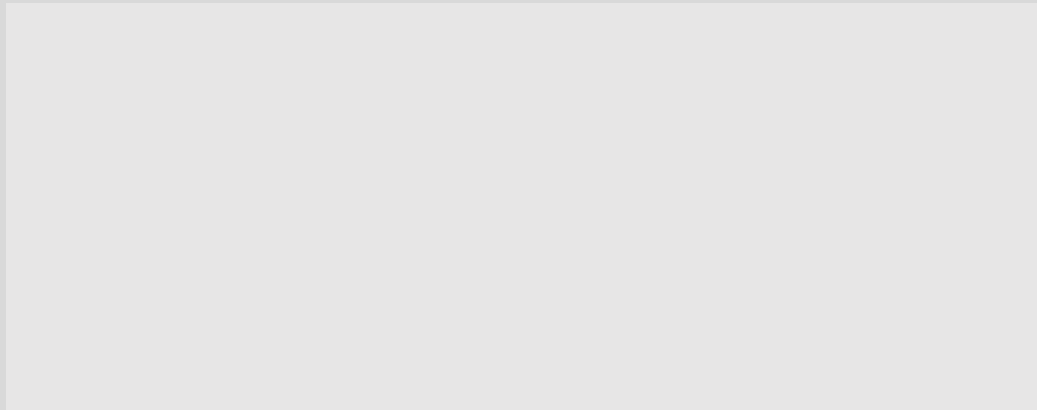
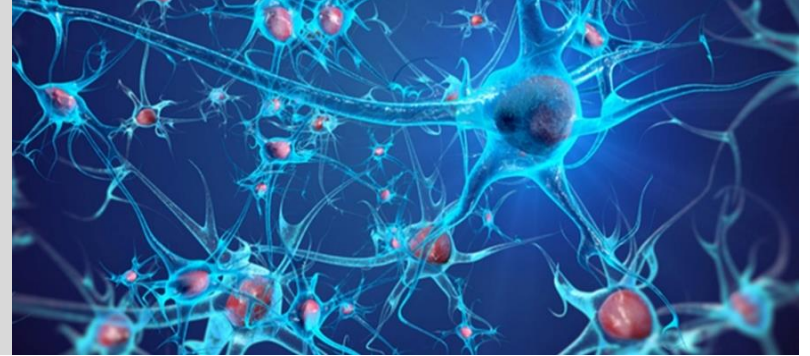
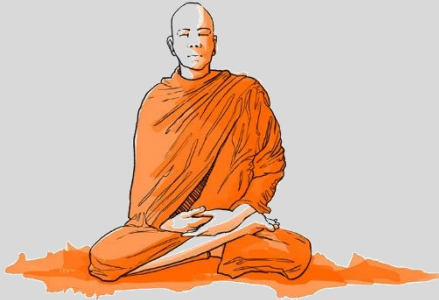
WAS WIR VON SHAOLIN-MÖNCHEN LERNEN KÖNNEN



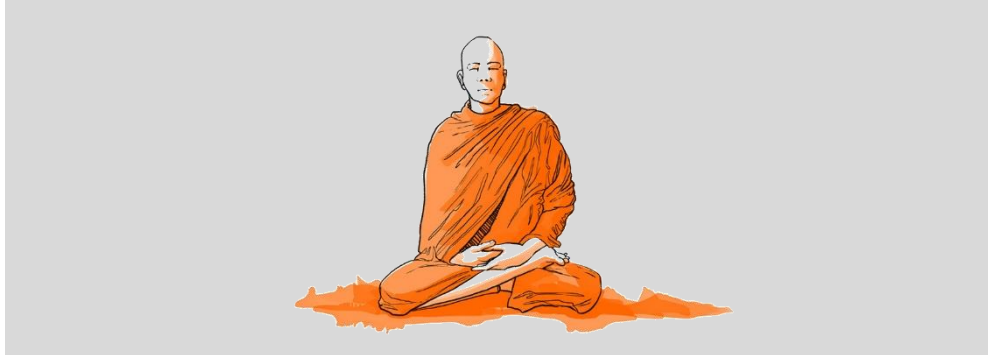
WAS WIR VON SHAOLIN-MÖNCHEN LERNEN KÖNNEN



