



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

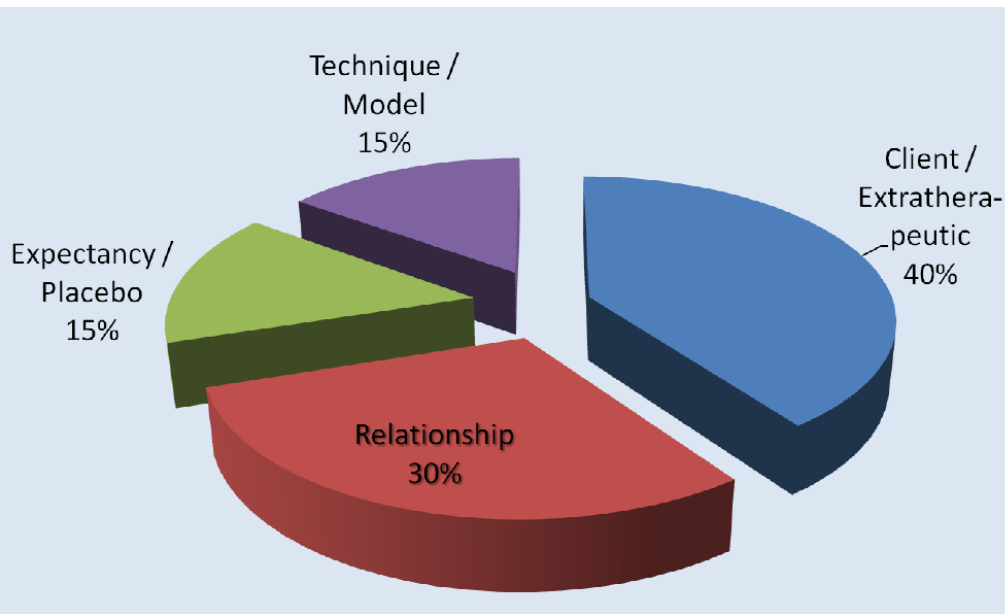
KLINISCHES CLASSROOM MANAGEMENT – WARUM?



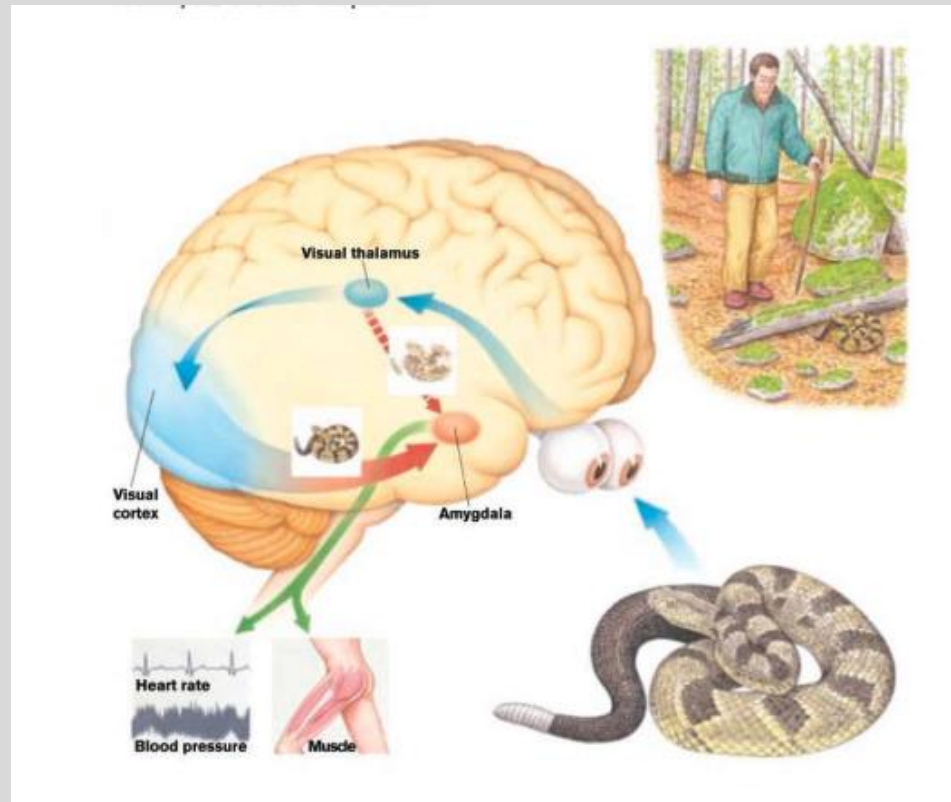
APOLLON
Hochschule

Prävalenz

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

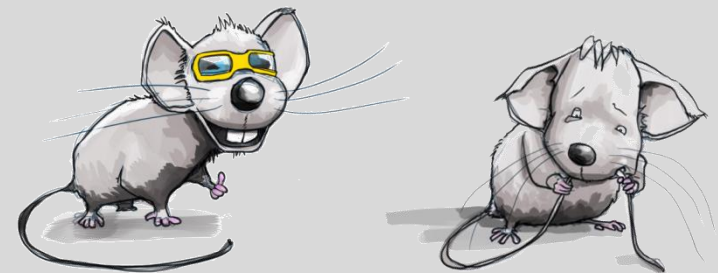
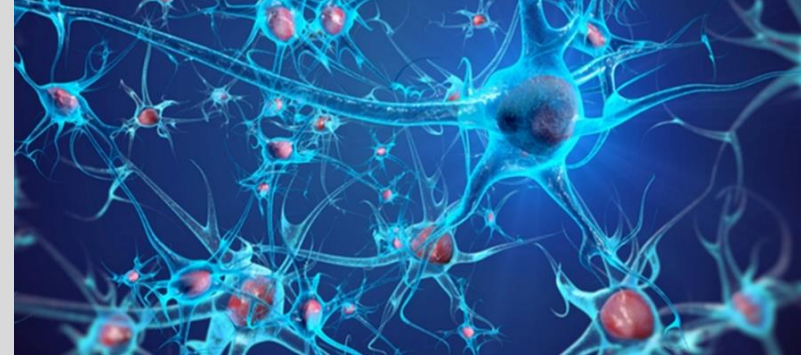


Stress und Angst



Hebbsche Lernregel (1949)

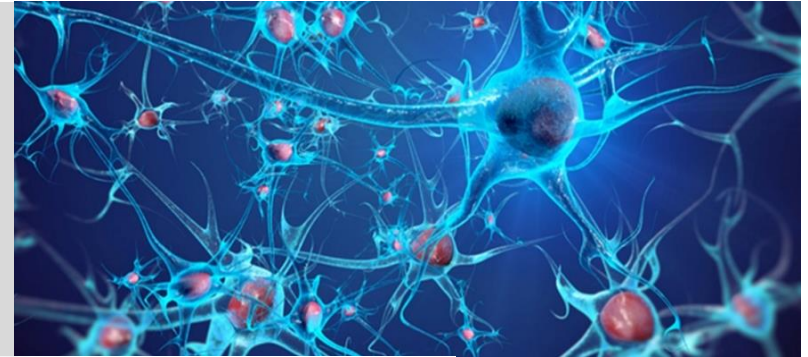
Neurons that fire together wire together



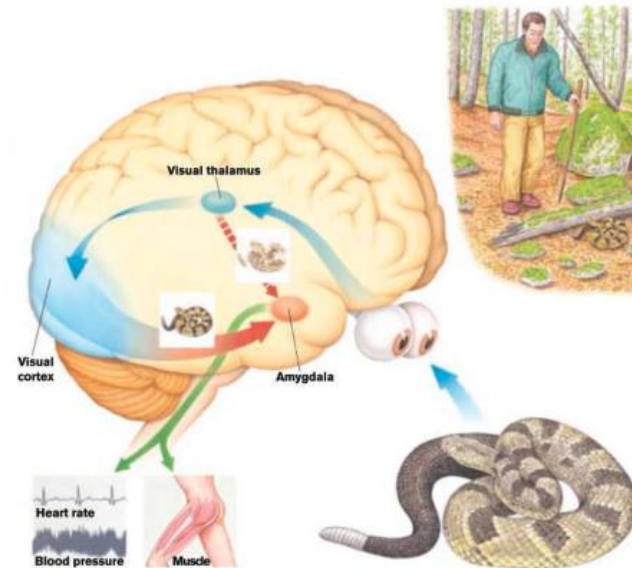
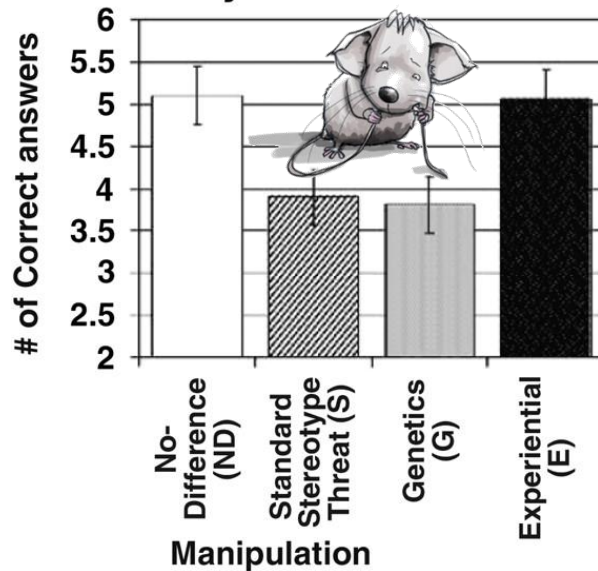
Seligman, M. E. (1972). Learned helplessness. *Annual review of medicine*, 23(1), 407-412.

