



Prof. Dr. Marcus Eckert



Klinisches Classroom Management

Umgang mit psychischen Störungsbildern im Unterricht



- **GHR Lehrer (2003 – 2010)**
- **Klinischer Psychologe**
- **Wissenschaftlicher Mitarbeiter an der Leuphana Universität Lüneburg**
- **Mitbegründer und Geschäftsführer Institut LernGesundheit**
- **Professur für Psychologie, insbesondere Entwicklungs- und Schulpsychologie an der APOLLON Hochschule in Bremen**
- **Ausbildung in Psychodrama und Hypnotherapie**

- **Verheiratet und 2 Kinder**



Stellen Sie sich bitte einmal vor...



Option 1
Sie schweigen

Option 1a
Beide schweigen
→ Beide: 4 Jahre Haft

Option 1b
Ihr Komplize mach einen Deal
→ Sie: 12 Jahre Haft
→ Kompl. → 1 Jahr Haft

Option 2
Sie gestehen (Option „Deal“)

Option 2a
Ihr Komplize schweigt
→ Sie: 1 Jahr Haft
→ Kompl. → 12 Jahre Haft

Option 2b
Beide gestehen
→ Beide 8 Jahre Haft



Etwas weniger fiktiv...



Option 1

Sie schweigen

Kooperation/ Vertrauen
8 \$ für beide

Vorteil der andere

12 \$ für den anderen
1 \$ für Sie

Option 2

Sie gestehen (Option „Deal“)

Vorteil der andere

1 \$ für den anderen
12 \$ für Sie

Misstrauen/ Egoismus
4 \$ für beide



Option 1
Sie schweigen

Option 1a
Beide schweigen
→ Beide: 4 Jahre Haft
(Kooperation/ Vertrauen)

Option 1b
Ihr Komplize mach einen Deal
→ Sie: 12 Jahre Haft
→ Kompl. → 1 Jahr Haft

Option 2
Sie gestehen (Option „Deal“)

Option 2a
Ihr Komplize schweigt
→ Sie: 1 Jahr Haft
→ Kompl. → 12 Jahre Haft

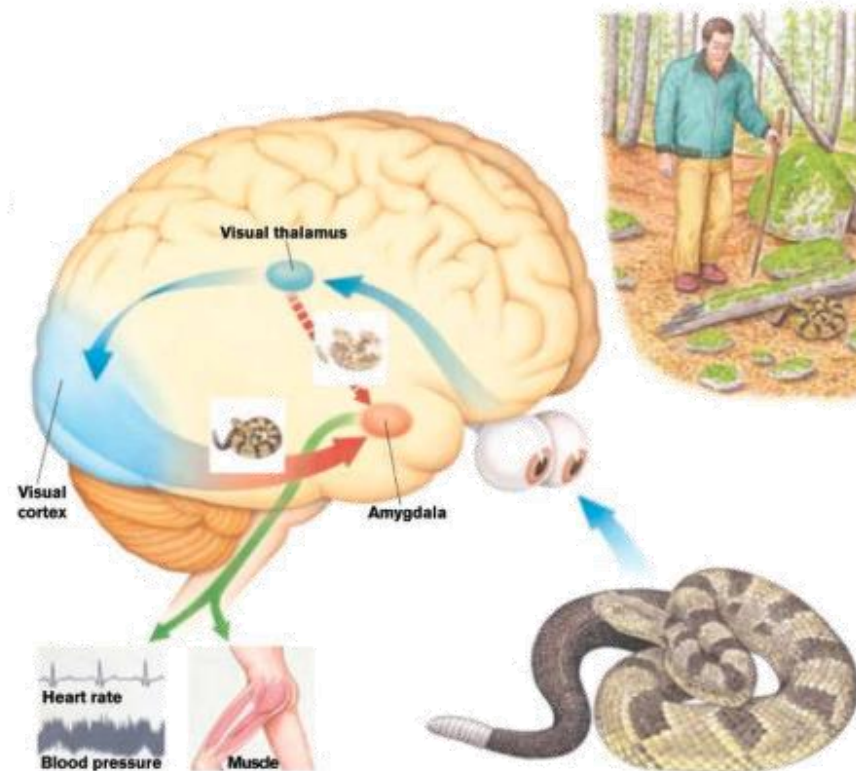
Option 2b
Beide gestehen
→ Beide 8 Jahre Haft

Belastungen (Kiecolt-Glaser et al., 2005)

24% Verzögerung bei Caregivern

40% Verzögerung bei Prüfungen

60% Verzögerung bei feindseligem Ehepartner





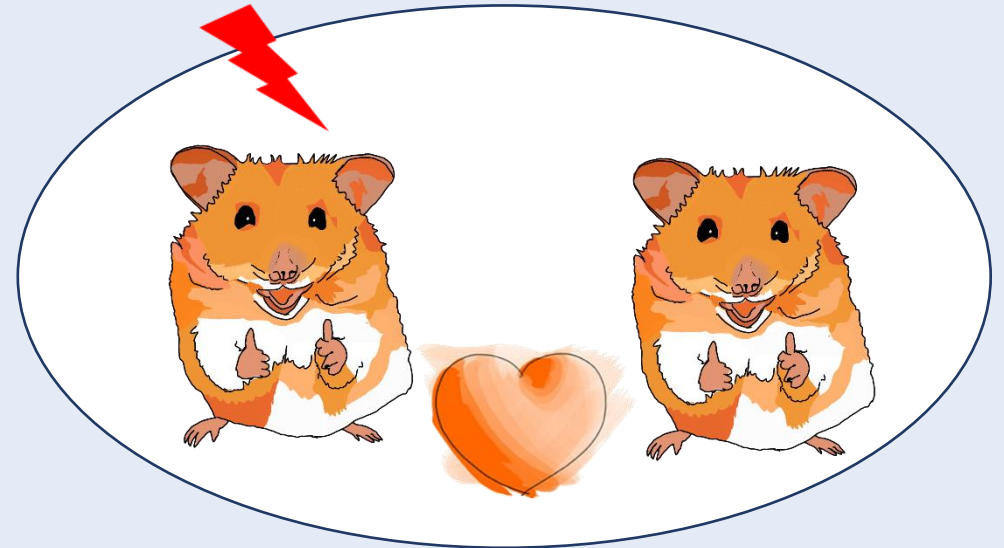
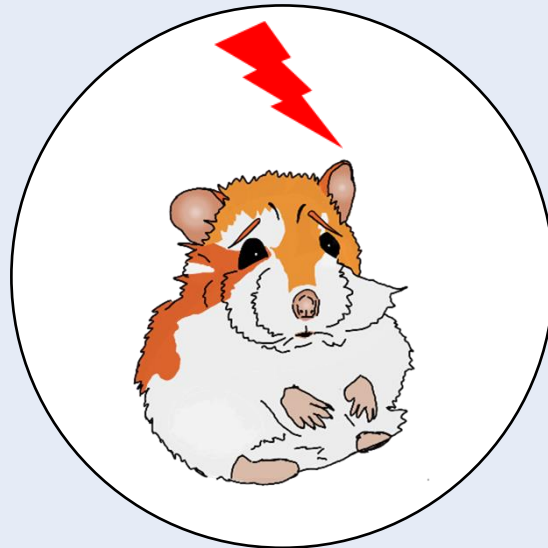
Belastungen (Kiecolt-Glaser et al., 2005)

24% Verzögerung bei Caregivern

40% Verzögerung bei Prüfungen

60% Verzögerung bei feindseligem Ehepartner

Auch bei Goldhamstern (Detillion et al., 2004)





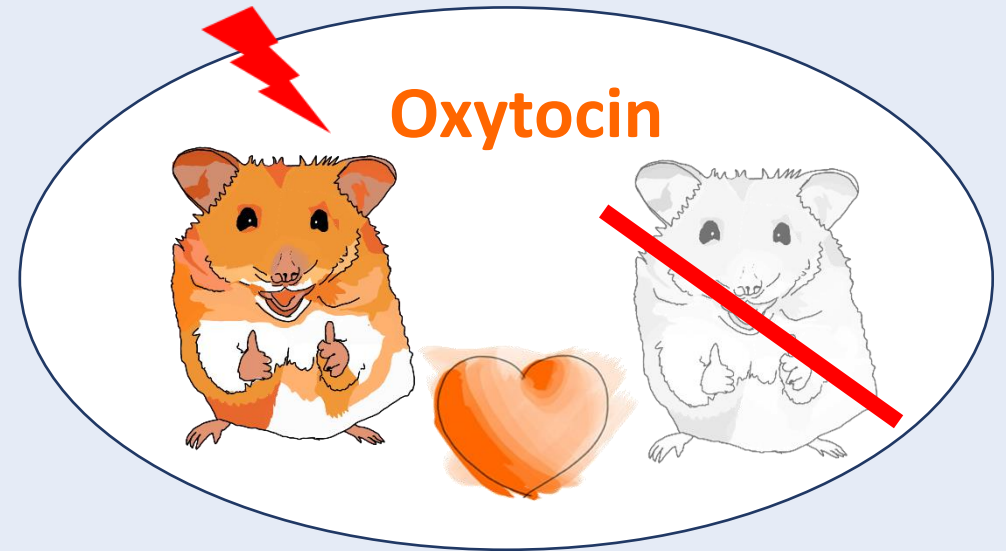
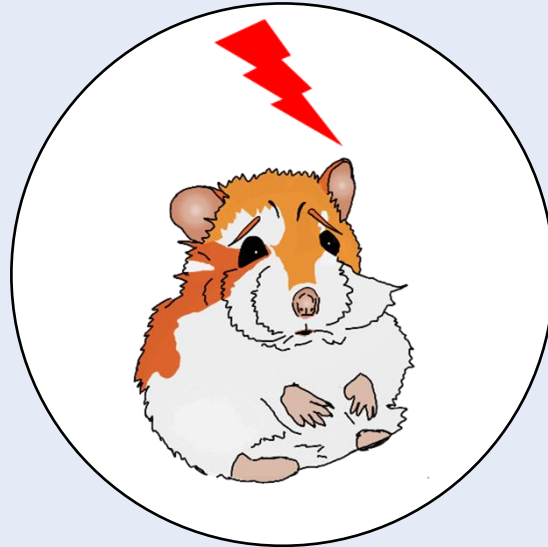
Belastungen (Kiecolt-Glaser et al., 2005)

24% Verzögerung bei Caregivern

40% Verzögerung bei Prüfungen

60% Verzögerung bei feindseligem Ehepartner

Auch bei Goldhamstern (Detillion et al., 2004)





Quellen von Oxytocin

- Hautkontakt
- sich verlieben
- Gemeinschaft
- Beziehungserleben (Vertrauen)
- Soziale Synchronizität

