



**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



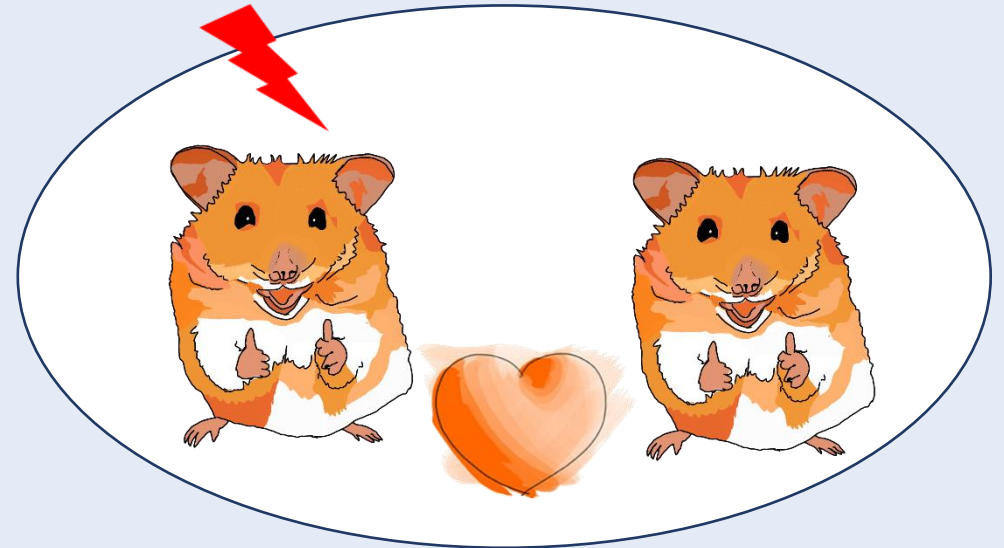
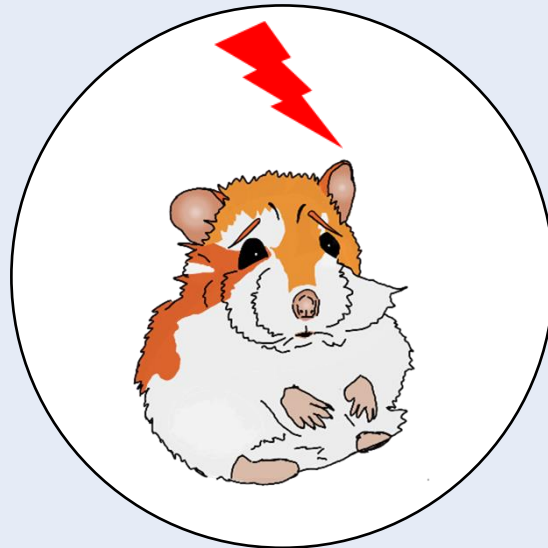
## Belastungen (Kiecolt-Glaser et al., 2005)

24% Verzögerung bei Caregivern

40% Verzögerung bei Prüfungen

60% Verzögerung bei feindseligem Ehepartner

## Auch bei Goldhamstern (Detillion et al., 2004)





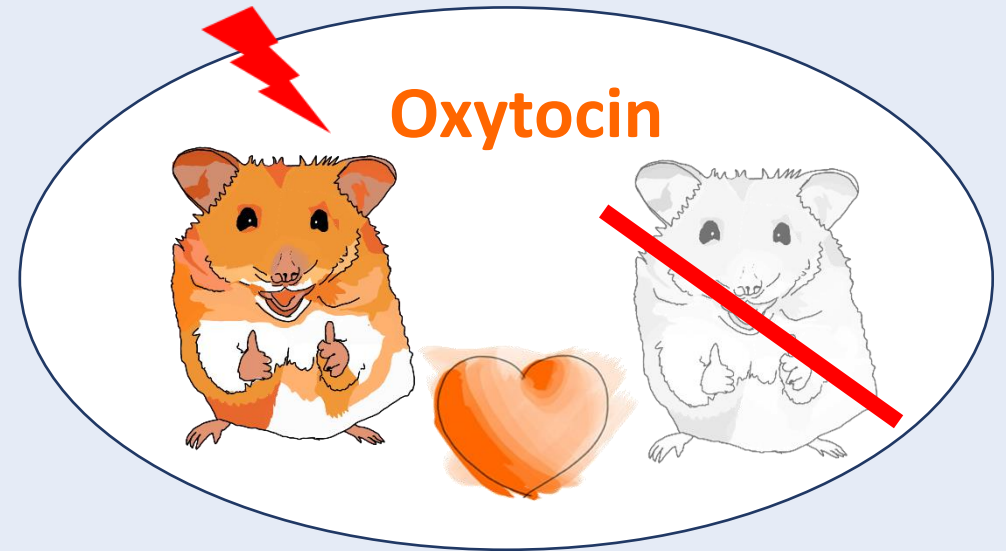
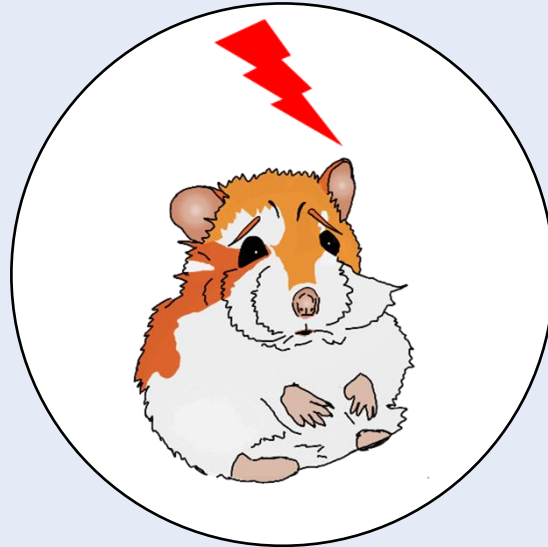
## Belastungen (Kiecolt-Glaser et al., 2005)

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

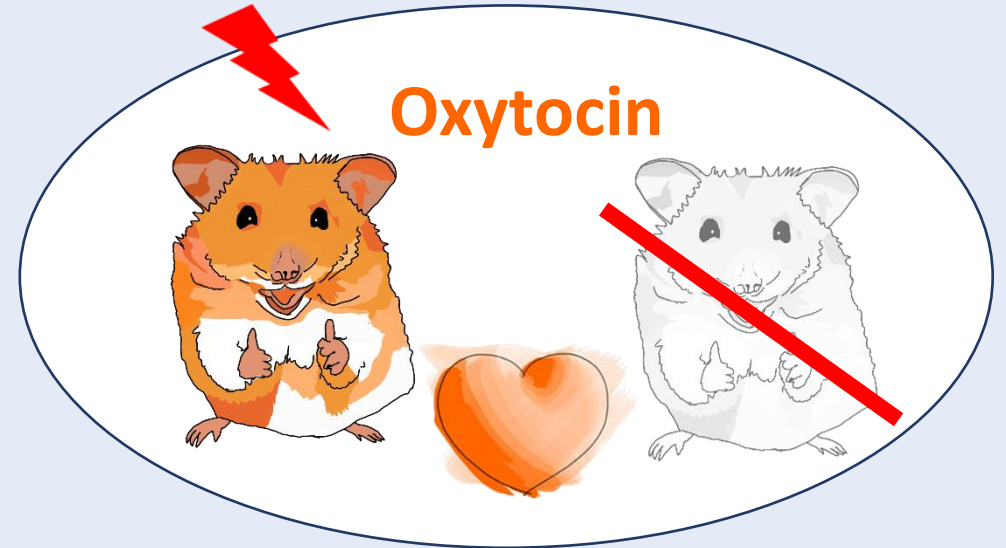
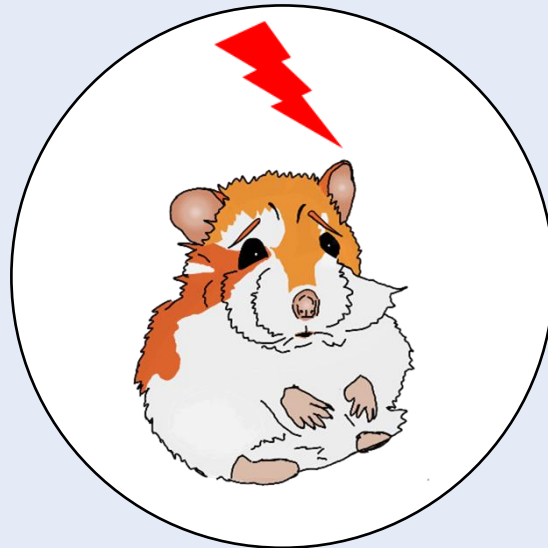
## Belastungen (Kiecolt-Glaser et al., 2005)

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

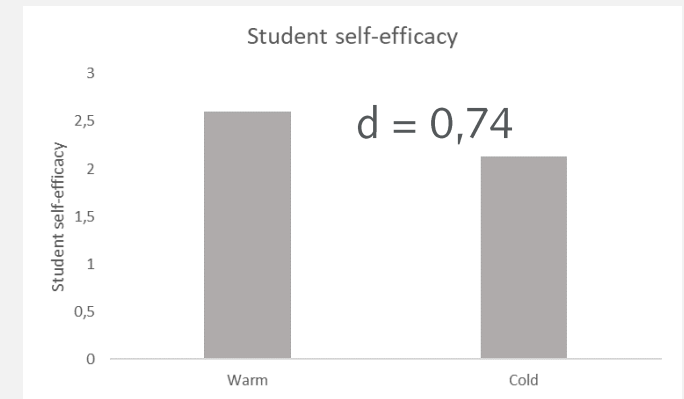


# Oxytocin Zurück in den Alltag

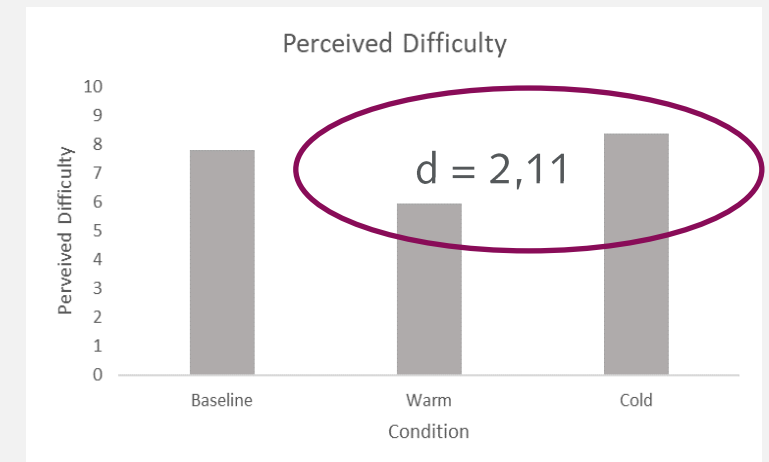
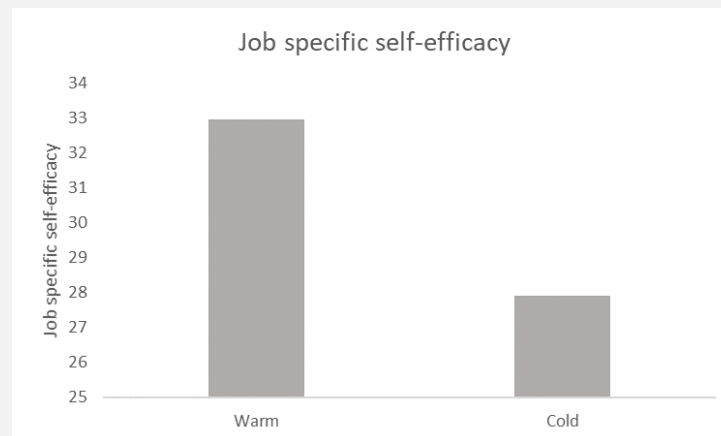
## Stereotype Content Model (Cuddy, Glick, Fiske, 2008)

