



University of Applied Sciences

APOLLON Hochschule
der Gesundheitswirtschaft

KLINISCHES CLASSROOM MANAGEMENT **UMGANG MIT PSYCHISCHEN STÖRUNGSBILDERN**



Prof. Dr. Marcus Eckert

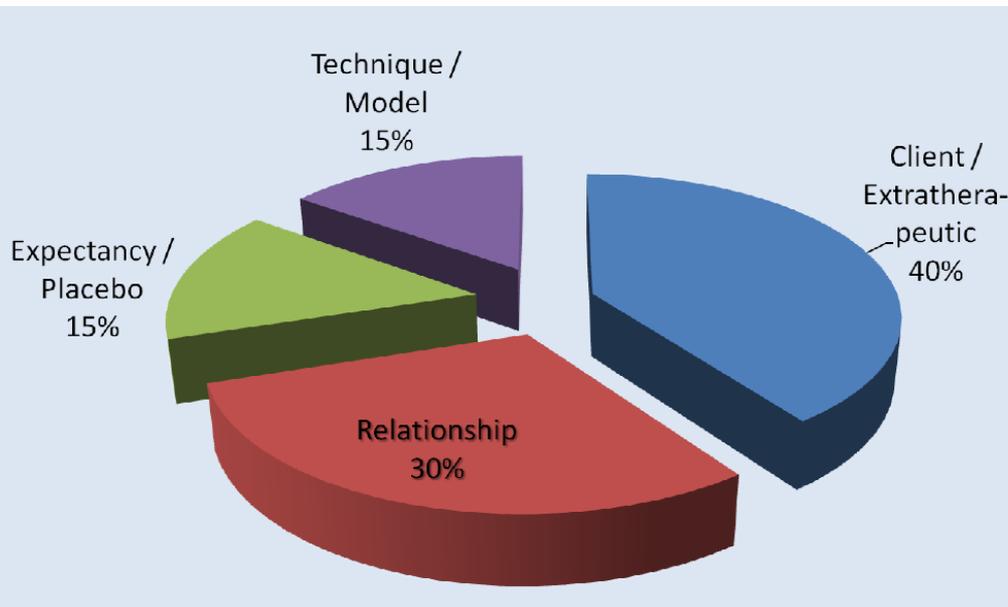
- GHR Lehrer (2003 – 2010)
- Klinischer Psychologe
- Gründung: Institut LernGesundheit
- Professor für Psychologie, insbesondere Entwicklungs- und Schulpsychologie an der APOLLON Hochschule in Bremen
- Ausbildung in Psychodrama und Hypnotherapie

- Verheiratet und 2 Kinder

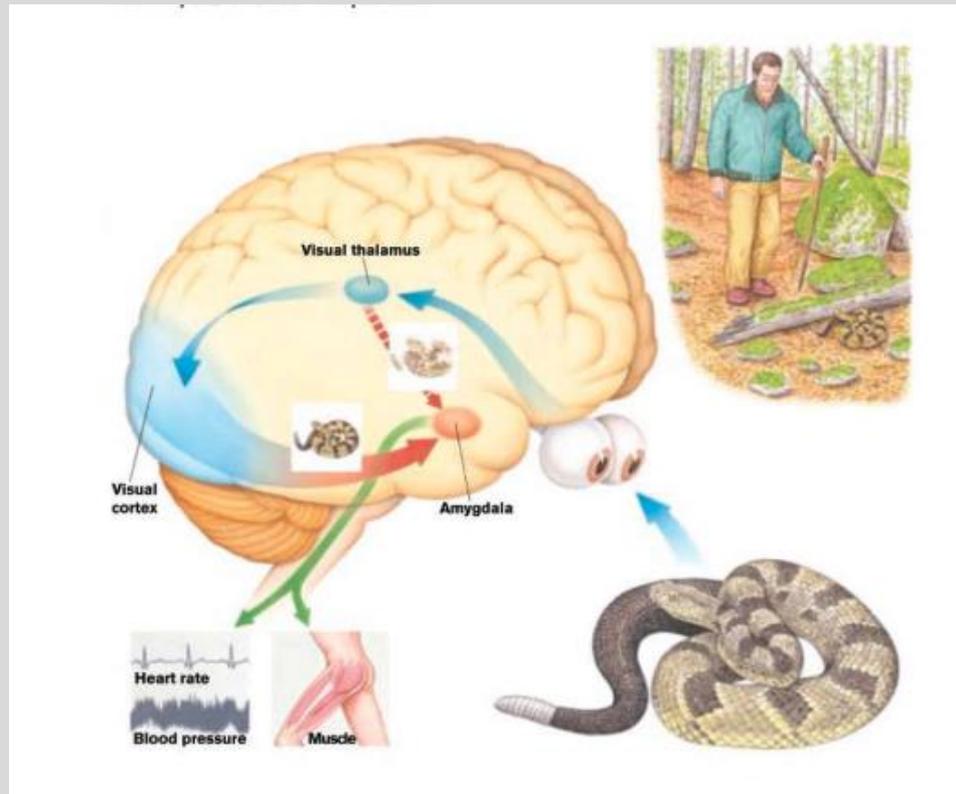
KLINISCHES CLASSROOM MANAGEMENT – WARUM?

Prävalenz

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

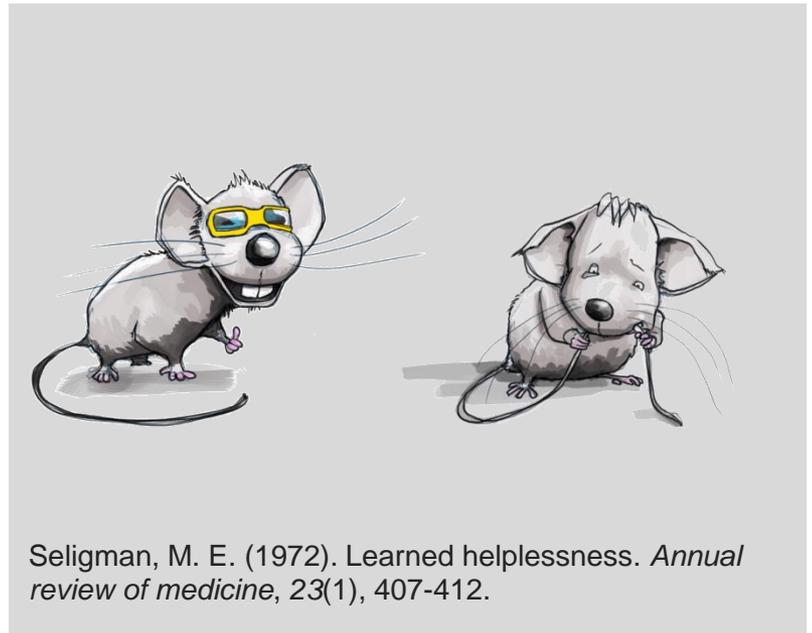
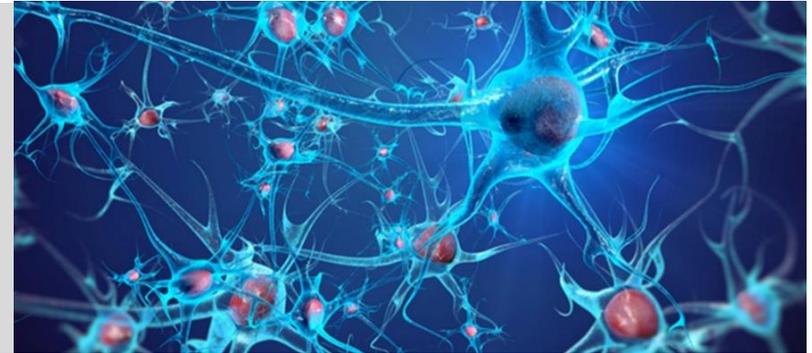


Stress und Angst



Hebbsche Lernregel (1949)

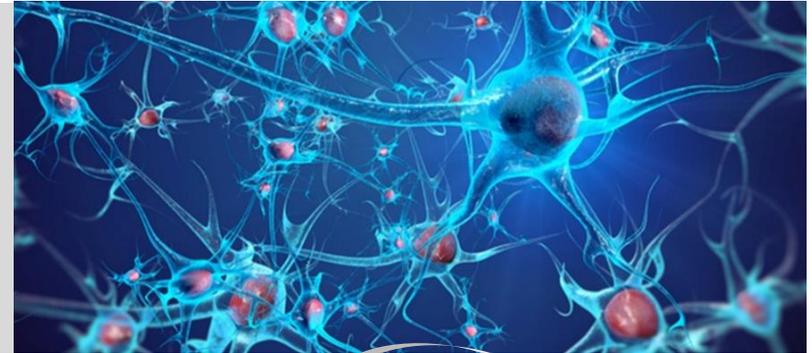
Neurons that fire together wire together



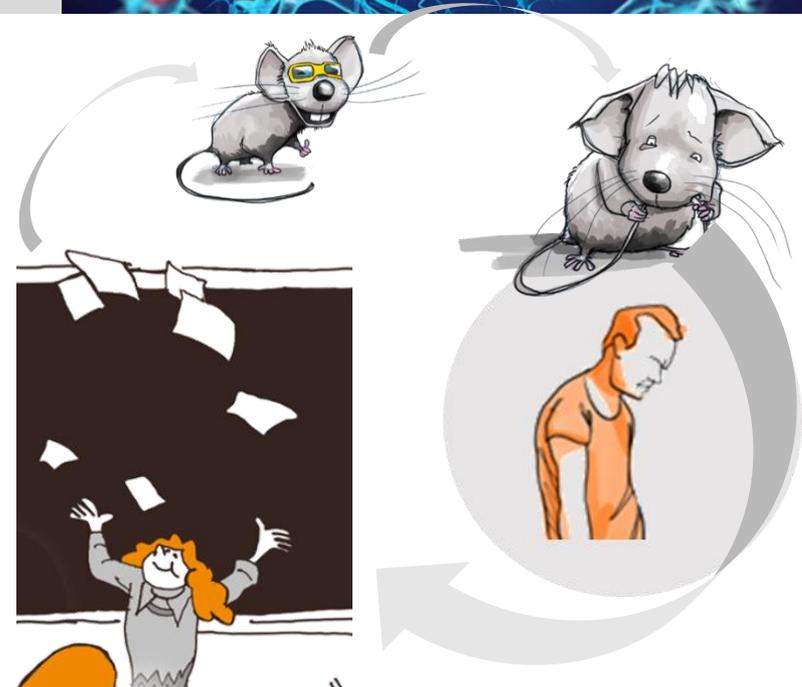
Seligman, M. E. (1972). Learned helplessness. *Annual review of medicine*, 23(1), 407-412.

Hebbsche Lernregel (1949)

Neurons that fire together wire together



Stress und Angst



BROADEN AND BUILD THEORY (FREDRICKSON, 2001)



ERLEBEN IST DAS ERGEBNIS VON AUFMERKSAMKEITSFOKUSSIERUNG

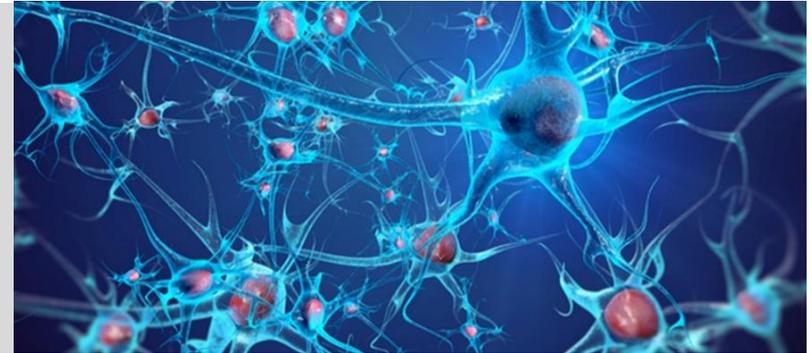


„Diese Zeit wird sich tief in die Seele der Kinder eingraben“

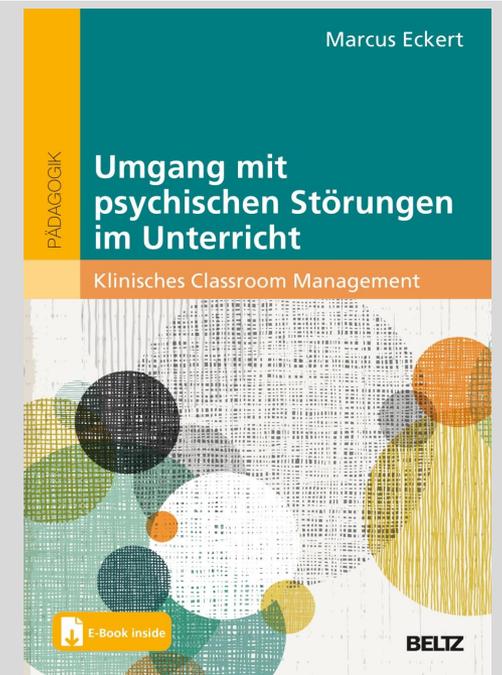
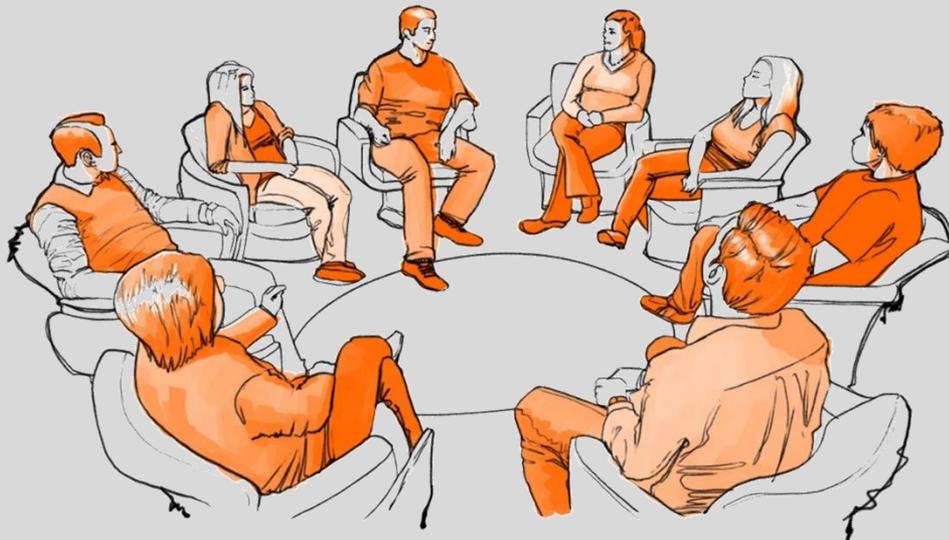
Homeschooling und Isolation machen vielen Kindern zu schaffen. In der Einschätzung der psychischen und gesundheitlichen Folgen gehen die Expertenmeinungen auseinander. ***Welche Spuren wird die Pandemie hinterlassen?*** (Die Welt, 26.01.2021)