Oxytocin

Exkurs: Stress und Wundheilung

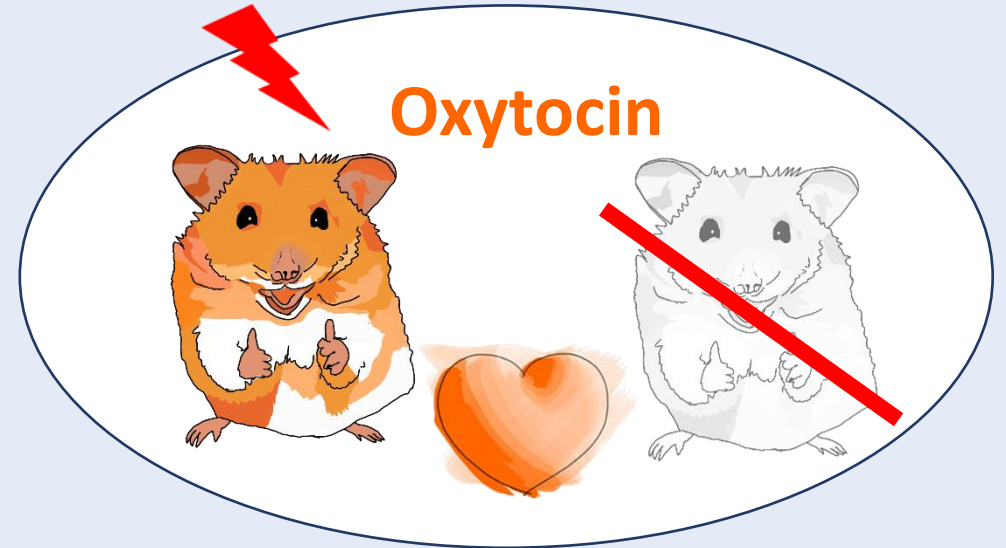
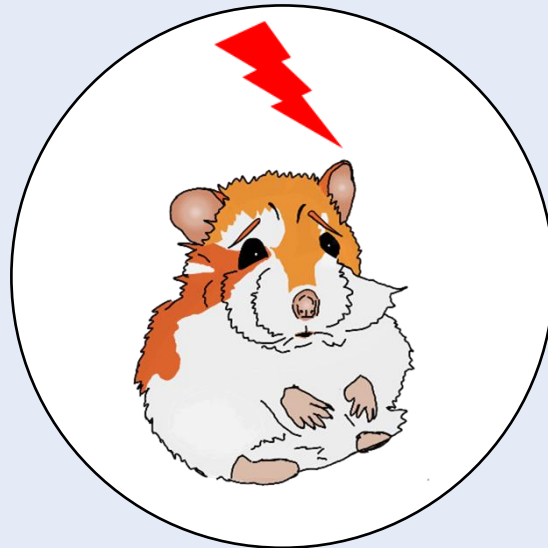
Belastungen (Kiecolt-Glaser et al., 2005)

24% Verzögerung bei Caregivern

40% Verzögerung bei Prüfungen

60% Verzögerung bei feindseligem Ehepartner

Auch bei Goldhamstern (Detillion et al., 2004)



Wertschätzung

Halte eine Lobrede auf eine Person deiner Wahl. Diese Lobrede dauert mindestens eine Minute.



Oxytocin Zurück zur Fragestellung...



Ruth Feldman

**A social neuroscience approach to conflict resolution:
Dialogue intervention to Israeli and Palestinian youth impacts
oxytocin and empathy (Influs et al., 2018)**

Dialogue Intervention:

- Gemeinsames Singen (= Gemeinsamkeit/ Synchronizität)
- Teilen von erfahrenen Leid (Perspektivwechsel)

Outcome

- Erhöhung des endogenen Oxytocinspiegels
- Verbessertes Perspektivwechsel und mehr Empathie mit der Outgroup

Wertschätzung

Halte eine Lobrede auf eine Person deiner Wahl. Diese Lobrede dauert mindestens eine Minute.

Option 1
Sie schweigen

Option 1a
Beide schweigen
→ Beide: 4 Jahre Haft
(Kooperation/ Vertrauen)

Option 1b
Ihr Komplize mach einen Deal
→ Sie: 12 Jahre Haft
→ Kompl. → 1 Jahr Haft

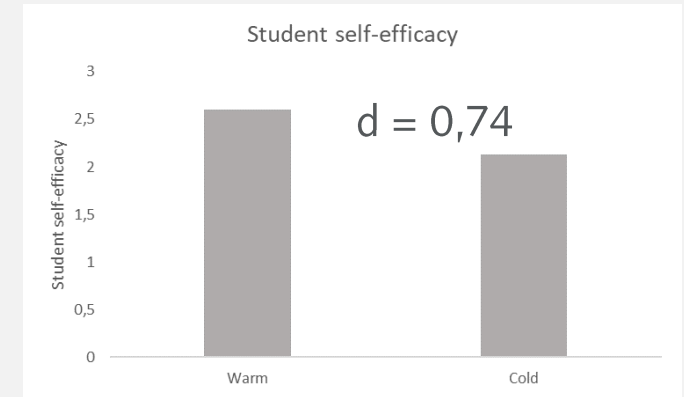


Oxytocin Zurück in den Alltag

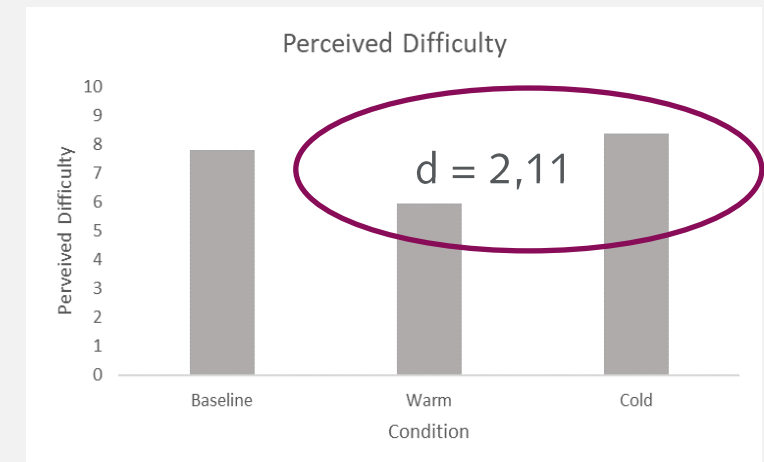
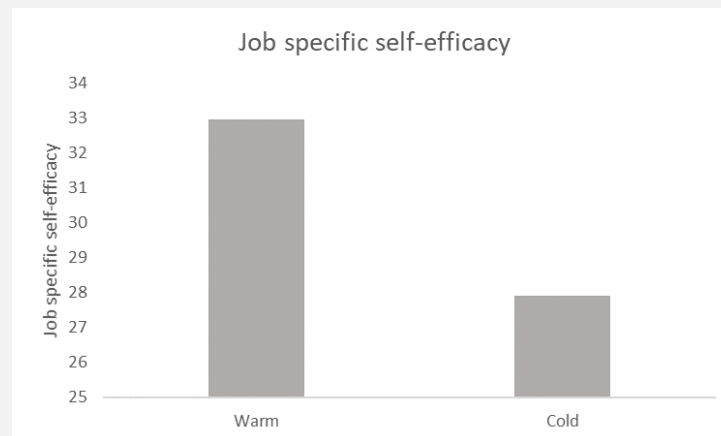
Stereotype Content Model (Cuddy, Glick, Fiske, 2008)

- Schnelle interpersonale Einschätzung
- Dimensionen
 - Warmherzigkeit (Feind/ Freund)
 - Kompetenz

Einfluss warmherziger Lehrer*innen (Eckert et al., i.V.)



Einfluss warmherziger Kolleg*innen (Eckert et al., 2023)



Wertschätzung

Halte eine Lobrede auf eine Person deiner Wahl. Diese Lobrede dauert mindestens eine Minute.



Stellen Sie sich bitte einmal vor...

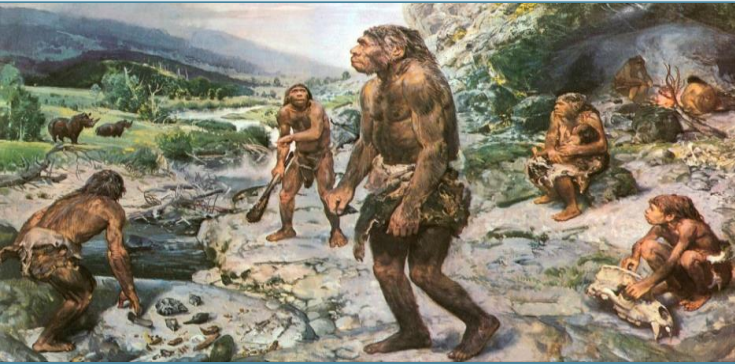


Table 1

Persistence on Unsolvable Puzzles (Experiment I)

Condition	Time (min)	Attempts
Radish	8.35	19.40
Chocolate	18.90	34.29
No food control	20.86	32.81

Note. Standard deviations for Column 1, top to bottom, are 4.67., 6.86. and 7.30. For Column 2. SDs = 8.12, 20.16, and 13.38.

Baumeister, R. F., Bratslavsky, E., Muraven, M., & Tice, D. M. (1998)

Restoring the self: Positive affect helps improve self-regulation following ego depletion ☆

Dianne M. Tice ^{a,*}, Roy F. Baumeister ^a, Dikla Shmueli ^b, Mark Muraven ^c

^a Department of Psychology, Florida State University, Tallahassee, FL 32306-1270, USA

^b Department of Psychiatry, University of California San Francisco, CA, USA

^c Department of Psychology, University at Albany, USA

Received 22 October 2004; revised 18 September 2005

Available online 26 March 2007



Aufmerksamkeit und Erleben

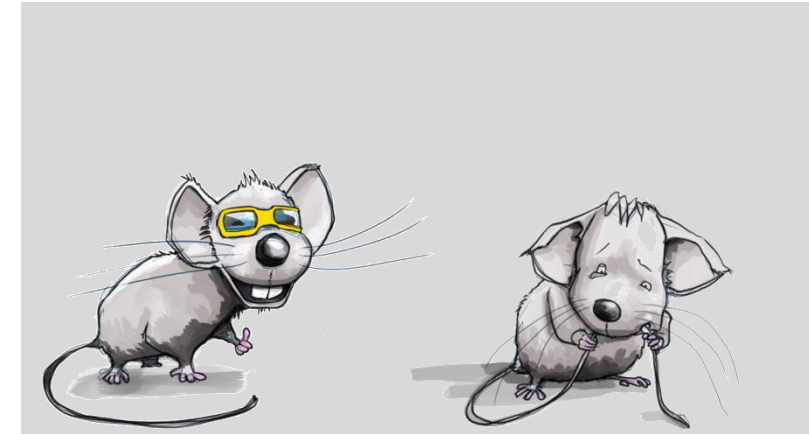


„Diese Zeit wird sich tief in die Seele der Kinder eingraben“

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)



Erlernte Hilflosigkeit



Seligman, M. E., & Beagley, G. (1975). Learned helplessness in the rat. *Journal of Comparative and Physiological Psychology*, 88(2), 534–541.