- 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 <sup>a,\*</sup>, Roy F. Baumeister <sup>a</sup>, Dikla Shmueli <sup>b</sup>, Mark Muraven <sup>c</sup>

<sup>a</sup> Department of Psychology, Florida State University, Tallahassee, FL 32306-1270, USA

<sup>b</sup> Department of Psychiatry, University of California San Francisco, CA, USA

<sup>c</sup> Department of Psychology, University at Albany, USA

Received 22 October 2004; revised 18 September 2005

Available online 26 March 2007



## Aufmerksamkeit und Erleben

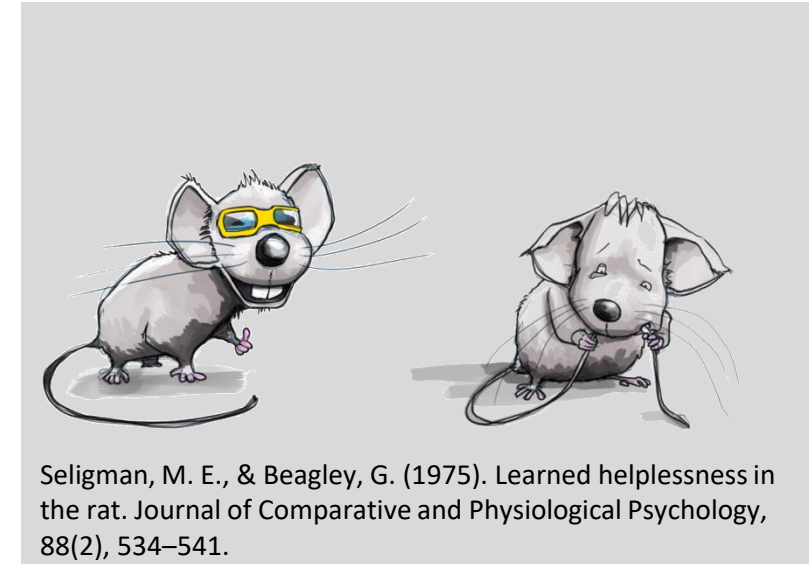


**„Diese Zeit wird sich tief in die Seele der Kinder eingraben“**

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





# 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

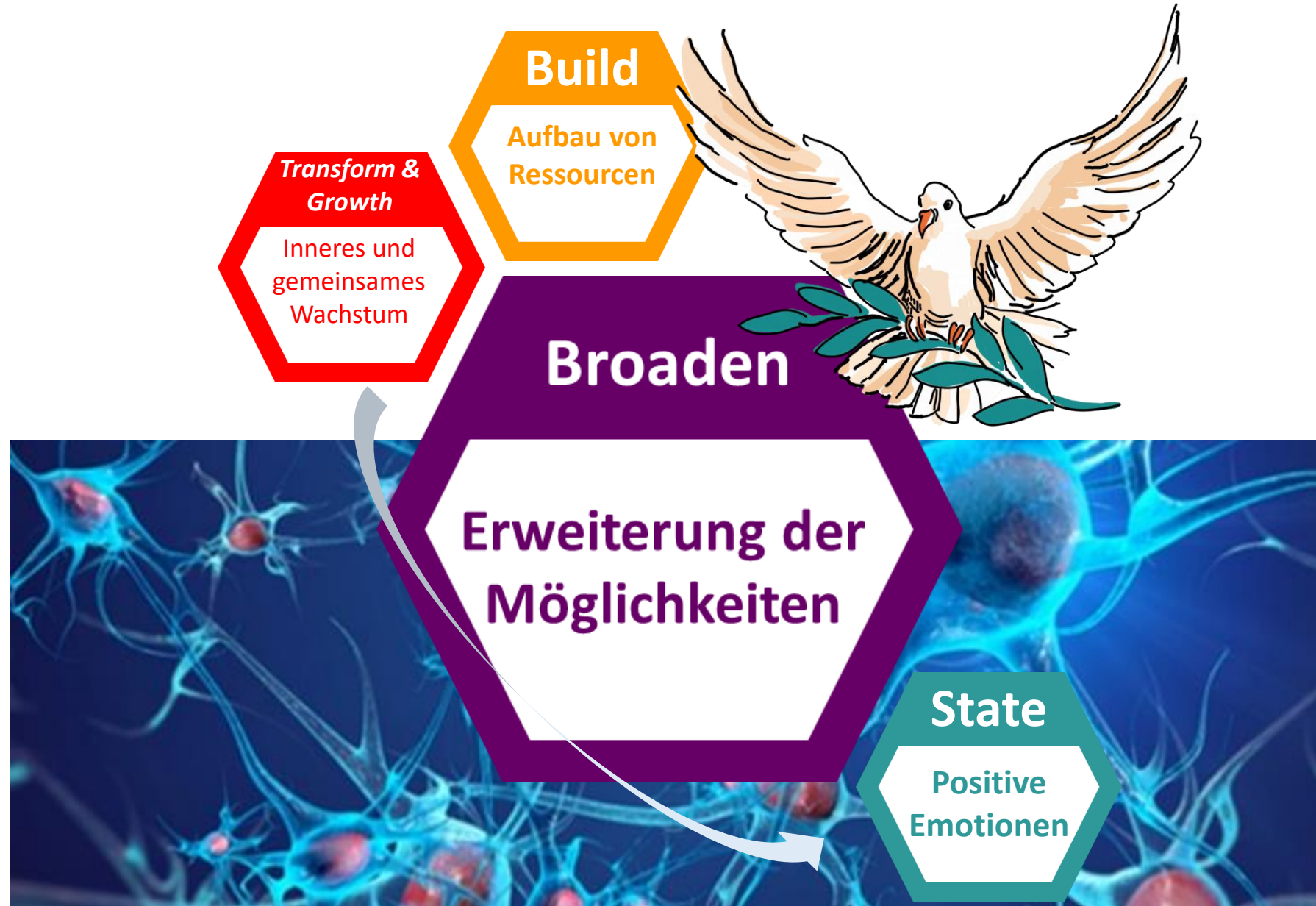
*Und dann welche positiven Emotionen wohl entstehen, wenn man es geschafft hat...*

## Ressourcen- und Kompetenzaktivierung

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



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

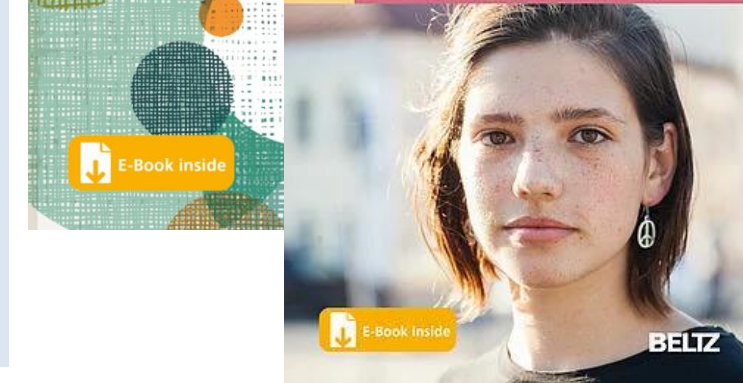
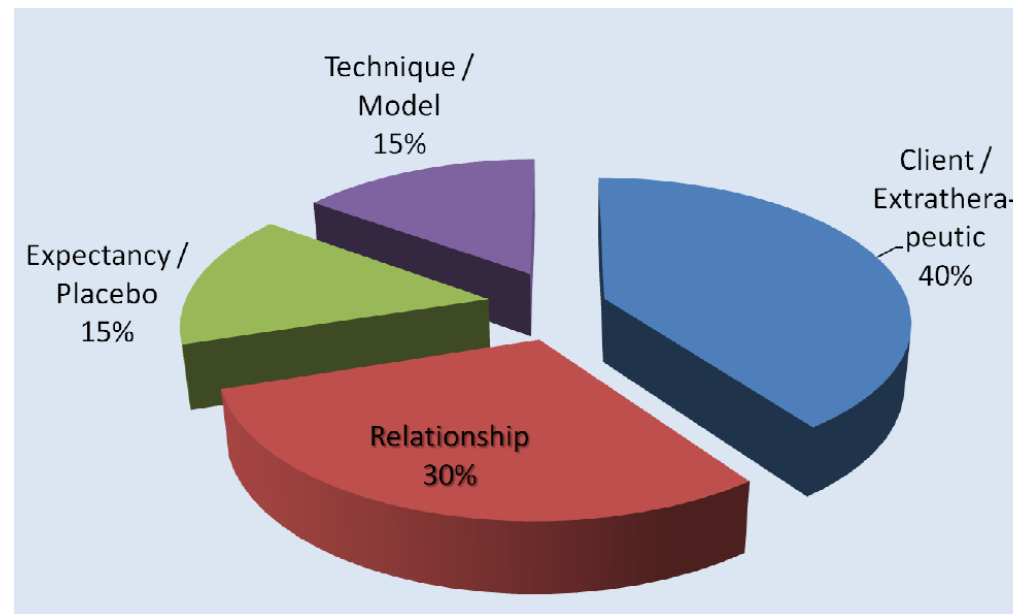




# Klinisches Classroom Management – Warum?

## Prävalenz

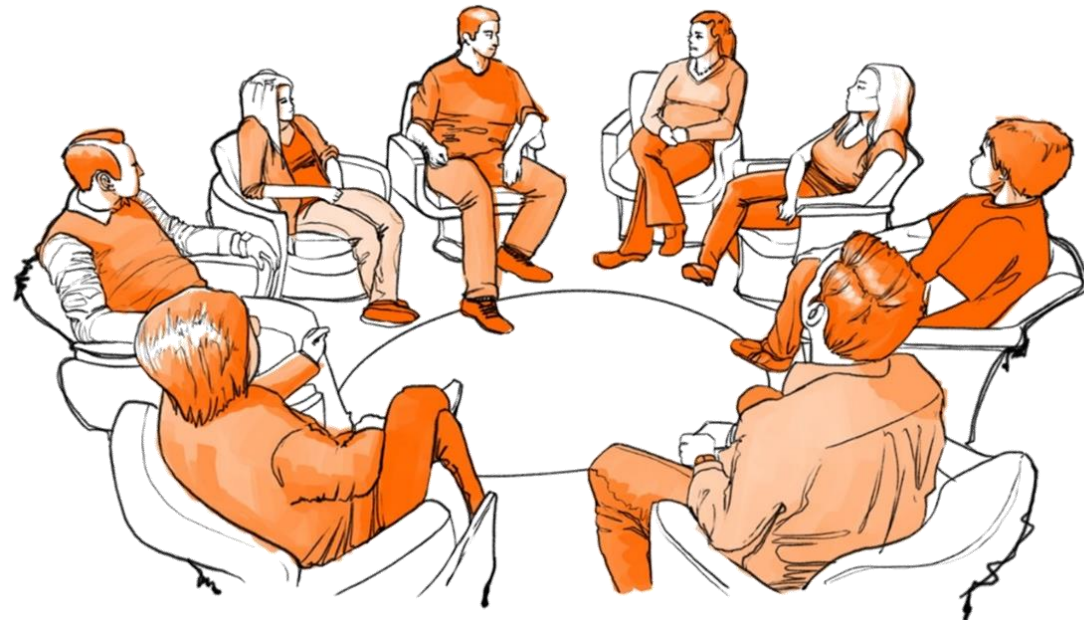
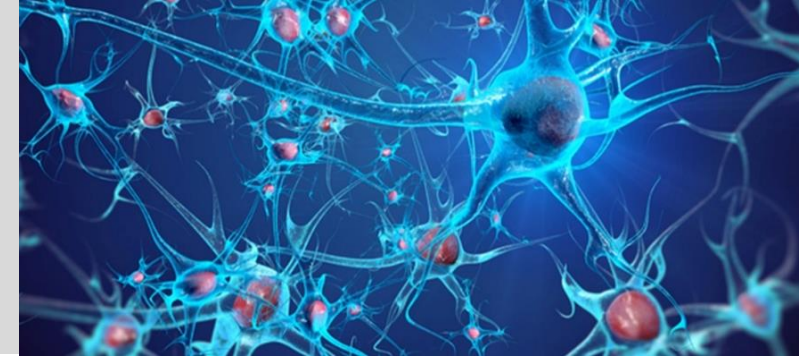
Depression:	3 – 10%
Angststörungen:	10 – 12%
AD(H)S:	3 – 8 %
...	
<b>Gesamt:</b>	<b>15 – 22%</b>