Störungsbilder

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

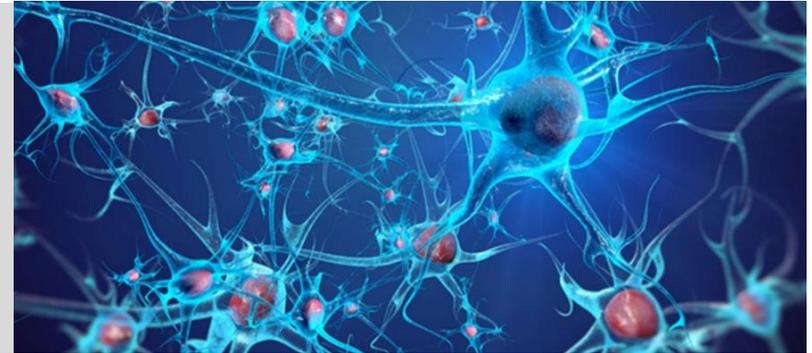


Vorstellung und Erwartungsklärung

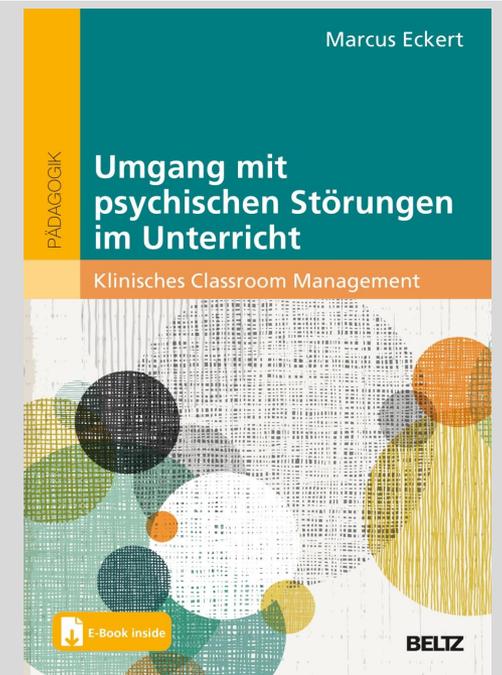
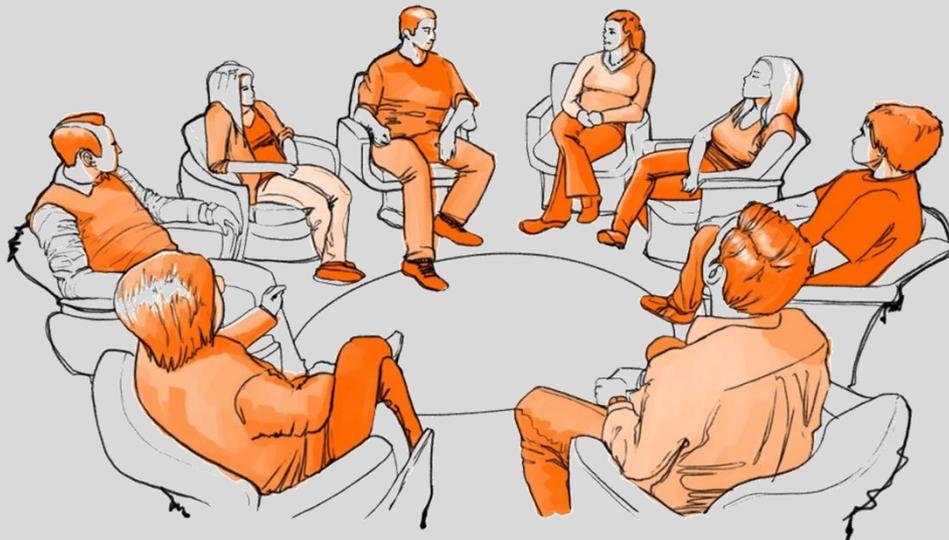


Störungsbilder

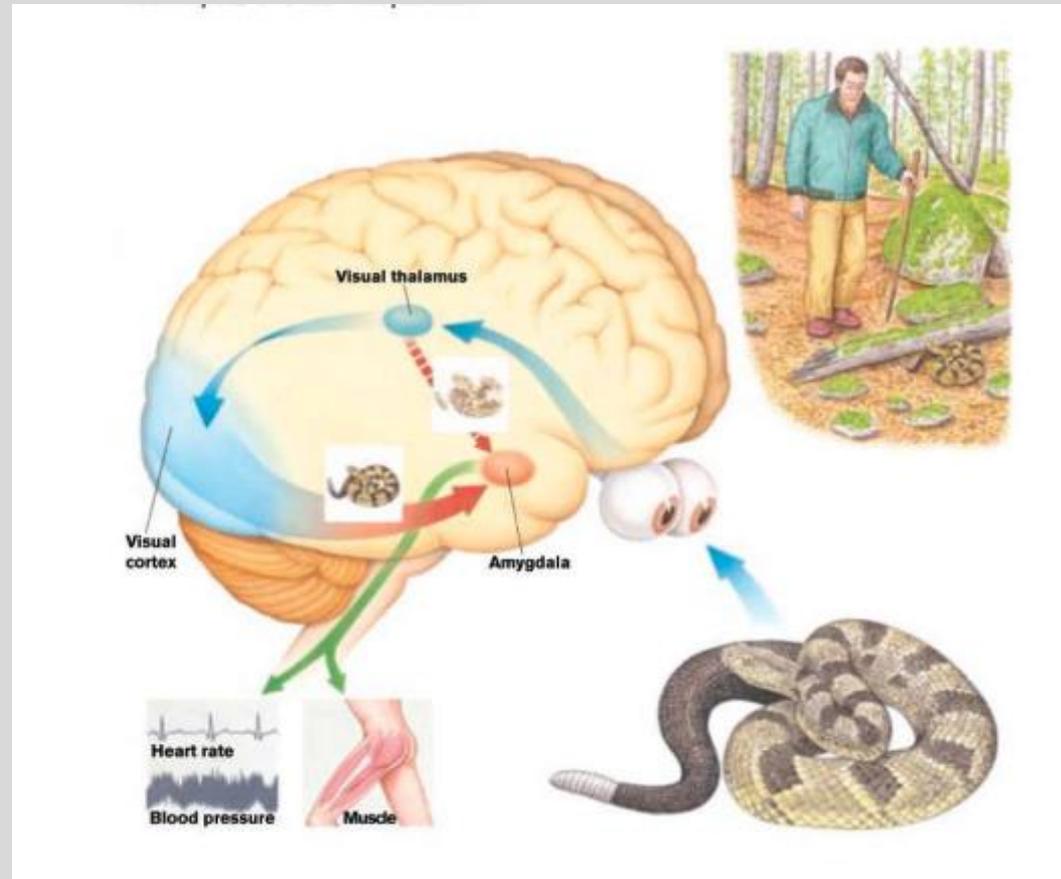
- Angststörungen
- Depression
- AD(H)S
- Trauma und PTBS



Vorstellung und Erwartungsklärung



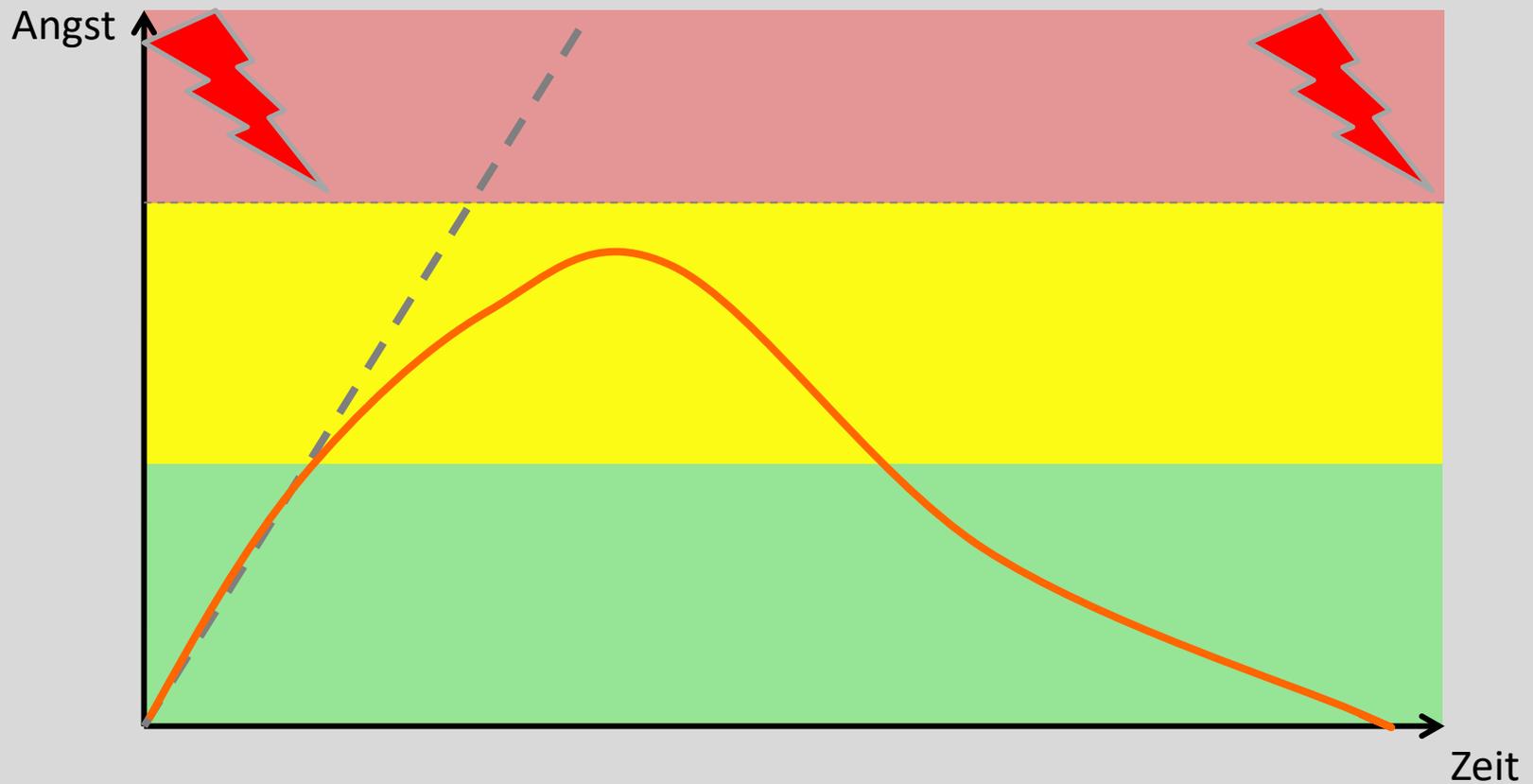
ANGST: EINE WICHTIGE EMOTION, ABER...



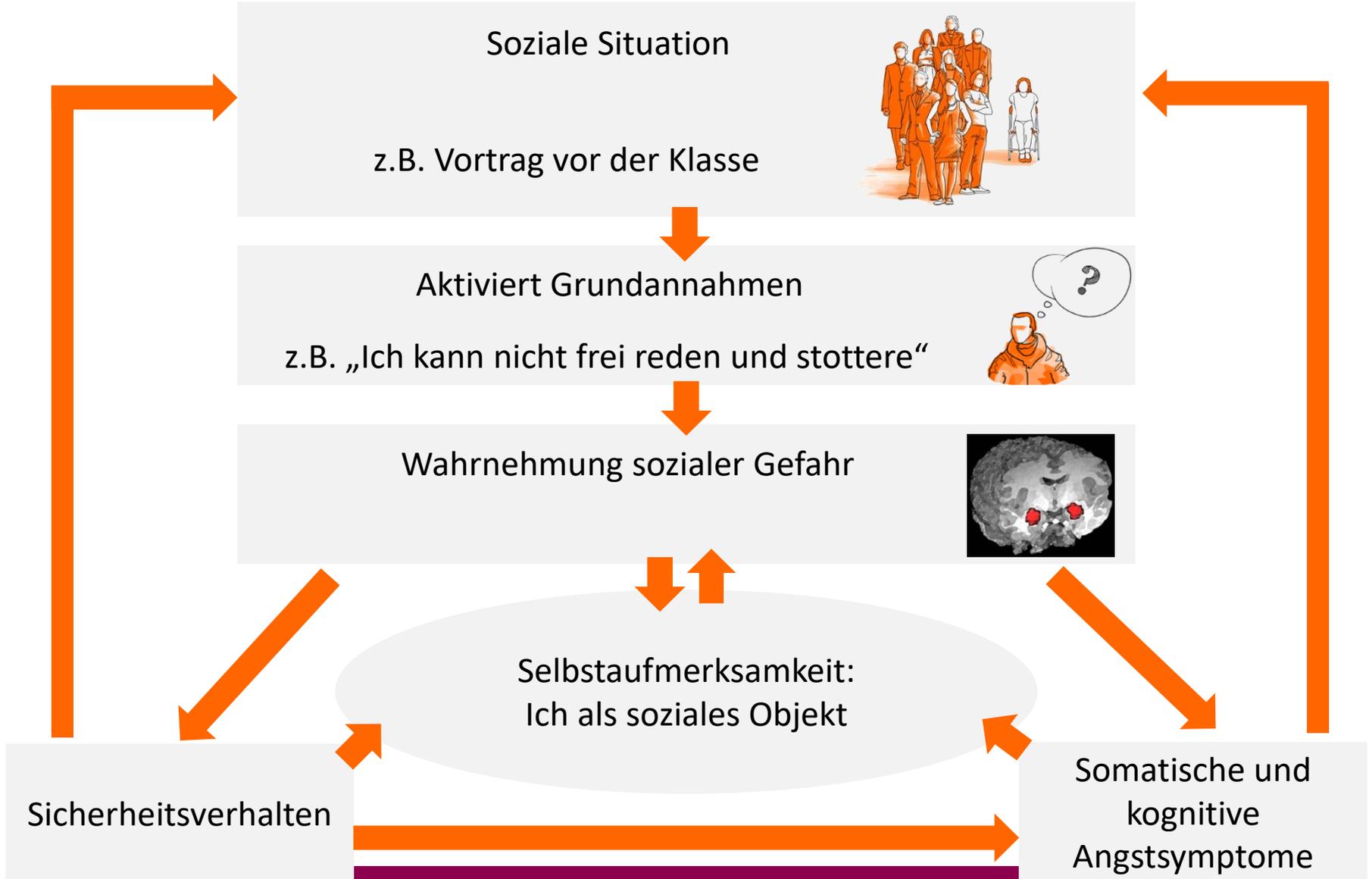
WORAN ERKENNEN SIE HOCHÄNGSTLICHE SCHÜLER:INNEN

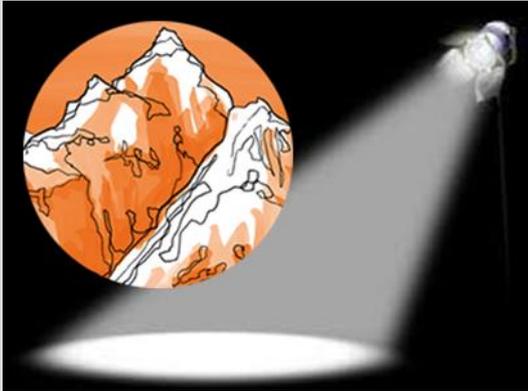
- Fehlen häufiger/ sind häufiger krank
- Zeigen oft Hilflosigkeit
- Sind weniger mit sich zufrieden
- Stehen häufig am Rande ihrer Peer-Gruppe
- Werden von Erwachsenen oft als „negativ“ eingeschätzt und kognitiv unterschätzt
- Leisten in allen Schulfächern weniger, schneiden schlechter ab
- Problematischer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

ANGST: EINE WICHTIGE EMOTION, ABER...



SOZIALE ANGST/ BEWERTUNGSANGST



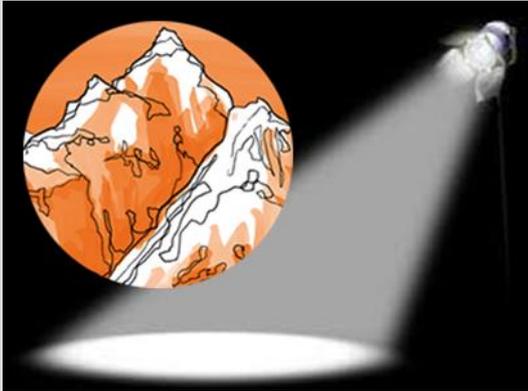


Bewältigungserfahrungen

➤ Problematischer Attributionstil:

- Erklären Erfolge external
- Erklären Misserfolge internal/ stabil





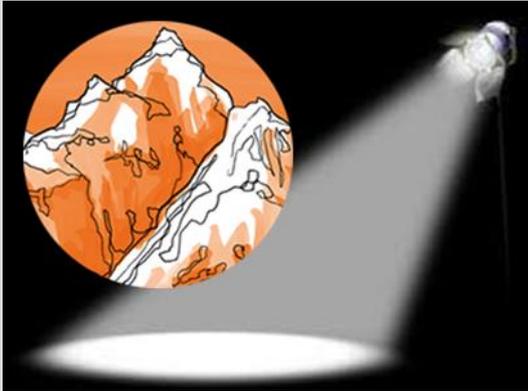
Bewältigungserfahrungen

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“

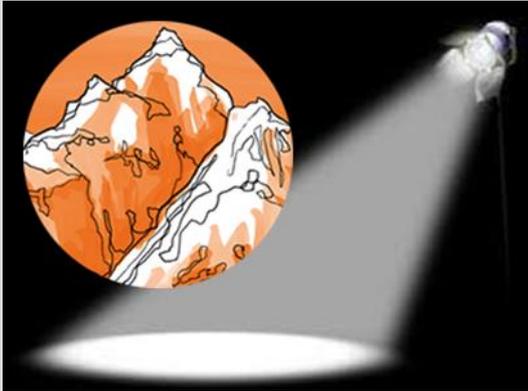
Nahezu alle Menschen haben schon Dinge und Hindernisse überwunden, von denen sie dachten, sie könnten diese nie überwinden.

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

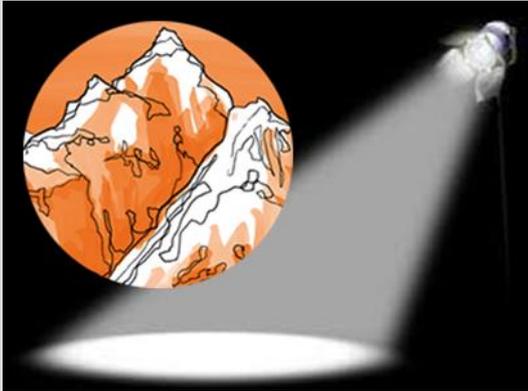
Das ist oft schwer, sehr schwer ...