Hebbsche Lernregel (1949)

Neurons that fire together wire together



Study 1 results



Dar-Nimrod, I., & Heine, S. J. (2006). Exposure to scientific theories affects women's math performance. *Science*, 314(5798), 435-435.

BROADEN AND BUILD THEORY (FREDRICKSON, 2001)



APOLLON
Hochschule



ERLEBEN IST DAS ERGEBNIS VON AUFMERKSAMKEITSFOKUSSIERUNG

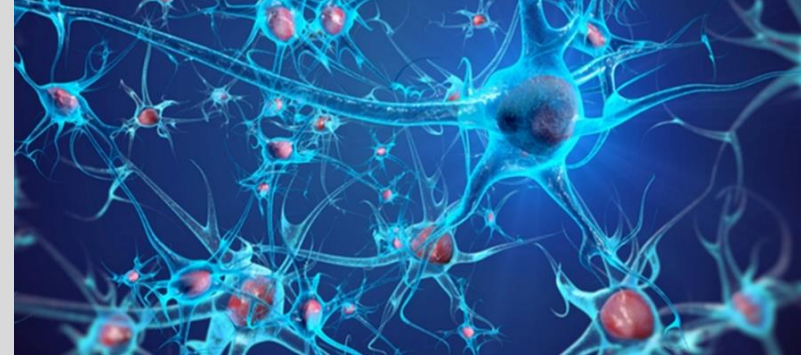


„Diese Zeit wird sich tief in die Seele der Kinder eingraben“

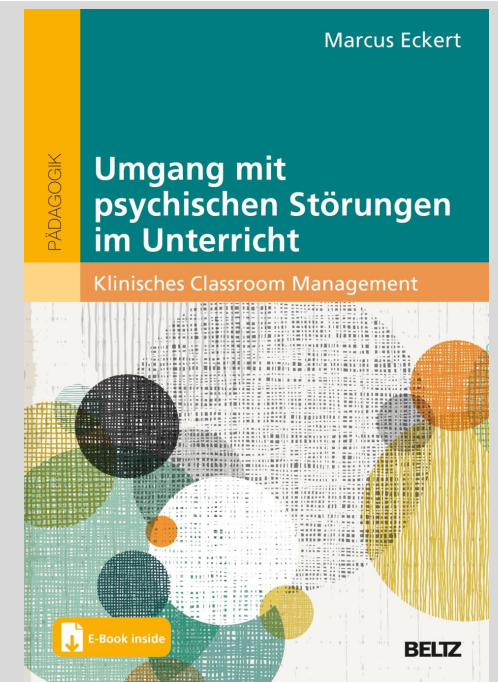
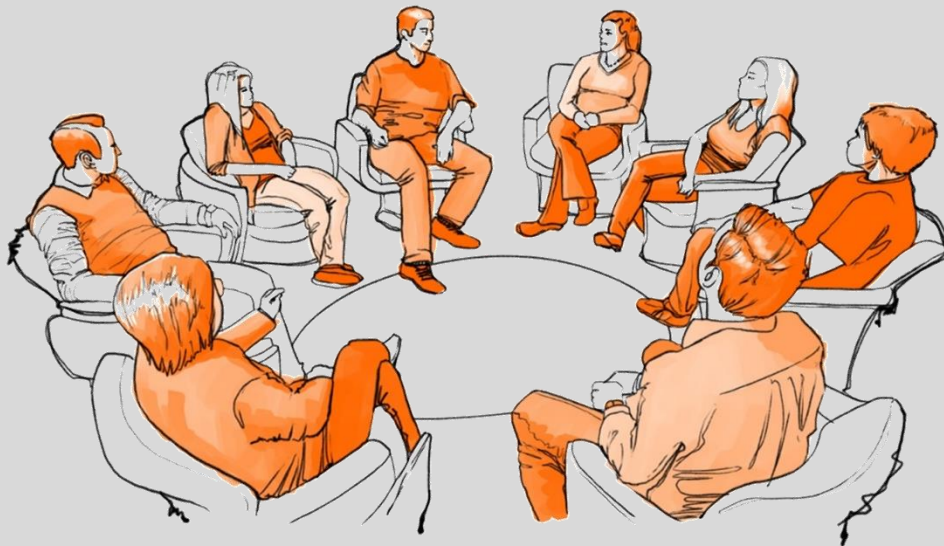
Homeschooling und Isolation machen vielen Kindern zu schaffen. In der Einschätzung der psychischen und gesundheitlichen Folgen gehen die Expertenmeinungen auseinander. ***Welche Spuren wird die Pandemie hinterlassen?*** (Die Welt, 26.01.2021)

Störungsbilder

- Depression
- Angststörungen
- AD(H)S (04.06.24 Puhlheim)

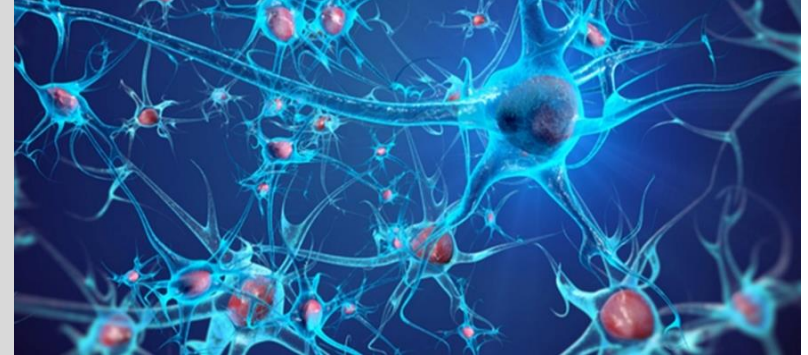


Vorstellung und Erwartungsklärung

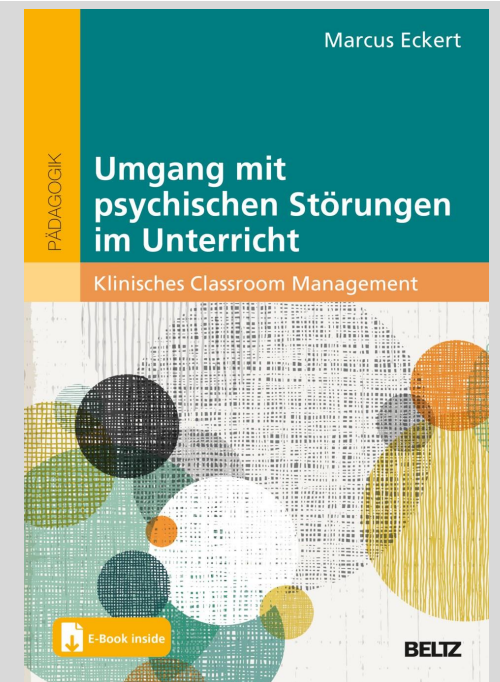
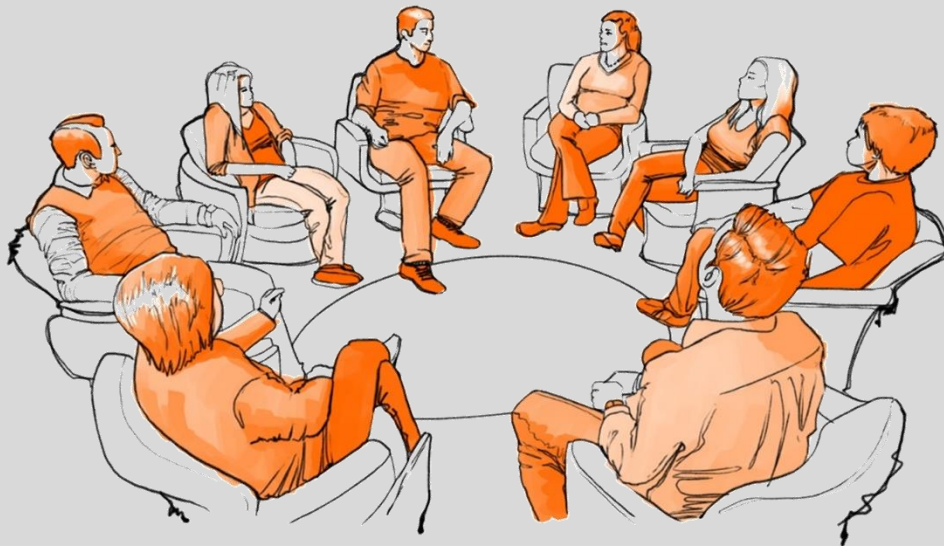


Störungsbilder

- *Depression*
- Angststörungen
- AD(H)S



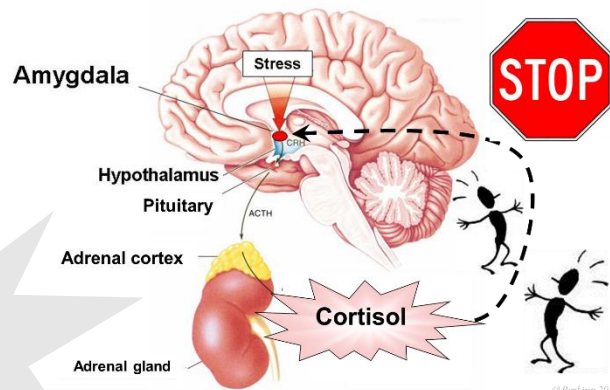
Vorstellung und Erwartungsklärung





Leitsymptome:

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



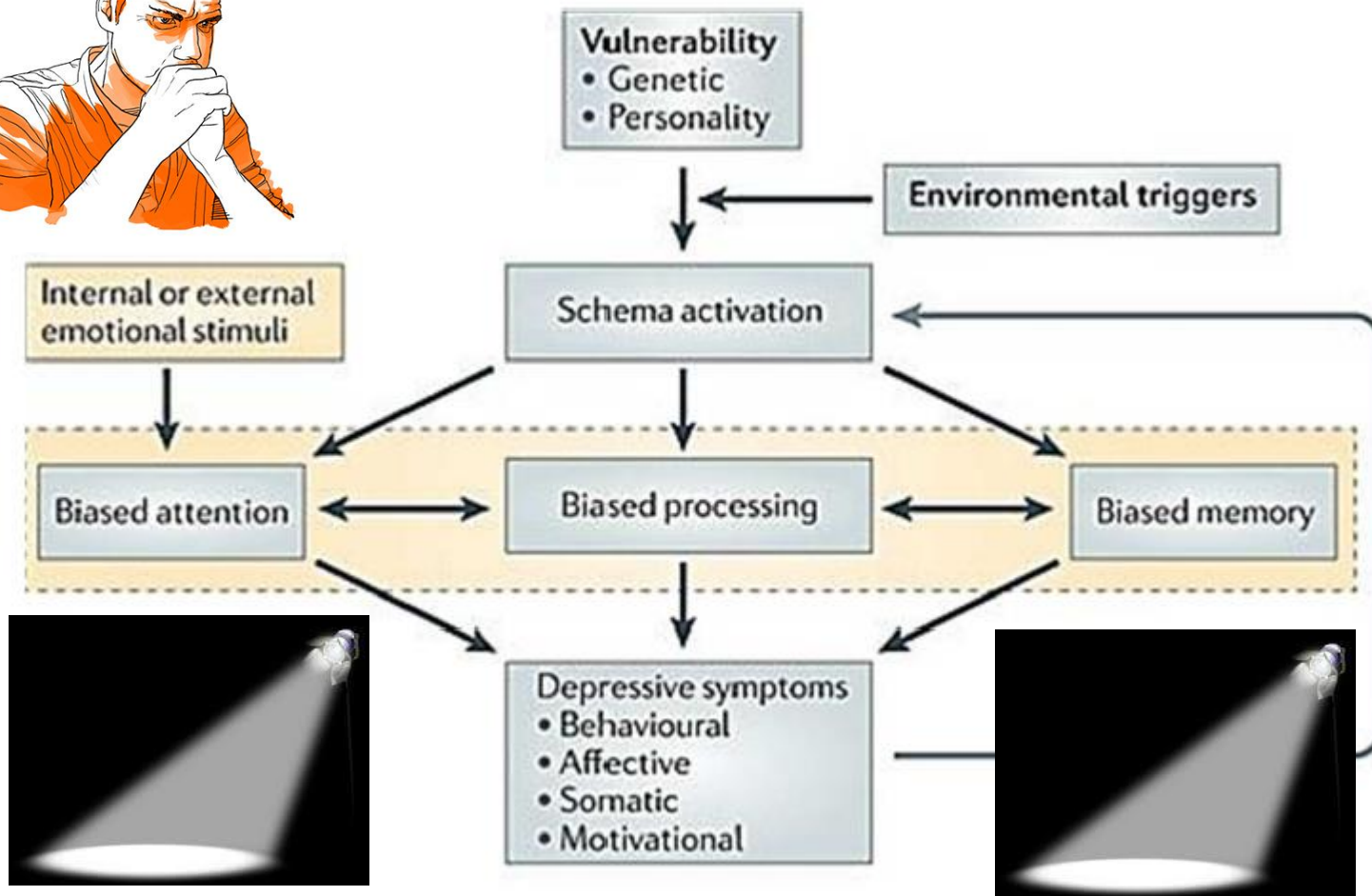
Kognitive Triade:

Negative Sicht

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

Sickness
Behaviour

KOGNITIVES DEPRESSIONSMODELL



BROADEN AND BUILD THEORY (FREDRICKSON, 2001)



APOLLON
Hochschule



Belastungen

24% Verzögerung bei Caregivern

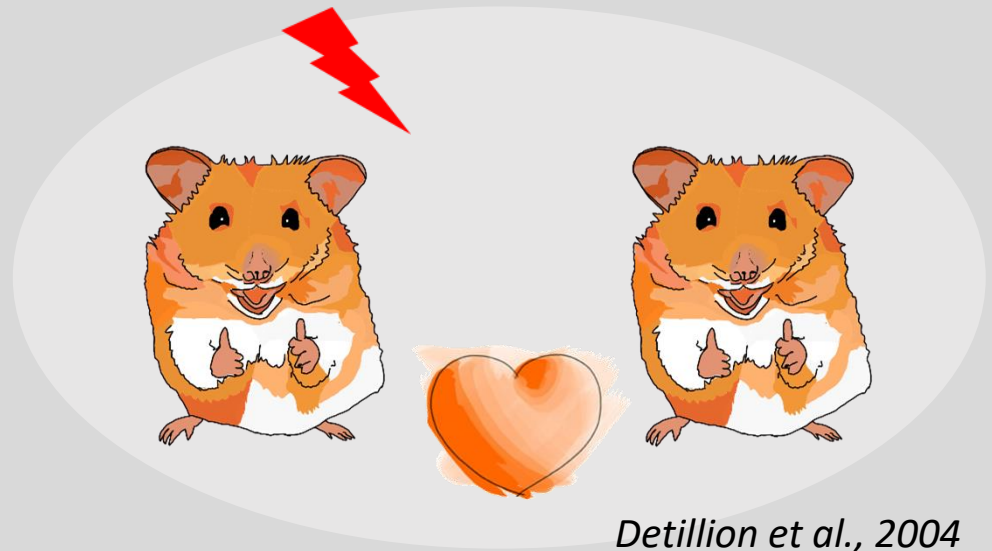
40% Verzögerung bei Prüfungen

60% Verzögerung bei feindseligem Ehepartner



Kiecolt-Glaser et al., 2005

Auch bei Goldhamster



Detillion et al., 2004

Belastungen

24% Verzögerung bei Caregivern

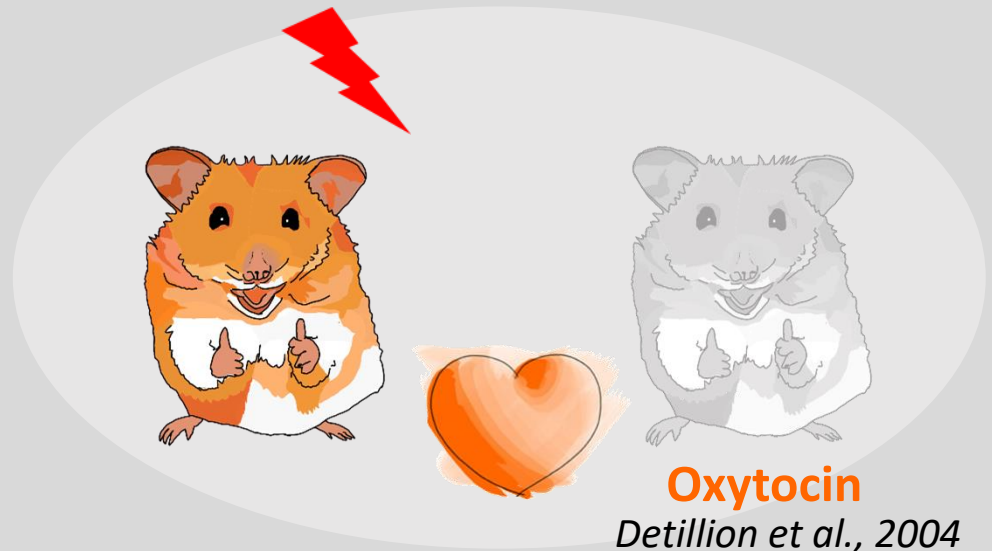
40% Verzögerung bei Prüfungen

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



Psychische Effekte

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

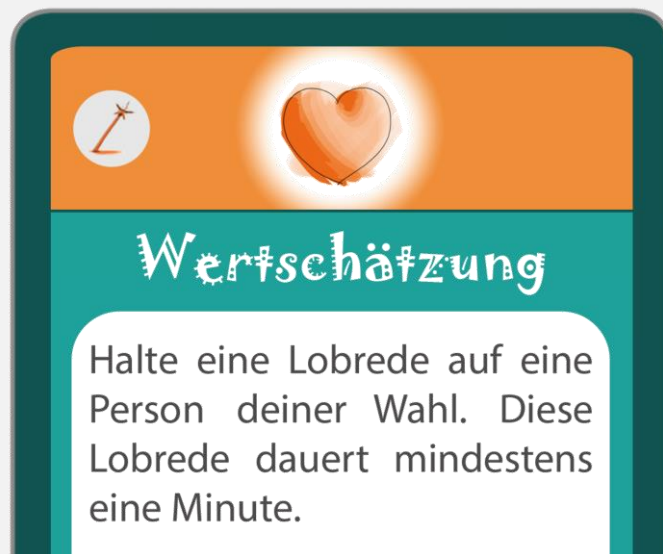
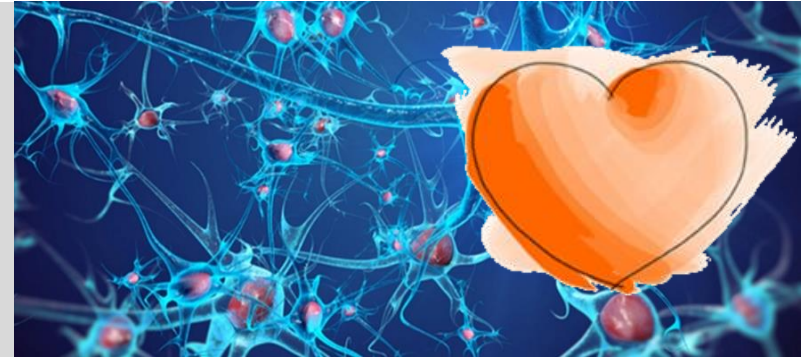