## Störungsbilder

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

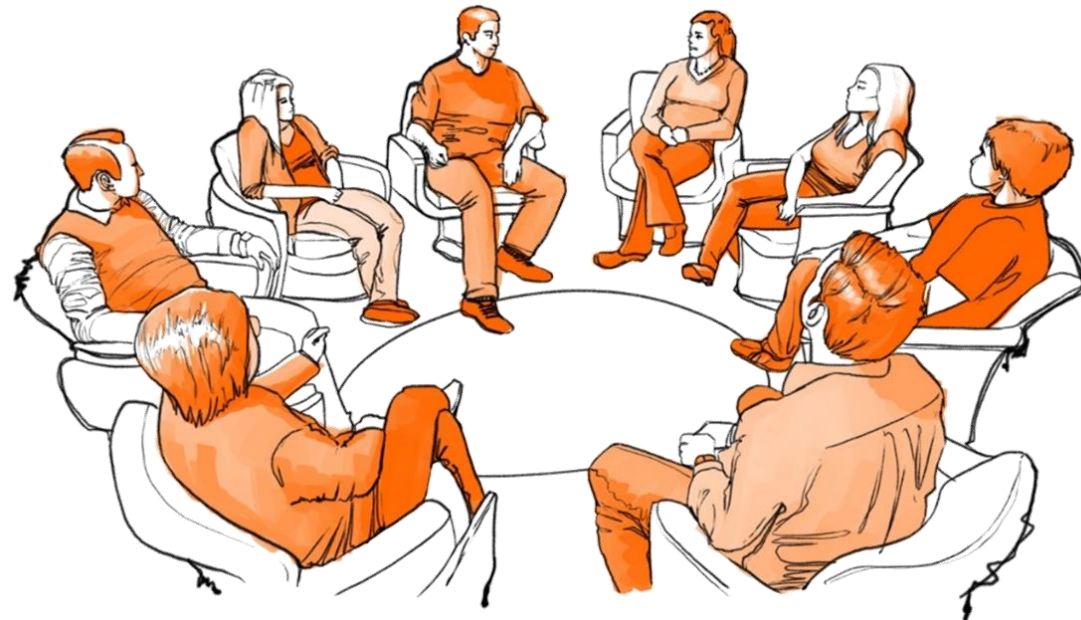
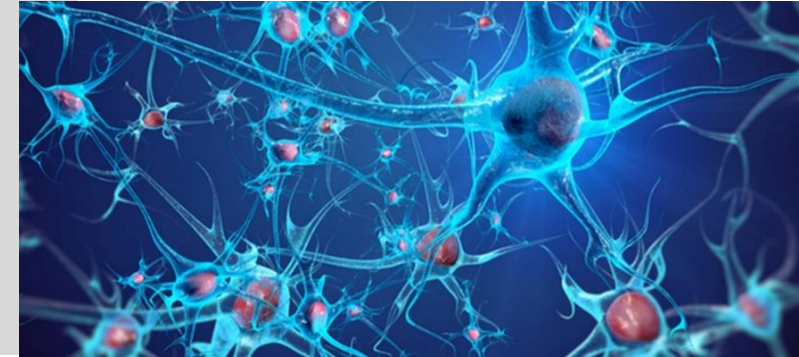




# Erwartungskklärung

## Störungsbilder

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





# AD(H)S Ein kurzes Portrait

## Symptome

### **1. Aufmerksamkeitsstörung**

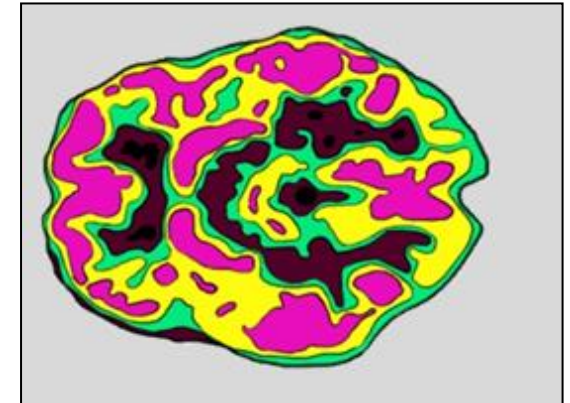
- fremdbestimmten Aufgaben
- Vor allem bei Aufgaben mit kognitiven Anforderungen (weil langweilig)
- Probleme mit der selektiven Aufmerksamkeit
- Probleme mit der Daueraufmerksamkeit

### **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**

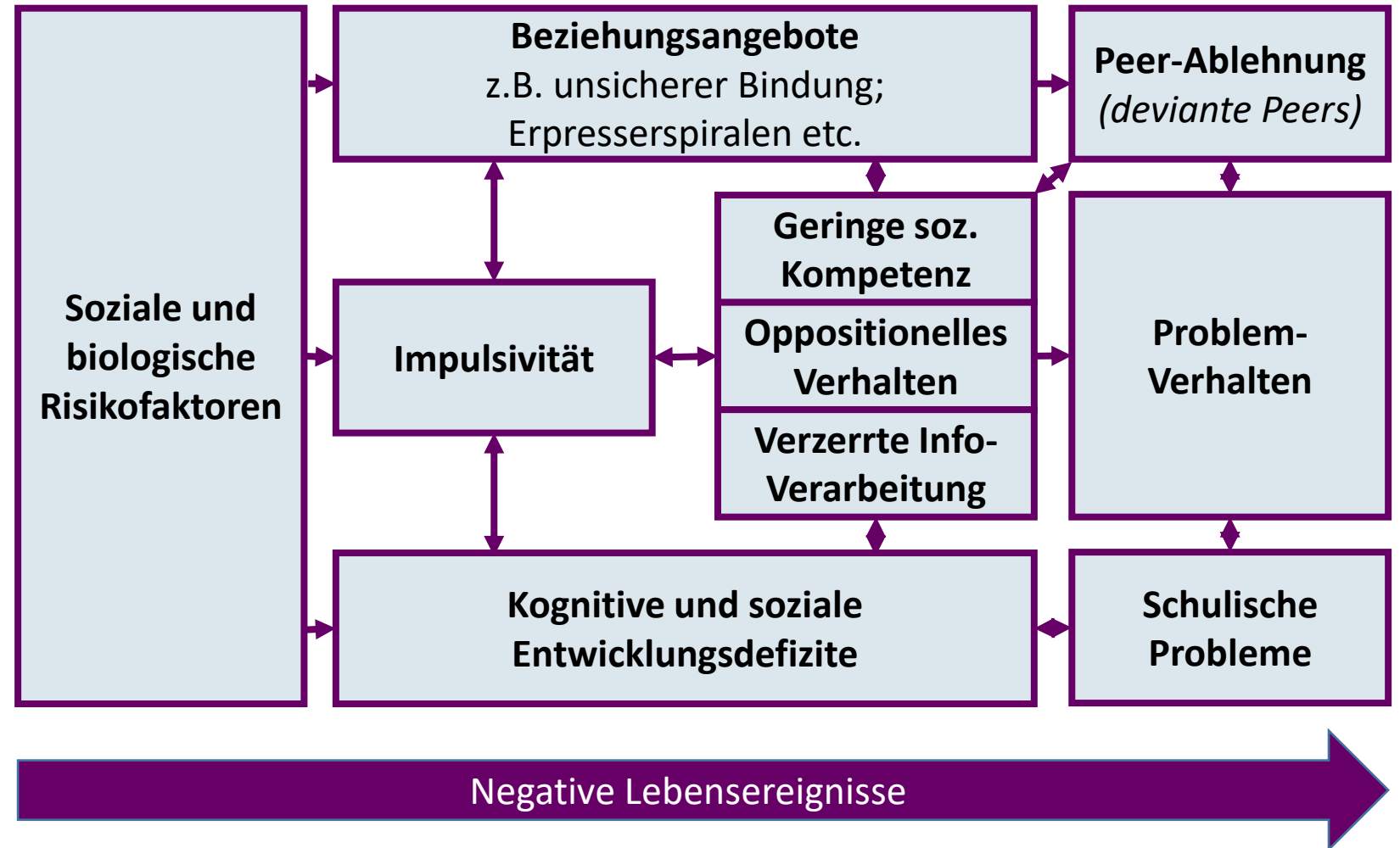
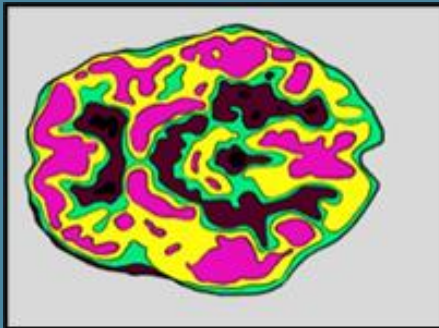
- Vor allem in strukturierten Situationen, die vom Kind Verhaltenskontrolle oder Ruhe verlangen (z.B. Unterricht)





## Symptome

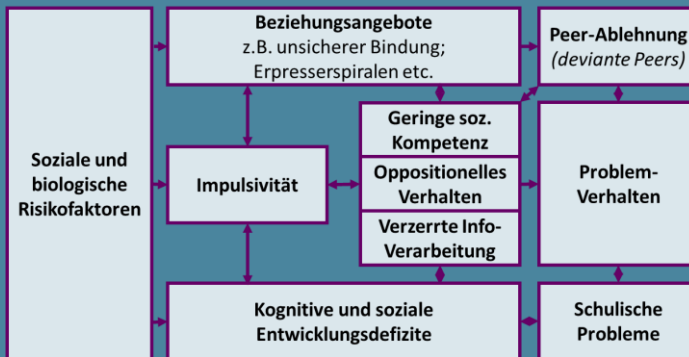
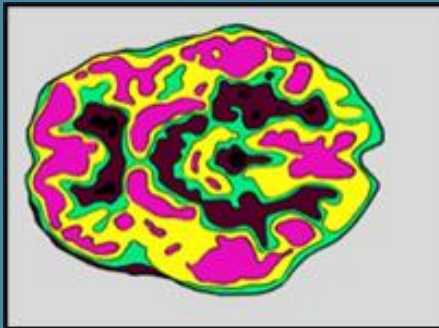
- 1. Aufmerksamkeitsstörung
- 2. Impulsivität
- 3. Hyperaktivität