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.

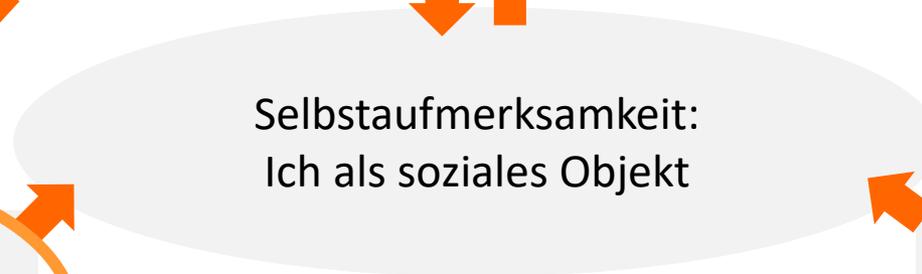
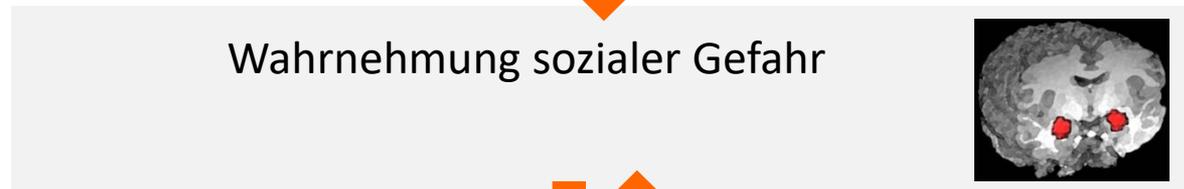
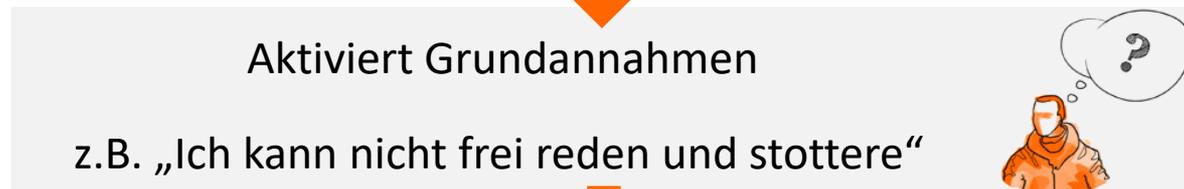
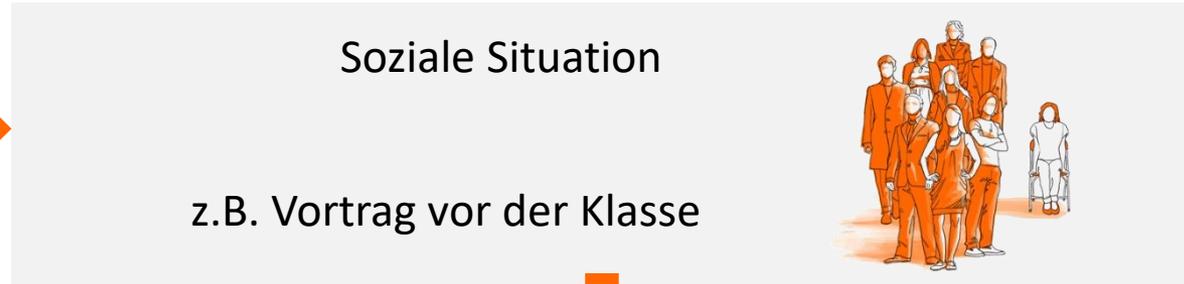
Benefit-Fokussierung

Welche positiven Unterschiede würde es machen, wenn es gelänge

Ressourcen- und Kompetenzaktivierung

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

SOZIALE ANGST/ BEWERTUNGSANGST



Sicherheitsverhalten

Somatische und
kognitive
Angstsymptome

Hebbsche Lernregel (1949)

Neurons that fire together wire together



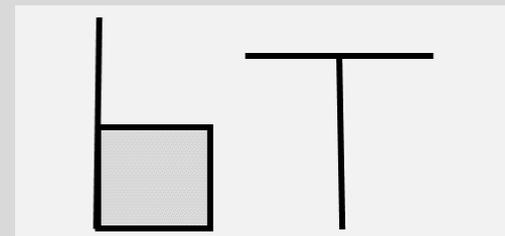
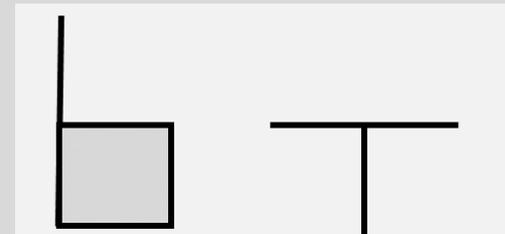
Facial-Feedback-Hypothese

(Strack, Martin, & Stepper, 1988)



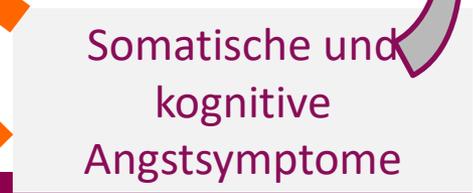
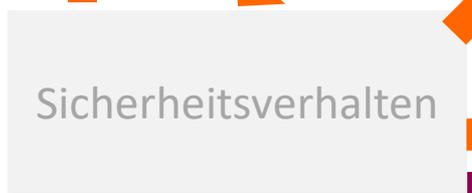
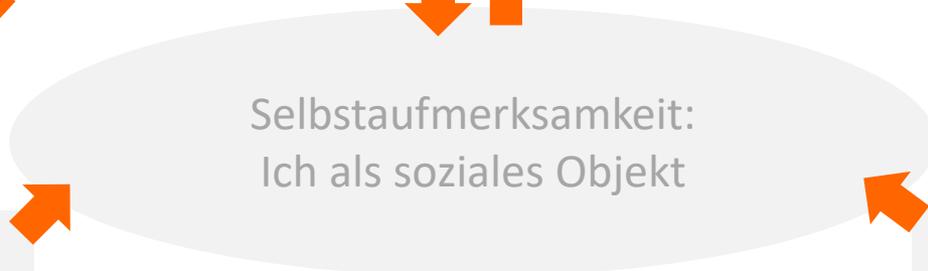
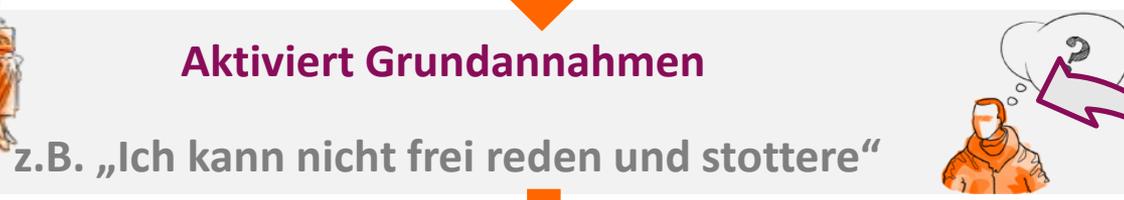
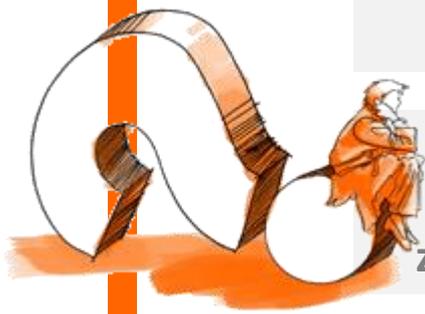
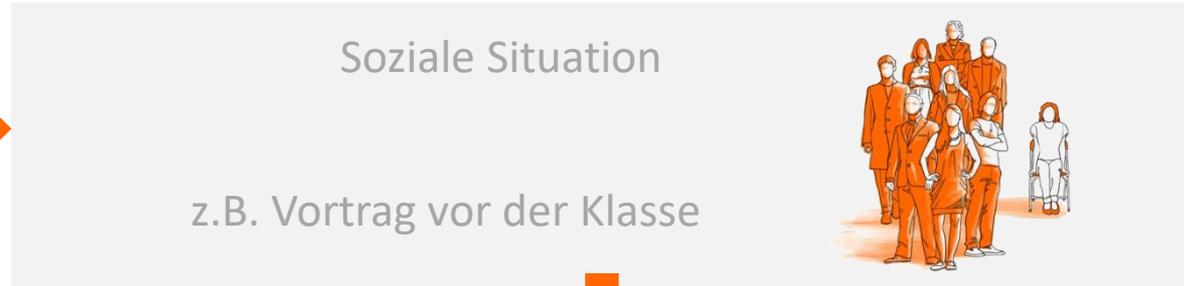
Body-Feedback-Hypothese

Stepper, 1992



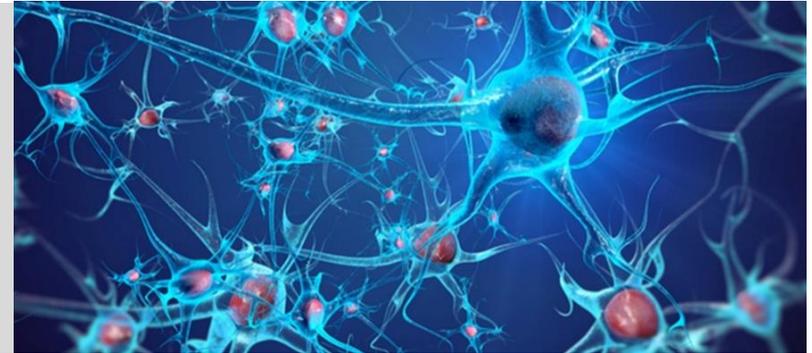
1. Gemeinsam mit der Schüler*in eine Angsthierarchie (Stufenhierarchie) entwickeln
2. Einüben von Entspannung oder einer günstigen Körperhaltung
3. Exposition: Angstsituation einer unteren Stufe (= wenig bedrohlich) in der Vorstellung + Abruf von Entspannung/ Einnehmen der günstigen Körperhaltung
4.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

SOZIALE ANGST/ BEWERTUNGSANGST

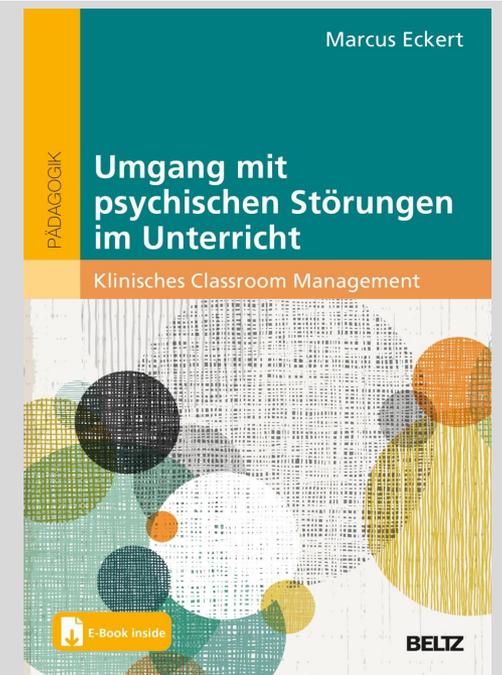
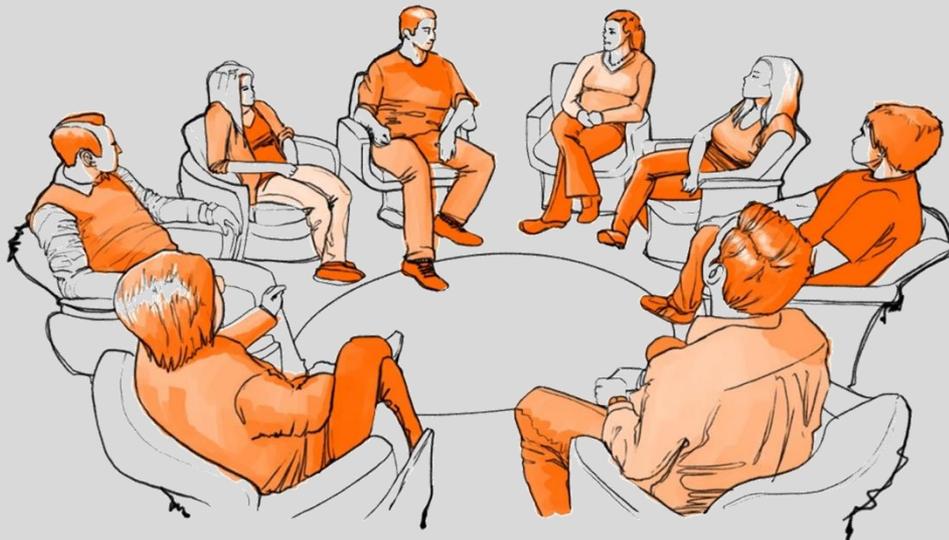