Aus der erlernten Hilflosigkeit zur Bewältigung



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-Suggestion

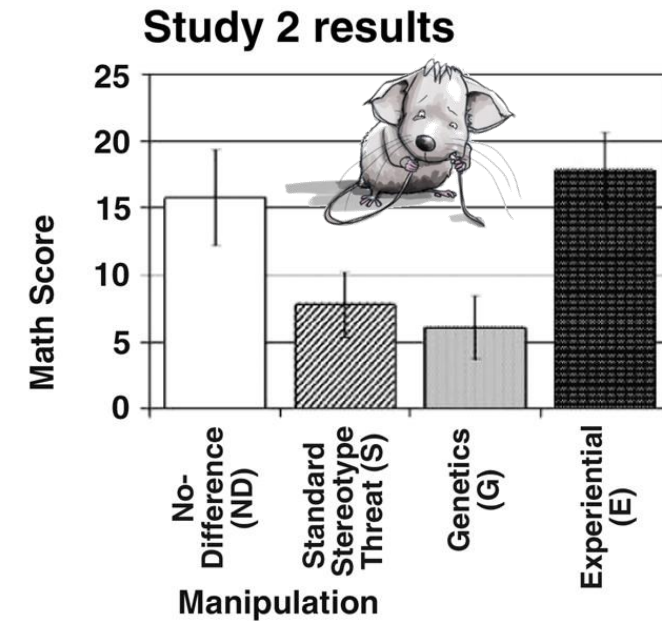
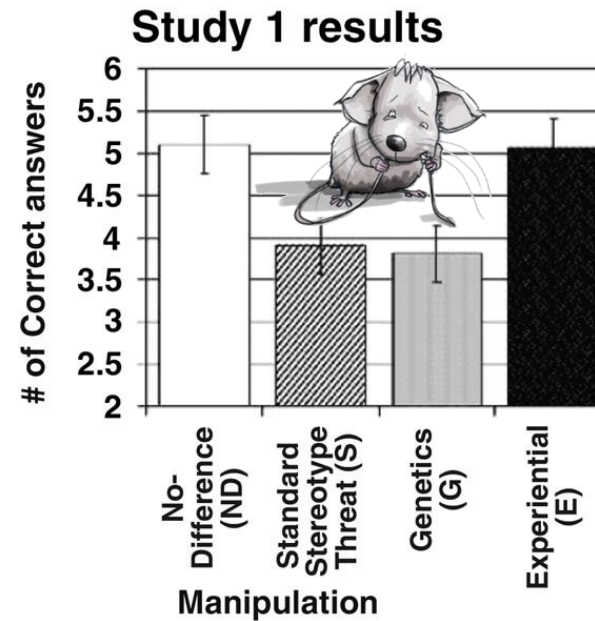
Und dann welche positiven Emotionen wohl entstehen, wenn man es geschafft hat...

Ressourcen- und Kompetenzaktivierung

In welchen Situationen ist es Ihnen *gelingen, scheinbar* unüberwindbare Hürden zu *überwinden*?

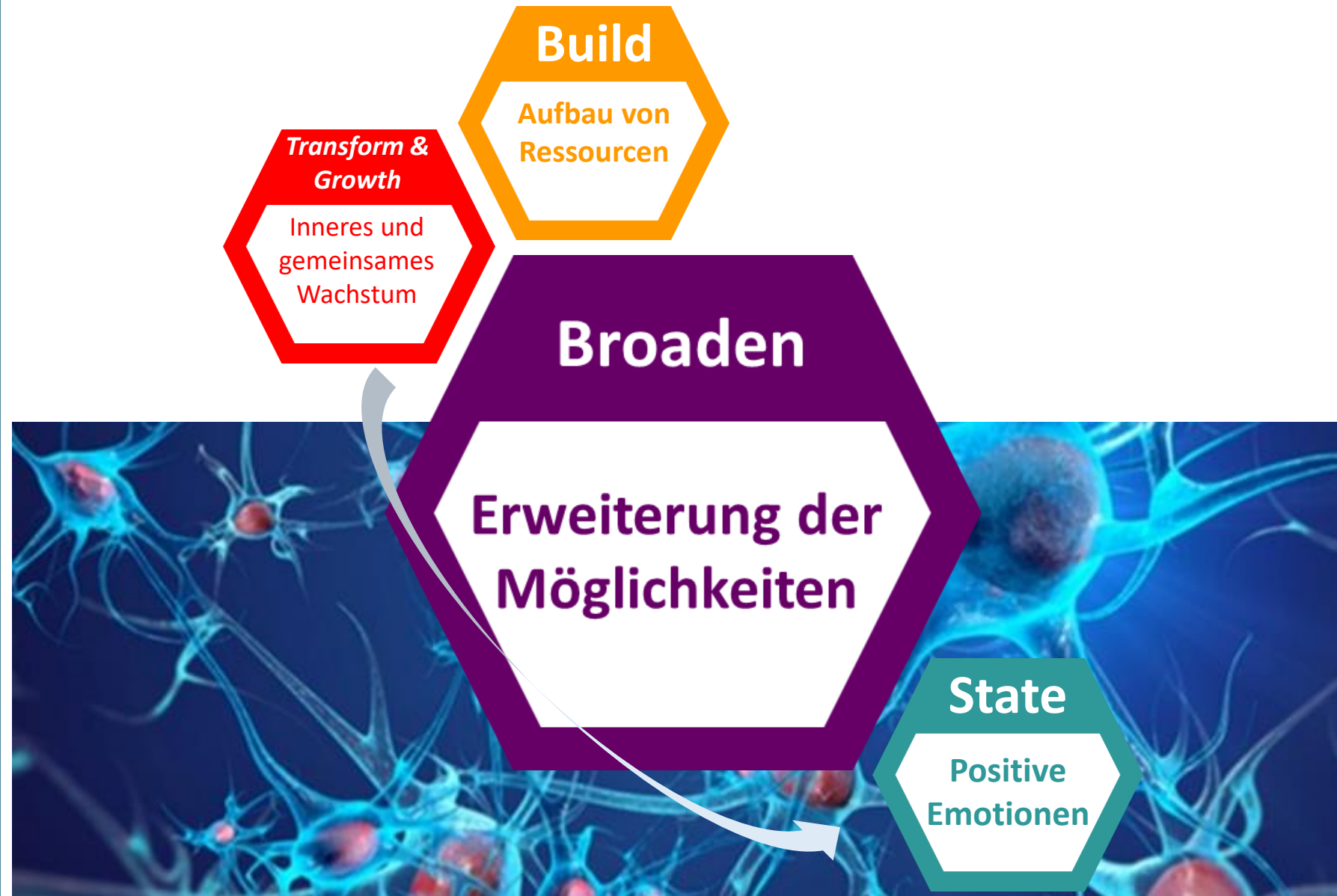
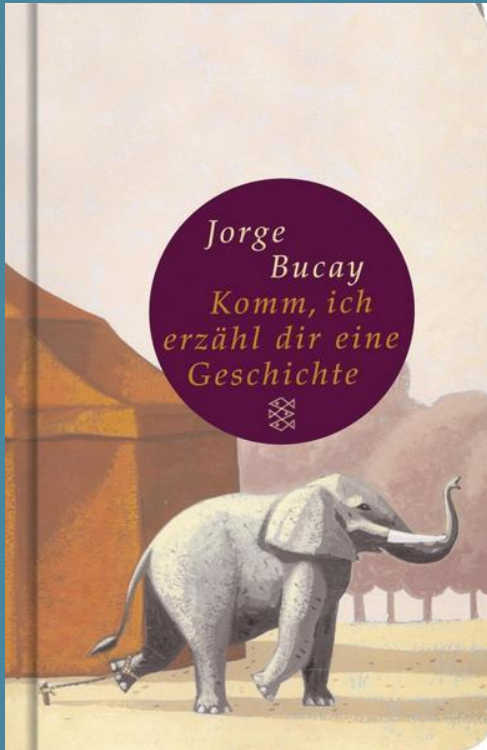


Erlernte Hilflosigkeit





Broaden-and-Build-Theory (Fredrickson, 2001)

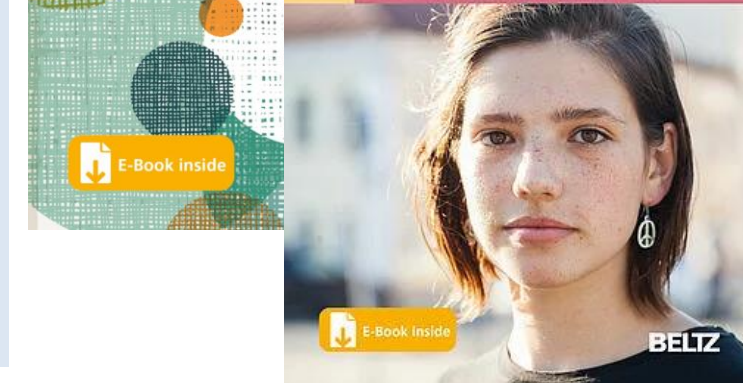
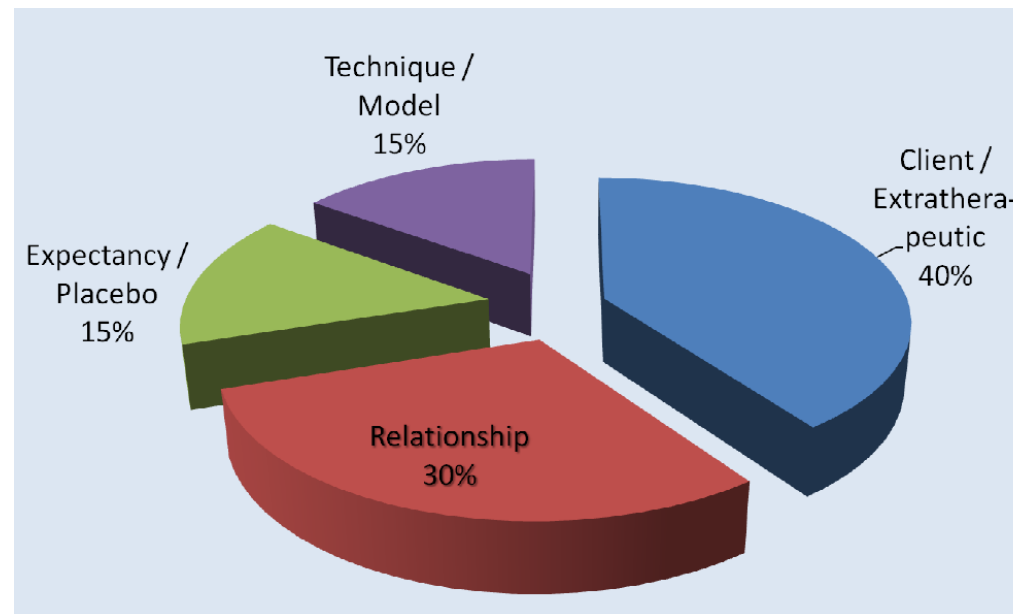




Klinisches Classroom Management – Warum?