Aktivitäten zur Steigerung von Oxytocin

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

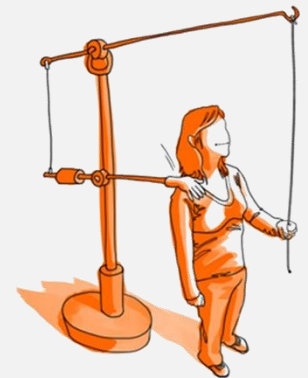


OXYTOCIN: WERTSCHÄTZUNG



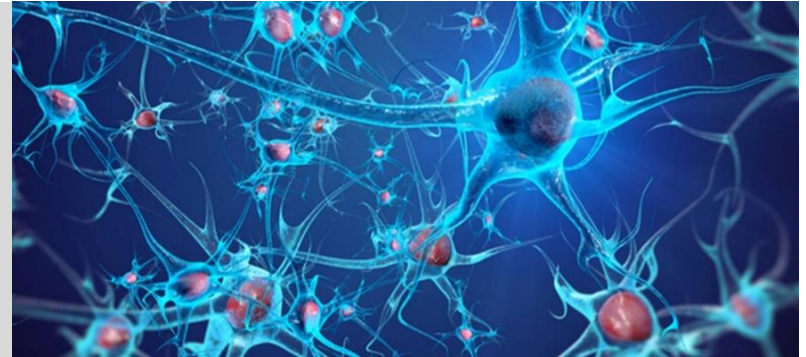
Blick auf die letzten sieben Tage:

- Erfolge
- Kompetenzen
- Soziale Anerkennung
- Leistungsunabhängige Selbstwertschätzung

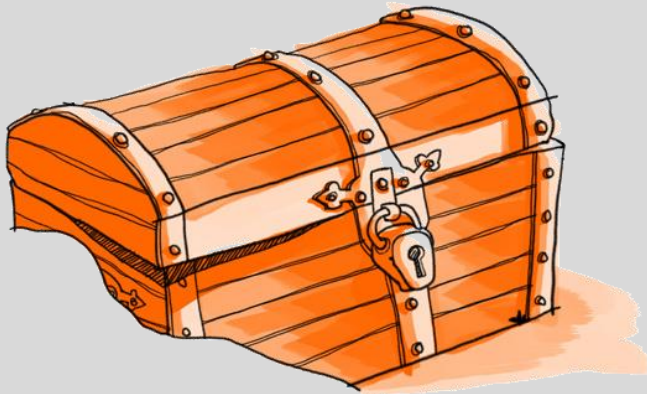


Hebbsche Lernregel (1949)

Neurons that fire together wire together

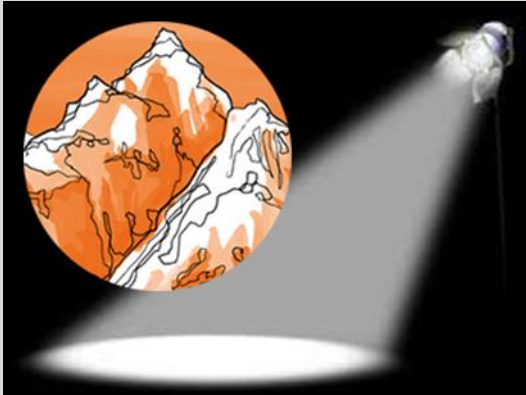


Tagesschätze finden



Ablauf

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



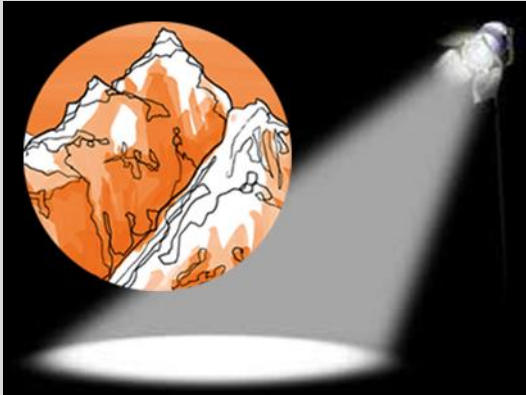
Bewältigungserfahrungen

„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 ...



Bewältigungserfahrungen

„True-ismus“

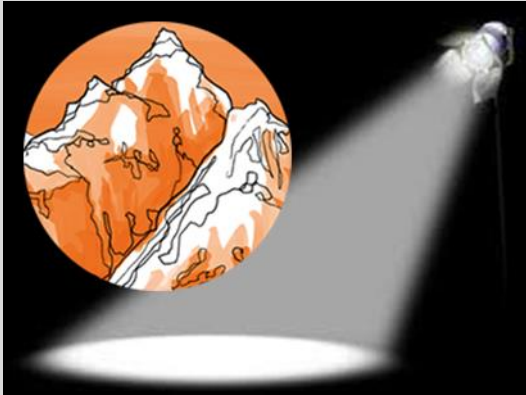
Nahezu alle Menschen haben schon Dinge und Hindernisse überwunden, von denen sie dachten, sie könnten diese nie überwinden.

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

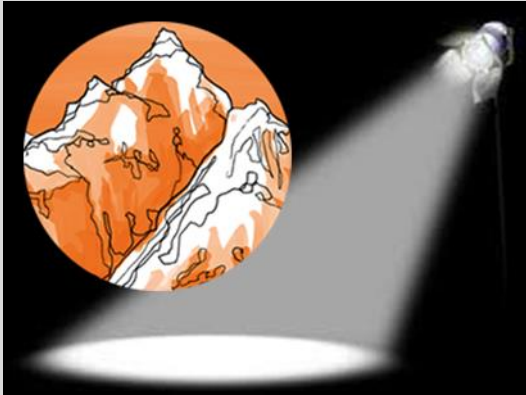
Das ist oft schwer, sehr schwer ...

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

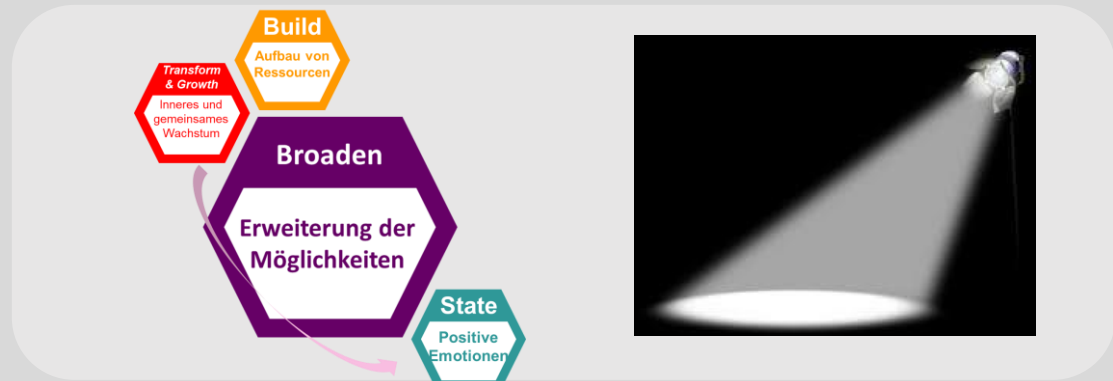
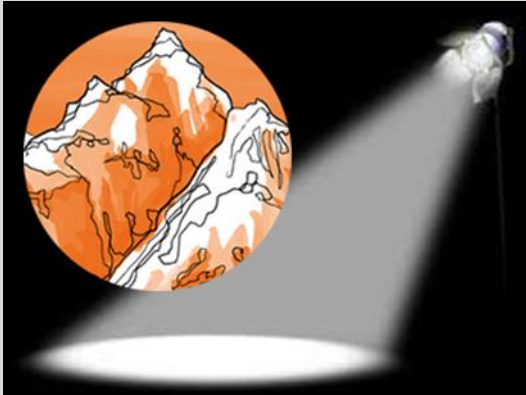
... aber schaffbar.