Störungsbilder

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



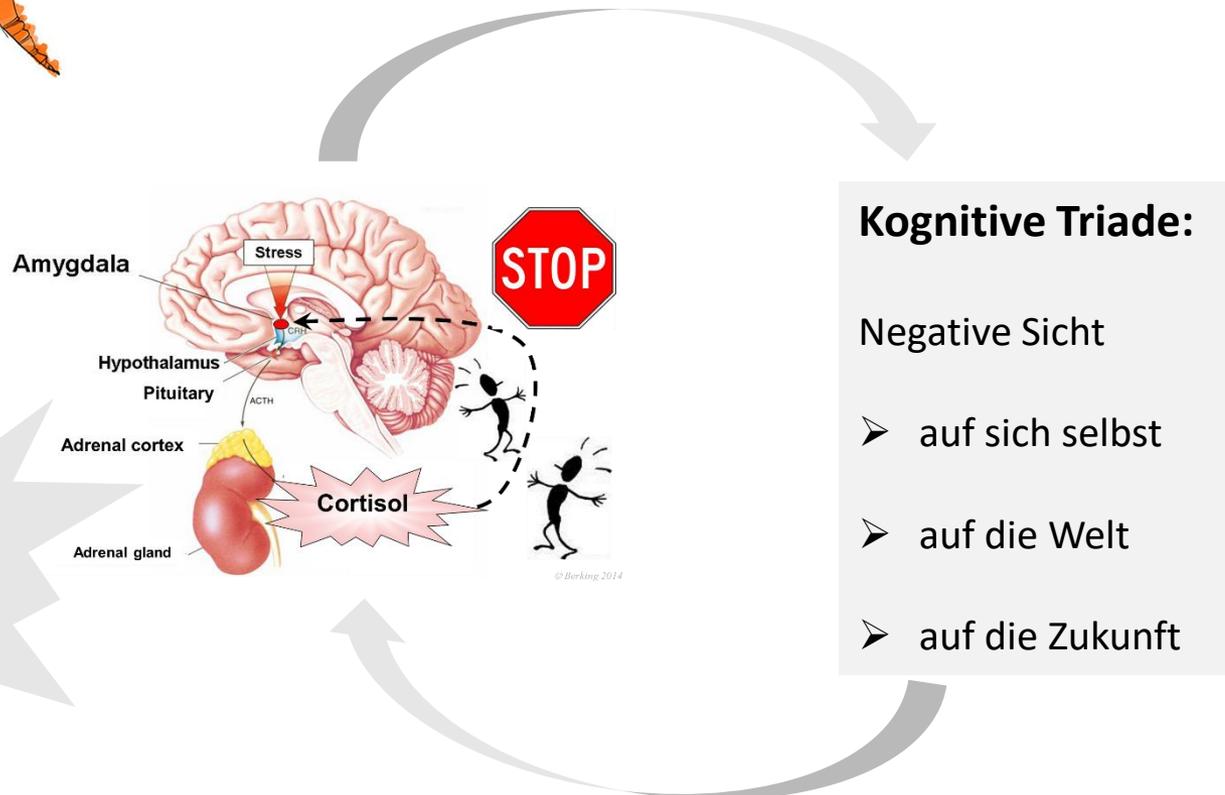
Vorstellung und Erwartungsklä rung



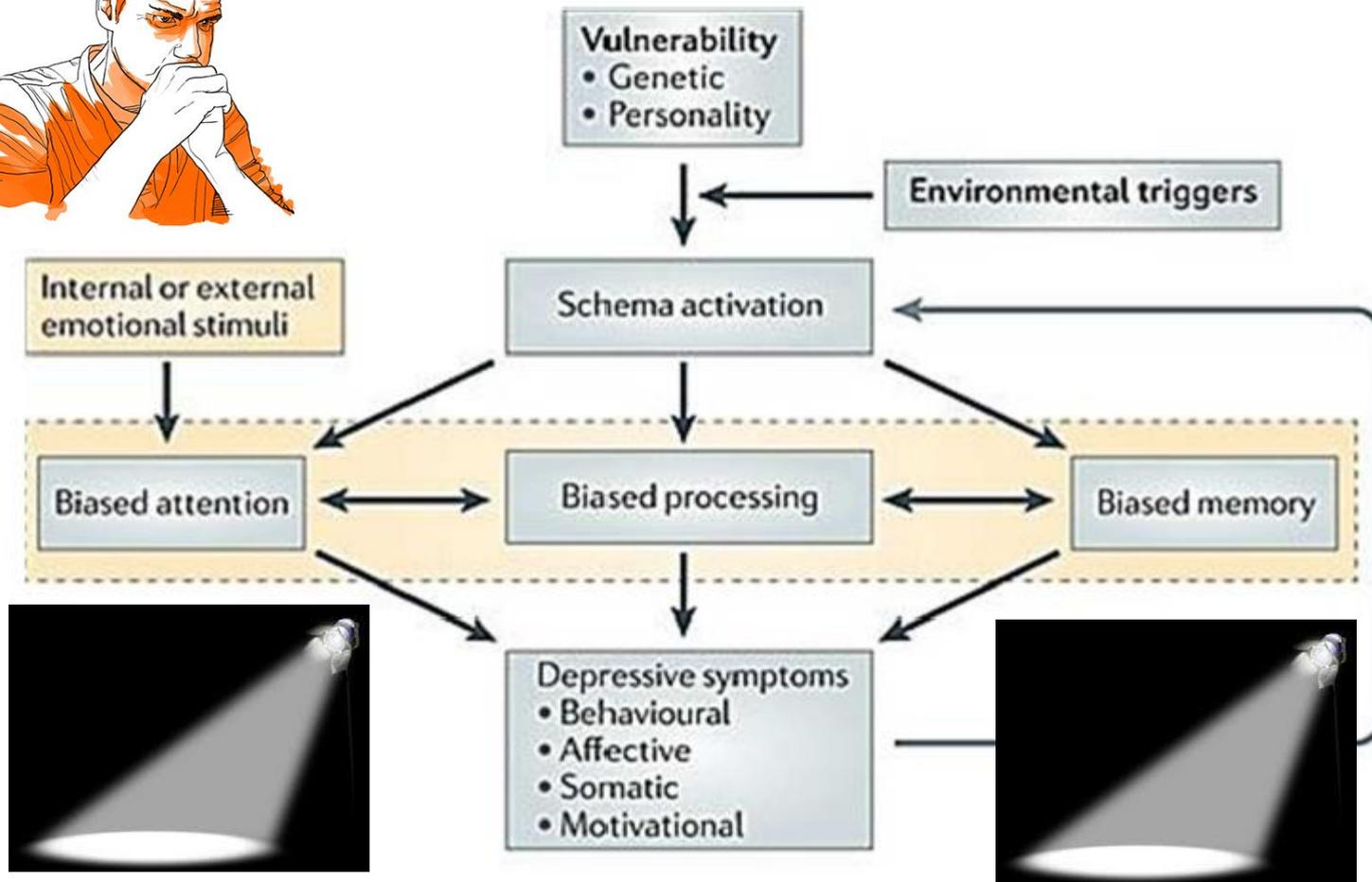


Leitsymptome:

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



KOGNITIVES DEPRESSIONSMODELL



BROADEN AND BUILD THEORY (FREDRICKSON, 2001)



Belastungen

24% Verzögerung bei Caregivern

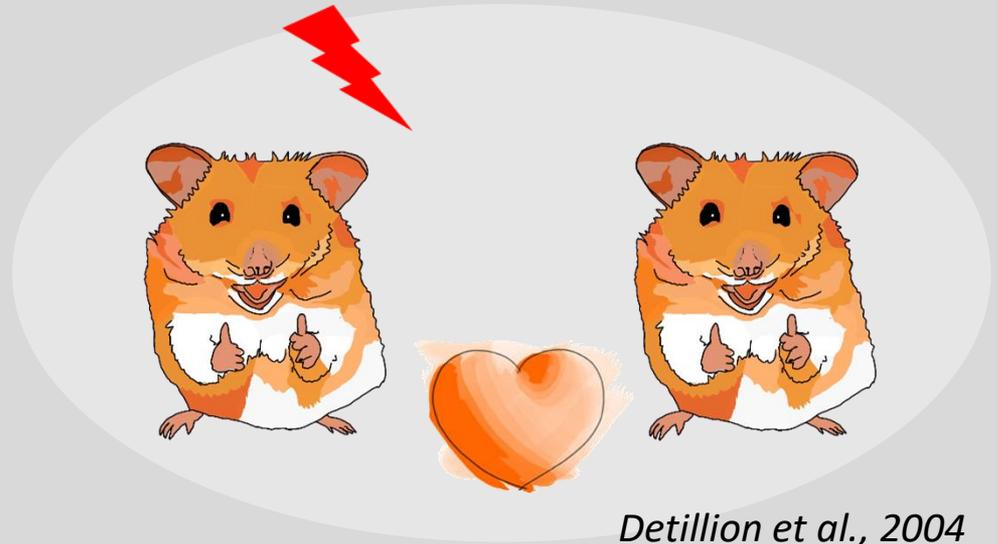
40% Verzögerung bei Prüfungen

60% Verzögerung bei feindseligem Ehepartner



Kiecolt-Glaser et al., 2005

Auch bei Goldhamstern



Detillion et al., 2004

Belastungen

24% Verzögerung bei Caregivern

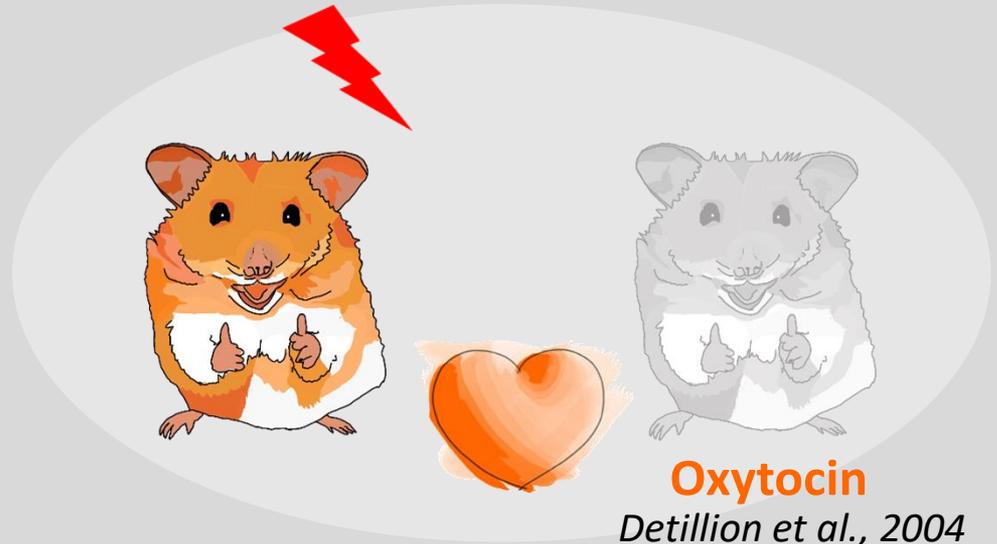
40% Verzögerung bei Prüfungen

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

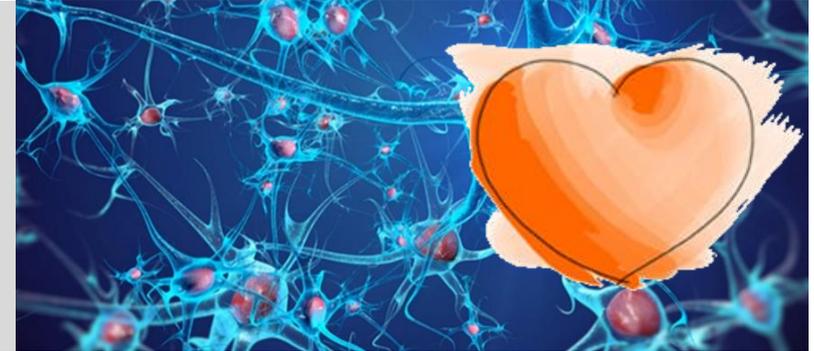


Aktivitäten zur Steigerung von Oxytocin

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

Homeschooling





Wertschätzung

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

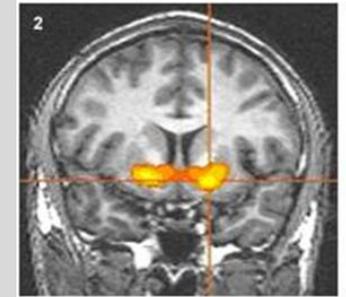
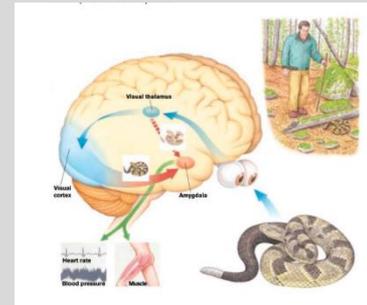
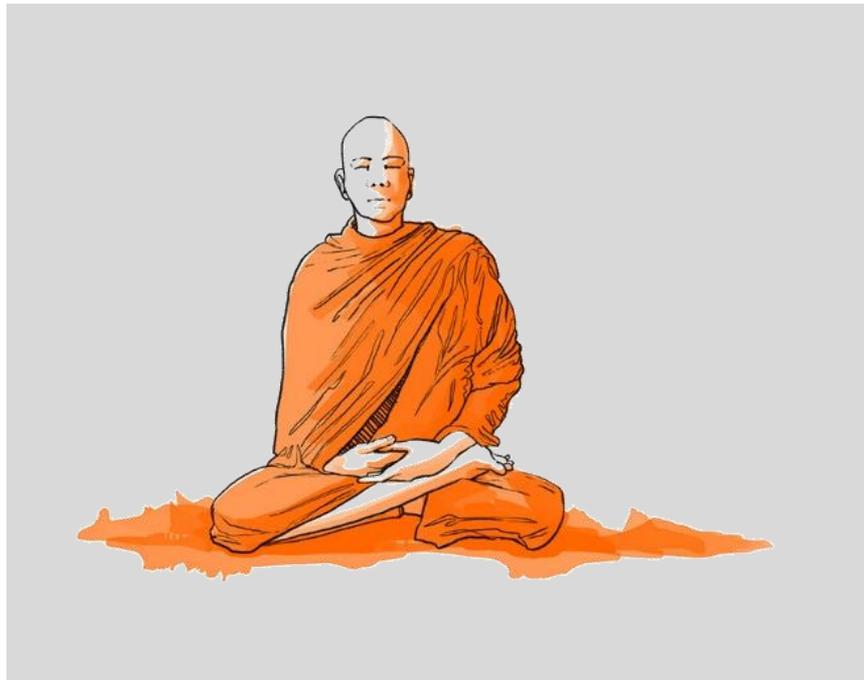
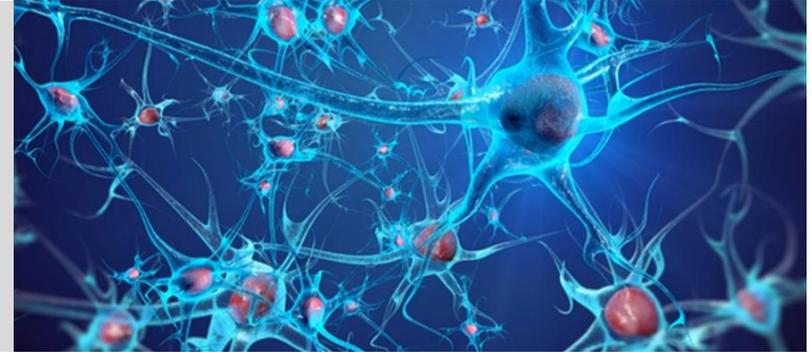
Blick auf die letzten sieben Tage:

- Erfolge
- Kompetenzen
- Soziale Anerkennung
- Leistungsunabhängige Selbstwertschätzung

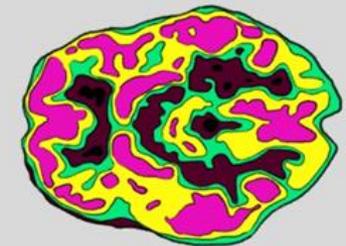


WAS WIR VON SHAOLIN-MÖNCHEN LERNEN KÖNNEN

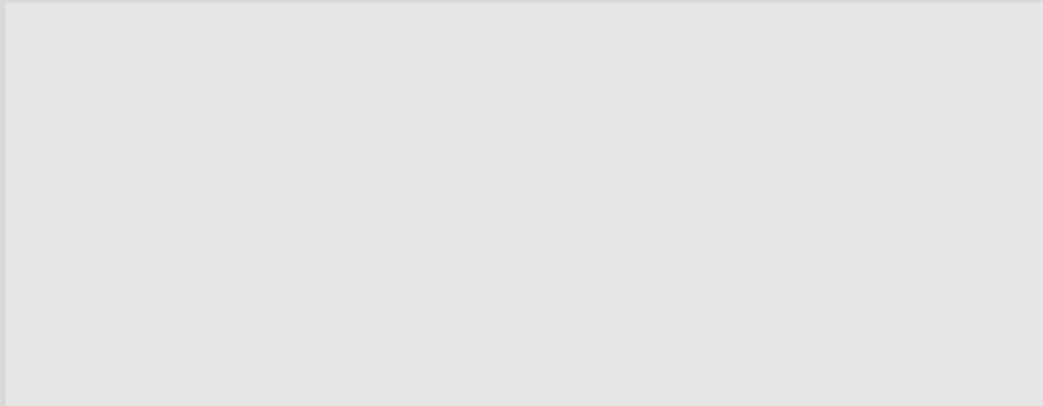
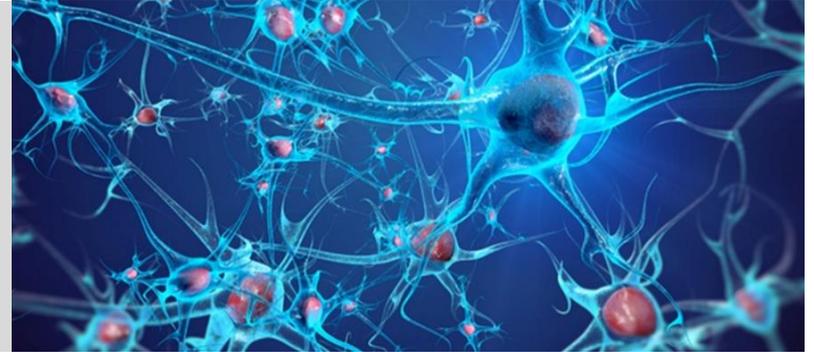
Hebbsche Lernregel (1949) Neurons that fire together wire together



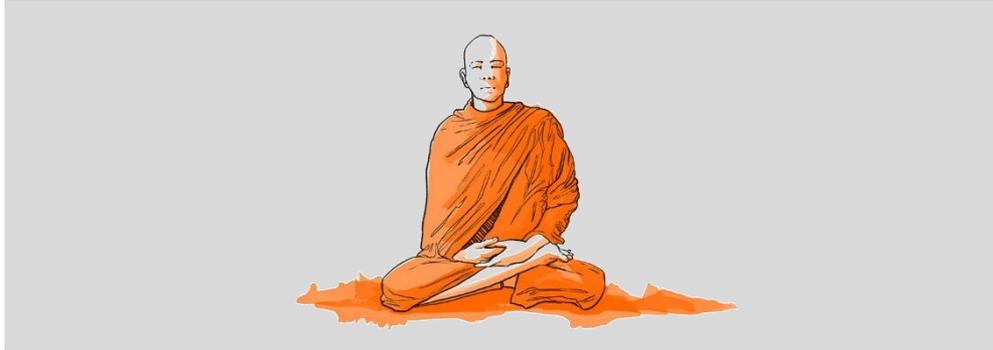
Präfrontaler Cortex



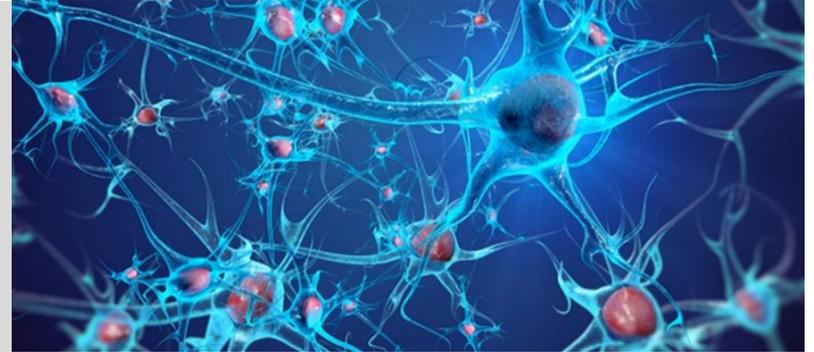
WAS WIR VON SHAOLIN-MÖNCHEN LERNEN KÖNNEN