Prävalenz

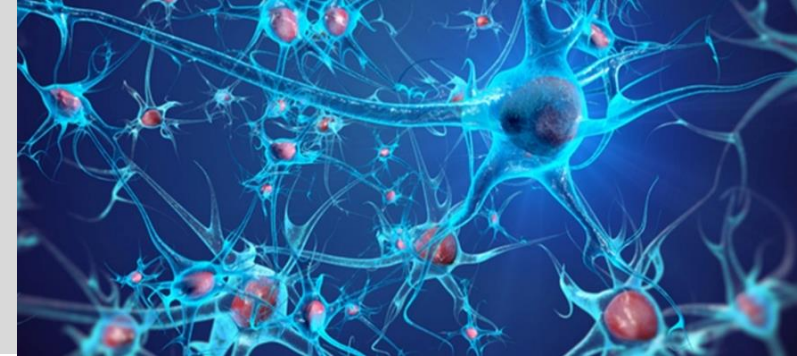
Depression:	3 – 10%
Angststörungen:	10 – 12%
AD(H)S:	3 – 8 %
...	
Gesamt:	15 – 22%





Störungsbilder

- AD(H)S/ Externalisierende Störungsbilder
- Angststörungen
- Depression





AD(H)S Ein kurzes Portrait

Symptome

1. Aufmerksamkeitsstörung

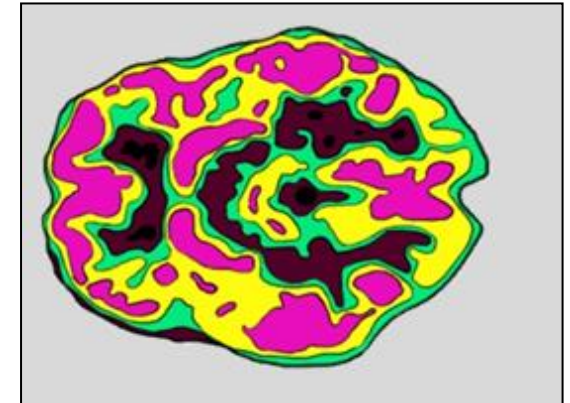
- fremdbestimmten Aufgaben
- Vor allem bei Aufgaben mit kognitiven Anforderungen (weil langweilig)
- Probleme mit der selektiven Aufmerksamkeit
- Probleme mit der Daueraufmerksamkeit

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

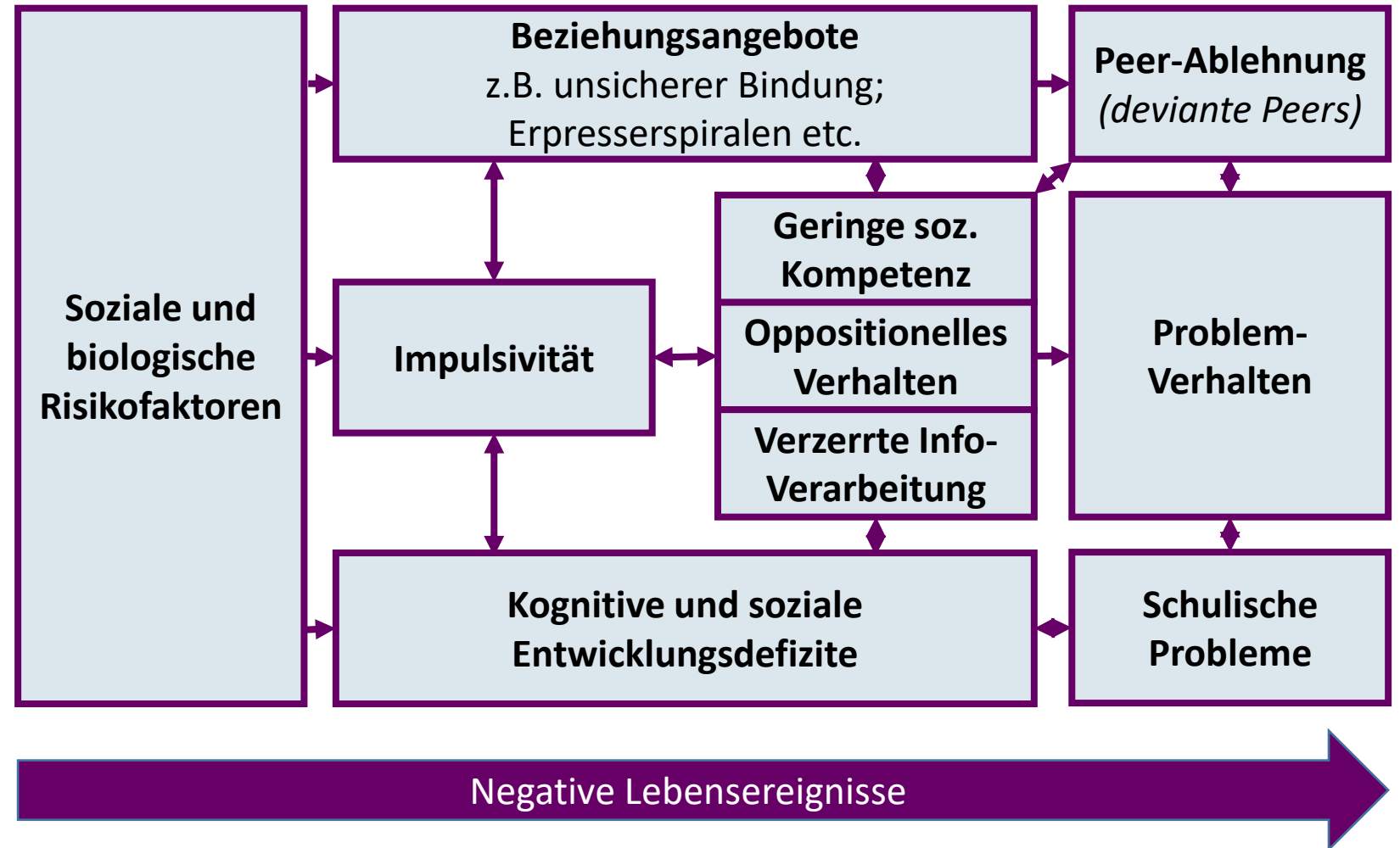
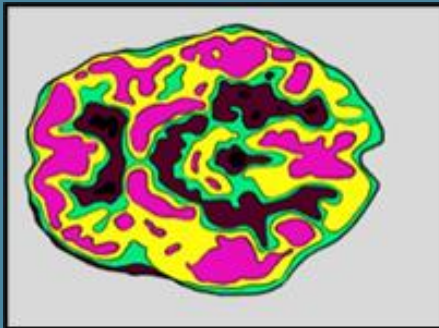
- Vor allem in strukturierten Situationen, die vom Kind Verhaltenskontrolle oder Ruhe verlangen (z.B. Unterricht)





Symptome

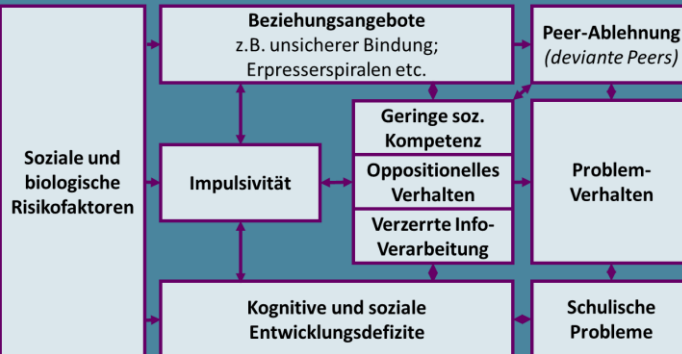
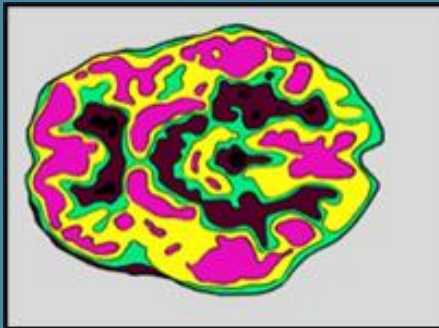
- 1. Aufmerksamkeitsstörung
- 2. Impulsivität
- 3. Hyperaktivität