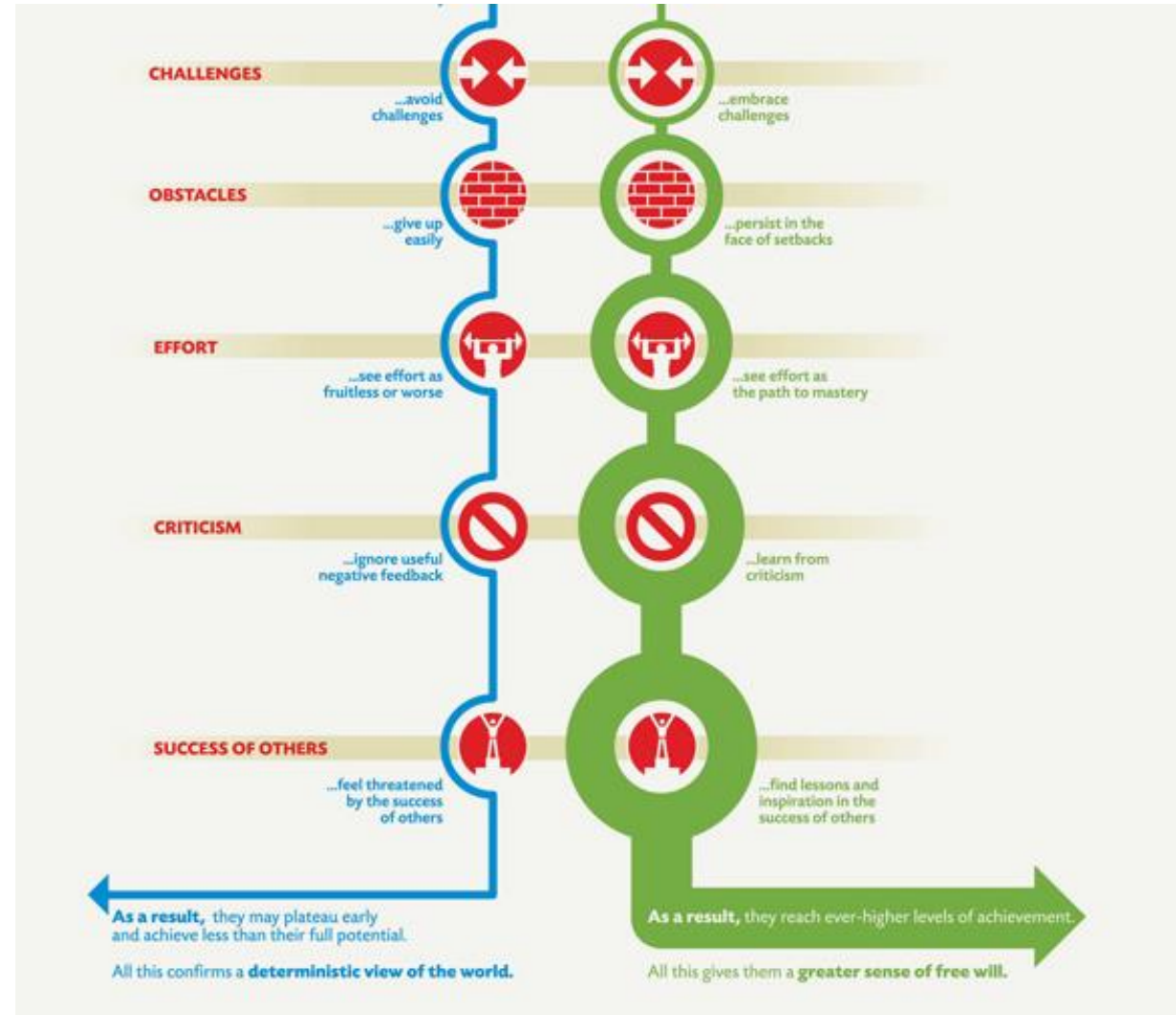


## Symptome

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



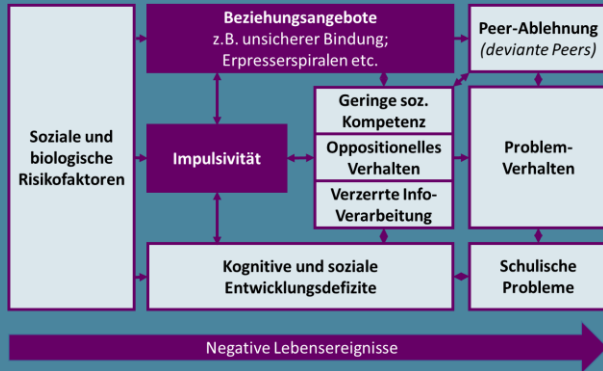
Negative Lebensereignisse





## Symptome

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



Growth Mindset



Innere Stärke und Bindungsrepräsentationen

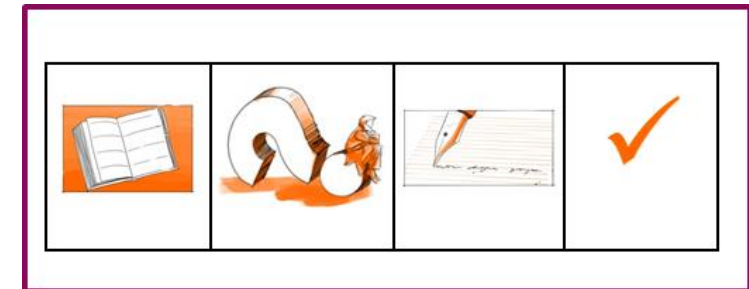


Unterstützung

## Problem

### Keine längere Zeitperspektive voraussetzen

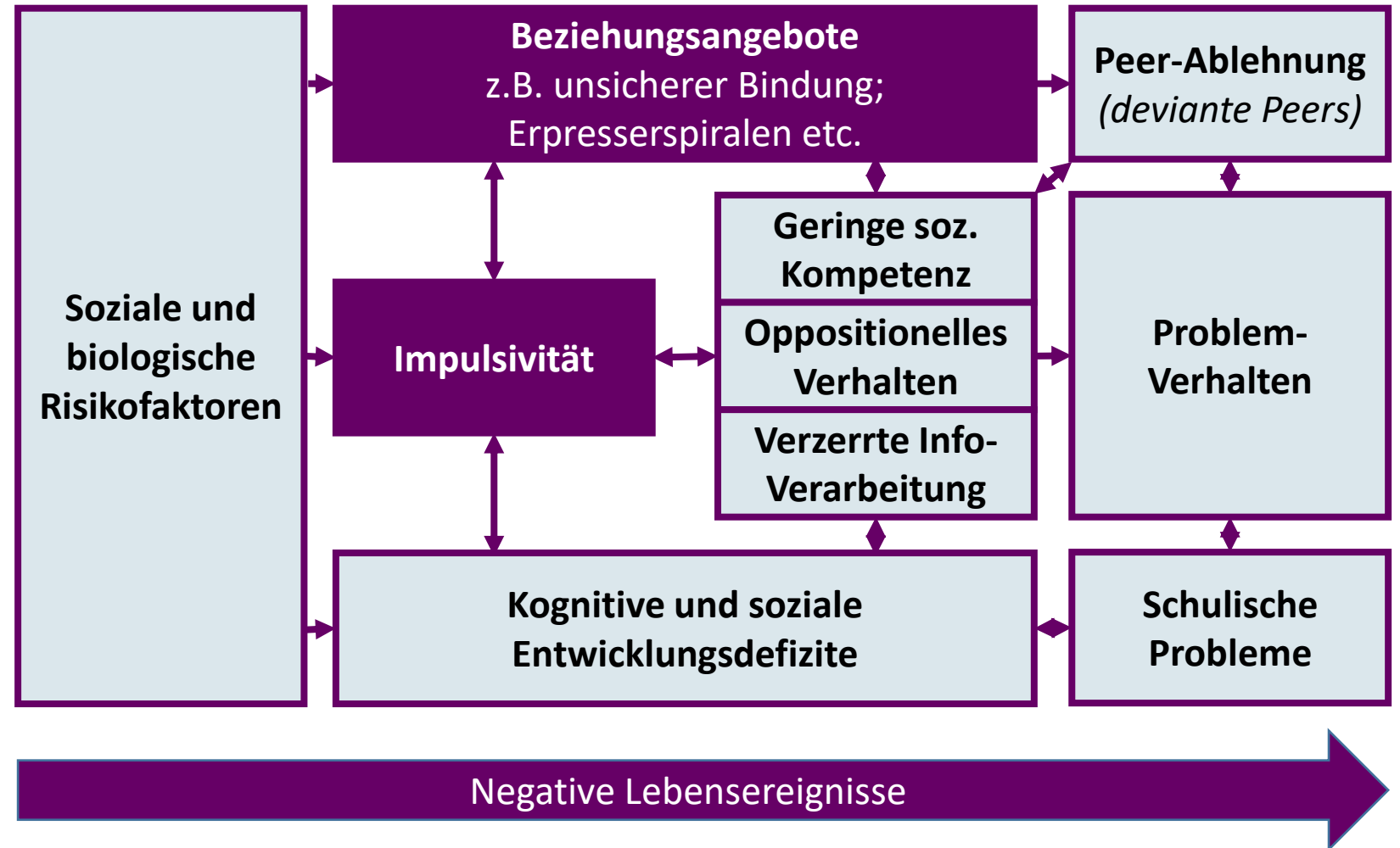
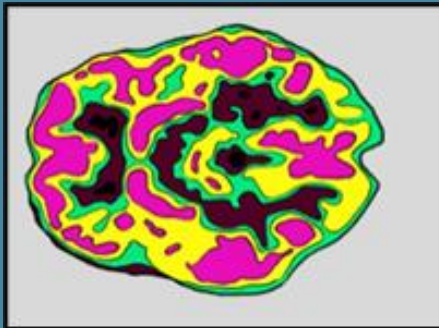
- Besser: Schritt für Schritt arbeiten mit unmittelbarem Feedback





## Symptome

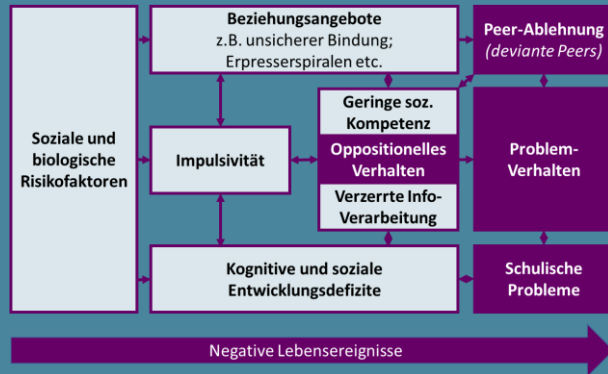
- 1. Aufmerksamkeitsstörung
- 2. Impulsivität
- 3. Hyperaktivität





## Symptome

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



## Verstärkerarten

- Soziale Verstärker
- Aktivitätsverstärker
- Materielle Verstärker

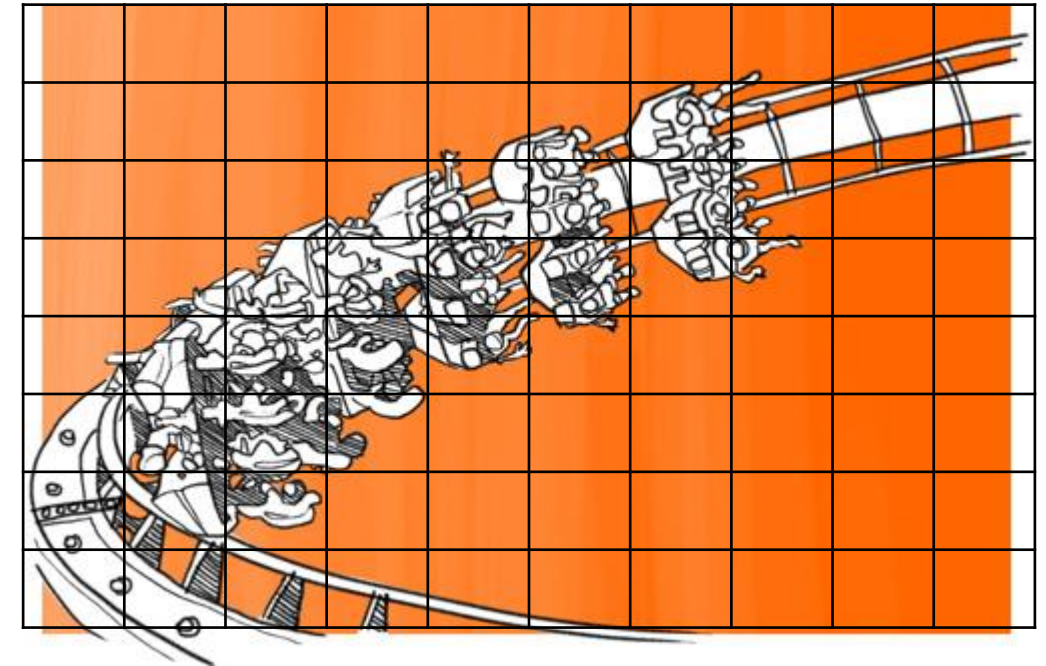
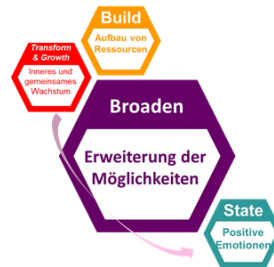


Table 1  
Results of 4 studies

Study	Neutral depleted	Neutral not depleted	Positive depleted	Positive not depleted	Measure of self-regulation
1	2.67	5.58	5.50	4.92	Ounces
2	326	498	496	555	Seconds
3	-11.3		+0.57		Sec (change)
4	8.83		12.55		Minutes

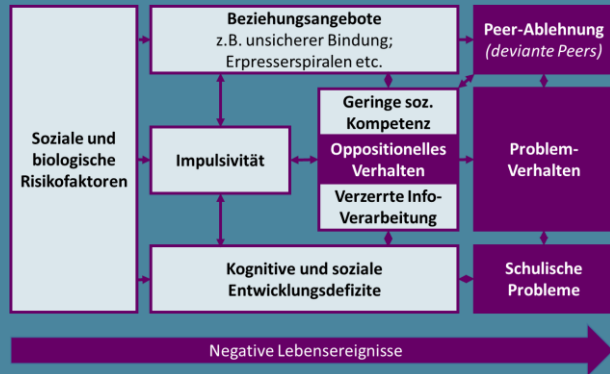
Note. Higher positive scores indicate better self-regulation on all measures. Study 3 also contained a sad mood condition with mean of -9.9.