Benefit-Fokussierung

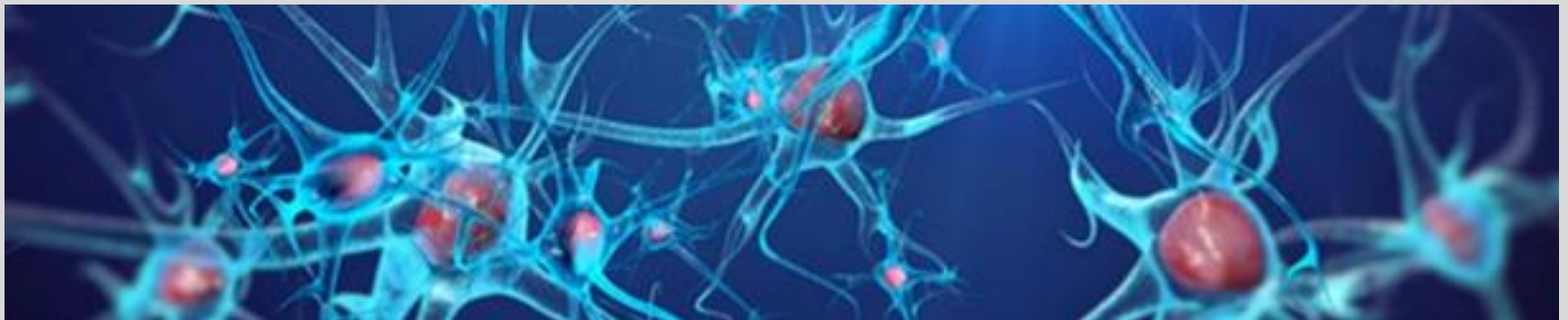
Welche positiven Unterschiede würde es machen, wenn es gelänge

Ressourcen- und Kompetenzaktivierung

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

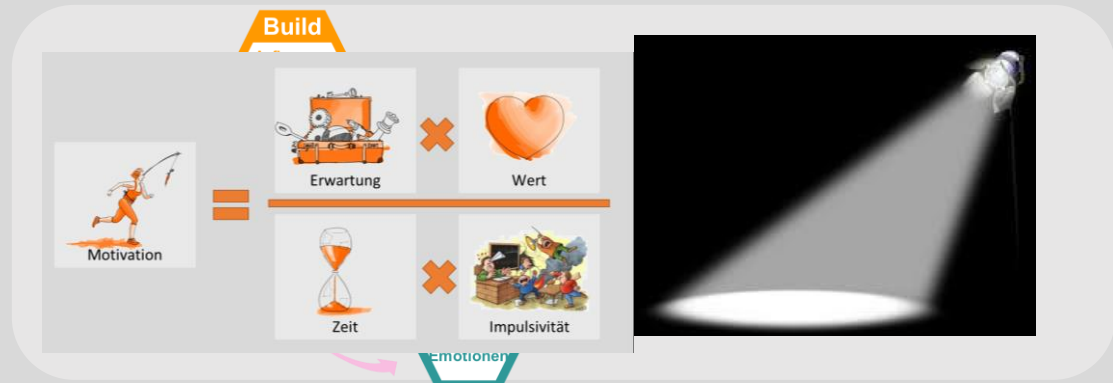
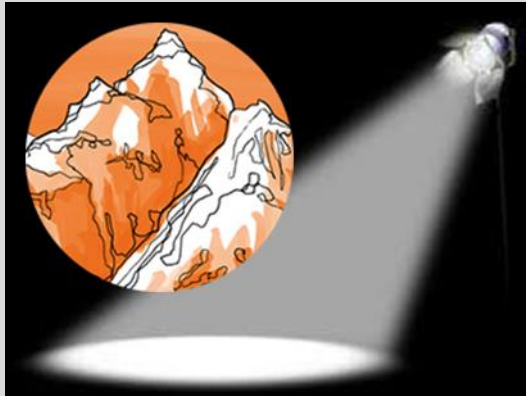


Bewältigungserfahrungen



Ressourcen- und Kompetenzaktivierung

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



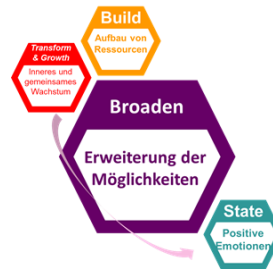
Bewältigungserfahrungen



Wachstumsorientierung
(Growth Mindset; Dweck, 2015)

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

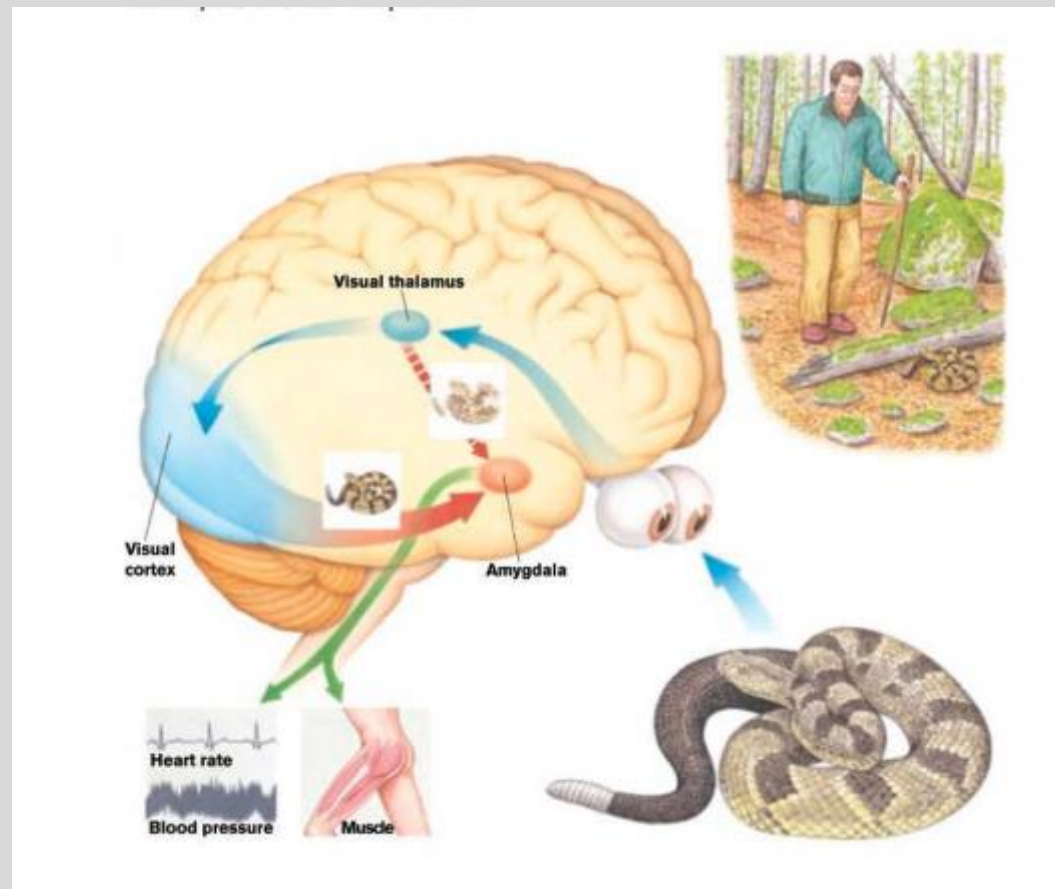
Ablauf

- 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?

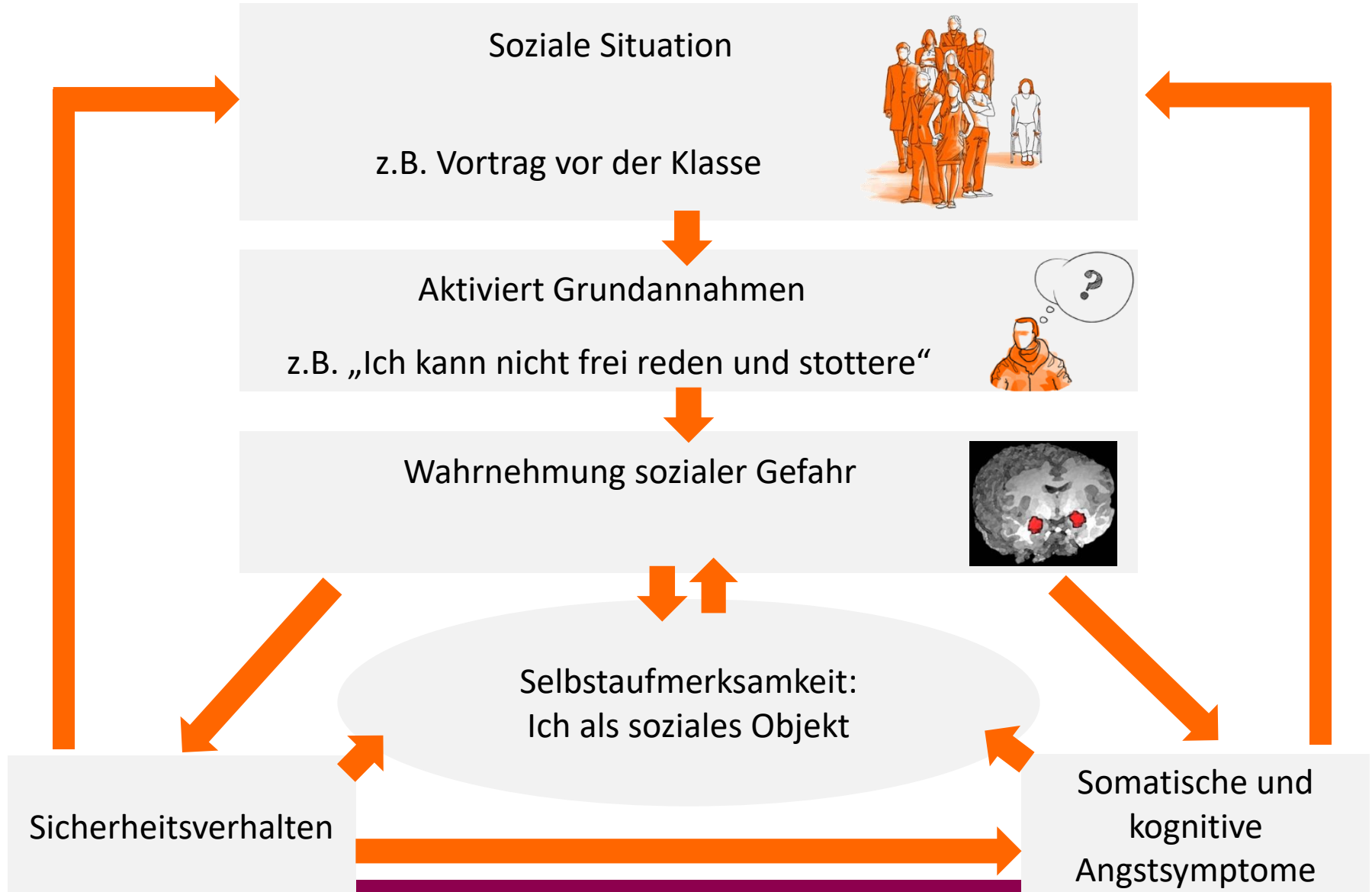
ANGST: EINE WICHTIGE EMOTION, ABER...