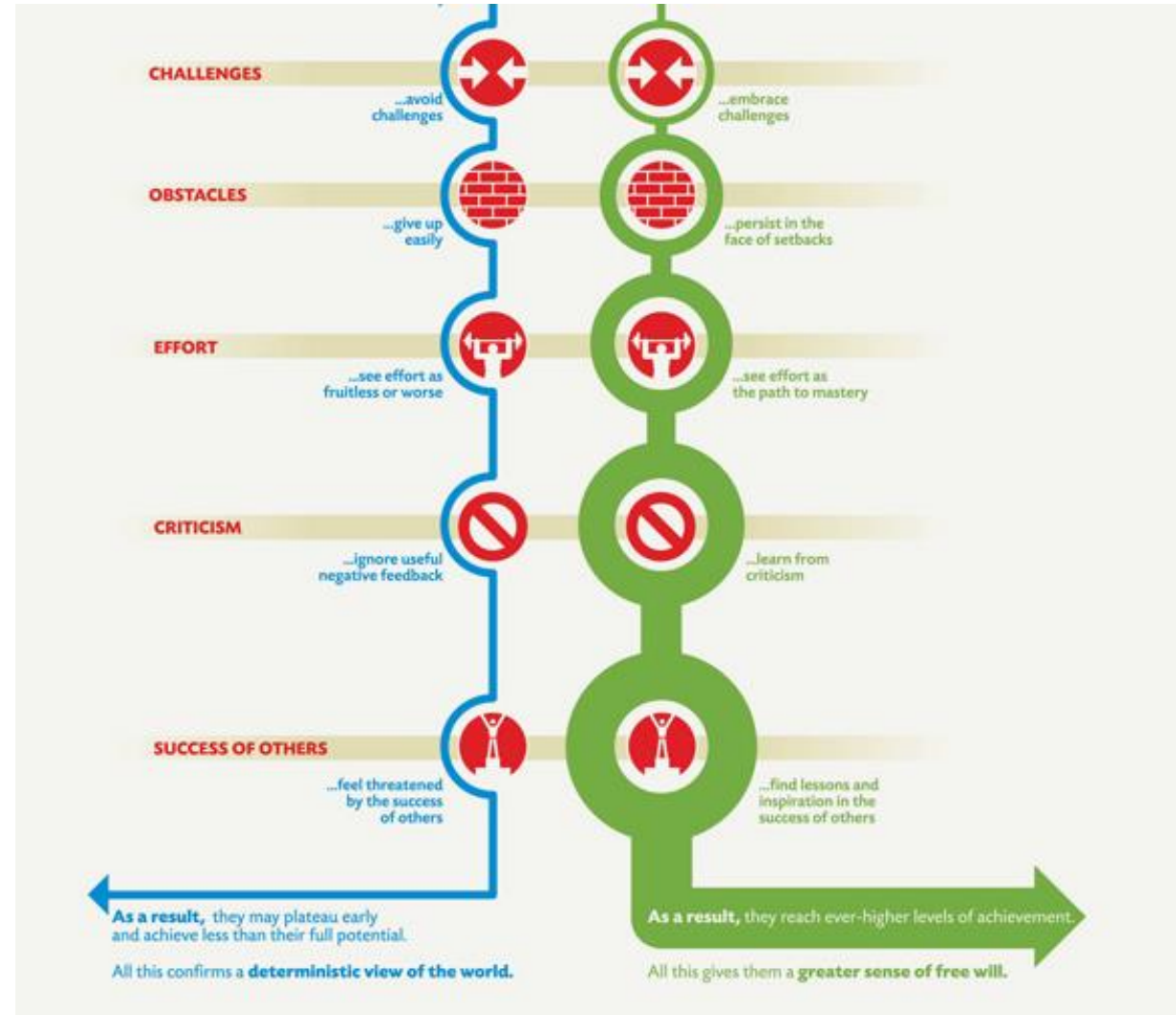


Symptome

- 1. Aufmerksamkeitsstörung
- 2. Impulsivität
- 3. Hyperaktivität



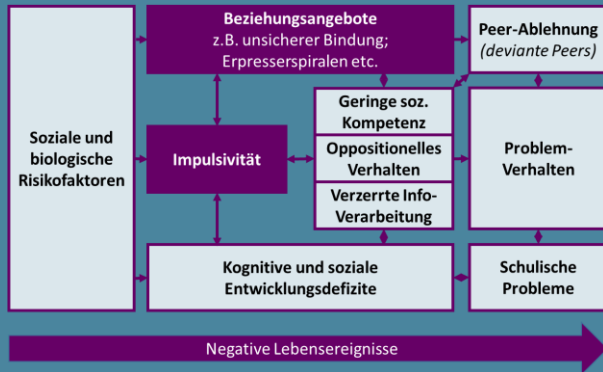
Negative Lebensereignisse





Symptome

1. Aufmerksamkeitsstörung
2. Impulsivität
3. Hyperaktivität



Growth Mindset



Innere Stärke und Bindungsrepräsentationen



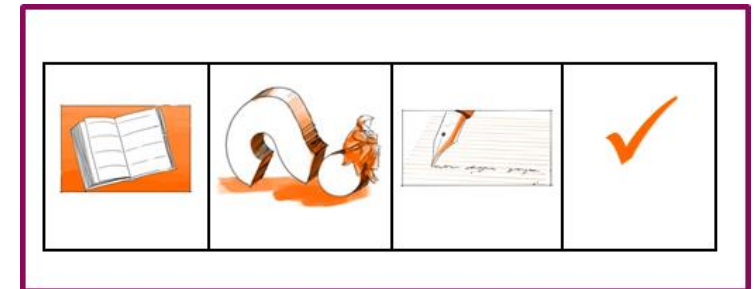
Unterstützung



Problem

Keine längere Zeitperspektive voraussetzen

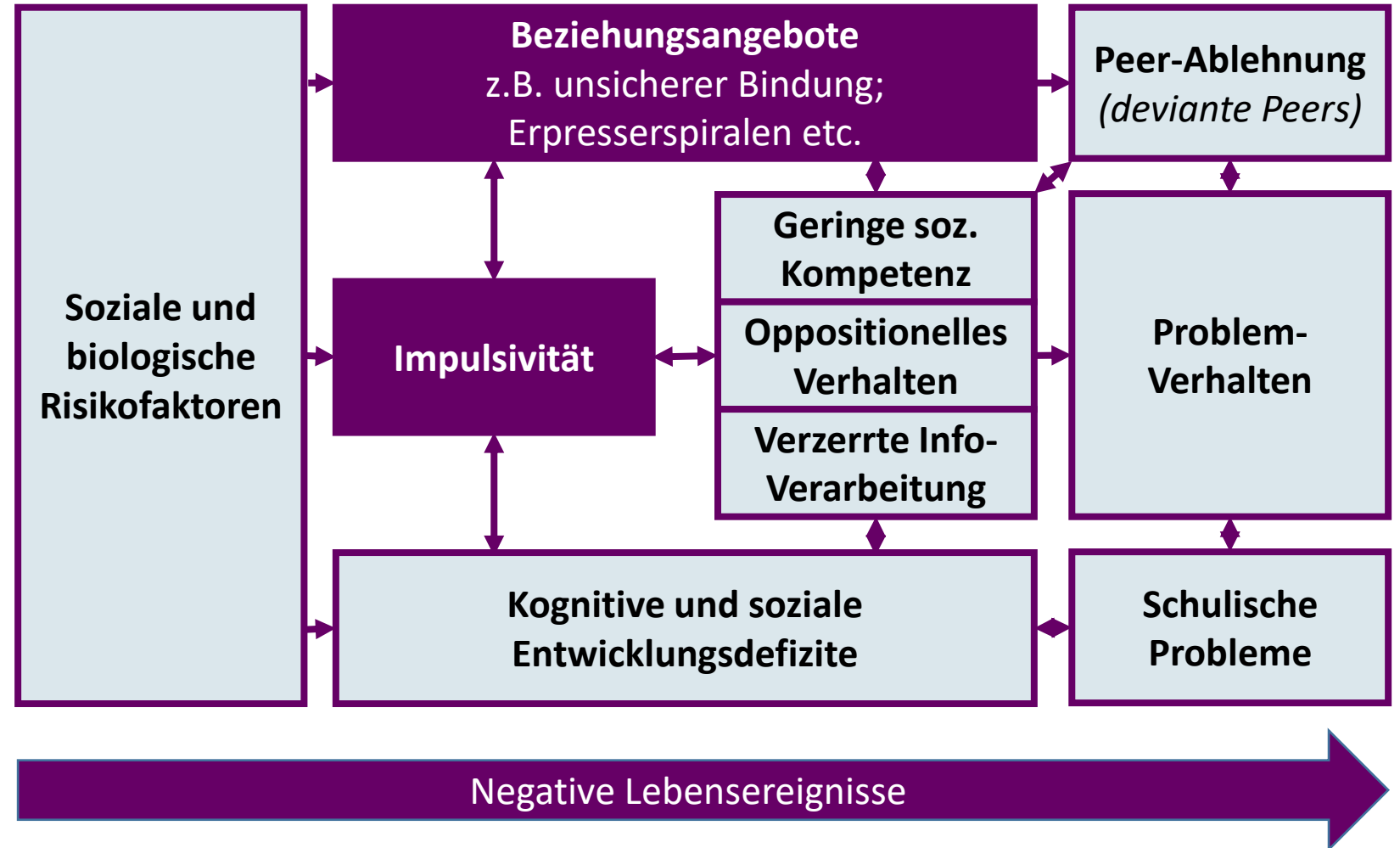
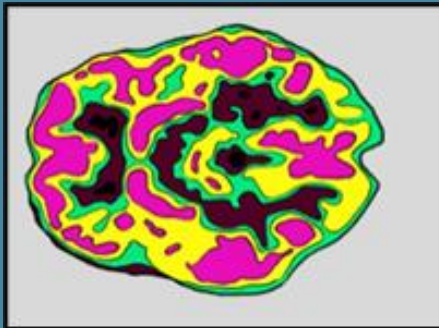
- Besser: Schritt für Schritt arbeiten mit unmittelbarem Feedback





Symptome

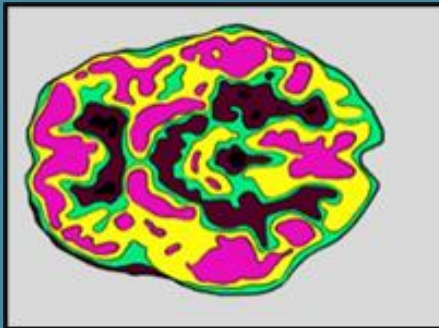
- 1. Aufmerksamkeitsstörung
- 2. Impulsivität
- 3. Hyperaktivität





Symptome

- 1. Aufmerksamkeitsstörung
- 2. Impulsivität
- 3. Hyperaktivität





Kooperation und Herzlichkeit

Ressourcen- und Kompetenzaktivierung
Wie ist dir das gelungen?



Regeln klären

Gruppenarbeit
Aufgabenstellung/
Material?

Arbeitsorganisation?

Arbeitsphase

Ergebnisse

Gruppenprozess

Regeln reflektieren



Rückblick-Bogen für die Gruppenarbeit

Kreuze bitte ehrlich an, inwieweit du der jeweiligen Aussage zu eurer Gruppenarbeit zustimmst.

ICH ...

	stimmt überhaupt nicht	stimmt voll- kommen
--	------------------------------	---------------------------



- | | |
|-----------------------------------------------------|---------------------------|
| ... habe mich in der Gruppe wohl gefühlt. | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7 |
| ... fühlte mich beachtet und ernst genommen. | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7 |
| ... habe gut und interessiert mitgearbeitet. | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7 |
| ... habe während der Gruppenarbeit viel gelernt. | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7 |
| ... bin mit unserem Arbeitsergebnis sehr zufrieden. | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7 |



WIR ...

- ... haben keinen links liegen lassen.
- ... sind fair und höflich miteinander umgegangen.
- ... haben einander geholfen und Mut gemacht.
- ... haben zugehört und jeden ausreden lassen.
- ... haben zielstrebig gearbeitet und diskutiert.
- ... haben bestehende Probleme offen angesprochen.

stimmt überhaupt nicht	stimmt voll- kommen
------------------------------	---------------------------

1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7
1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7
1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7
1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7
1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7
1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7





Regeln klären

Gruppenarbeit
Aufgabenstellung/
Material?