WAS WIR VON SHAOLIN-MÖNCHEN LERNEN KÖNNEN

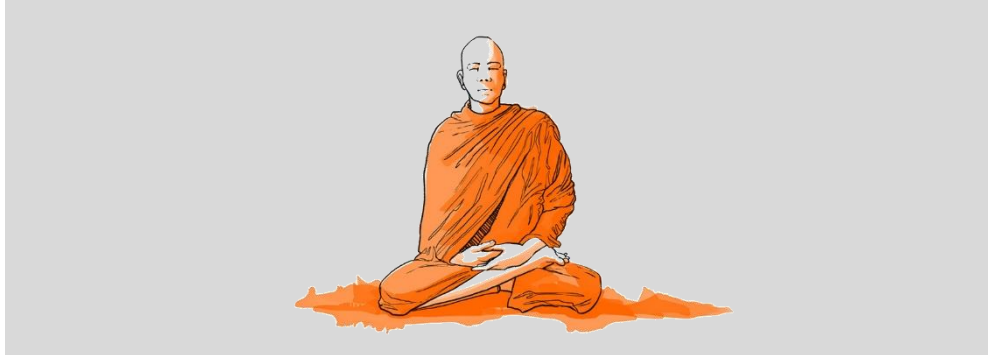


WAS WIR VON SHAOLIN-MÖNCHEN LERNEN KÖNNEN



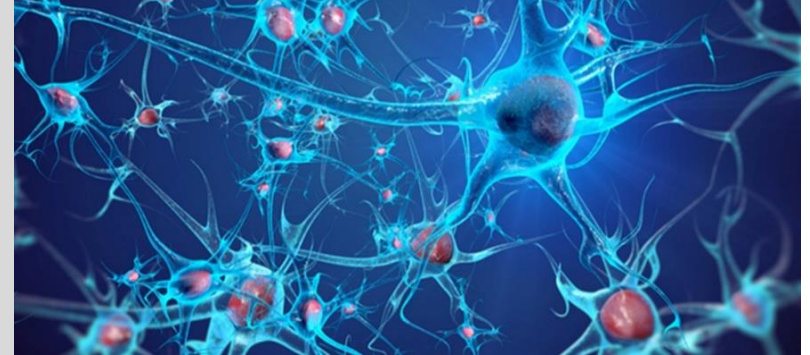
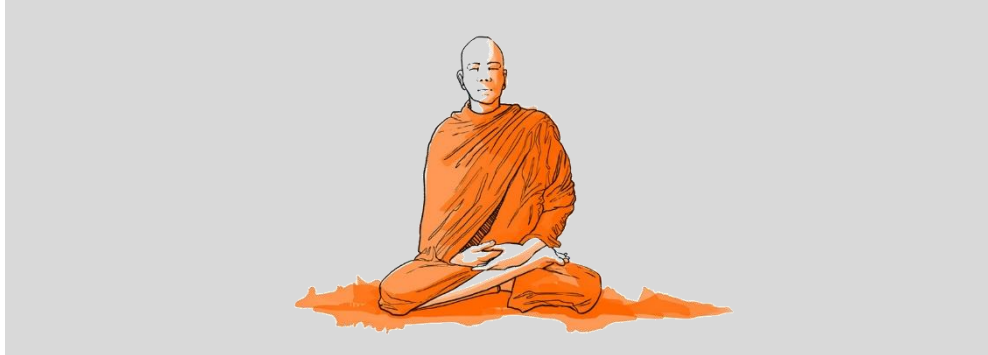
Rot

WAS WIR VON SHAOLIN-MÖNCHEN LERNEN KÖNNEN



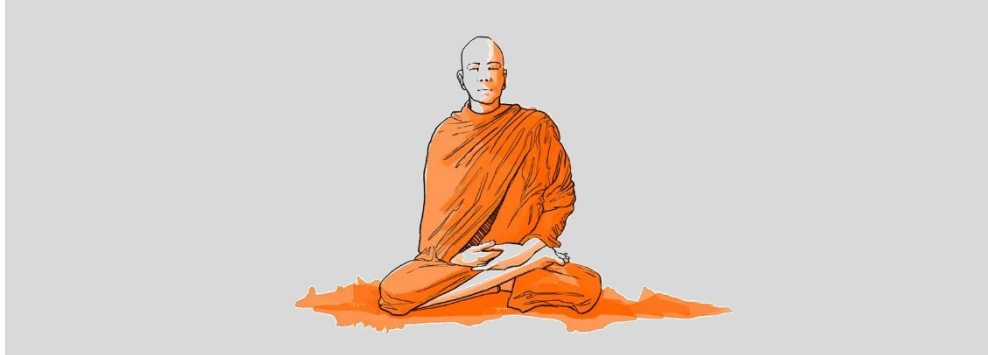
Grün

WAS WIR VON SHAOLIN-MÖNCHEN LERNEN KÖNNEN



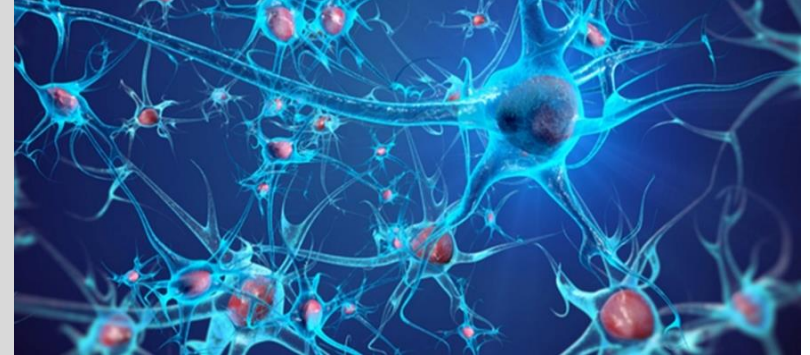
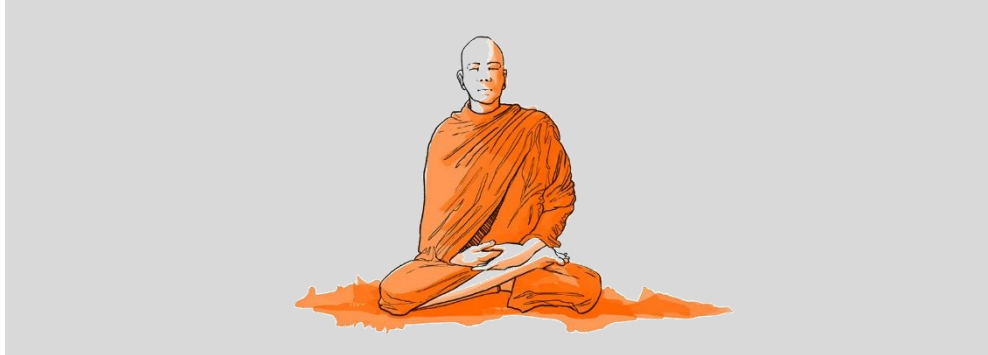
Blau