Abb. 2.6: Tabelle 1 aus der Studie von Tice et al. (2007, S. 381)



## Symptome

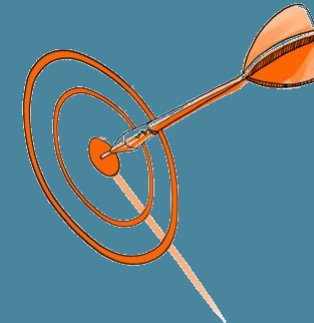
- 1. **Aufmerksamkeitsstörung**
- 2. **Impulsivität**
- 3. **Hyperaktivität**



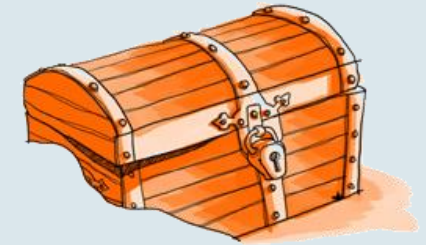
## Ressourcen und Ist-Soll-Diskrepanzen



## Veränderungsbereich auswählen



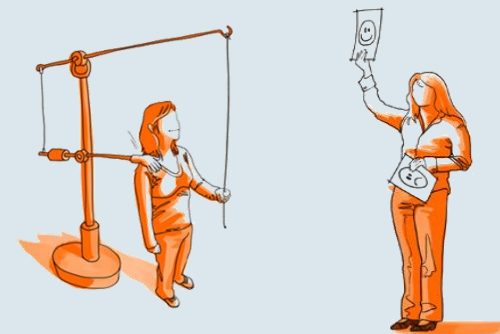
## Motivation aufbauen



## Handlungen konkretisieren



## Schnelle Verstärkung (inkl. Selbstverstärkung)



## Veränderung feststellen



Hilflosigkeit

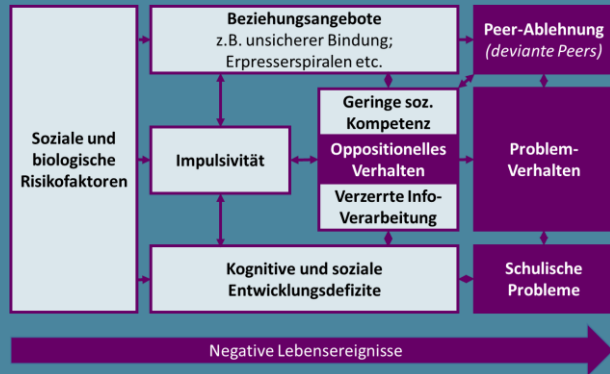


Selbstwirksamkeit



## Symptome

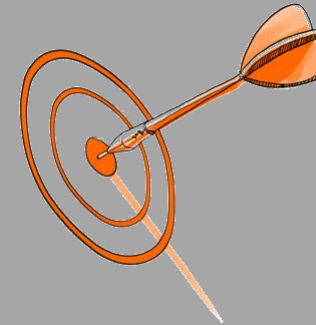
- 1. **Aufmerksamkeitsstörung**
- 2. **Impulsivität**
- 3. **Hyperaktivität**



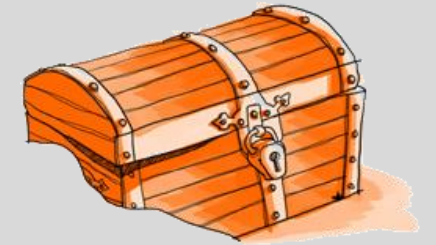
### Ressourcen und Ist-Soll-Diskrepanzen



### Veränderungsbereich auswählen



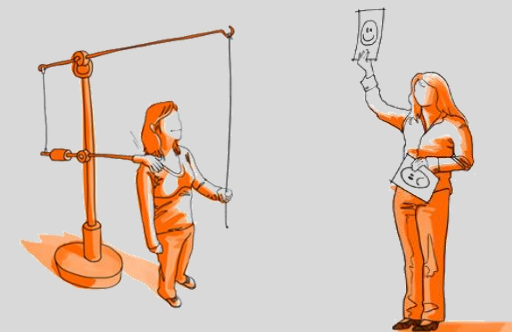
### Motivation aufbauen



### Handlungen konkretisieren



### Schnelle Verstärkung (inkl. Selbstverstärkung)



### Veränderung feststellen





## Symptome

1. **Aufmerksamkeitsstörung**
2. **Impulsivität**
3. **Hyperaktivität**

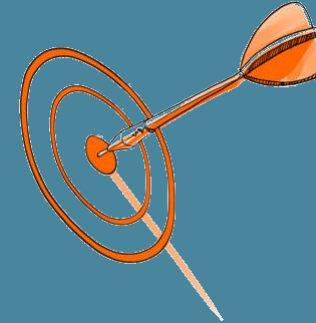
- Realisierbarkeit
- Spürbar positiver Effekt
- Selbstwirksamkeit



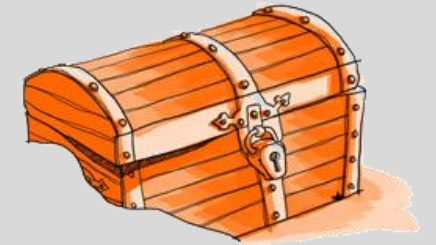
## Ressourcen und Ist-Soll-Diskrepanzen



## Veränderungsbereich auswählen



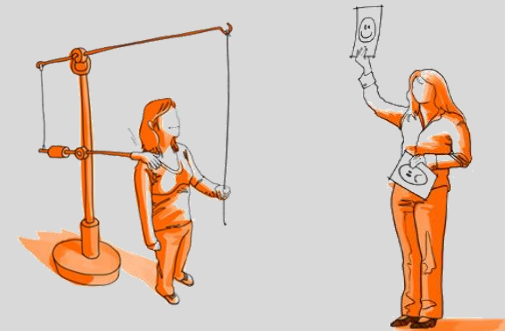
## Motivation aufbauen



## Handlungen konkretisieren



## Schnelle Verstärkung (inkl. Selbstverstärkung)



## Veränderung feststellen





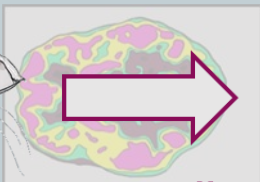
## Symptome

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

- Warum ist es sinnvoll?
- Welche positiven Wirkungen werden wir bemerken?
- Wann ist es uns schon einmal gelungen?



Hilflosigkeit

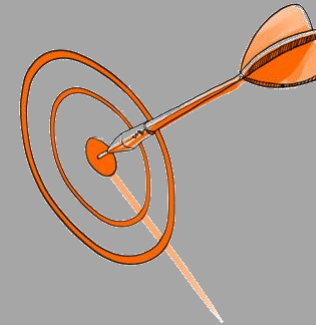


Selbstwirksamkeit

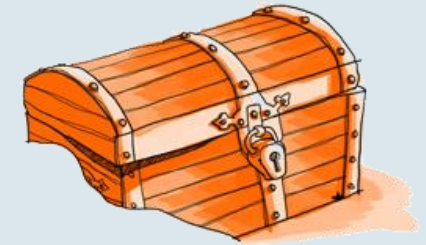
## Ressourcen und Ist-Soll-Diskrepanzen



## Veränderungsbereich auswählen



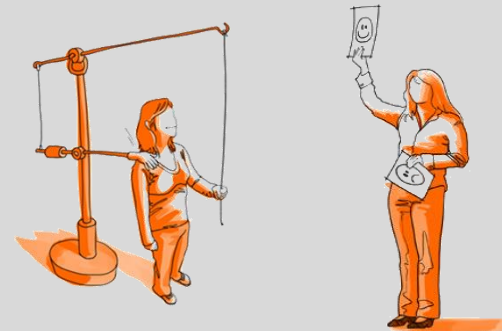
## Motivation aufbauen



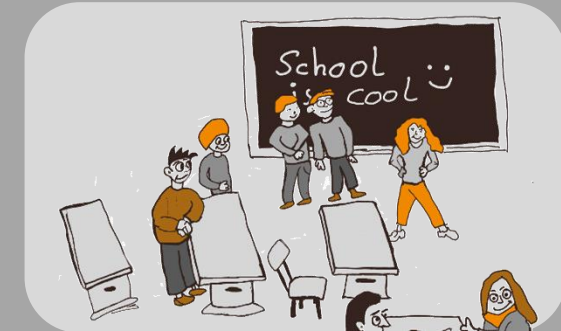
## Handlungen konkretisieren



## Schnelle Verstärkung (inkl. Selbstverstärkung)



## Veränderung feststellen





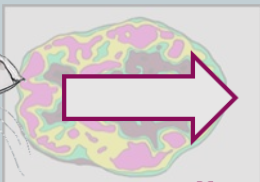
## Symptome

1. **Aufmerksamkeitsstörung**
2. **Impulsivität**
3. **Hyperaktivität**

- „Drehbuch“ für die Situation
- Trainingsgelegenheiten schaffen
- Wer übernimmt welche Rollen?