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

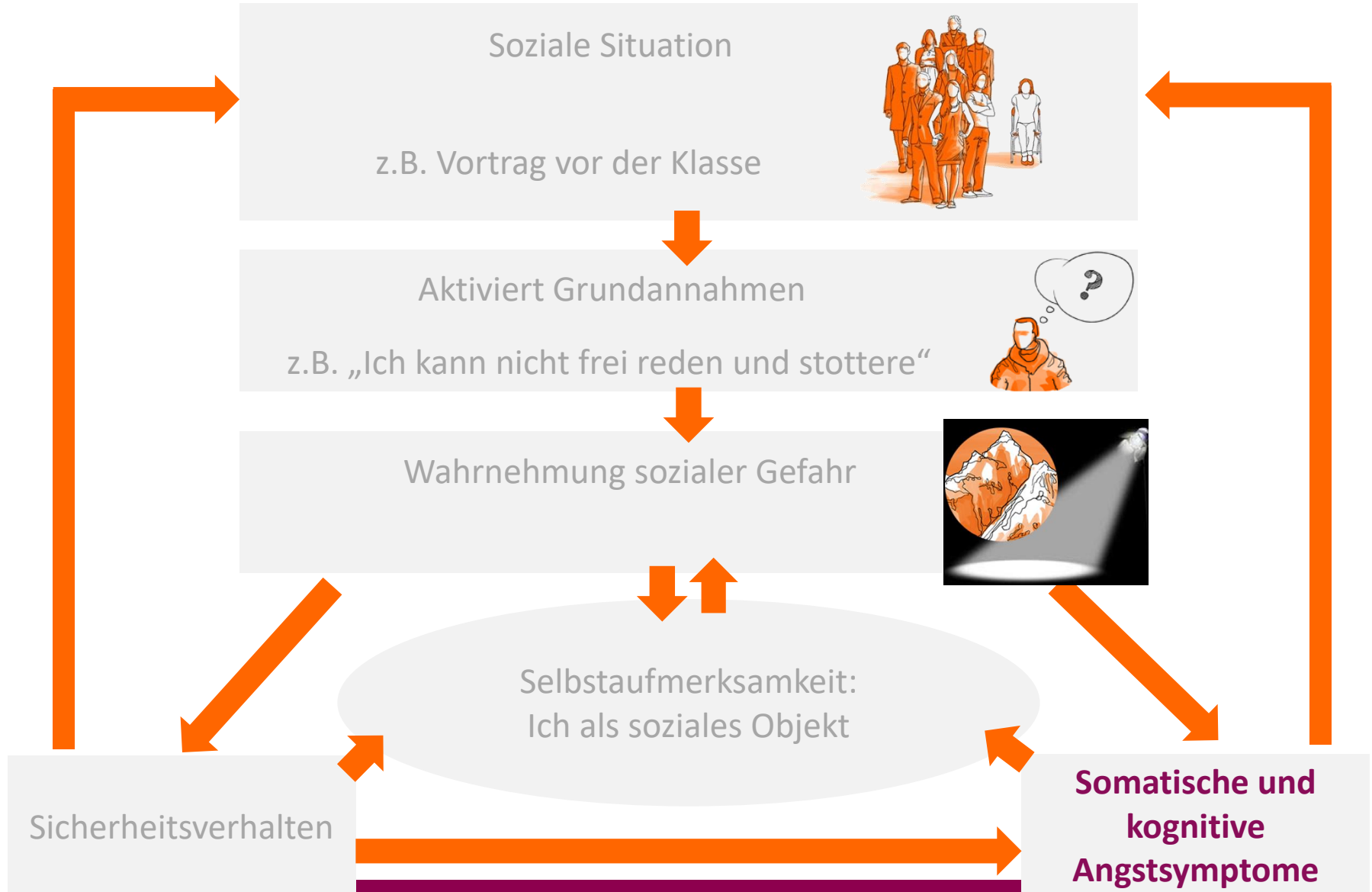
SOZIALE ANGST/ BEWERTUNGSANGST



SOZIALE ANGST/ BEWERTUNGSANGST

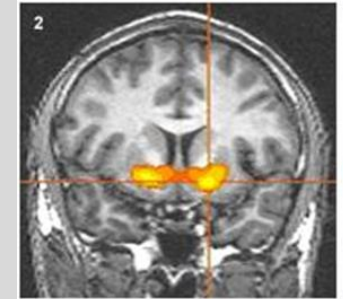
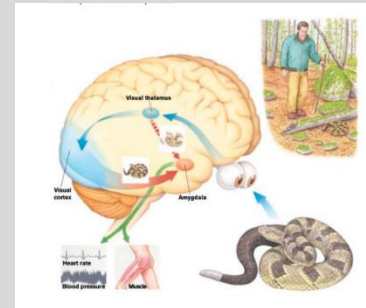
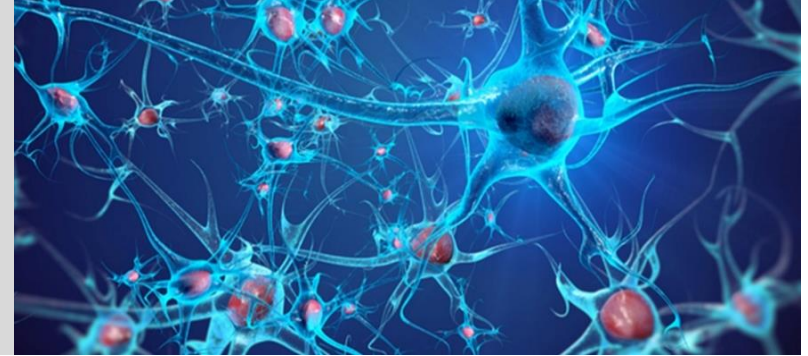


APOLLON
Hochschule

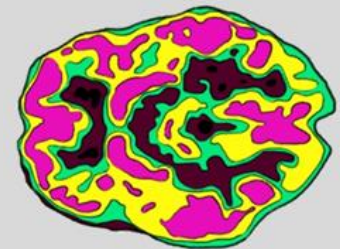


Hebbsche Lernregel (1949)

Neurons that fire together wire together



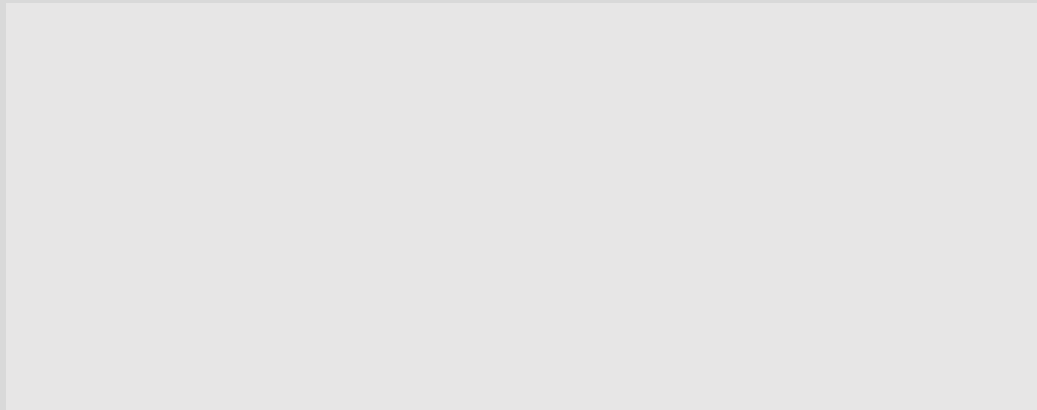
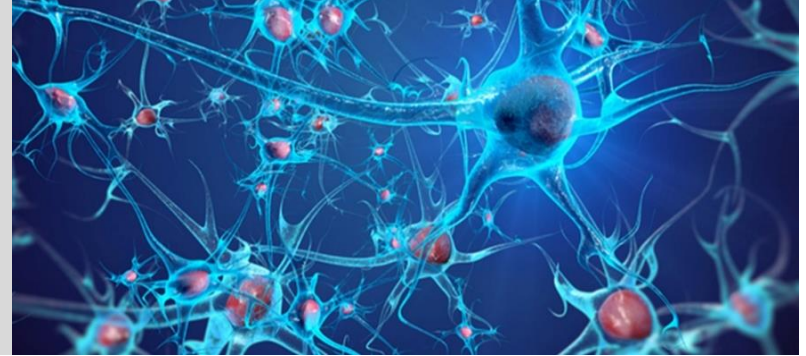
Präfrontaler
Cortex