Arbeitsorganisation?

Arbeitsphase

Ergebnisse

Gruppenprozess

Regeln reflektieren

Die Aufgabe ...



... wurde nie aus den Augen verloren.

... wurde eingehend besprochen und bearbeitet.

... wurde straff und durchdacht erledigt.

... war reizvoll und hat für alle was gebracht.

... wurde von Lehrerseite gut vorbereitet.

stimmt
überhaupt
nicht

stimmt
voll-
kommen

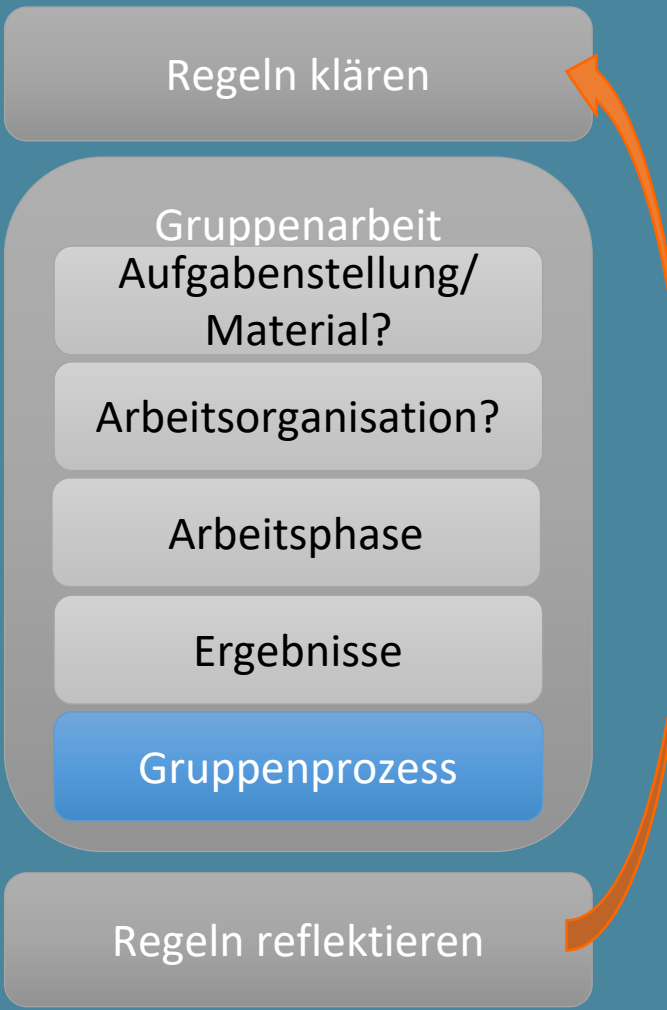
1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7

1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7

1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7

1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7

1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7



Rückblick-Bogen für die Gruppenarbeit

Kreuze bitte ehrlich an, inwieweit du der jeweiligen Aussage zu eurer Gruppenarbeit zustimmst.

ICH ...	stimmt überhaupt nicht	stimmt voll-kommen
... habe mich in der Gruppe wohl gefühlt.	1-2-3-4-5-6-7	
... fühlte mich beachtet und ernst genommen.	1-2-3-4-5-6-7	
... habe gut und interessiert mitgearbeitet.	1-2-3-4-5-6-7	
... habe während der Gruppenarbeit viel gelernt.	1-2-3-4-5-6-7	
... bin mit unserem Arbeitsergebnis sehr zufrieden.	1-2-3-4-5-6-7	

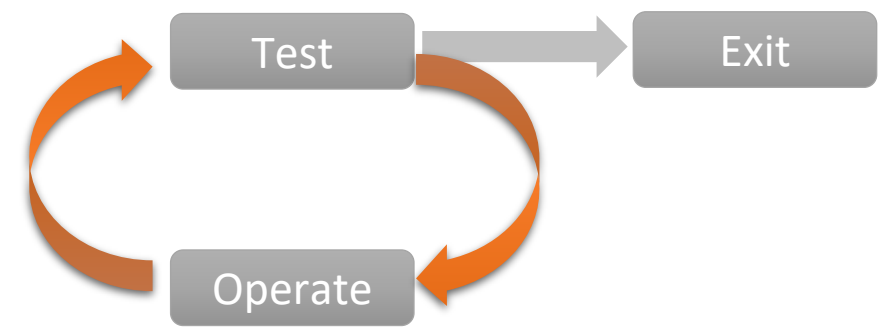
WIR ...	stimmt überhaupt nicht	stimmt voll-kommen
... haben keinen links liegen lassen.	1-2-3-4-5-6-7	
... sind fair und höflich miteinander umgegangen.	1-2-3-4-5-6-7	
... haben einander geholfen und Mut gemacht.	1-2-3-4-5-6-7	
... haben zugehört und jeden ausreden lassen.	1-2-3-4-5-6-7	
... haben zielstrebig gearbeitet und diskutiert.	1-2-3-4-5-6-7	
... haben bestehende Probleme offen angesprochen.	1-2-3-4-5-6-7	

Die Aufgabe ...	stimmt überhaupt nicht	stimmt voll-kommen
... wurde nie aus den Augen verloren.	1-2-3-4-5-6-7	
... wurde eingehend besprochen und bearbeitet.	1-2-3-4-5-6-7	
... wurde straff und durchdacht erledigt.	1-2-3-4-5-6-7	
... war reizvoll und hat für alle was gebracht.	1-2-3-4-5-6-7	
... wurde von Lehrerseite gut vorbereitet.	1-2-3-4-5-6-7	

www.lehrergesundheit.eu



T O T E - Modell



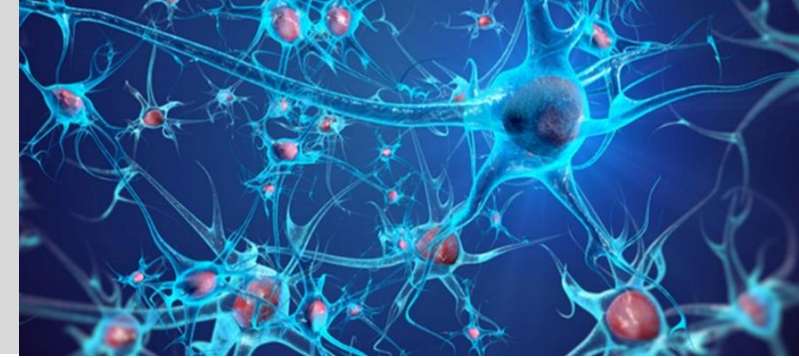


Angststörungen

- Panikstörungen
- Agoraphobie
- Soziale Phobie
- Spezifische Phobien
- Generalisierte Angststörung
- Zwangsstörung
- Selektiver Mutismus
- Emotionale Störung mit Trennungsangst
- ...

Störungsbilder

- AD(H)S/ Externalisierende Störungsbilder
- **Angststörungen**
- Depression

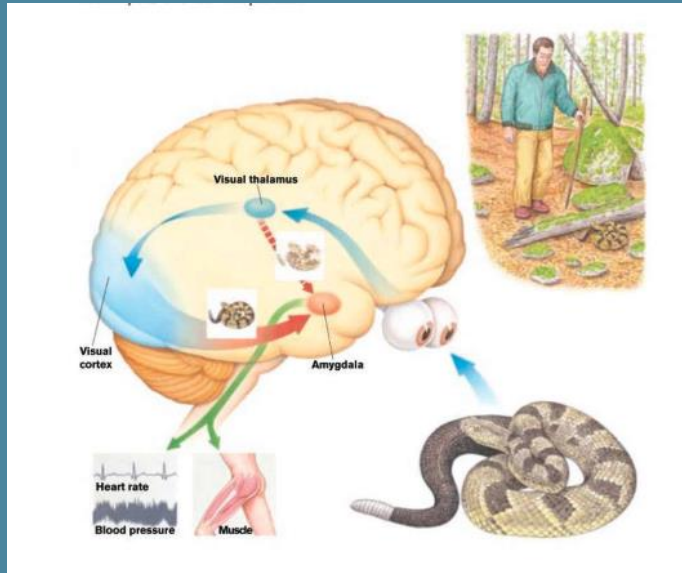




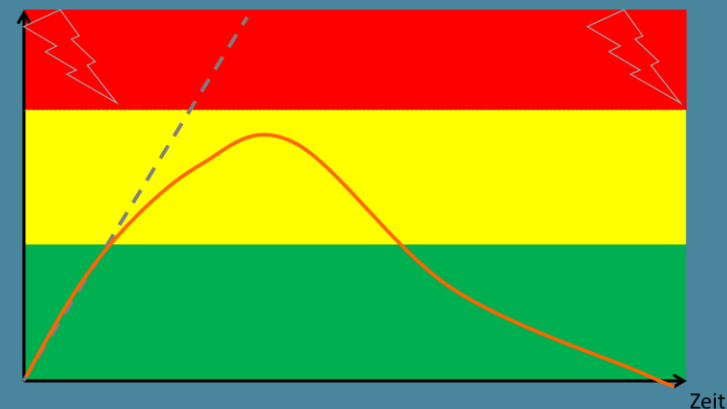
Soziale Phobie

- Angst vor der Bewertung durch andere
- Angst, sich zu blamieren
- Vermeidung von sozialen Situationen oder sie unter großen Qualen ertragen
- Erhöhte Selbstaufmerksamkeit in sozialen Situationen

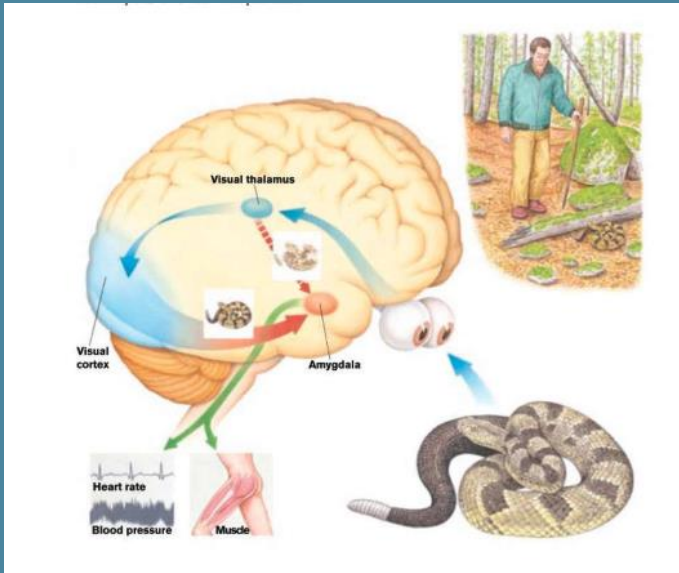




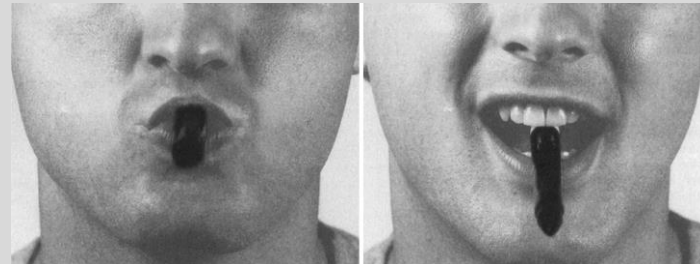
- Fehlen häufiger/ sind häufiger krank
- Zeigen oft Hilflosigkeit
- Sind weniger mit sich zufrieden
- Stehen häufig am Rande ihrer Peer-Gruppe
- Werden von Erwachsenen oft als „negativ“ eingeschätzt und kognitiv unterschätzt
- Leisten in allen Schulfächern weniger, schneiden schlechter ab
- Problematischer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