WAS WIR VON SHAOLIN-MÖNCHEN LERNEN KÖNNEN



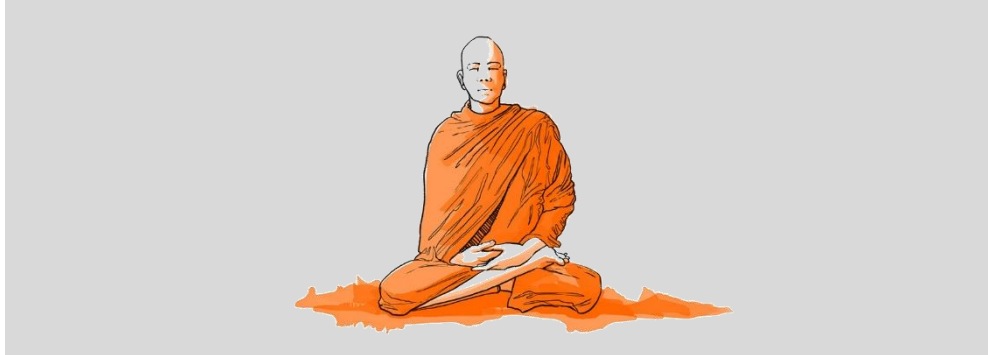
Rot

WAS WIR VON SHAOLIN-MÖNCHEN LERNEN KÖNNEN



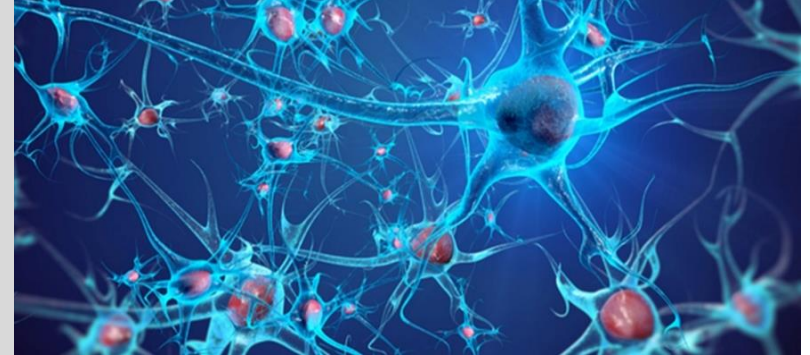
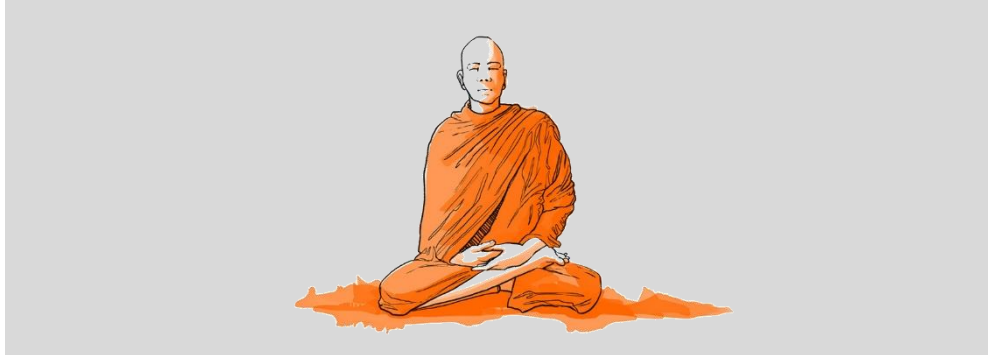
Gelb

WAS WIR VON SHAOLIN-MÖNCHEN LERNEN KÖNNEN



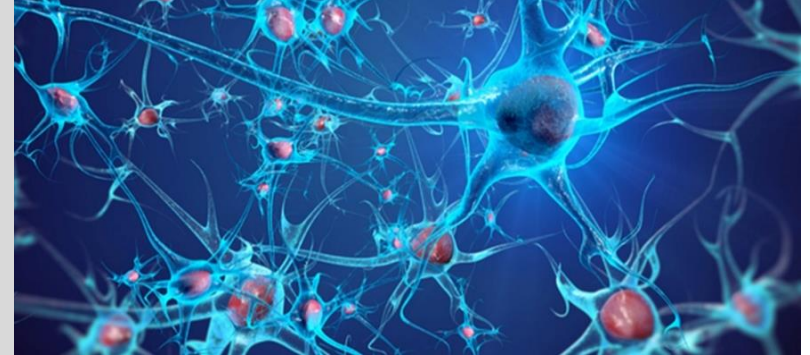
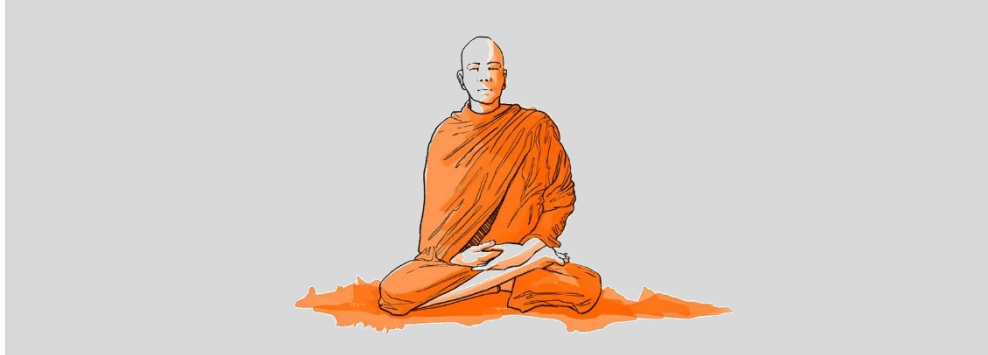
Blau

WAS WIR VON SHAOLIN-MÖNCHEN LERNEN KÖNNEN

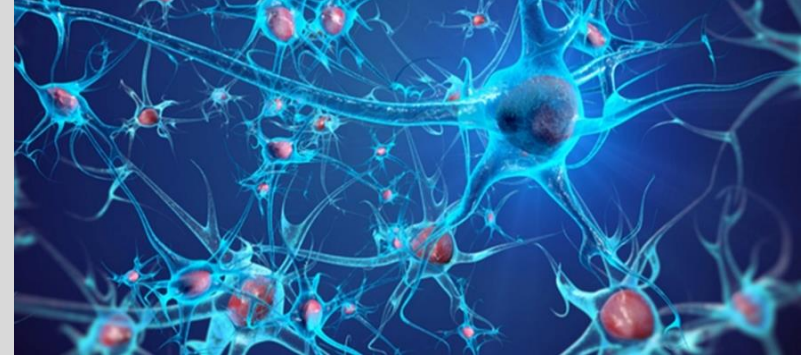
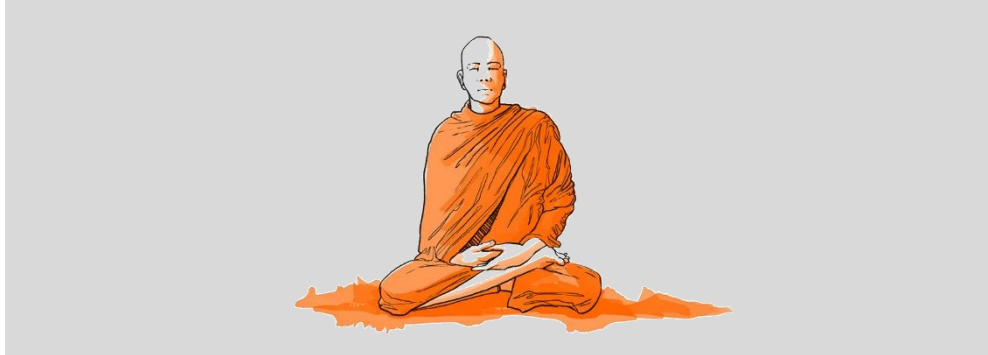