Hilflosigkeit

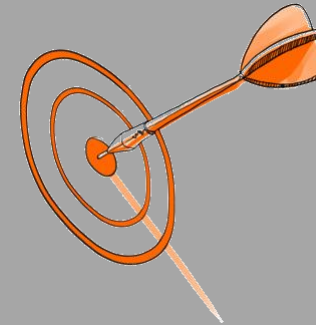


Selbstwirksamkeit

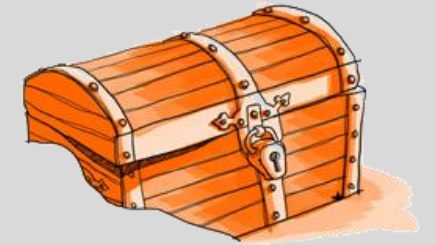
## Ressourcen und Ist-Soll-Diskrepanzen



## Veränderungsbereich auswählen



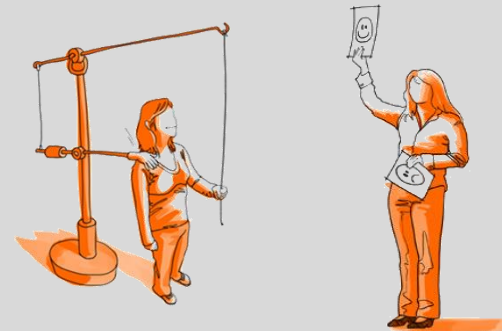
## Motivation aufbauen



## Handlungen konkretisieren



## Schnelle Verstärkung (inkl. Selbstverstärkung)



## Veränderung feststellen





## Symptome

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

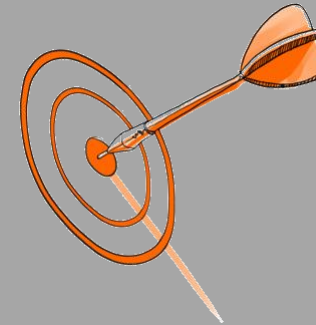
- Selbstverstärkung
- Soziale Verstärkung
- Verstärkerpläne (z.B. Tokensystem)



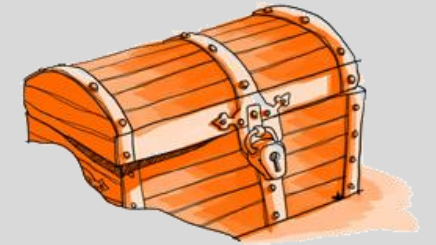
## Ressourcen und Ist-Soll-Diskrepanzen



## Veränderungsbereich auswählen



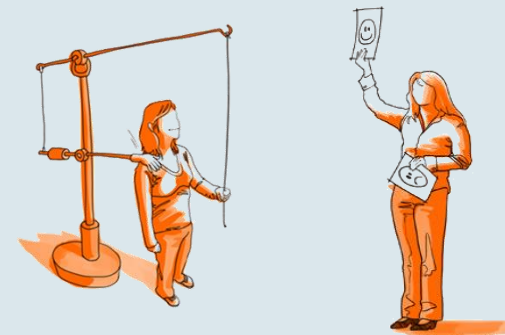
## Motivation aufbauen



## Handlungen konkretisieren



## Schnelle Verstärkung (inkl. Selbstverstärkung)



## Veränderung feststellen





## Symptome

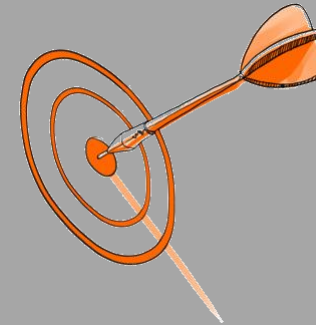
- 1. **Aufmerksamkeitsstörung**
- 2. **Impulsivität**
- 3. **Hyperaktivität**



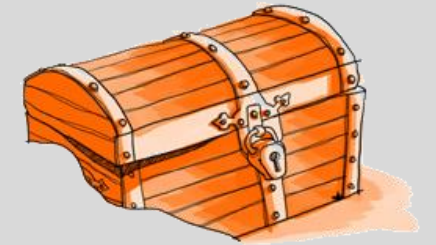
## Ressourcen und Ist-Soll-Diskrepanzen



## Veränderungsbereich auswählen



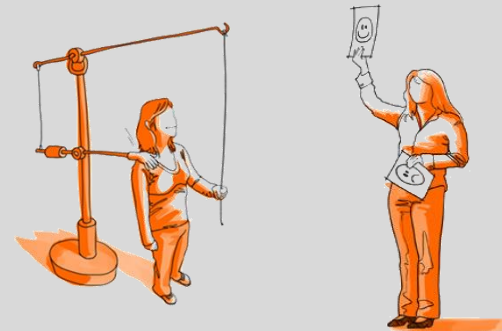
## Motivation aufbauen



## Handlungen konkretisieren



## Schnelle Verstärkung (inkl. Selbstverstärkung)



## Veränderung feststellen



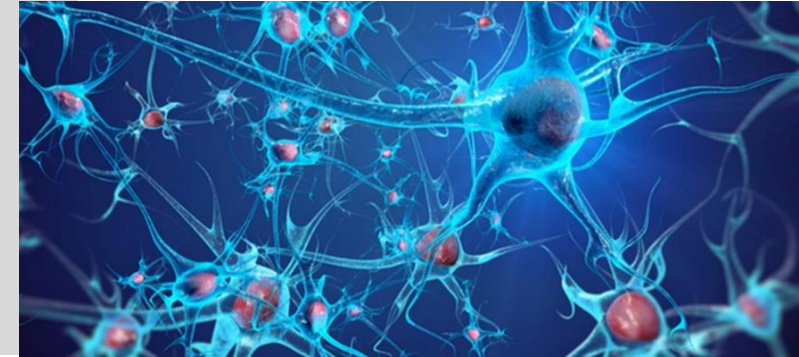


## Angststörungen

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

## Störungsbilder

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

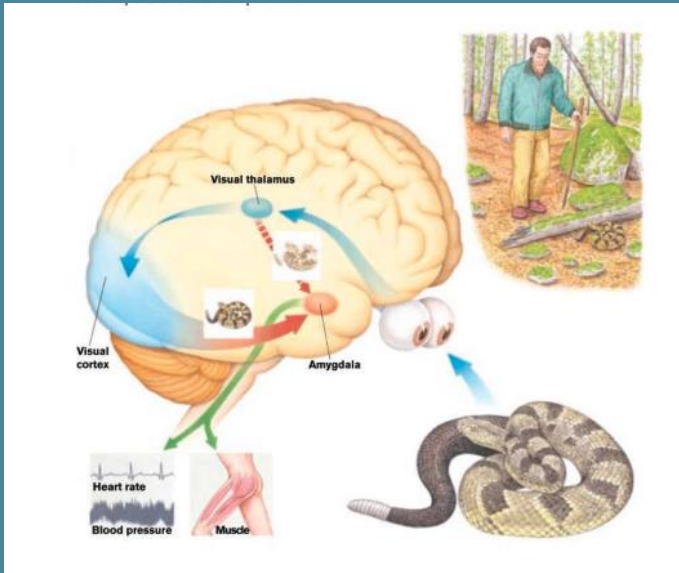




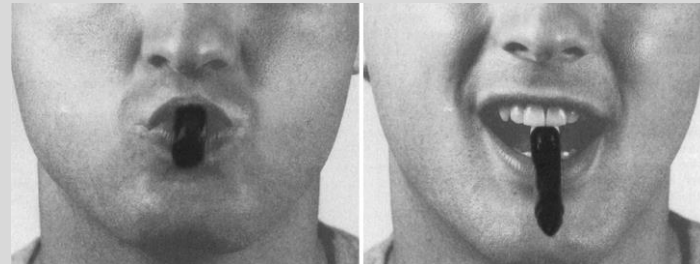
## Soziale Phobie

- 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



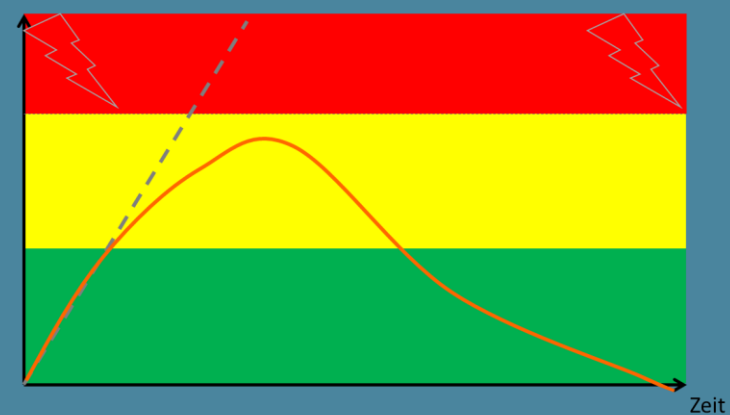
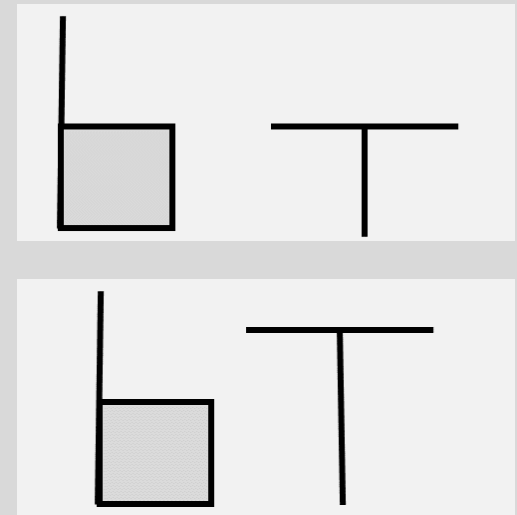


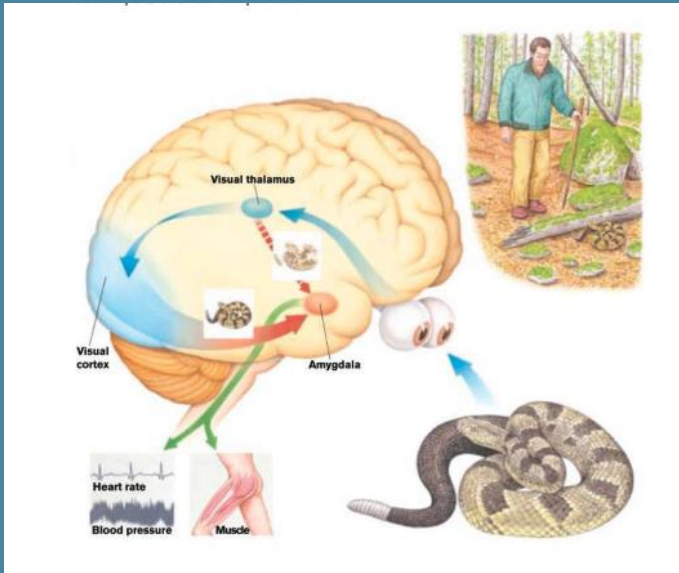
### Facial-Feedback-Hypothese (Strack, Martin, & Stepper, 1988)