WAS WIR VON SHAOLIN-MÖNCHEN LERNEN KÖNNEN



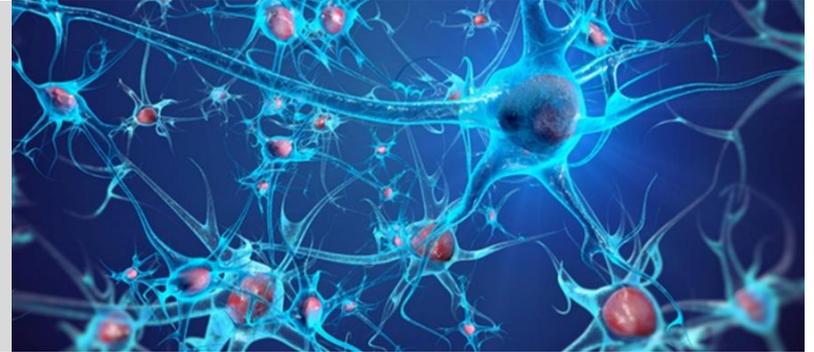
WAS WIR VON SHAOLIN-MÖNCHEN LERNEN KÖNNEN



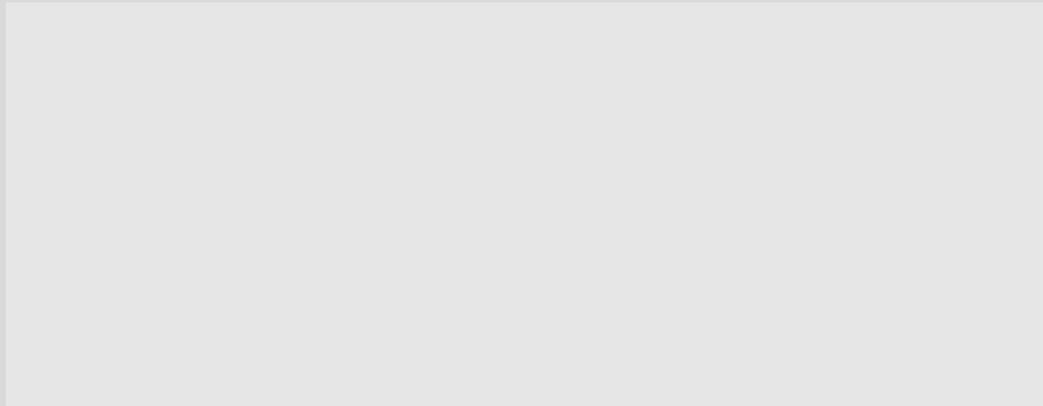
WAS WIR VON SHAOLIN-MÖNCHEN LERNEN KÖNNEN



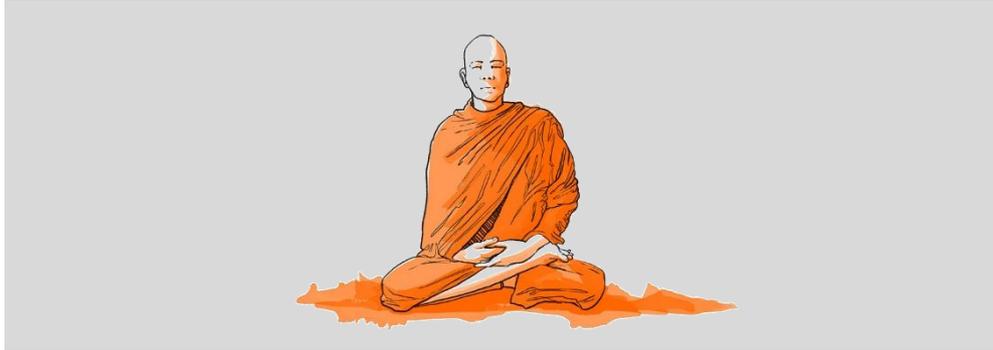
WAS WIR VON SHAOLIN-MÖNCHEN LERNEN KÖNNEN



WAS WIR VON SHAOLIN-MÖNCHEN LERNEN KÖNNEN

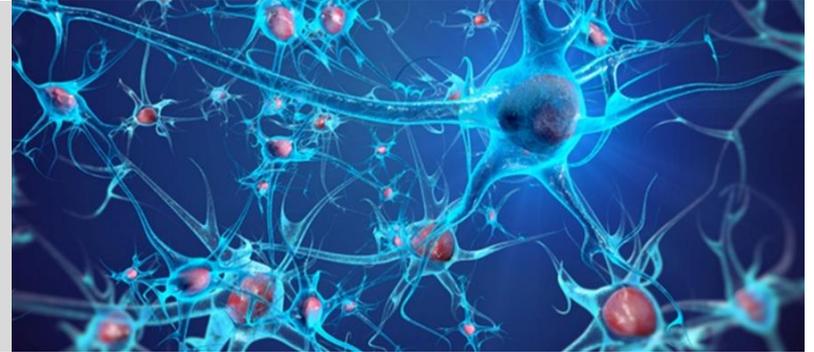


WAS WIR VON SHAOLIN-MÖNCHEN LERNEN KÖNNEN



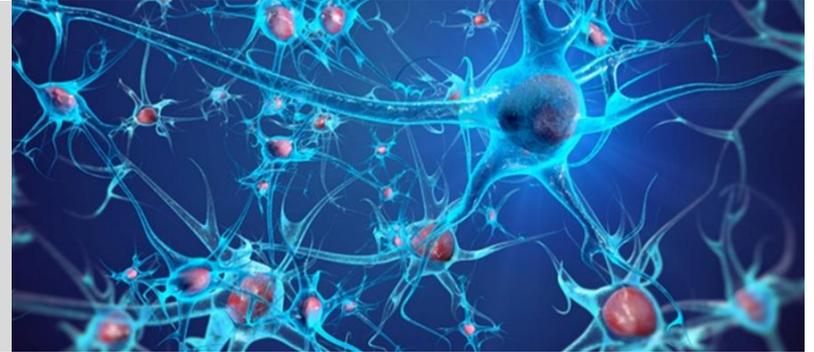
Rot

WAS WIR VON SHAOLIN-MÖNCHEN LERNEN KÖNNEN



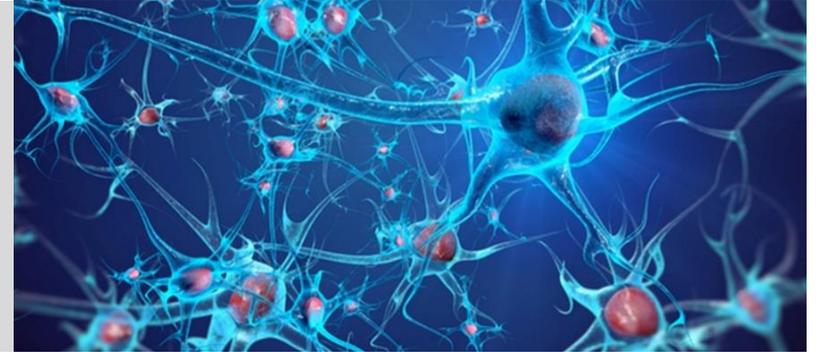
Grün

WAS WIR VON SHAOLIN-MÖNCHEN LERNEN KÖNNEN



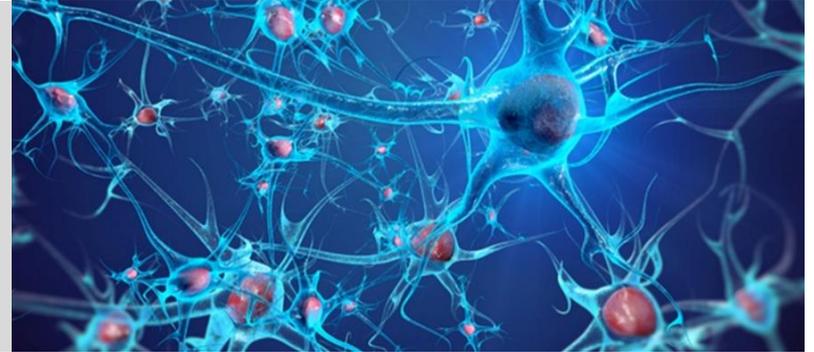
Blau

WAS WIR VON SHAOLIN-MÖNCHEN LERNEN KÖNNEN



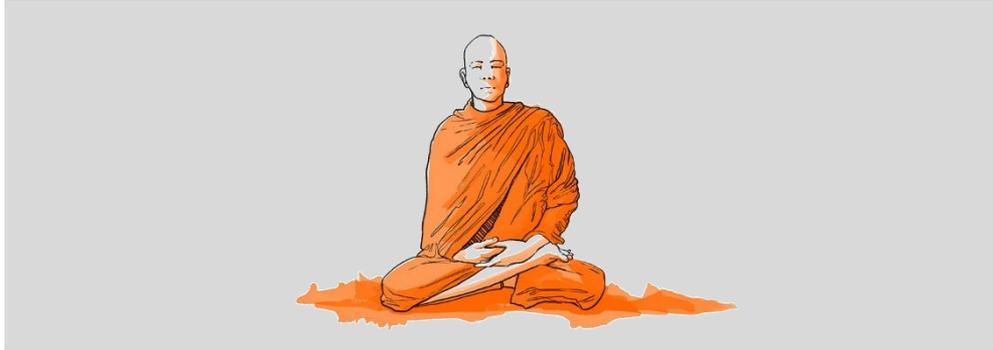
Rot

WAS WIR VON SHAOLIN-MÖNCHEN LERNEN KÖNNEN



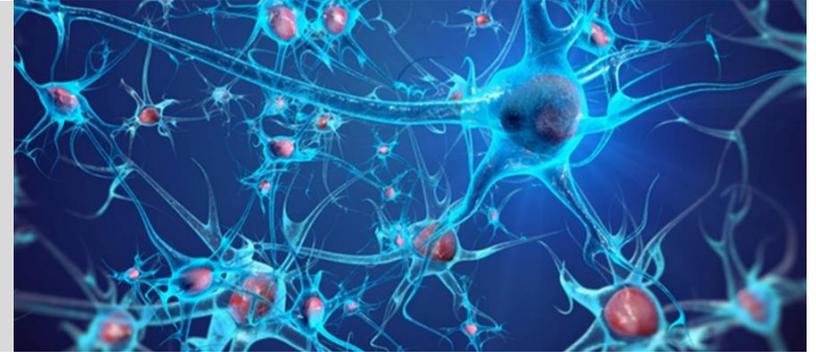
Gelb

WAS WIR VON SHAOLIN-MÖNCHEN LERNEN KÖNNEN



Blau

WAS WIR VON SHAOLIN-MÖNCHEN LERNEN KÖNNEN

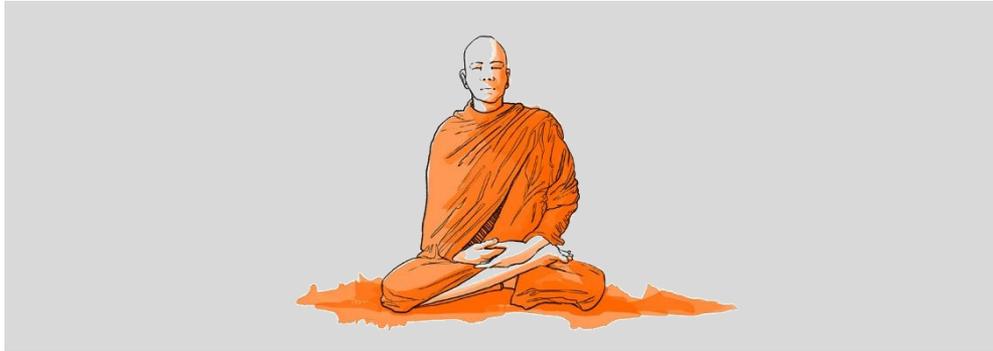


Grün

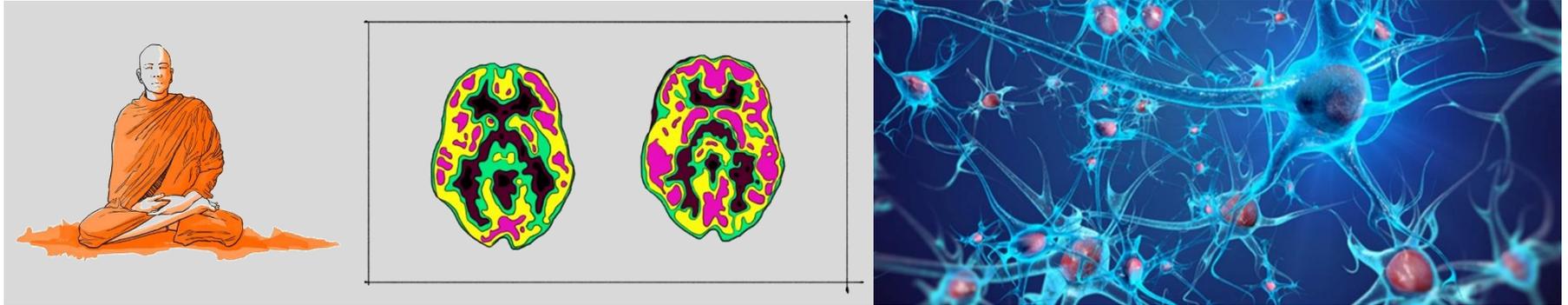
WAS WIR VON SHAOLIN-MÖNCHEN LERNEN KÖNNEN



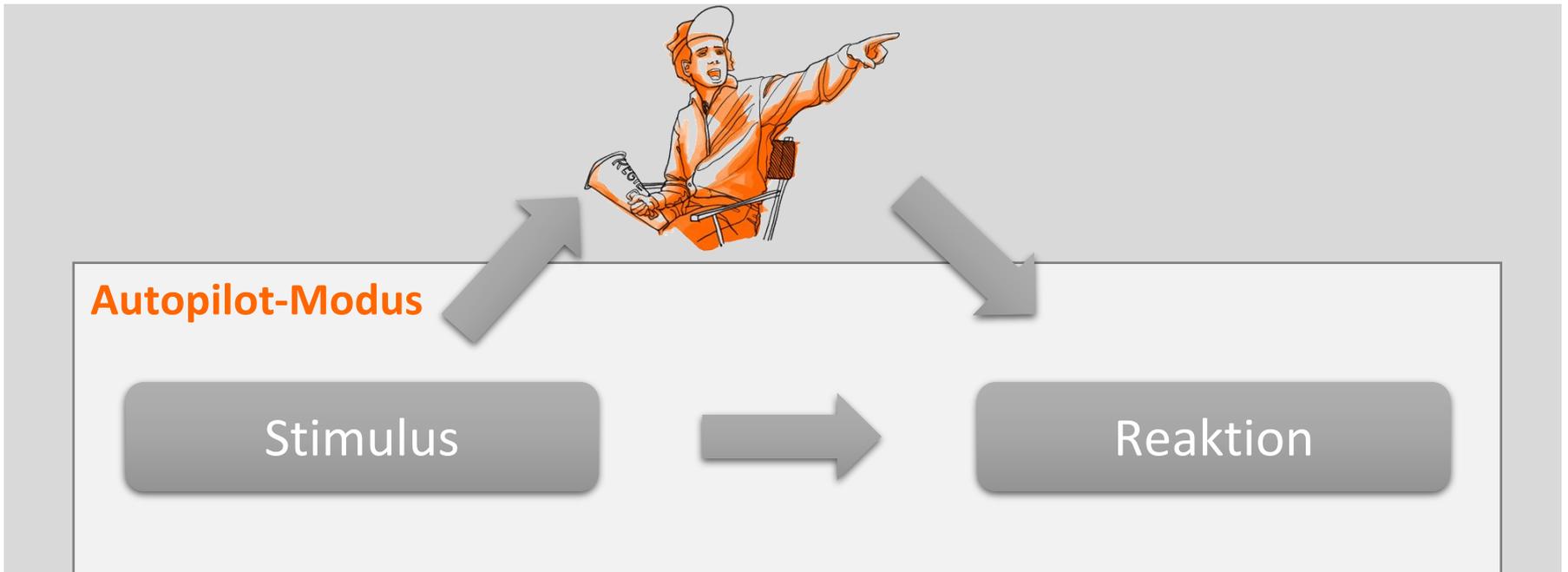
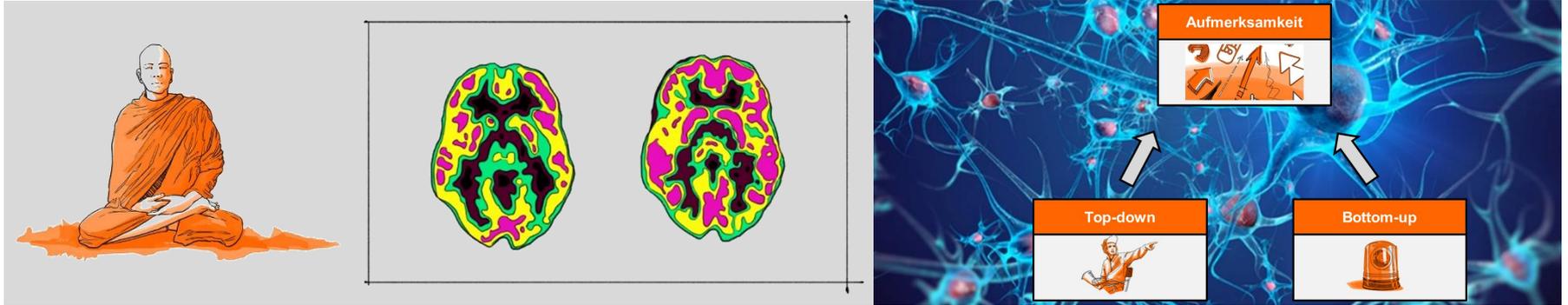
WAS WIR VON SHAOLIN-MÖNCHEN LERNEN KÖNNEN