Grün

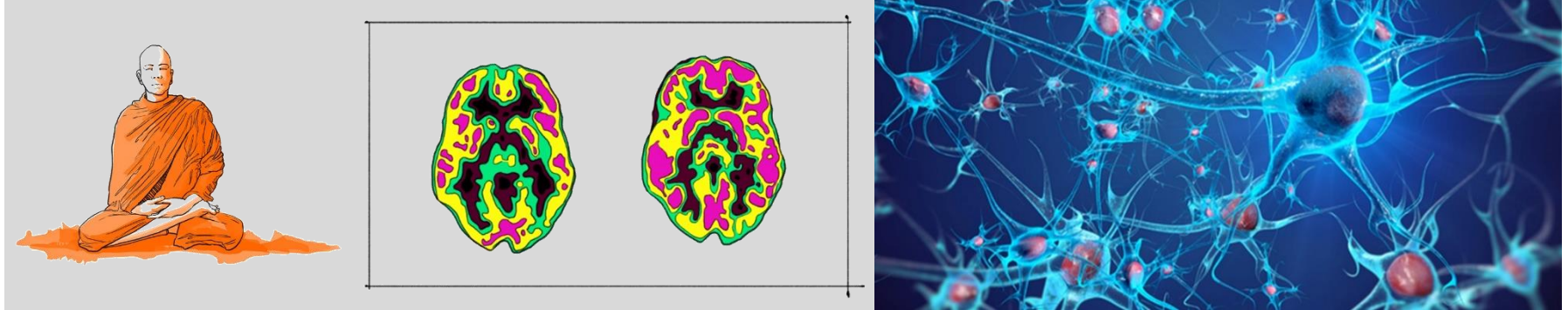
WAS WIR VON SHAOLIN-MÖNCHEN LERNEN KÖNNEN



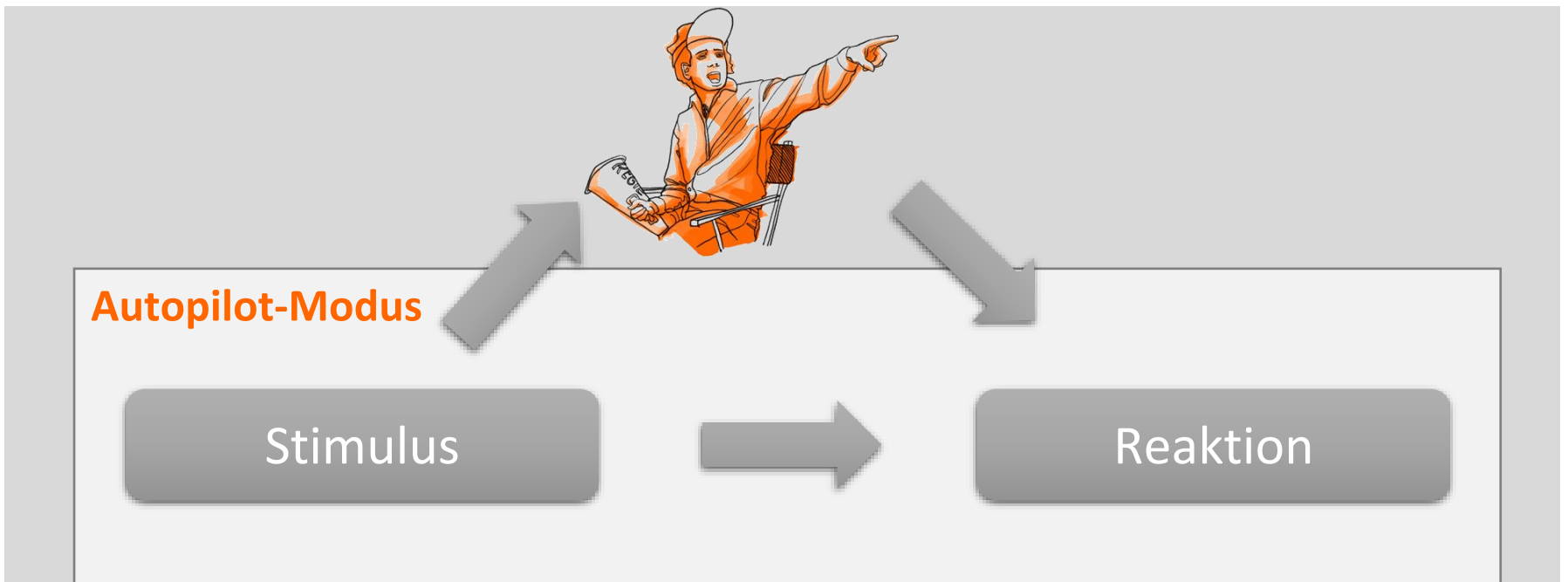
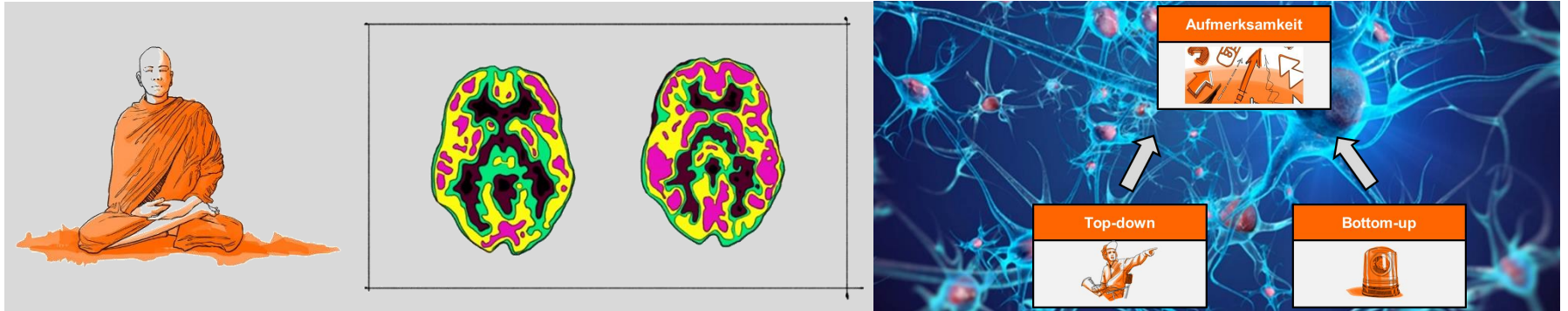
WAS WIR VON SHAOLIN-MÖNCHEN LERNEN KÖNNEN