WAS WIR VON SHAOLIN-MÖNCHEN LERNEN KÖNNEN



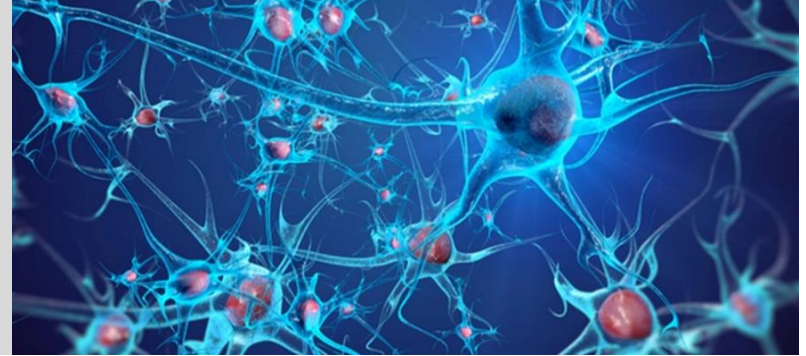
APOLLON
Hochschule



WAS WIR VON SHAOLIN-MÖNCHEN LERNEN KÖNNEN



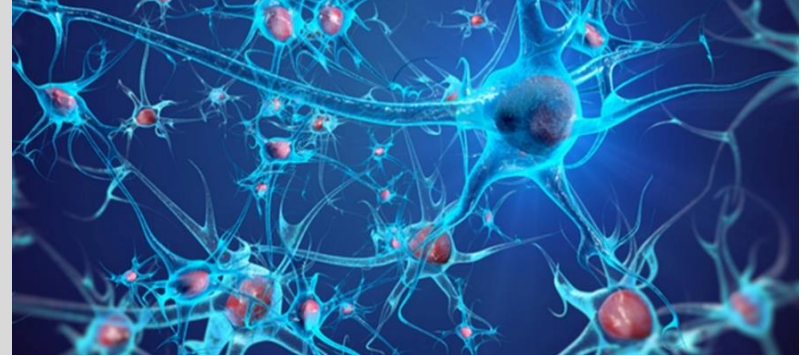
APOLLON
Hochschule



WAS WIR VON SHAOLIN-MÖNCHEN LERNEN KÖNNEN



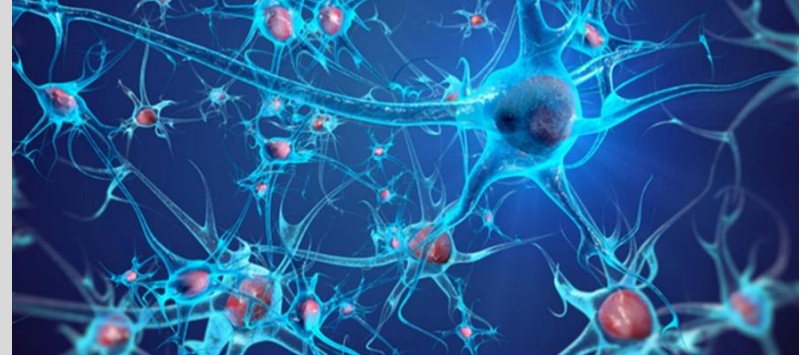
APOLLON
Hochschule



WAS WIR VON SHAOLIN-MÖNCHEN LERNEN KÖNNEN



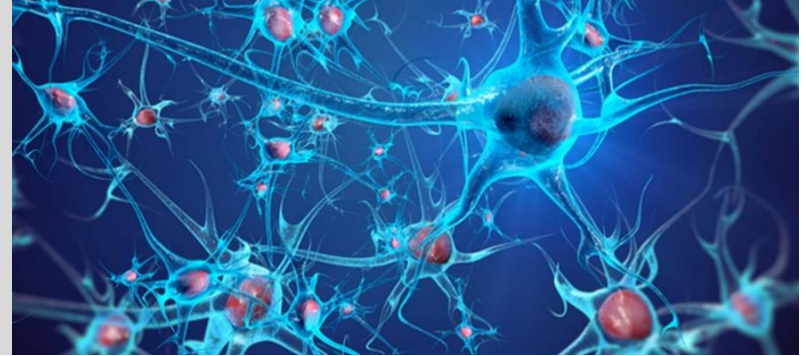
APOLLON
Hochschule



WAS WIR VON SHAOLIN-MÖNCHEN LERNEN KÖNNEN



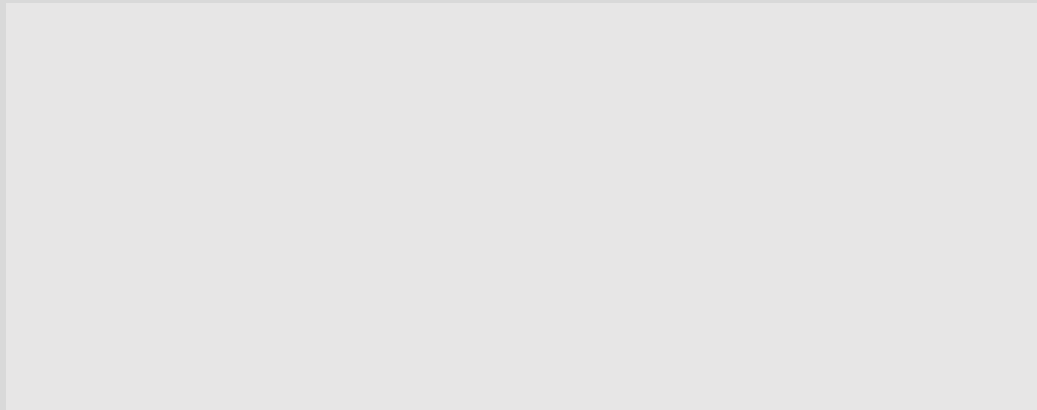
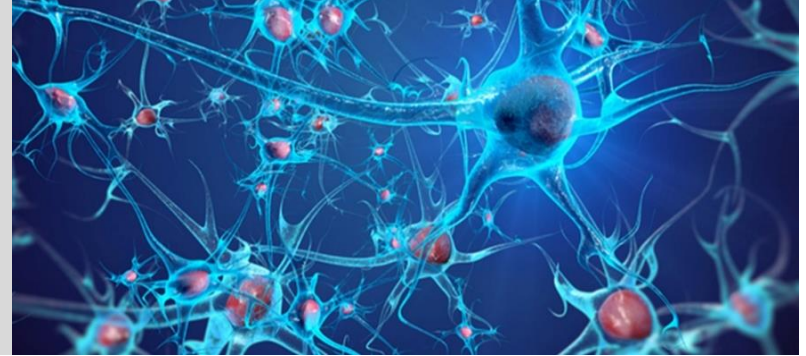
APOLLON
Hochschule