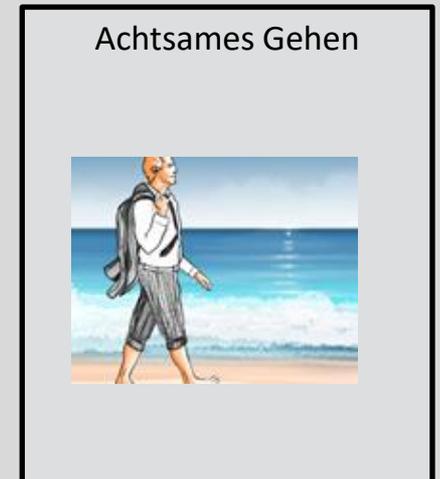
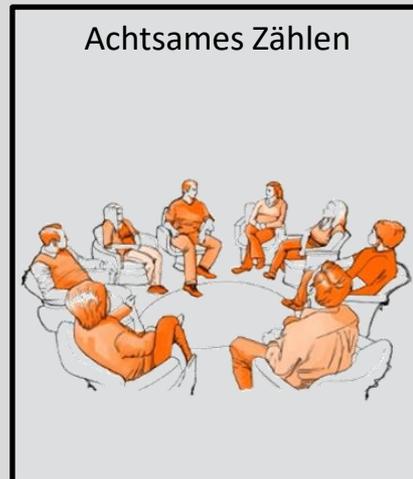
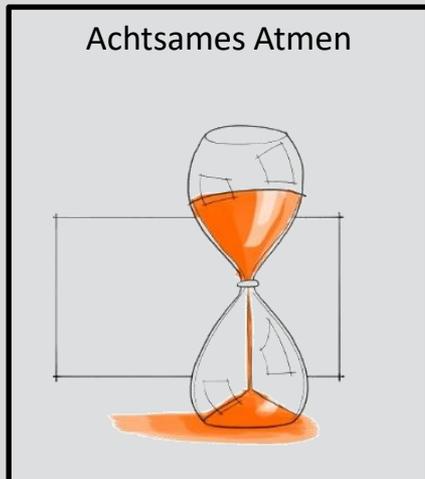
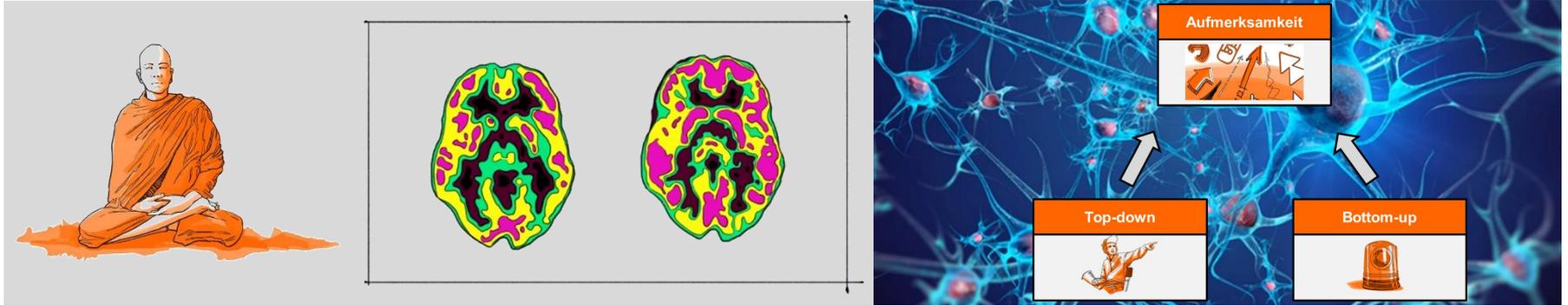
WAS WIR VON SHAOLIN-MÖNCHEN LERNEN KÖNNEN



WAS WIR VON SHAOLIN-MÖNCHEN LERNEN KÖNNEN



WAS WIR VON SHAOLIN-MÖNCHEN LERNEN KÖNNEN

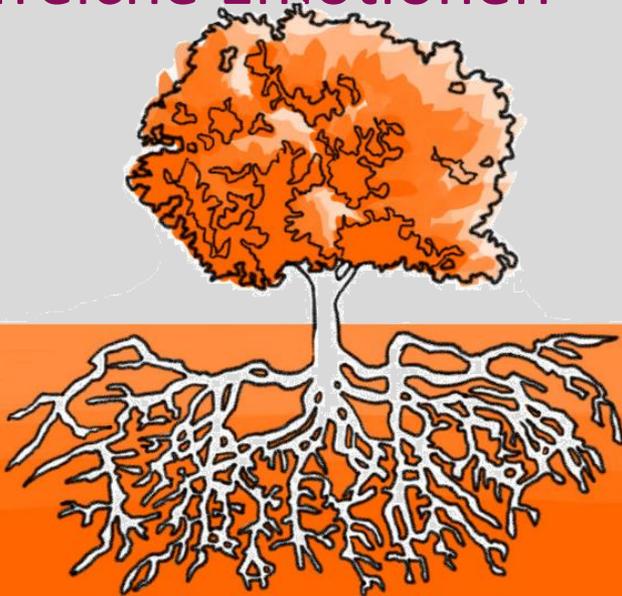


Hebbsche Lernregel (1949)

Neurons that fire together wire together



Hilfreiche Emotionen

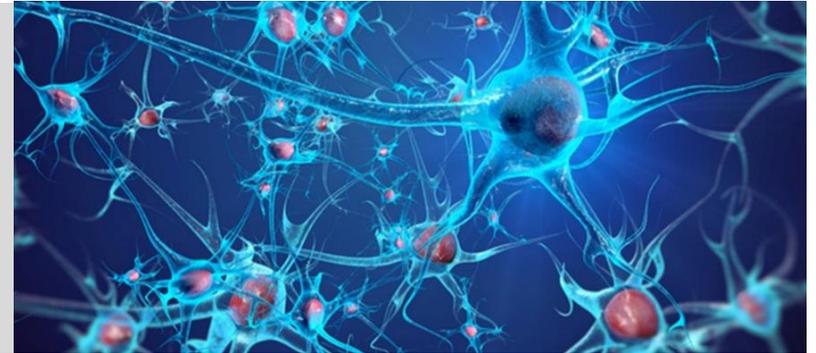


Anker-Übung

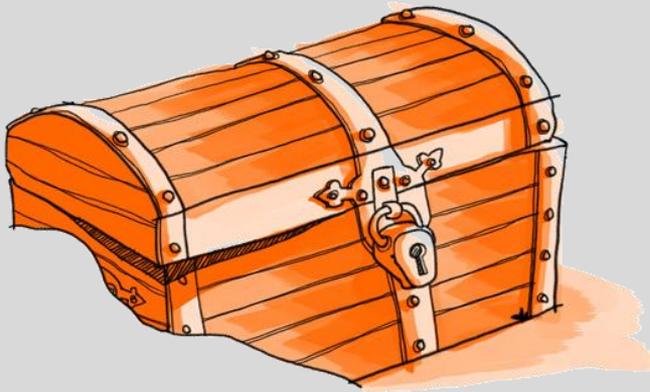
- 1) Hilfreiche Emotionen identifizieren
- 2) Situation suchen
- 3) In die Situation eintauchen
- 4) Anker laden
- 5) Ausprobieren

Hebbsche Lernregel (1949)

Neurons that fire together wire together



Tagesschätze finden

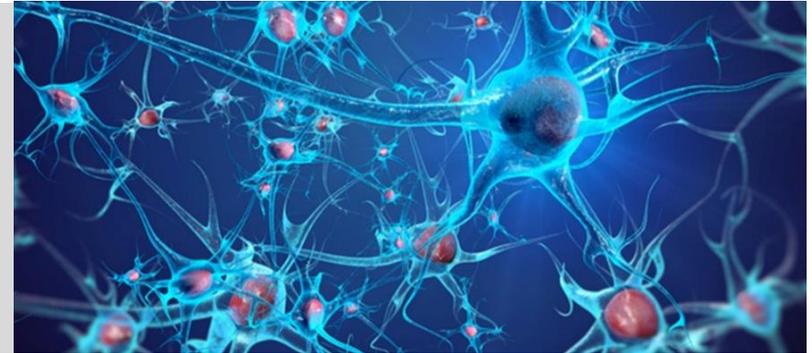


Ablauf

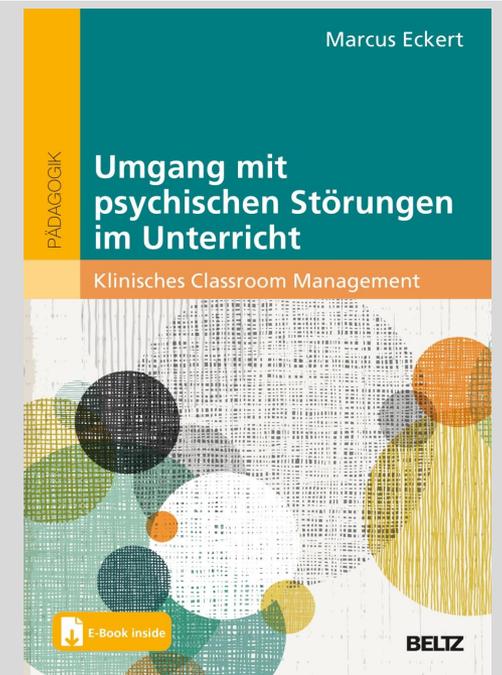
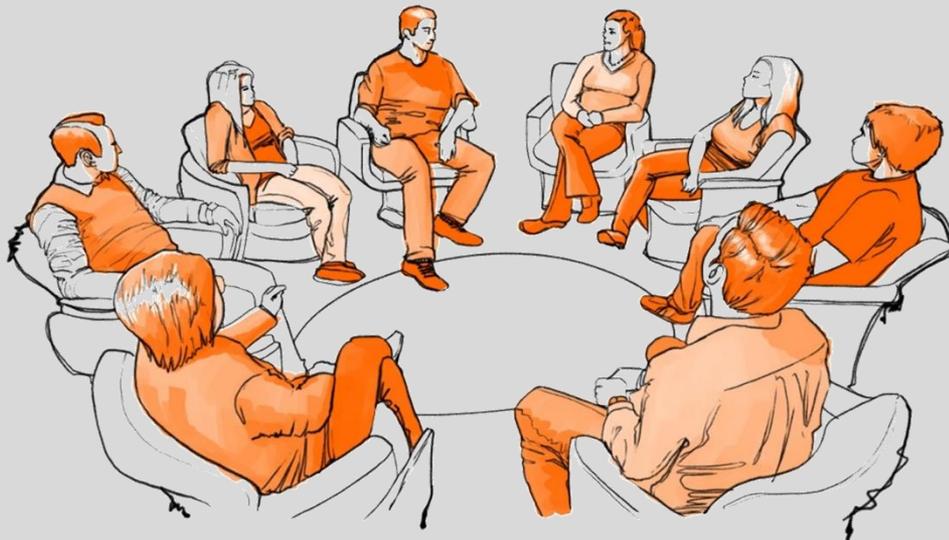
- 1) Drei angenehme Situationen pro Tag
- 2) Innehalten, intensiv erleben
- 3) Intensiv nacherleben und genießen
- 4) Eigenen Anteil benennen

Störungsbilder

- Depression
- Angststörungen
- AD(H)S

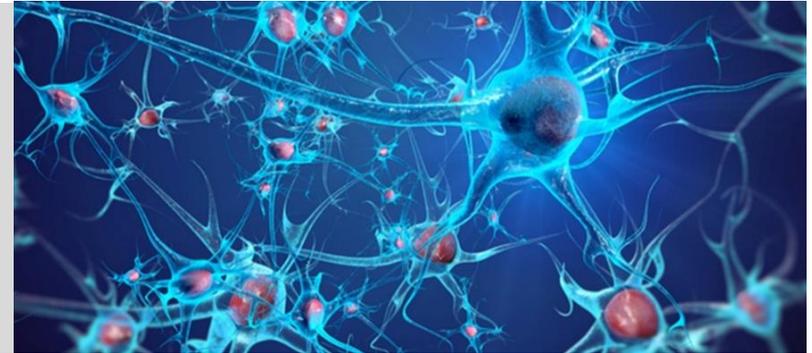


Vorstellung und Erwartungsklärung

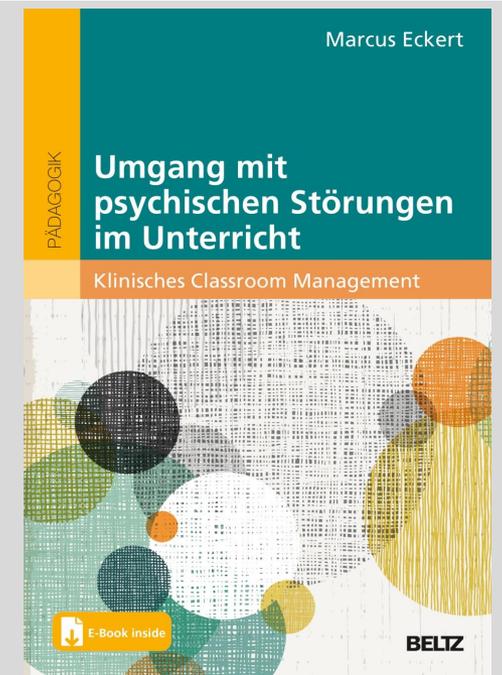
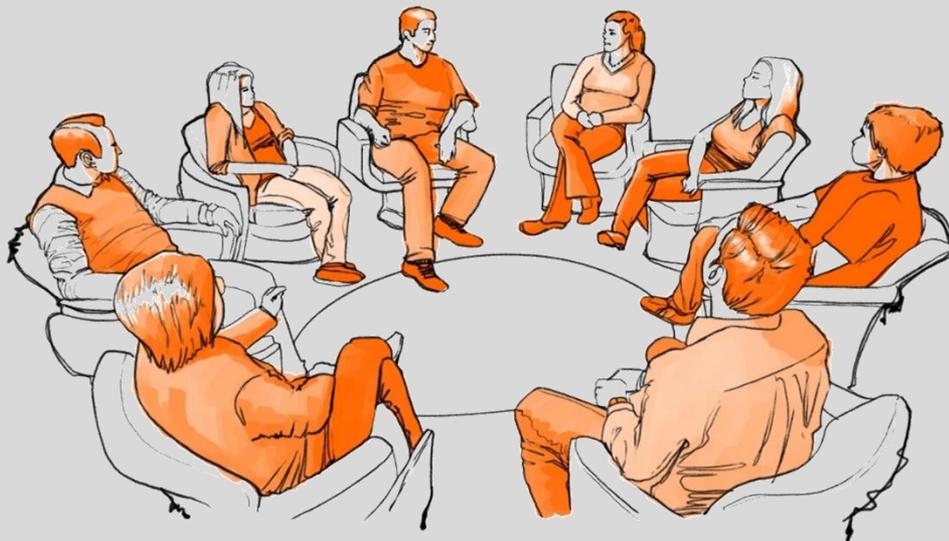