### Body-Feedback-Hypothese

Stepper, 1992





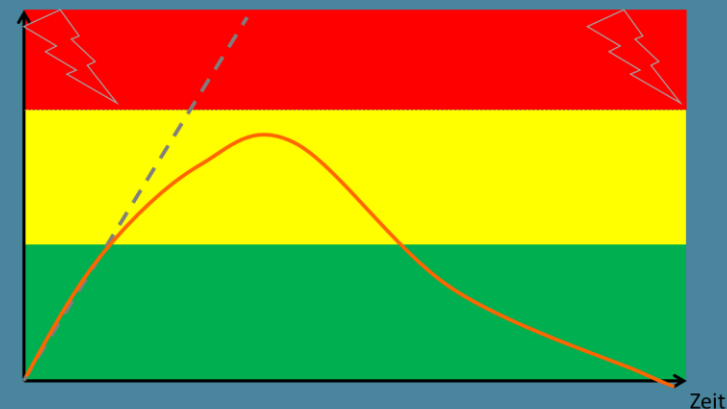
Angstskala 1 - 10

Angstreduktionstechnik

Situation der Stärke 3 auswählen

Situation imaginieren und Technik anwenden

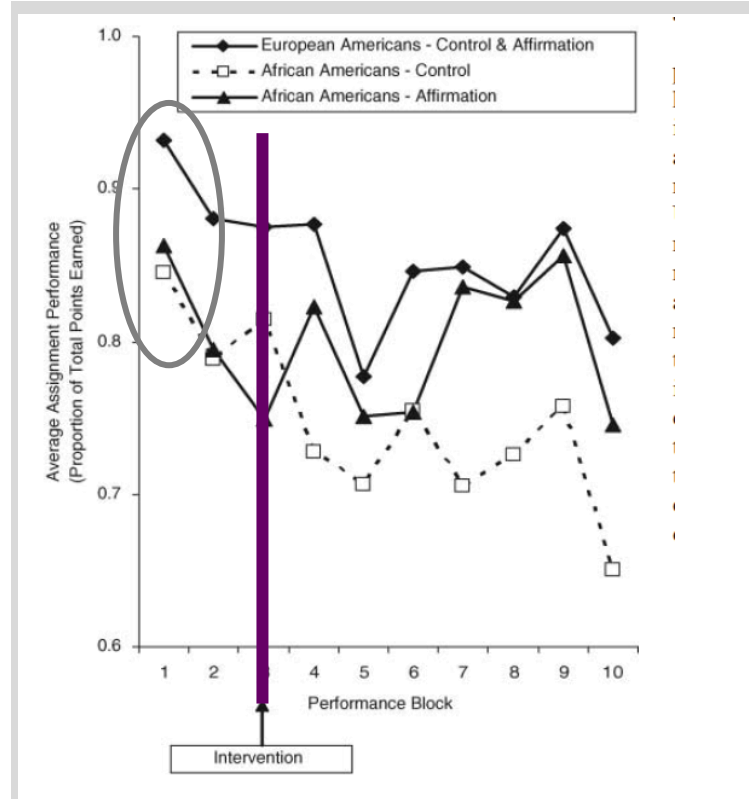
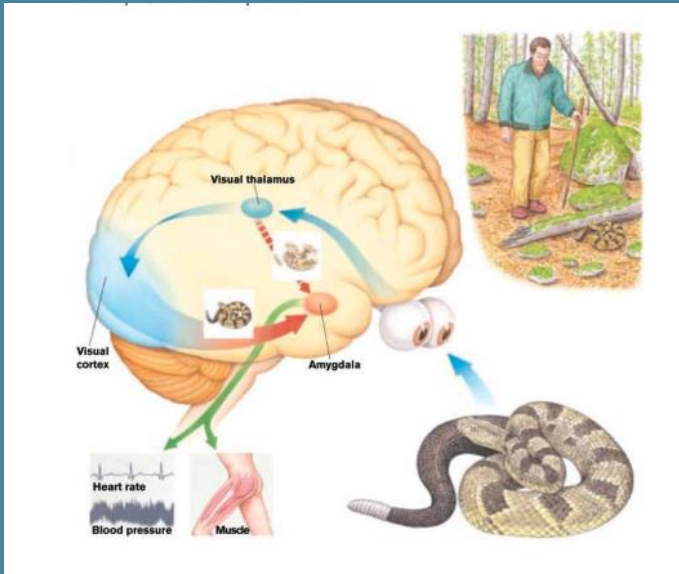
Veränderung feststellen



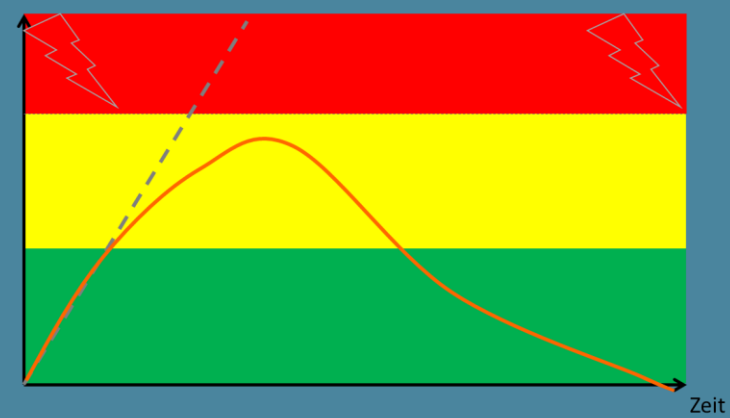
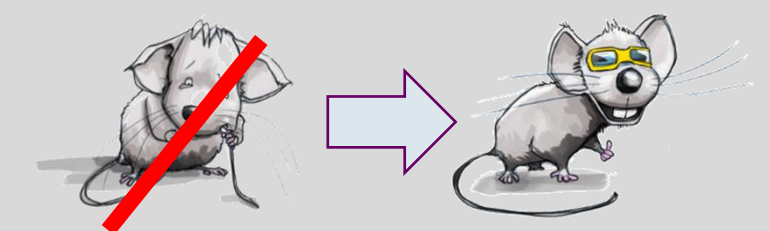
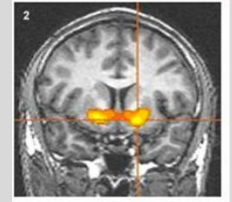
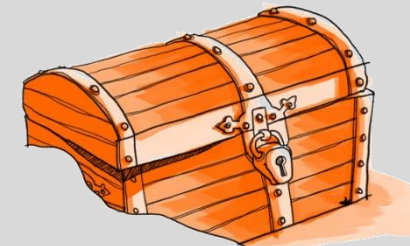
Zeit



# Angststörungen Racial achievement gap

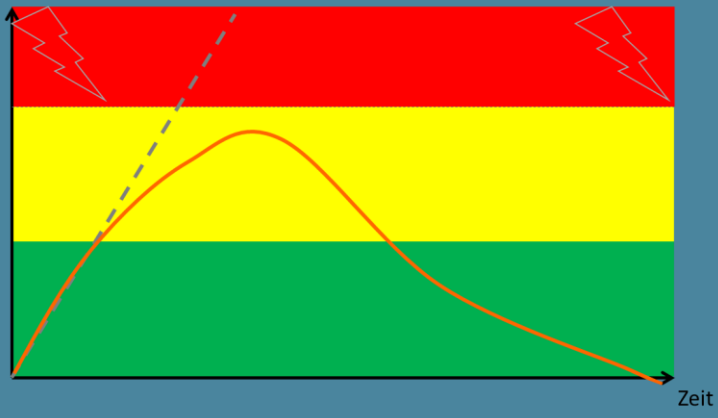
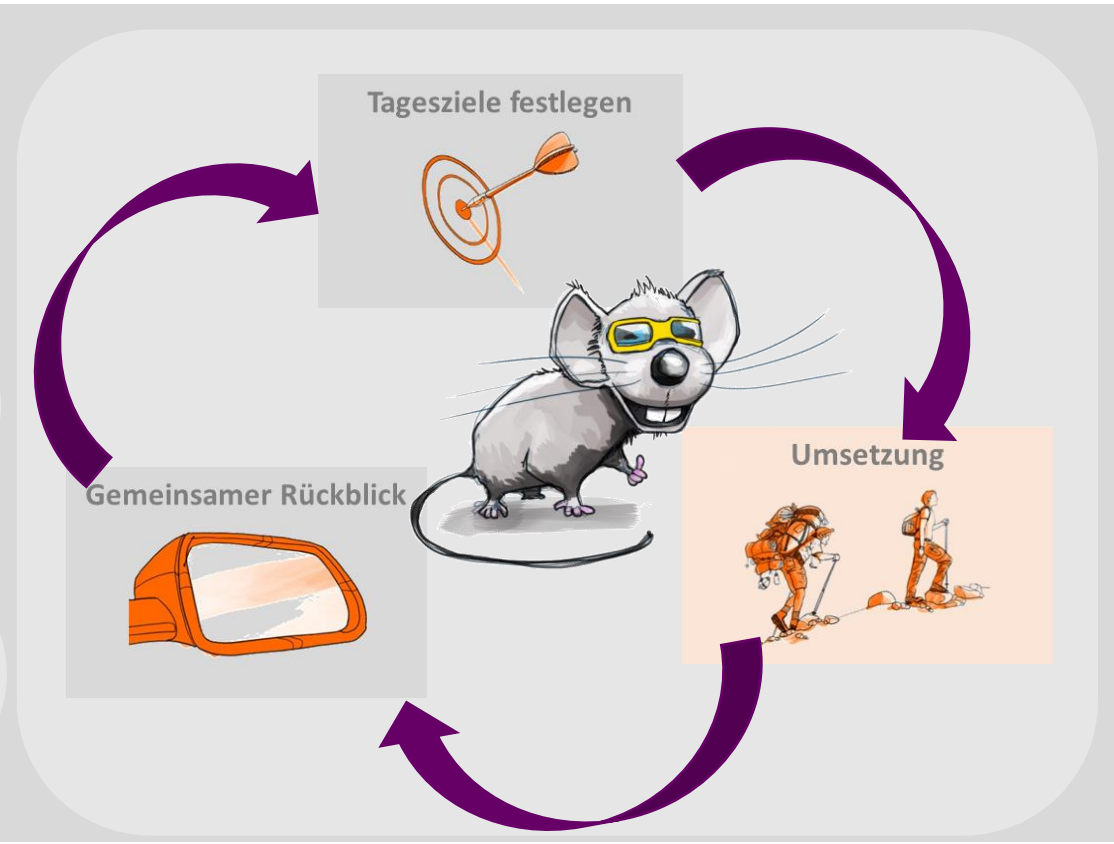
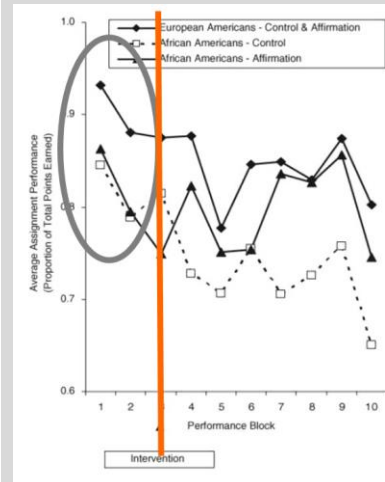
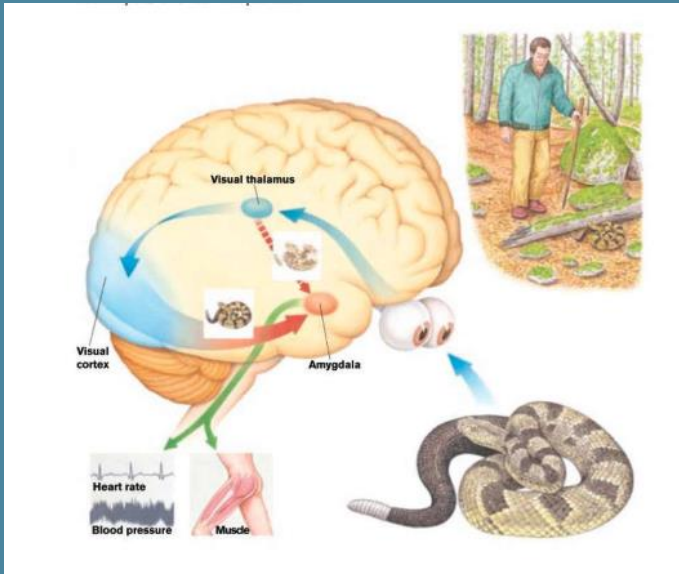


Was ist aus dieser Liste der wichtigste Wert für dich?  
 Warum ist der für dich wichtig?  
 Wie lebst du diesen Wert?