Zeit

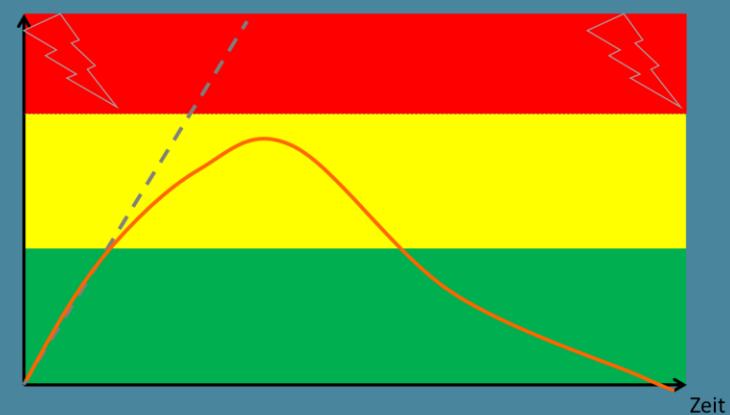
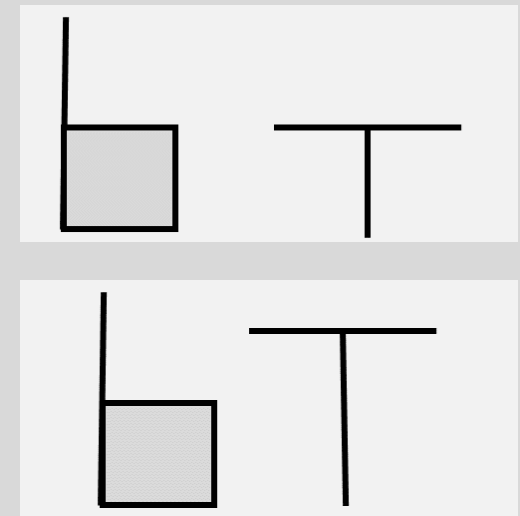


Facial-Feedback-Hypothese (Strack, Martin, & Stepper, 1988)



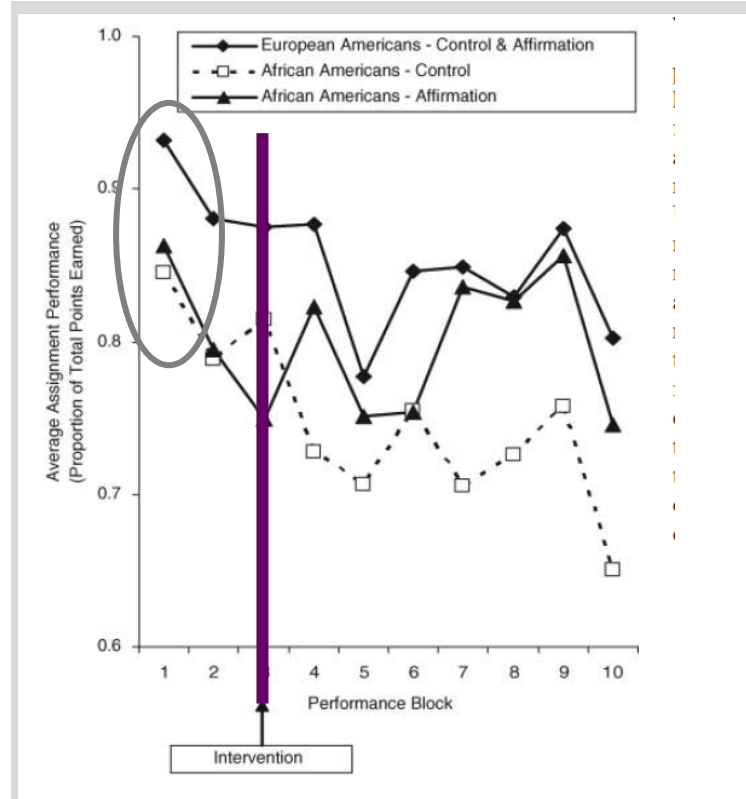
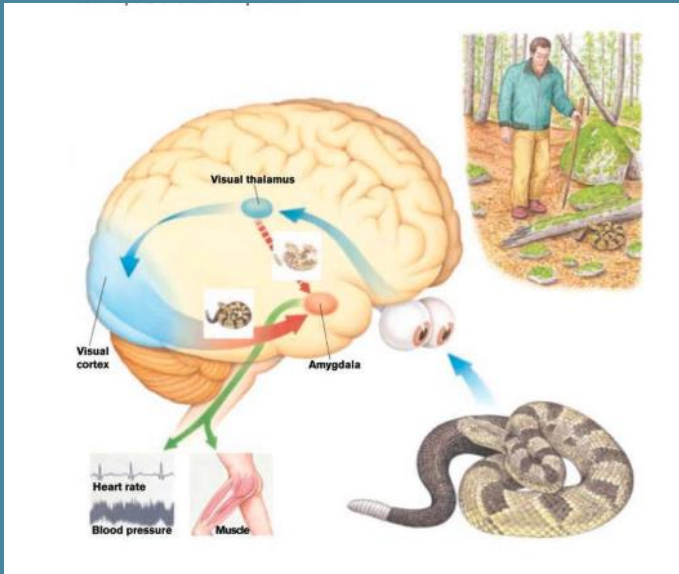
Body-Feedback-Hypothese

Stepper, 1992

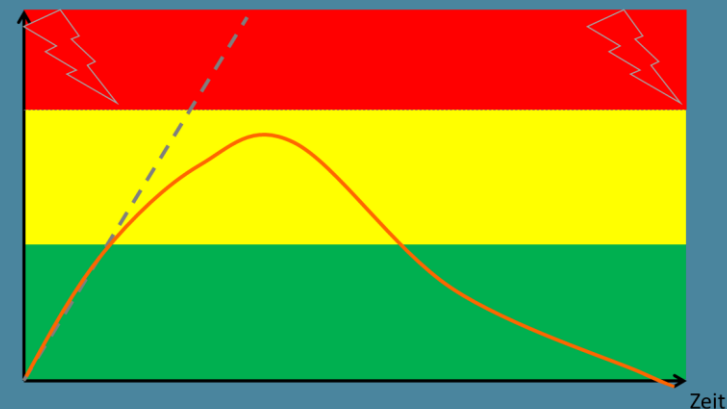
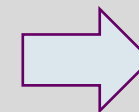
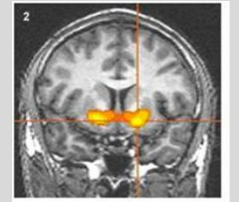
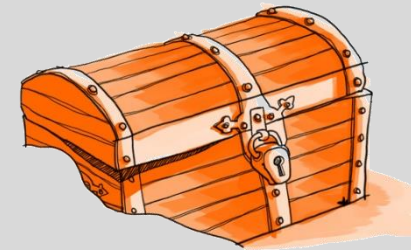