Störungsbilder

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



Vorstellung und Erwartungsklä rung



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

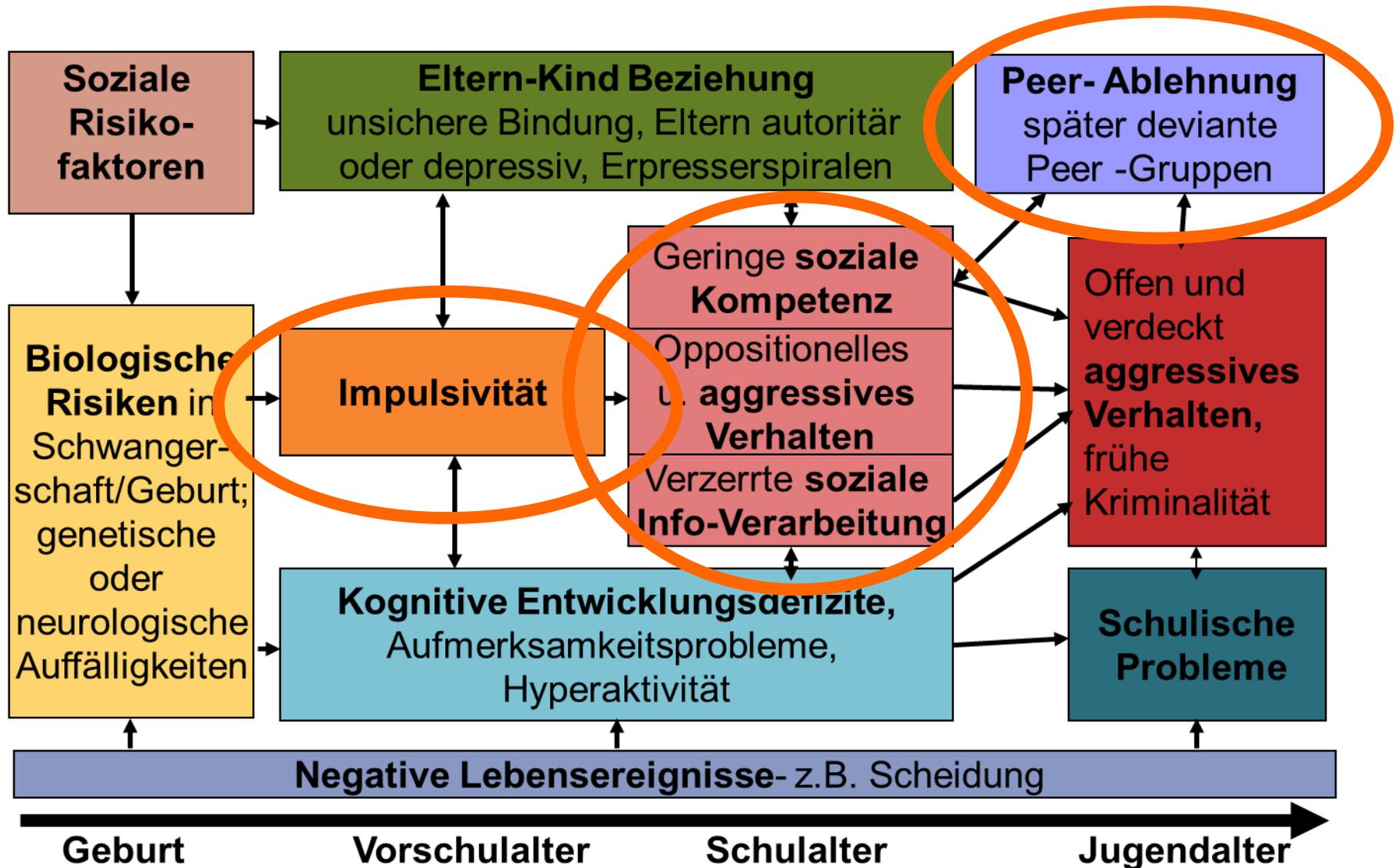
2. Impulsivität

- 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

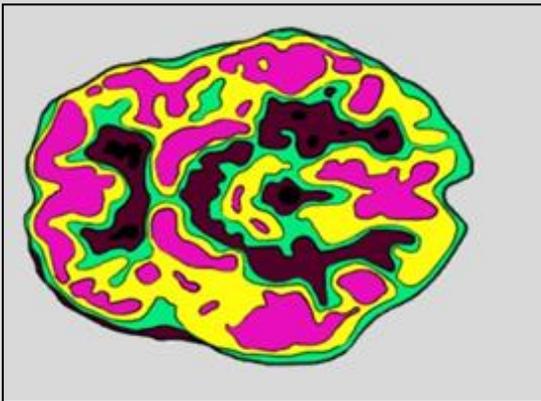
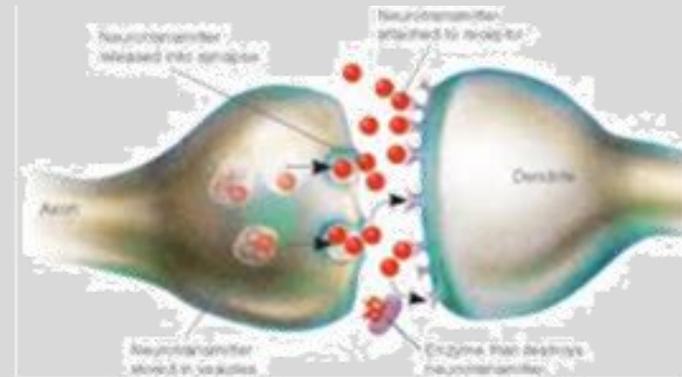
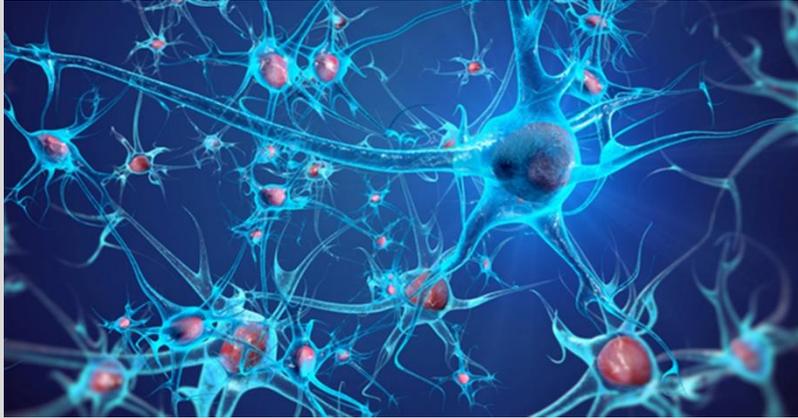
3. Hyperaktivität

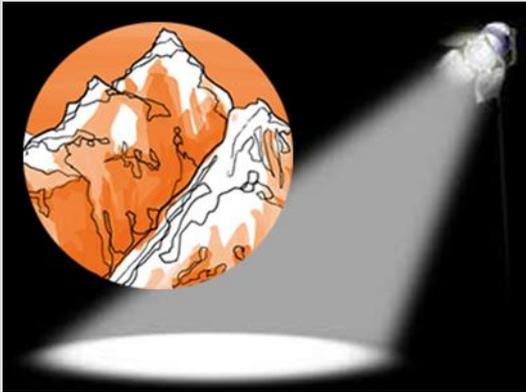
- Vor allem auffällig in strukturierten Situationen, die vom Kind Verhaltenskontrolle oder Ruhe verlangen (z.B. Unterricht)

AD(H)S: PORTRAIT

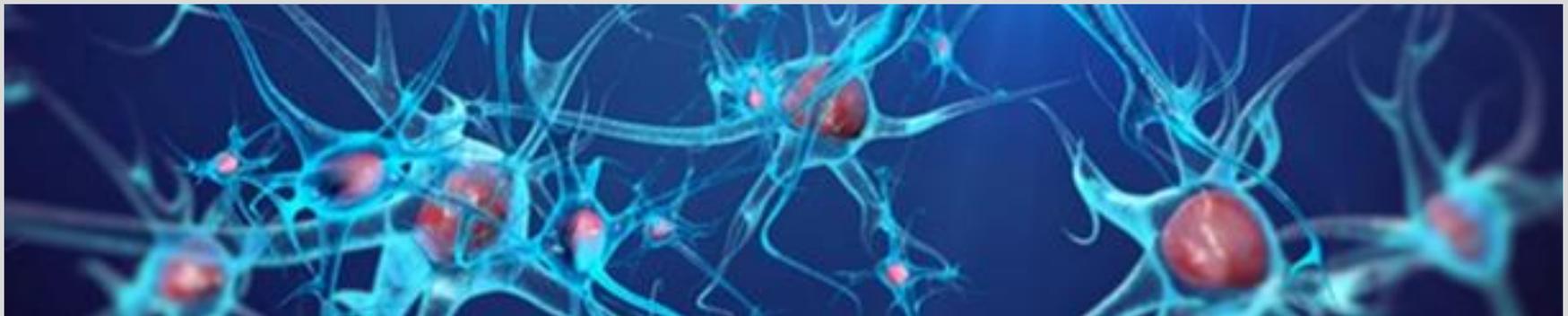


AD(H)S: PORTRAIT



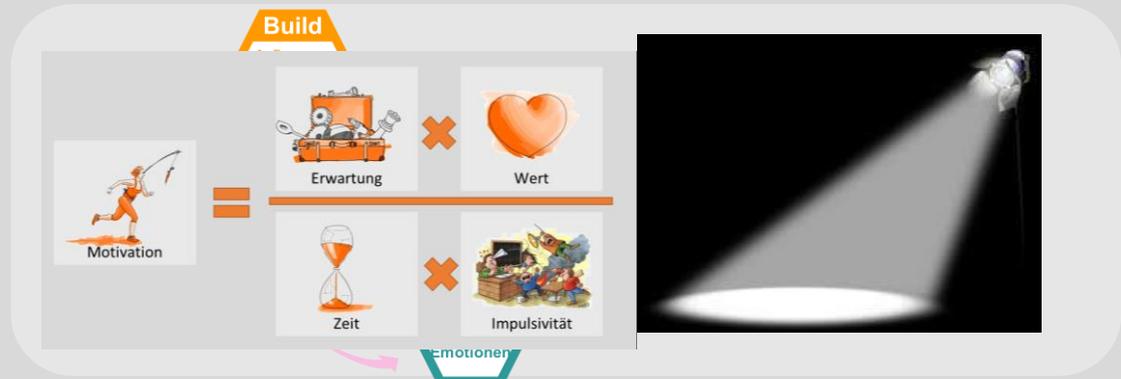
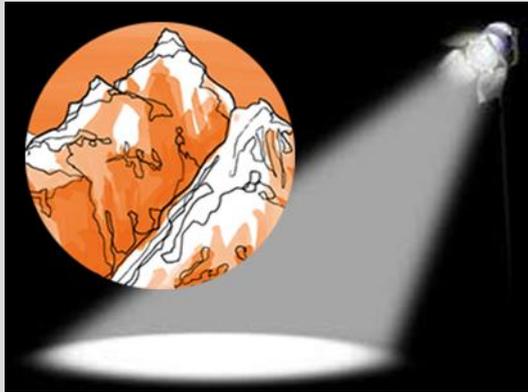


Bewältigungserfahrungen



Ressourcen- und Kompetenzaktivierung

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

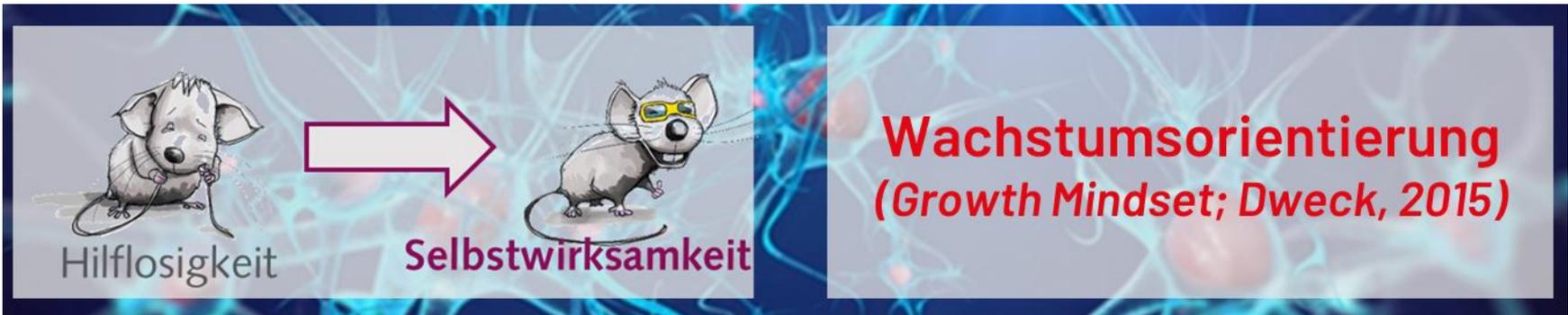
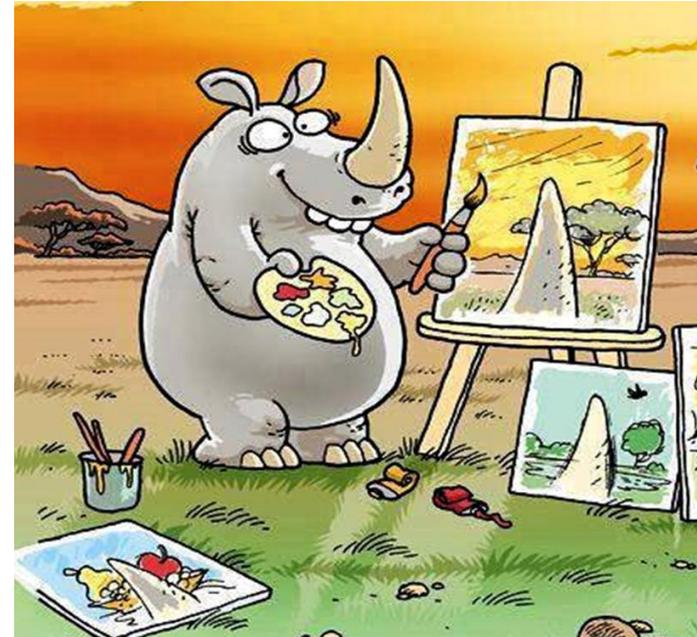


Bewältigungserfahrungen



The illustration shows a mouse on the left, looking downcast and labeled **Hilflosigkeit** (Helplessness). A large white arrow points to the right, where the same mouse is shown wearing yellow goggles and looking confident, labeled **Selbstwirksamkeit** (Self-efficacy). To the right of this transformation, the text **Wachstumsorientierung** (Growth Mindset; Dweck, 2015) is displayed against a background of glowing blue neural connections.

Ressourcen- und Kompetenzaktivierung
Wie ist dir das gelungen?



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



STELLEN SIE SICH EINMAL VOR...

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

STELLEN SIE SICH EINMAL VOR...

Option 1
Sie schweigen

Kooperation/ Vertrauen

8 \$ für beide

→ Beide: 4 Jahre Haft

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

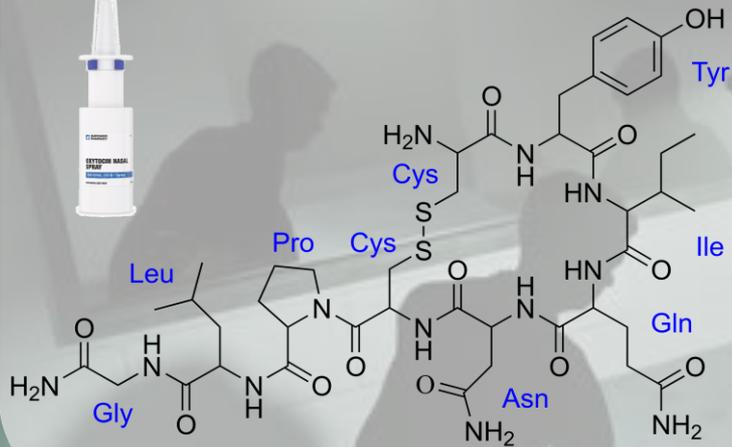
Misstrauen/ Egoismus

4 \$ für beide

→ Beide 8 Jahre Haft

EFFECT OF OXYTOCIN ON COOPERATION

Oxytocin



Option 1
Sie schweigen

Kooperation/ Vertrauen

8 \$ für beide

→ Beide: 4 Jahre Haft

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

→ Beide: 6 Jahre Haft

- Oxytocin erhöht Vertrauen und Kooperation
- Abhängig vom sozialen Kontext
- ... und der eigenen Einstellung

Declerck, C. H., Boone, C., & Kiyonari, T. (2014). The effect of oxytocin on cooperation in a prisoner's dilemma depends on the social context and a person's social value orientation. *Social cognitive and affective neuroscience*, 9(6), 802-809.