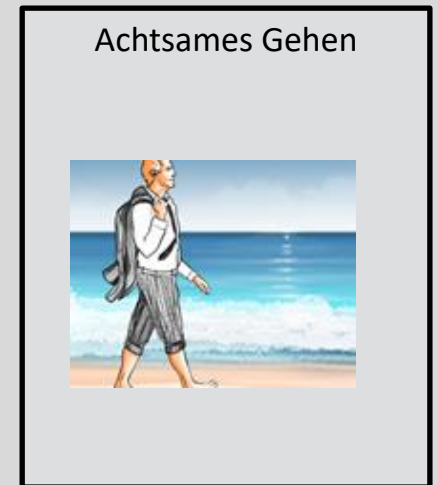
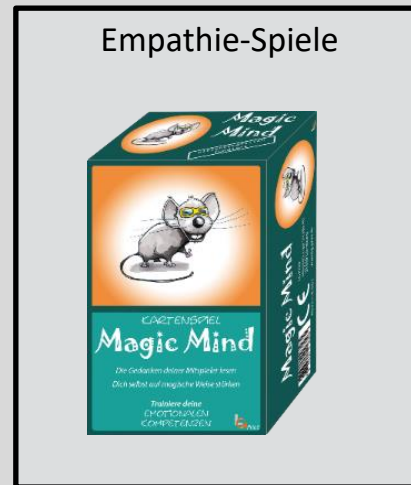
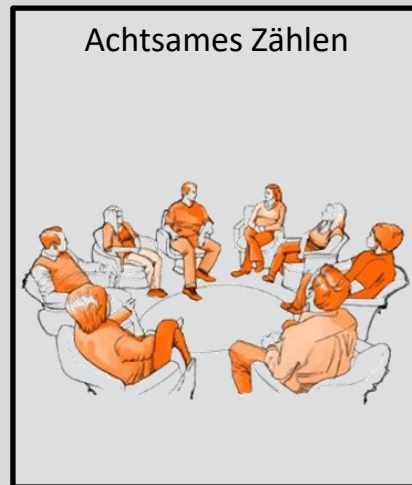
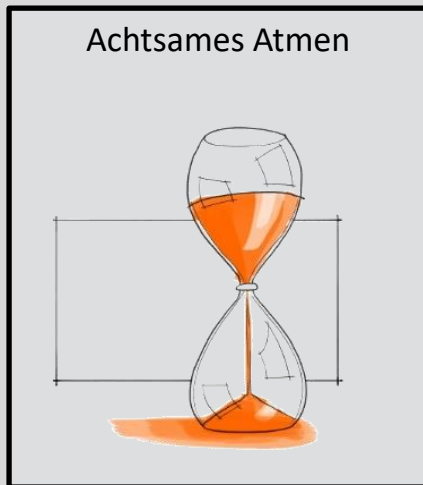
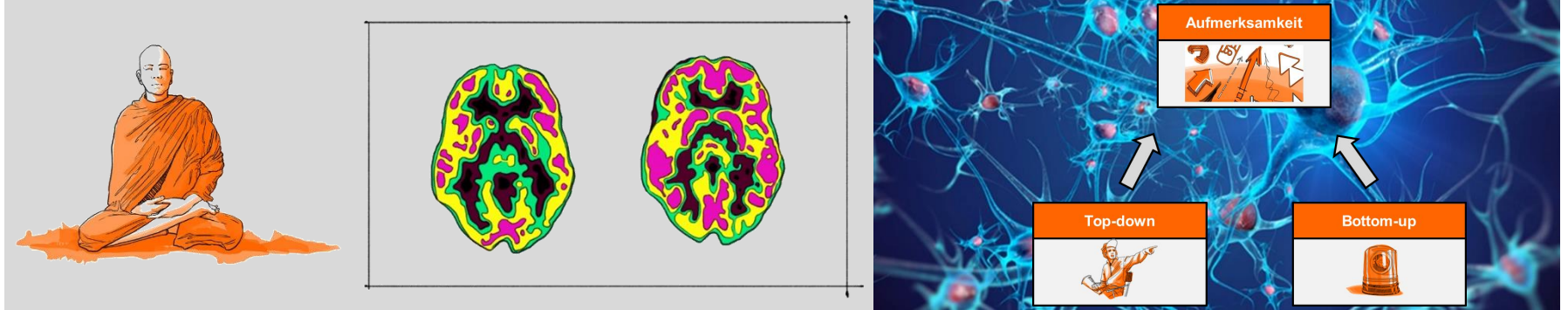
WAS WIR VON SHAOLIN-MÖNCHEN LERNEN KÖNNEN