WAS WIR VON SHAOLIN-MÖNCHEN LERNEN KÖNNEN



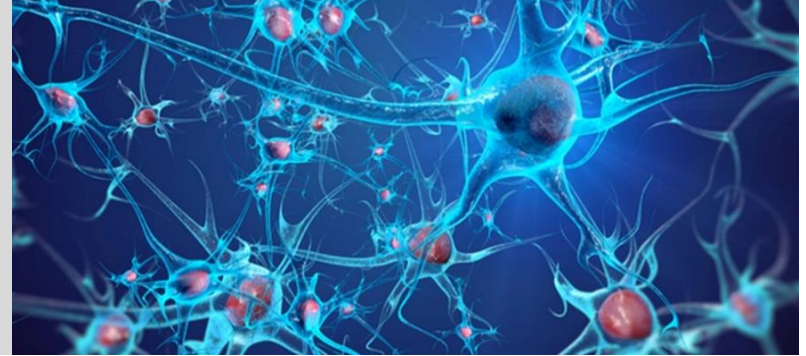
APOLLON
Hochschule



WAS WIR VON SHAOLIN-MÖNCHEN LERNEN KÖNNEN



APOLLON
Hochschule

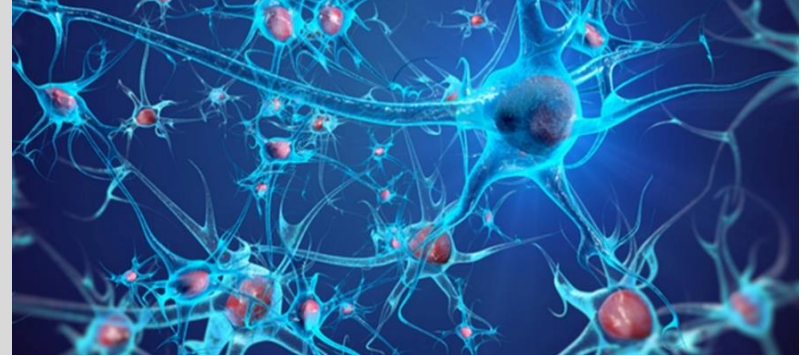


Rot

WAS WIR VON SHAOLIN-MÖNCHEN LERNEN KÖNNEN



APOLLON
Hochschule

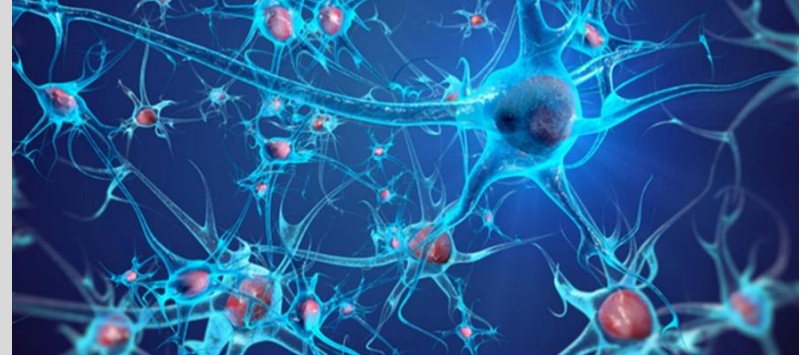


Grün

WAS WIR VON SHAOLIN-MÖNCHEN LERNEN KÖNNEN



APOLLON
Hochschule

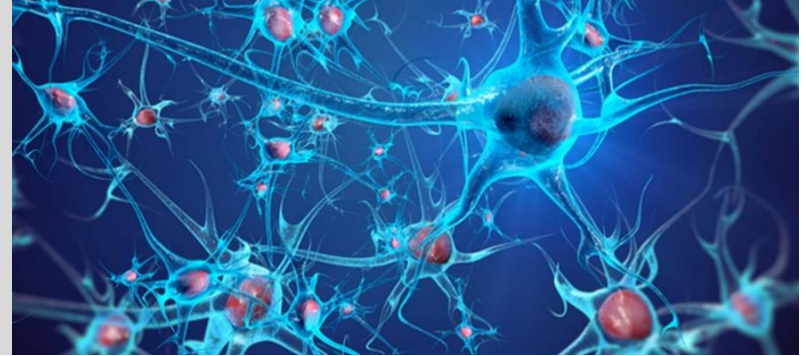


Blau

WAS WIR VON SHAOLIN-MÖNCHEN LERNEN KÖNNEN



APOLLON
Hochschule

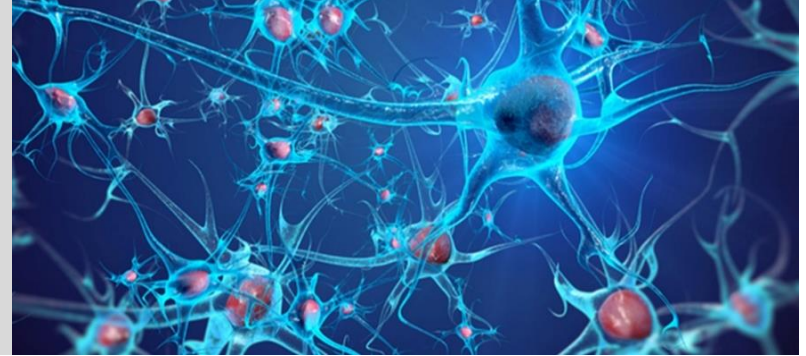
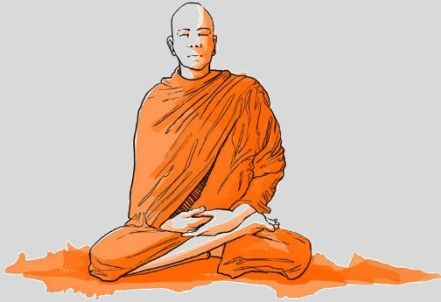


Rot

WAS WIR VON SHAOLIN-MÖNCHEN LERNEN KÖNNEN



APOLLON
Hochschule

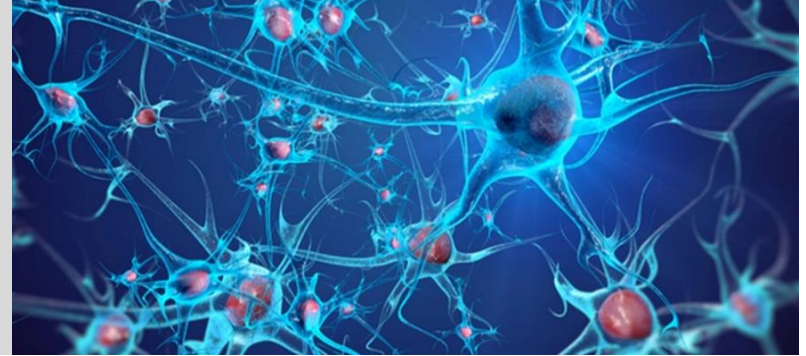


Gelb

WAS WIR VON SHAOLIN-MÖNCHEN LERNEN KÖNNEN



APOLLON
Hochschule

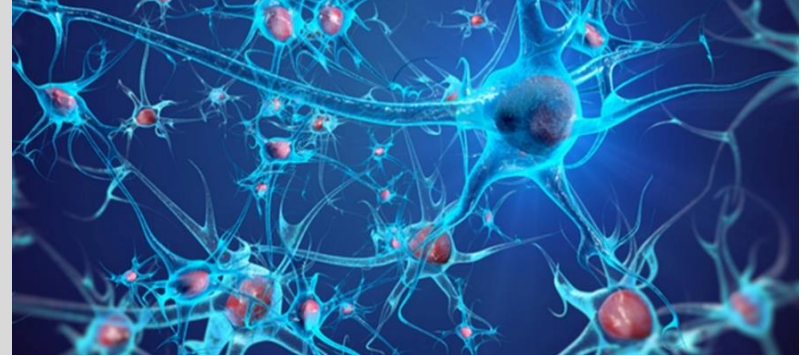


Blau

WAS WIR VON SHAOLIN-MÖNCHEN LERNEN KÖNNEN



APOLLON
Hochschule

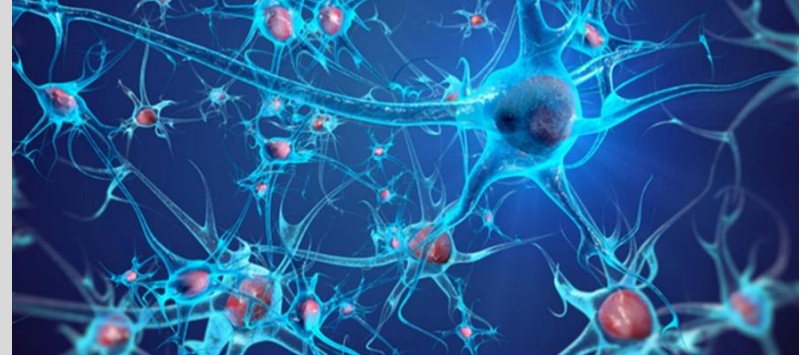


Grün

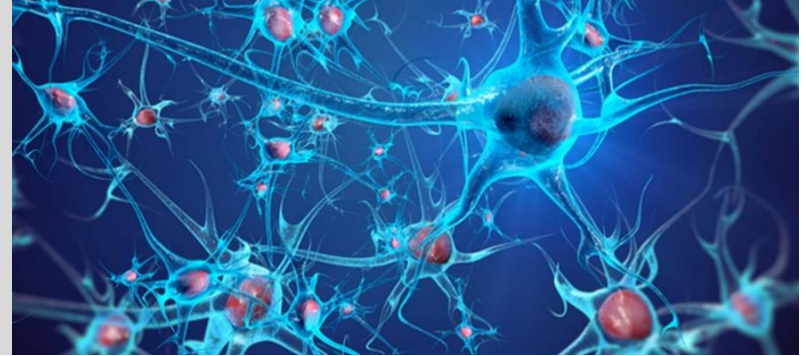
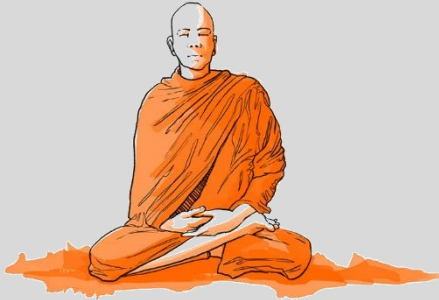
WAS WIR VON SHAOLIN-MÖNCHEN LERNEN KÖNNEN



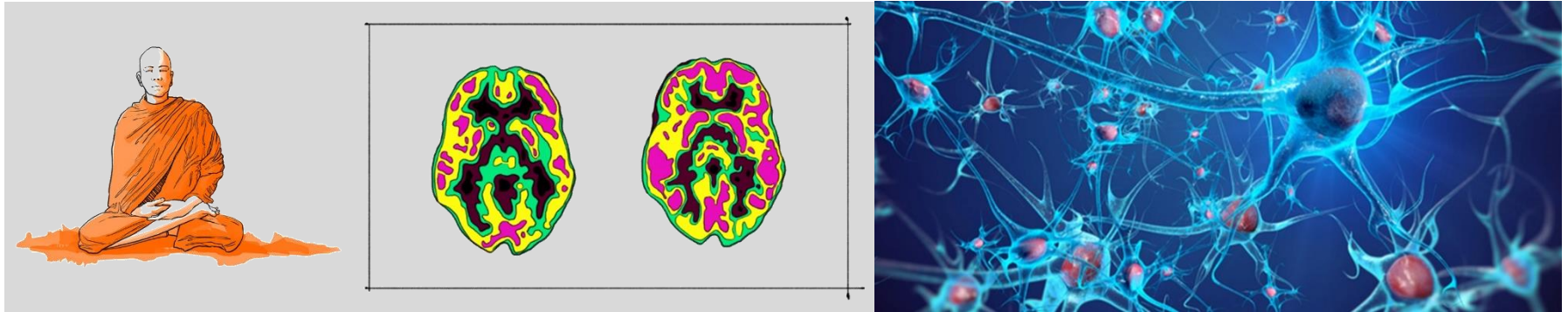
APOLLON
Hochschule



WAS WIR VON SHAOLIN-MÖNCHEN LERNEN KÖNNEN



WAS WIR VON SHAOLIN-MÖNCHEN LERNEN KÖNNEN



WAS WIR VON SHAOLIN-MÖNCHEN LERNEN KÖNNEN