Angststörungen Racial achievement gap



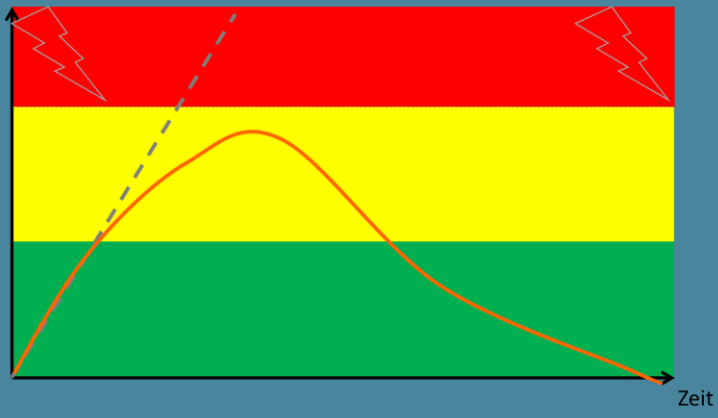
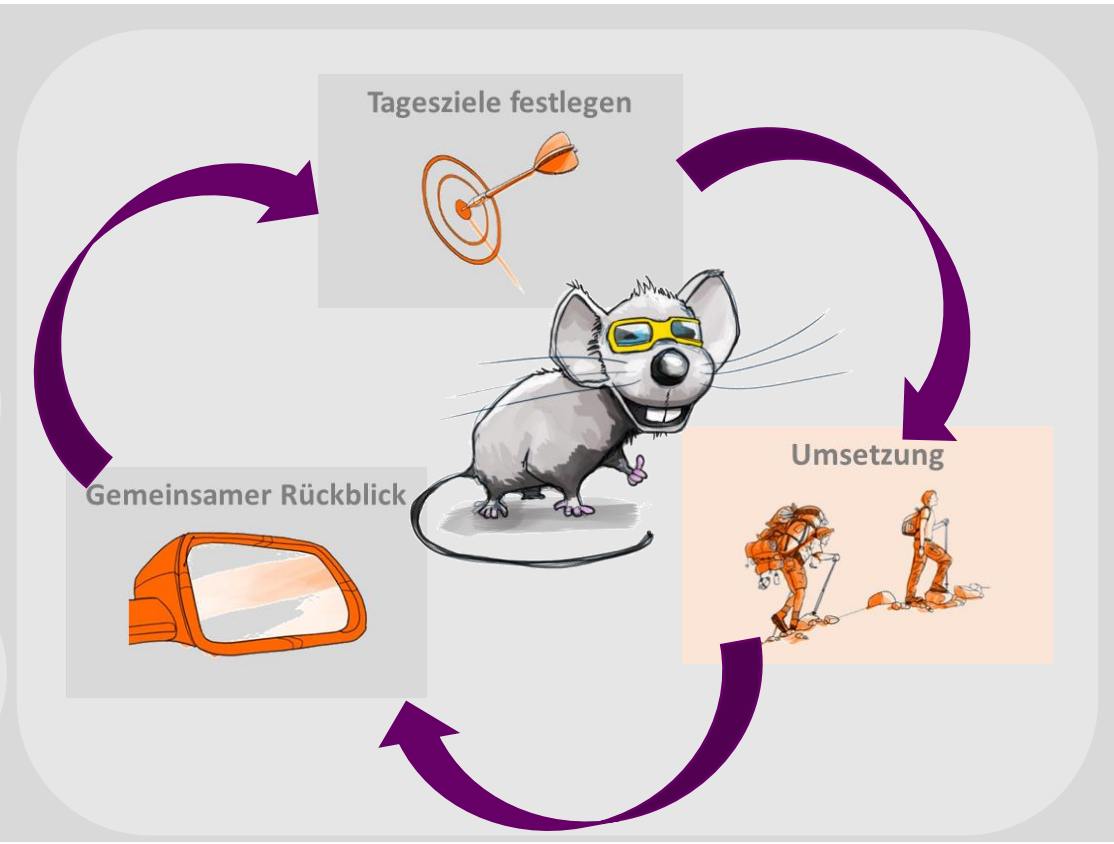
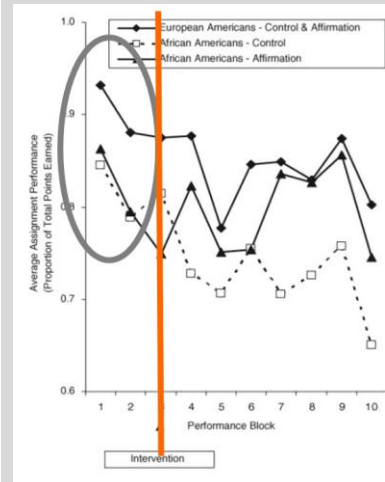
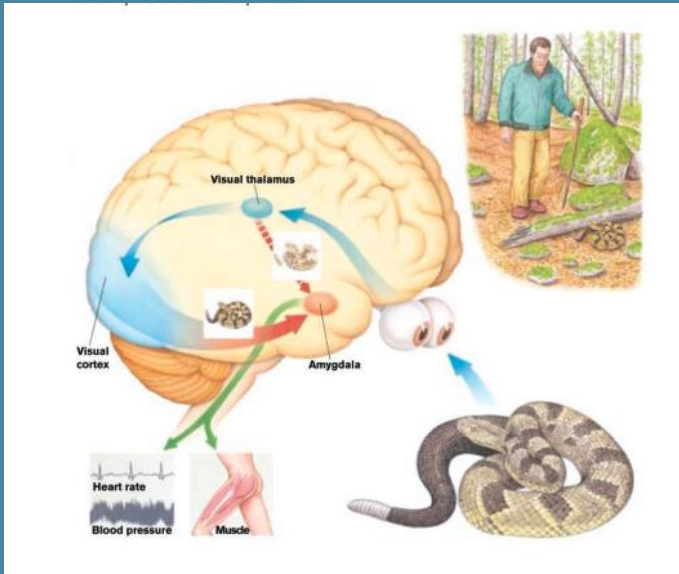
Was ist aus dieser Liste der wichtigste Wert für dich?
Warum ist der für dich wichtig?
Wie lebst du diesen Wert?



Zeit



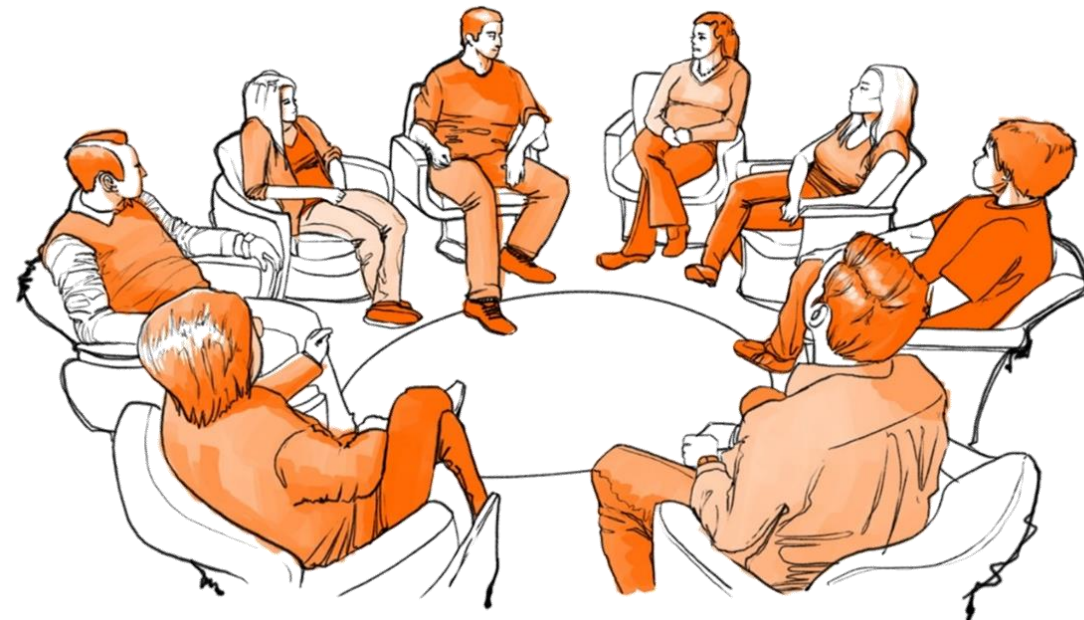
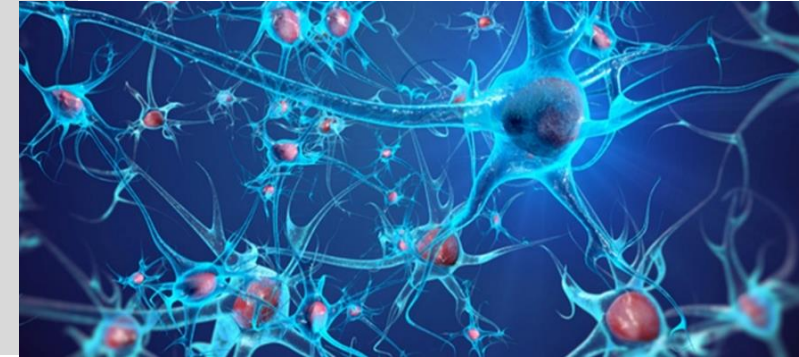
Angststörungen Wertorientiertes Handeln

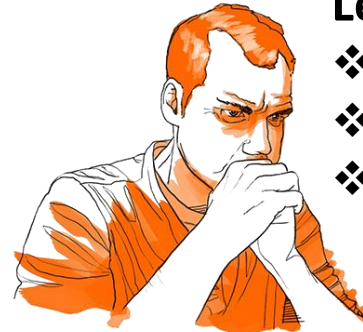




Störungsbilder

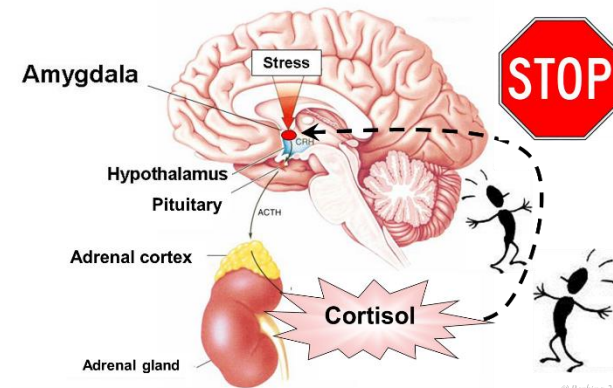
- AD(H)S/ Externalisierende Störungsbilder
- Angststörungen
- **Depression**





Leitsymptome:

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

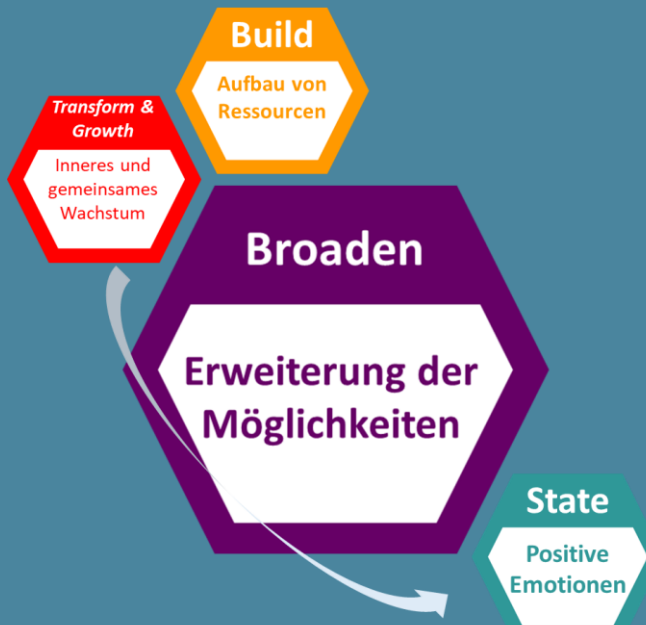


Kognitive Triade:

Negative Sicht

- auf sich selbst
- auf die Welt
- auf die Zukunft



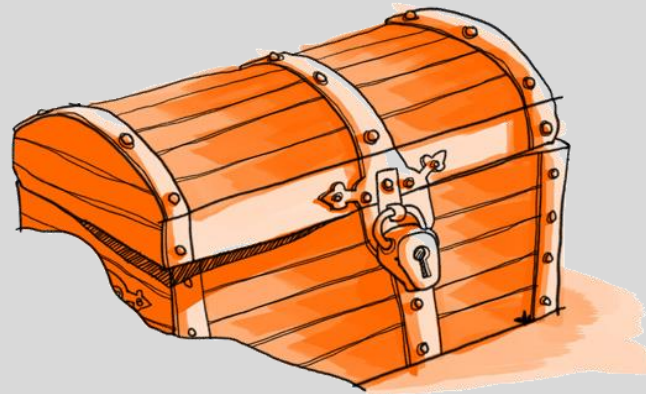


Innere Stärke und Bindungsrepräsentationen

Hilfreiche Emotionen



Tagesschätze finden





Verankern

- 1) Hilfreiche Emotionen identifizieren
- 2) Situation suchen
- 3) In die Situation eintauchen
- 4) Anker laden
- 5) Ausprobieren

Ablauf

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



Wertschätzung

Halte eine Lobrede auf eine Person deiner Wahl. Diese Lobrede dauert mindestens eine Minute.



Eigene Erfolge

Genutzte Fähigkeiten

Soziale Anerkennung

Leistungsunabhängige
Selbstwertschätzung