WAS WIR VON SHAOLIN-MÖNCHEN LERNEN KÖNNEN



WAS WIR VON SHAOLIN-MÖNCHEN LERNEN KÖNNEN



Belastungen

24% Verzögerung bei Caregivern

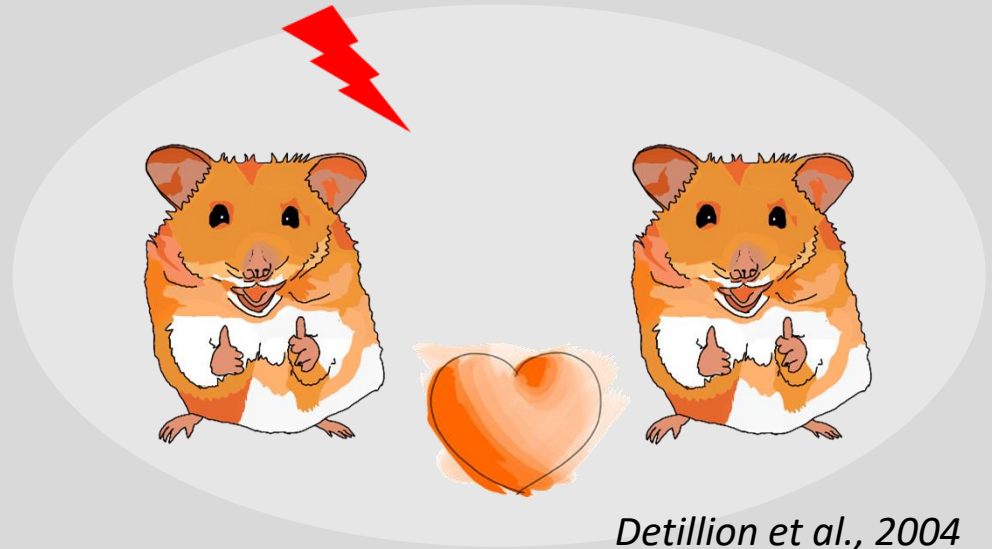
40% Verzögerung bei Prüfungen

60% Verzögerung bei feindseligem Ehepartner



Kiecolt-Glaser et al., 2005

Auch bei Goldhamster



Detillion et al., 2004

Belastungen

24% Verzögerung bei Caregivern

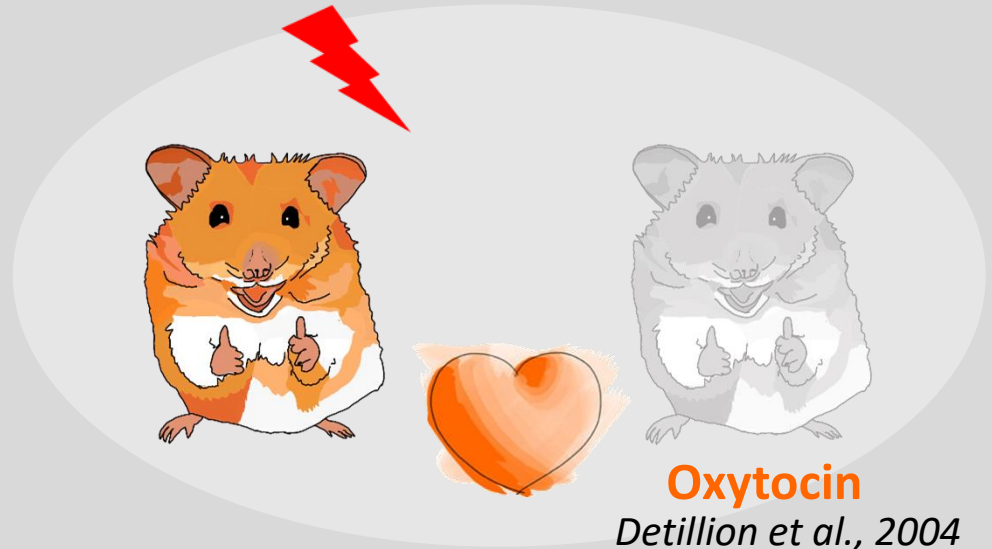
40% Verzögerung bei Prüfungen

60% Verzögerung bei feindseligem Ehepartner



Kiecolt-Glaser et al., 2005

Auch bei Goldhamster



Oxytocin

Detillion et al., 2004

Psychische Effekte

- ✓ Reduziert Angst- und Stresserleben
- ✓ Bindung und Erleben von Verbundenheit
- ✓ Kooperation
- ✓ Zufriedenheit und Wohlbefinden



Aktivitäten zur Steigerung von Oxytocin

- ✓ Stillen und Kuscheln (Hautkontakt)
- ✓ Sich Verlieben
- ✓ Erleben tragfähiger Beziehung
- ✓ Erleben von Gemeinsamkeit
- ✓ Erfüllung von Erwartungen
- ✓ Staunen



Psychische Effekte

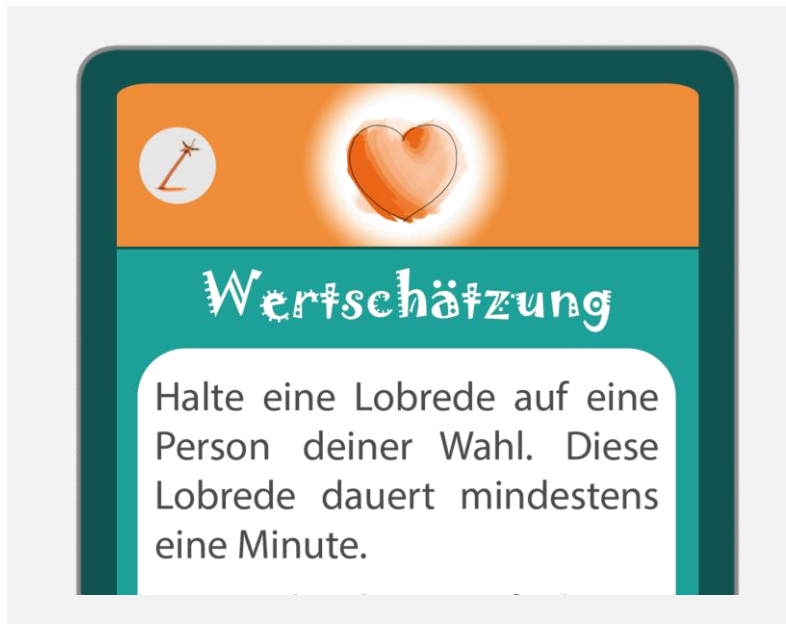
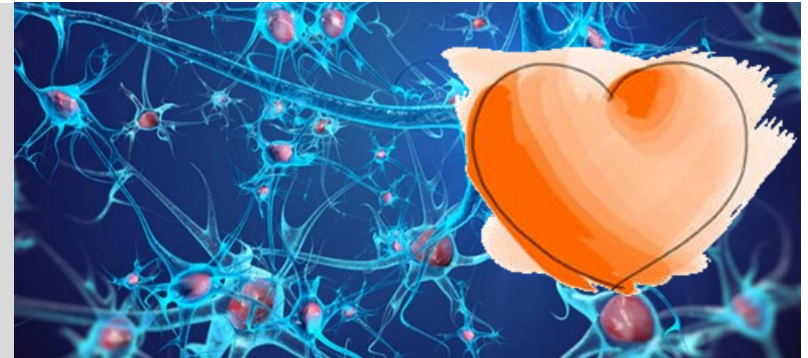
- ✓ Reduziert Angst- und Stresserleben
- ✓ Bindung und Erleben von Verbundenheit
- ✓ Kooperation
- ✓ Zufriedenheit und Wohlbefinden



Aktivitäten zur Steigerung von Oxytocin

- ✓ Stillen und Kuscheln (Hautkontakt)
- ✓ Sich Verlieben
- ✓ Erleben tragfähiger Beziehung
- ✓ Erleben von Gemeinsamkeit
- ✓ Erfüllung von Erwartungen
- ✓ Staunen

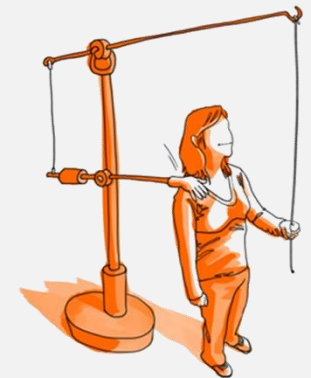




The graphic features a dark green rounded rectangle. At the top, there is an orange horizontal band containing a white icon of a hand holding a pen on the left and a glowing heart in the center. Below this band, the word 'Wertschätzung' is written in a white, stylized font. Underneath, a white rounded rectangle contains the following text: 'Halte eine Lobrede auf eine Person deiner Wahl. Diese Lobrede dauert mindestens eine Minute.'