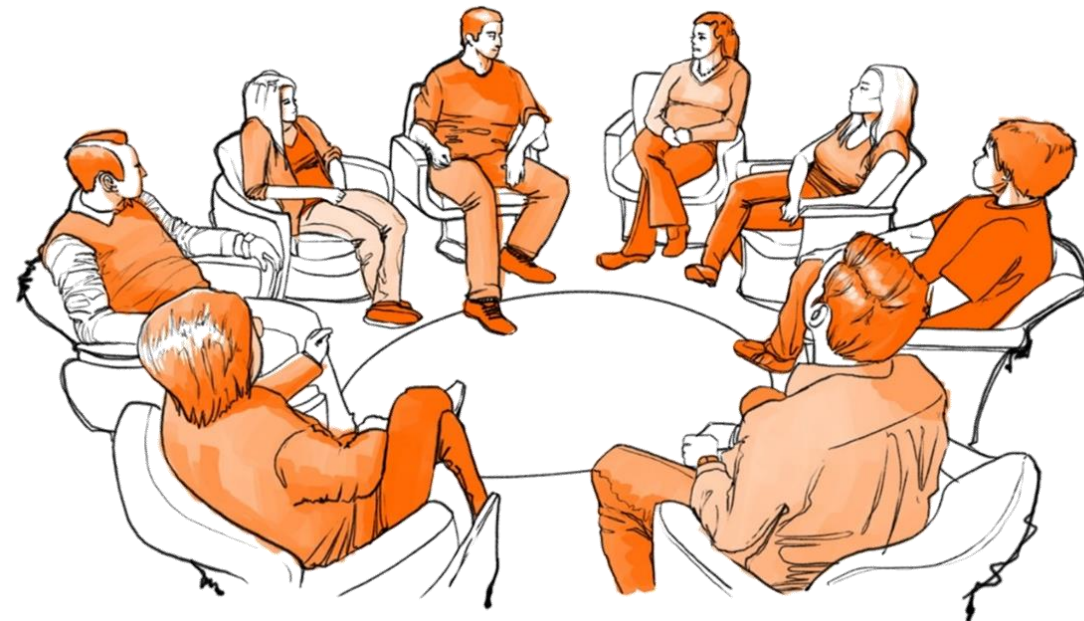
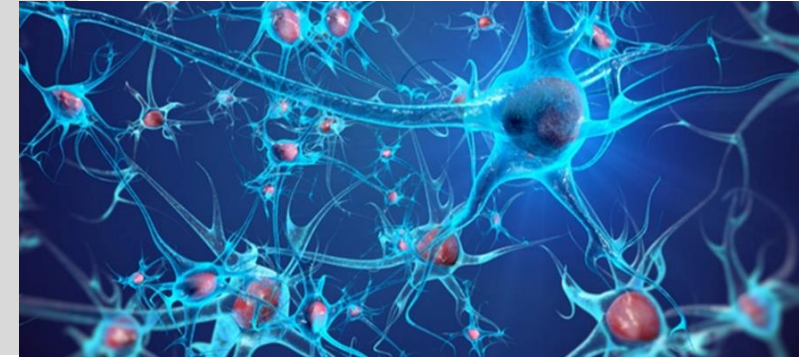
# Angststörungen Wertorientiertes Handeln

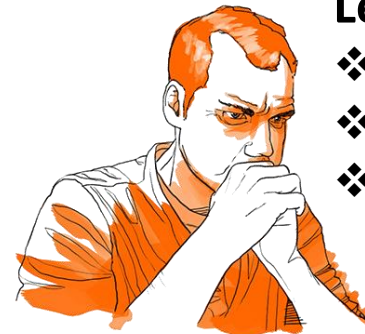




## Störungsbilder

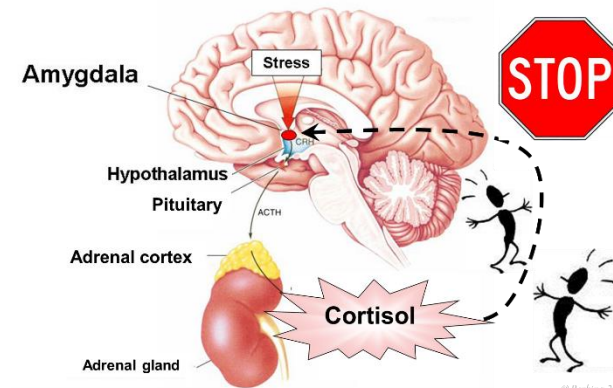
- AD(H)S/ Externalisierende Störungsbilder
- Angststörungen
- **Depression**





## Leitsymptome:

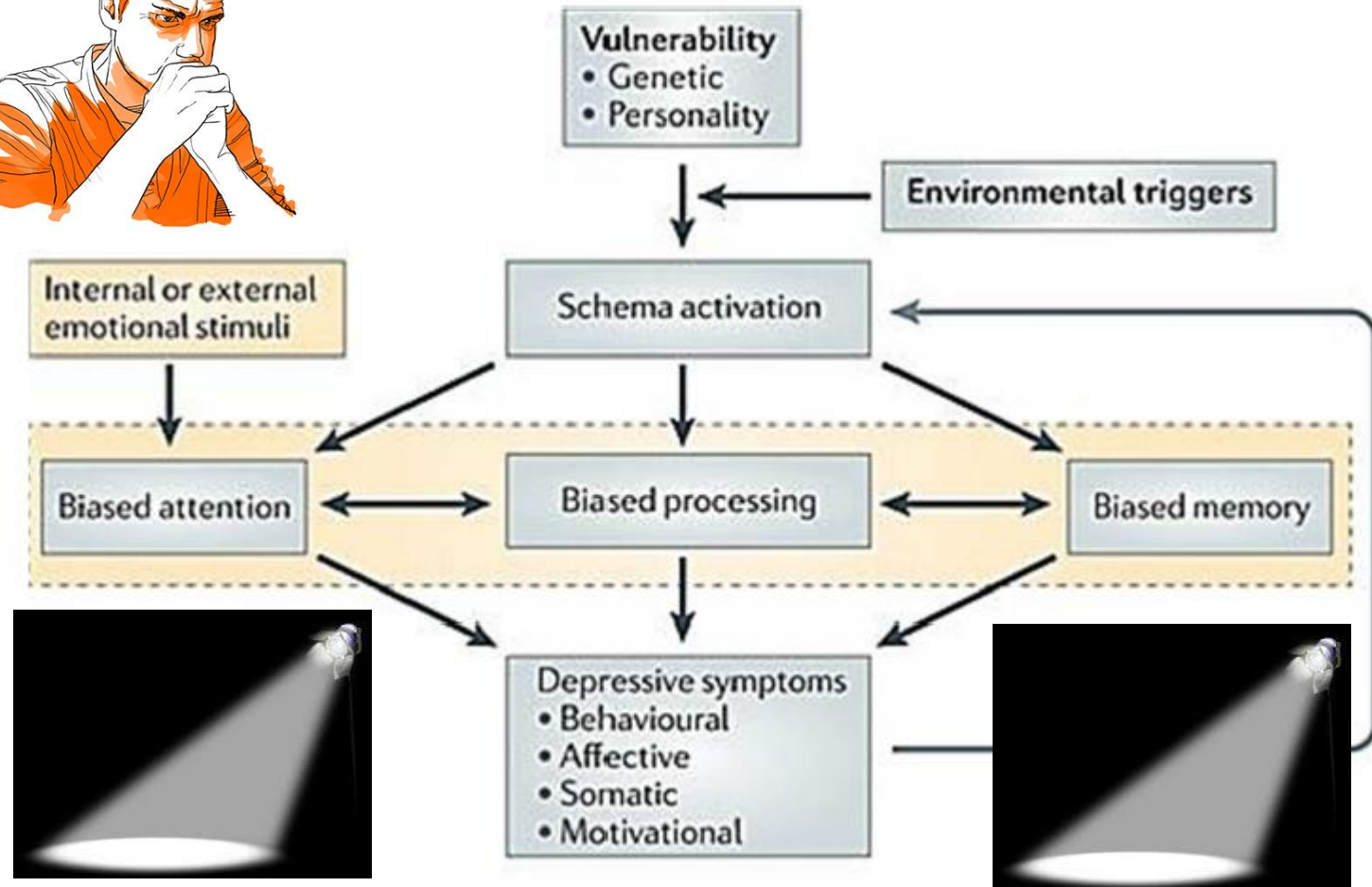
- ❖ Betrübte Stimmung
- ❖ Interessensverlust/ Antriebslosigkeit/ Freundlosigkeit
- ❖ Leichte Ermüdbarkeit

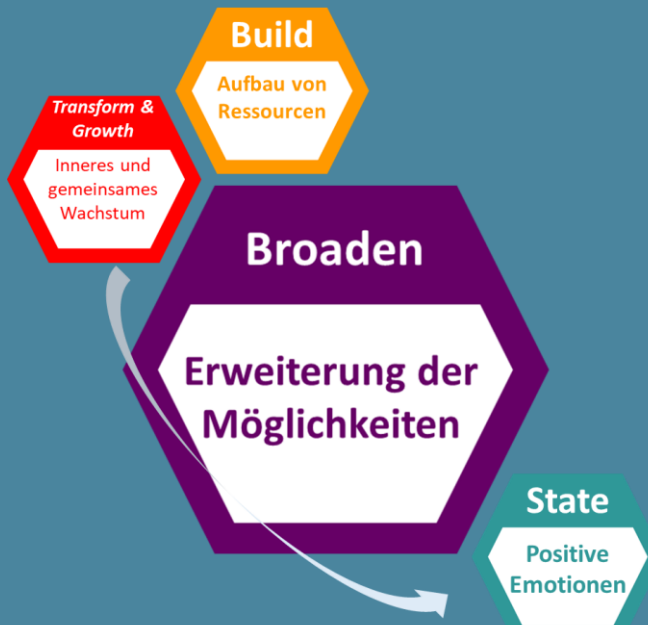


### Kognitive Triade:

Negative Sicht

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





Innere Stärke und Bindungsrepräsentationen

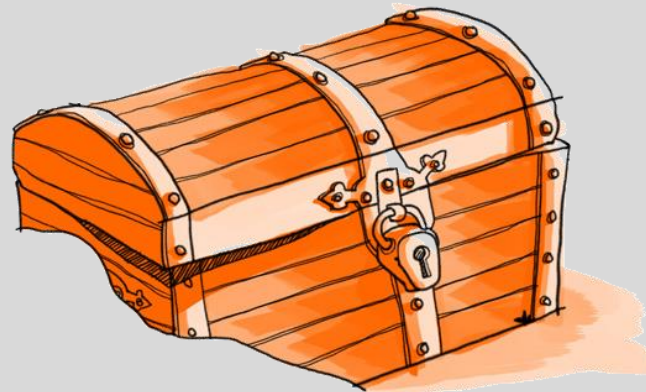
## Hilfreiche Emotionen



## Verankern

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

## Tagesschätze finden



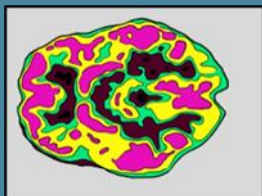
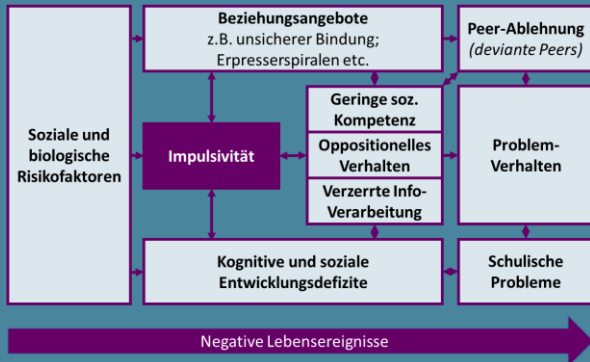
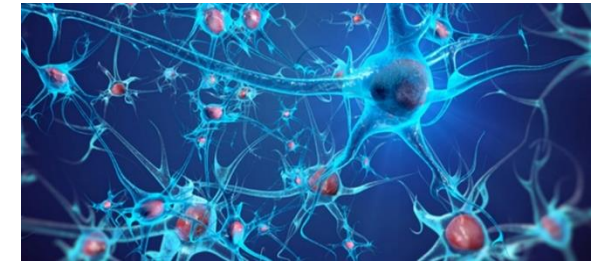
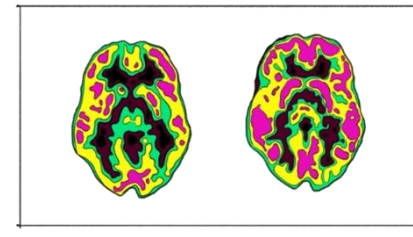
## Ablauf



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



## Symptome

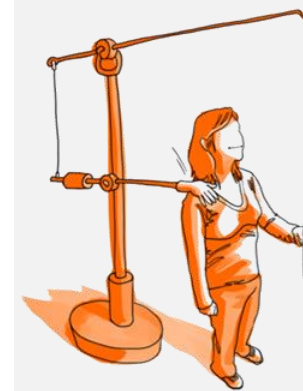
- 1. Aufmerksamkeitsstörung
- 2. Impulsivität
- 3. Hyperaktivität





### Wertschätzung

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



Eigene Erfolge

Genutzte Fähigkeiten

Soziale Anerkennung

Leistungsunabhängige  
Selbstwertschätzung