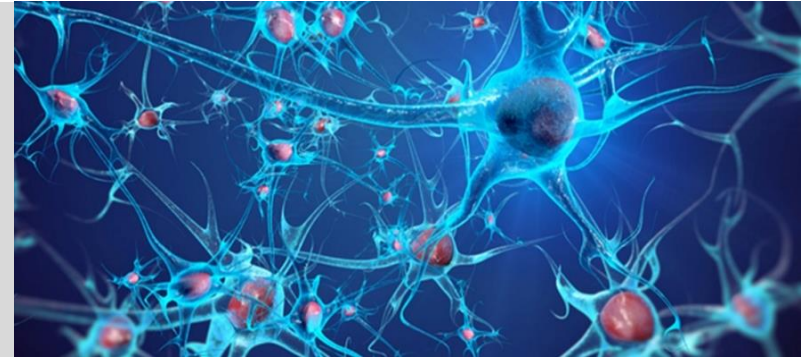
Blick auf die letzten sieben Tage:

- Erfolge
- Kompetenzen
- Soziale Anerkennung
- Leistungsunabhängige Selbstwertschätzung

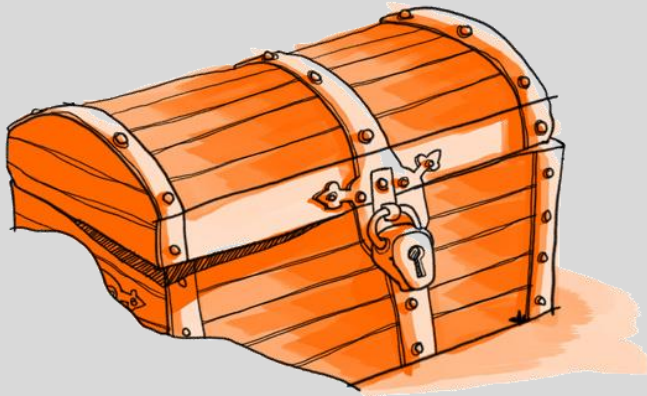


Hebbsche Lernregel (1949)

Neurons that fire together wire together



Tagesschätze finden

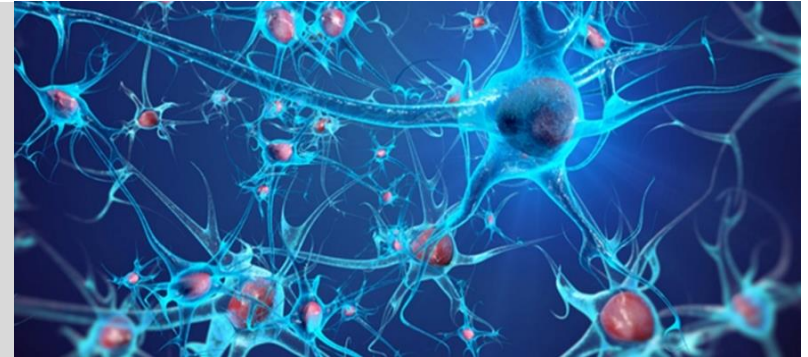


Ablauf

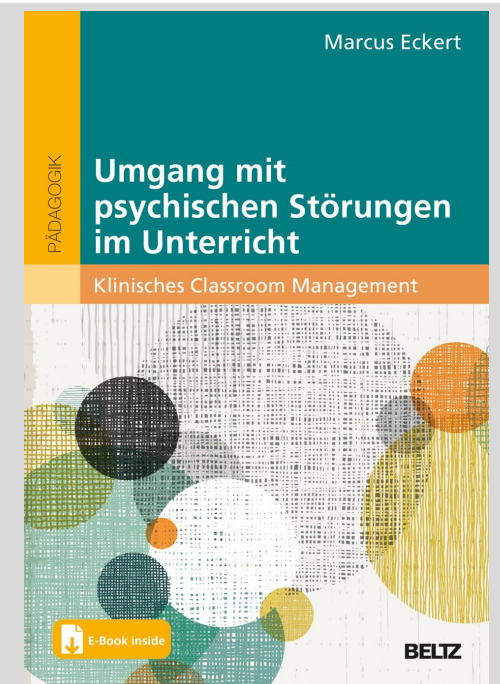
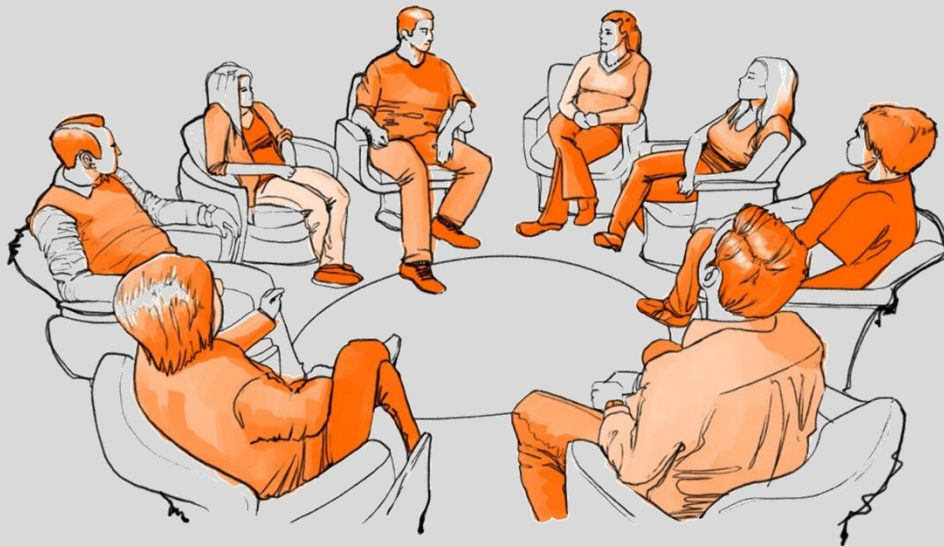
- 1) Drei angenehme Situationen pro Tag
- 2) Innehalten, intensiv erleben
- 3) Intensiv nacherleben und genießen
- 4) Eigenen Anteil benennen

Störungsbilder

- Angststörungen
- Depression
- **AD(H)S**
- Trauma und PTBS



Vorstellung und Erwartungsklärung



1. Aufmerksamkeitsstörung

- Vor allem bei fremdbestimmten Aufgaben
- Vor allem bei Aufgaben mit kognitiven Anforderungen (weil langweilig)
- Probleme mit der selektiven Aufmerksamkeit
- Probleme mit der Daueraufmerksamkeit

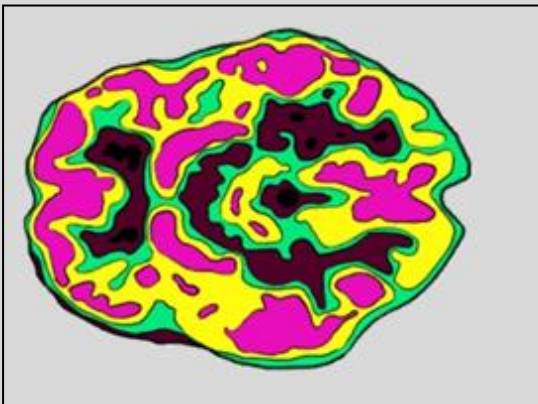
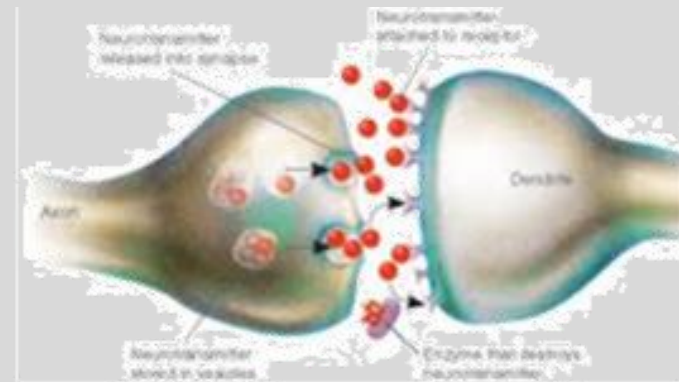
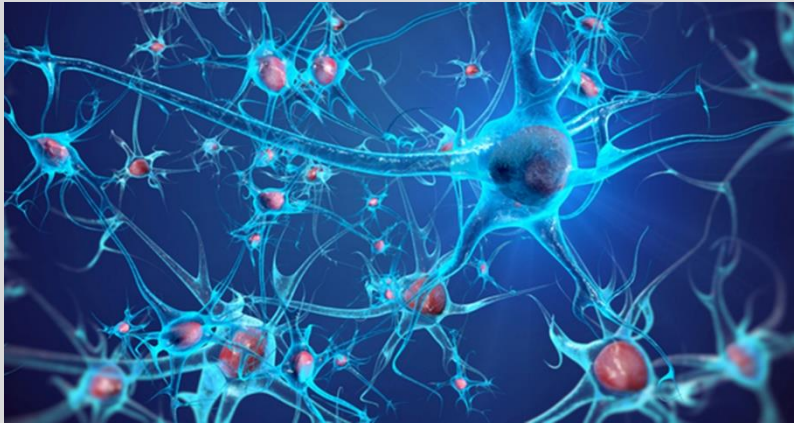
2. Impulsivität

- Kognitiv: erstem Handlungsimpuls nachgeben = nicht zu Ende hören, nicht hinschauen, nicht überlegen, bevor das Kind etwas unternimmt
- Motivational: schwer, Bedürfnisse zu verschieben, nicht abwarten können, bis an der Reihe

3. Hyperaktivität

- Vor allem auffällig in strukturierten Situationen, die vom Kind Verhaltenskontrolle oder Ruhe verlangen (z.B. Unterricht)

AD(H)S: PORTRAIT



Keine längere Zeitperspektive voraussetzen

- Keine längerfristigen Hausaufgaben oder Projekte (mit selbstreguliertem Lernen)
- Besser: Schritt für Schritt arbeiten mit unmittelbarem Feedback

Weil längerfristige Ziele aus dem Auge geraten, muss die Motivation von außen kommen

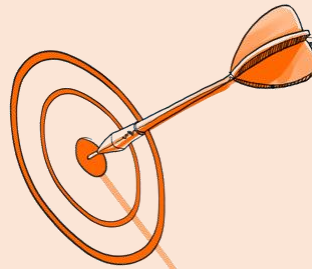
- Z.B. über Token-Programme
- Diese müssen über lange Zeit aufrecht erhalten werden



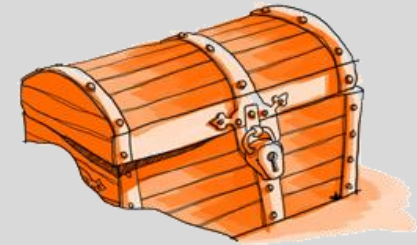
Ressourcen und Ist-Soll-Diskrepanzen



Veränderungsbereich auswählen



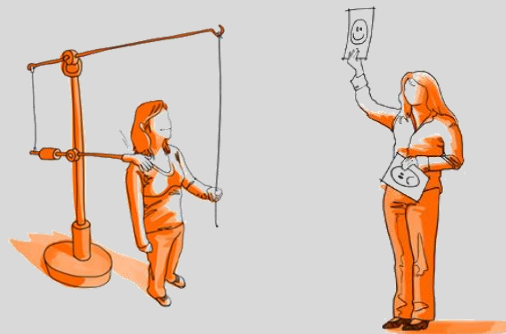
Motivation aufbauen



Handlungen konkretisieren



Schnelle Verstärkung (inkl. Selbstverstärkung)



Veränderung feststellen