Perspektivwechsel

- **Aufgabe 1:** Eine*n „Problembär*in“ suchen und beschreiben.
- **Aufgabe 2:** Welche Fähigkeiten benötigt die Problembär*in, um dieses Problemverhalten?
- **Aufgabe 3:** In welchem Kontext könnte das Problemverhalten auftreten? Welche Fähigkeiten sind die dafür benötigten?
- **Aufgabe 4:** Begeben Sie sich gedanklich in die Zeitschleife der Problembär*in so, als hätte diese bereits eine erfolgreiche Laufbahn außerhalb der Schule erreicht. Was hat er/sie gemacht?
- **Aufgabe 5:** Was braucht diese*r Schüler*in, um dieses Problemverhalten zu ändern? Was können Sie heute dafür tun? Was müsste er/sie dafür tun?



- Wie würden Sie sich fühlen, wenn Ihnen das hin und wieder gelänge?
- Wie würden Sie sich bewegen? Welche Körperhaltung würden Sie einnehmen?
- Wie würde Ihre Stimme klingen? Wo würden Sie Ihre Atmung spüren?



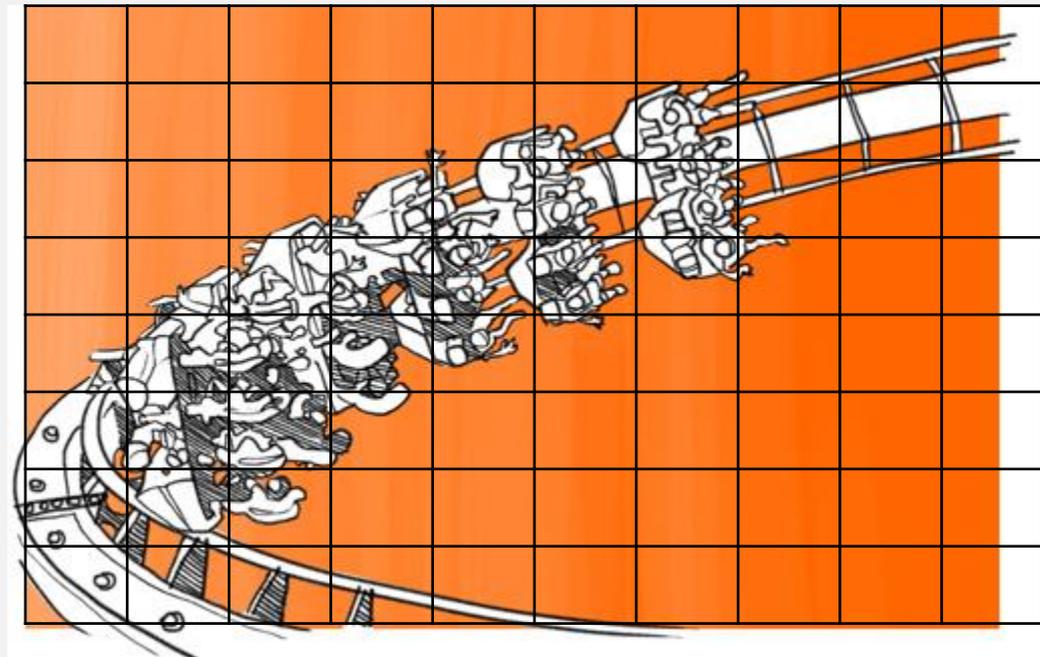
Perspektivwechsel

- **Aufgabe 1:** Eine*n „Problembär*in“ suchen und das Problemverhalten beschreiben.
- **Aufgabe 2:** Welche Fähigkeiten benötigt die Problembär*in für dieses Problemverhalten?
- **Aufgabe 3:** In welchem Kontext könnte das Problemverhalten selbst – oder die dafür benötigten Fähigkeiten hilfreich sein?
- **Aufgabe 4:** Begeben Sie sich gedanklich in die Zukunft und sehen diese Schüler*in so, als hätte diese bereits eine erfolgreiche Laufbahn außerhalb der Schule hingelegt.
- **Aufgabe 5:** Was braucht diese*r Schüler*in, um den Weg gehen zu können? Was können Sie heute dafür tun? Was müsste er/sie dafür tun?

VERSTÄRKUNG: TOKEN-PLÄNE

Verstärkerarten

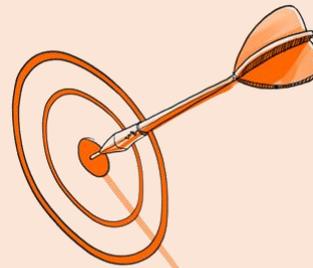
- Soziale Verstärker
- Aktivitätsverstärker
- Materielle Verstärker



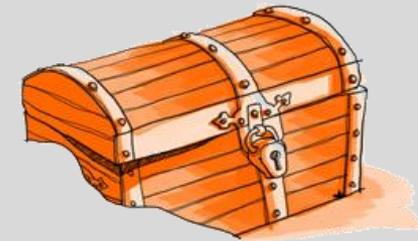
Ressourcen und Ist-Soll-Diskrepanzen



Veränderungsbereich auswählen



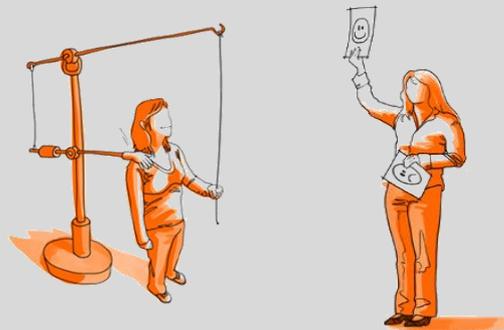
Motivation aufbauen



Handlungen konkretisieren



Schnelle Verstärkung (inkl. Selbstverstärkung)



Veränderung feststellen



Ressourcen und Ist-Soll-Diskrepanzen

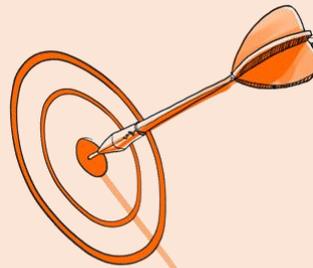


	Gegenwärtige Situation	Zukünftige Situation
positive	Satisfaction <i>(Zufriedenstellendes/ Stärken)</i>	Opportunities <i>(Möglichkeiten/Chancen)</i>
negativ	Faults <i>(Fehler/ Schwächen)</i>	Threats <i>(Bedrohungen/ Gefahren)</i>

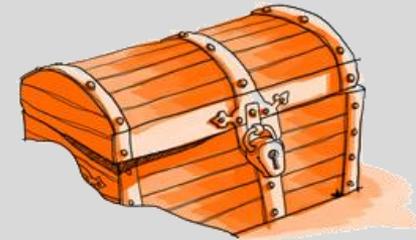
Ressourcen und Ist-Soll-Diskrepanzen



Veränderungsbereich auswählen



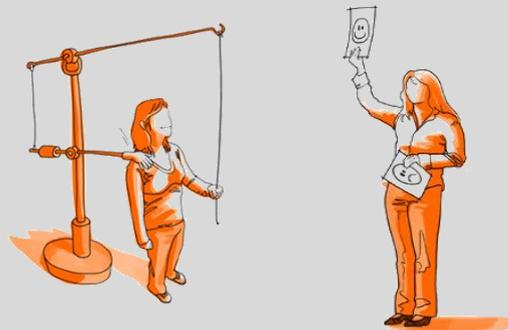
Motivation aufbauen



Handlungen konkretisieren



Schnelle Verstärkung (inkl. Selbstverstärkung)



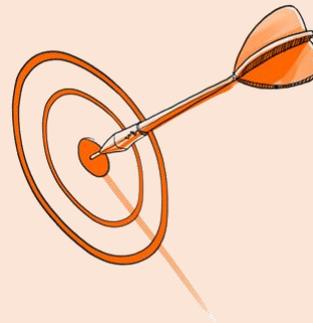
Veränderung feststellen



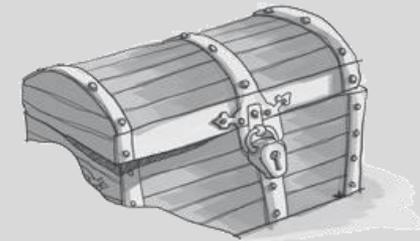
Ressourcen und Ist-Soll-Diskrepanzen



Veränderungsbereich auswählen



Motivation aufbauen



Beispiele

- Ruhiger Einstieg/ ruhige Arbeitsphasen/ reibungslose Übergänge ...

Weniger geeignet:

- Peer-Unterstützung/ Selbstgesteuertes Lernen ...

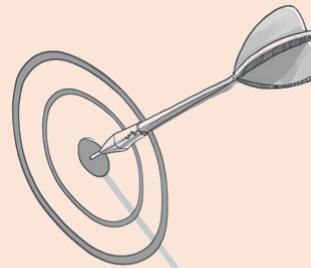
Veränderungsbereich auswählen

- Realistisch und erreichbar
- Erhöht Ansehen und positive Autorität
- Erhöht Selbstwirksamkeits-erwartung der SuS

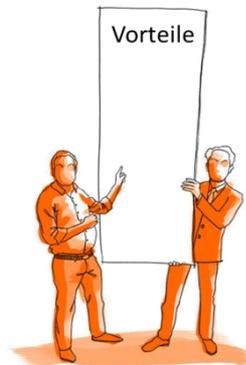
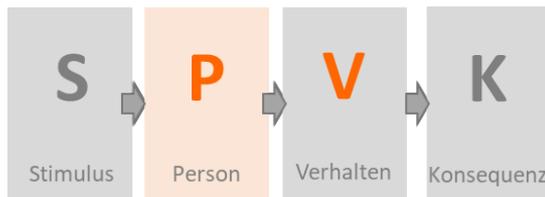
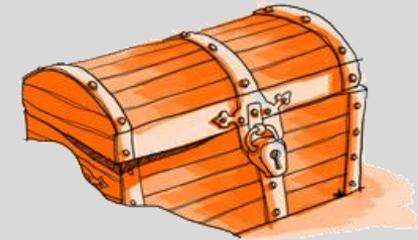
Ressourcen und Ist-Soll-Diskrepanzen



Veränderungsbereich auswählen



Motivation aufbauen



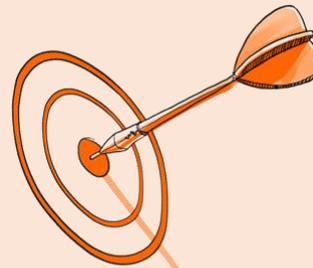
Motivation

- Warum (Wert) ist diese Veränderung jetzt (Dringlichkeit) sinnvoll?
- Wann habt ihr (Selbstwirksamkeit) diesen Zustand schon einmal erreicht, so dass es für euch gut war (Ressource)

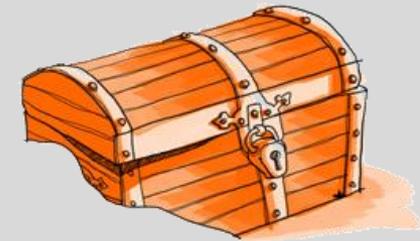
Ressourcen und Ist-Soll-Diskrepanzen



Veränderungsbereich auswählen



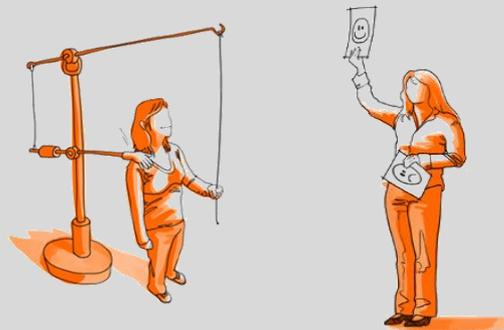
Motivation aufbauen



Handlungen konkretisieren

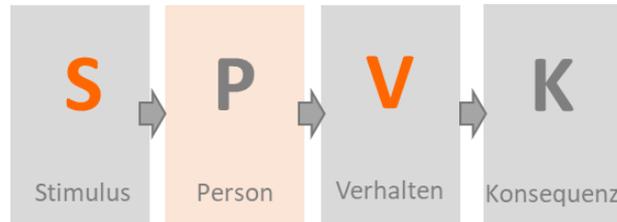


Schnelle Verstärkung (inkl. Selbstverstärkung)



Veränderung feststellen

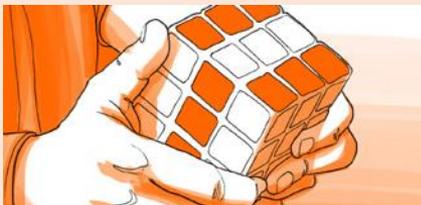




Handlung konkretisieren

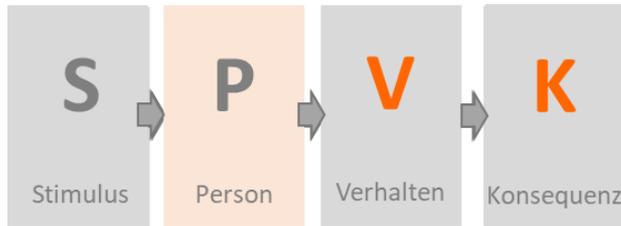
- Wer tut was (genau)?
- Wann wird die Handlung ausgeführt?
(Konkr. Ausführungsbeding.)
- Wie wird die Handlung eingeführt/ geübt?
(z.B. Rollenspiel)

Handlungen konkretisieren



Achtung: Problembären!

- Vorher: Einzelgespräch (Verabredungen treffen)
- Währenddessen: in Durchführung einbinden
 - Nachher: Positiv verstärken

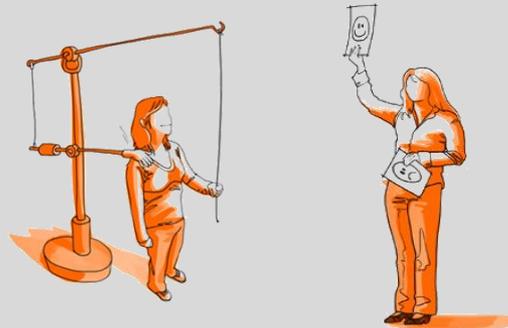


- **Schnelle Verstärkung**
- **Verhaltensaufbau** → positive Verstärkung
(*nicht im Mecker-Modus!!!*)
- **Sofortige Rückmeldung**
- **Bemühen, Teilprozesse, Gelingen**
- **Selbsteinschätzung des Erfolge**

**Handlungen
konkretisieren**



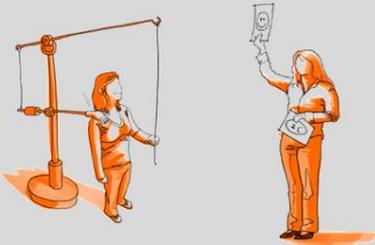
**Schnelle Verstärkung
(inkl. Selbstverstärkung)**



**Veränderung
feststellen**

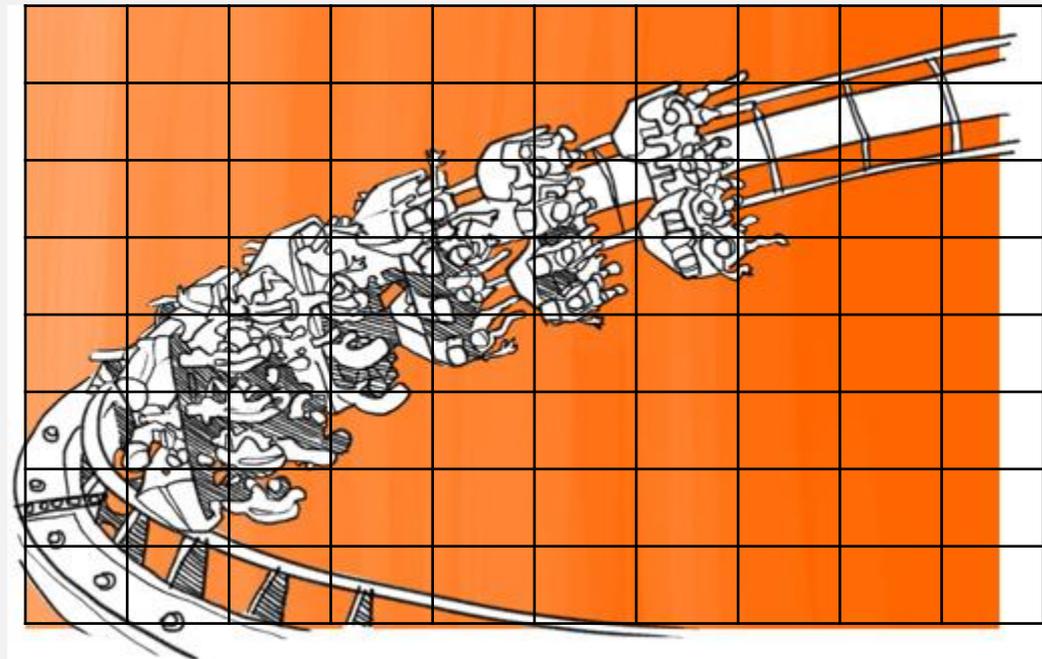


Schnelle Verstärkung (inkl. Selbstverstärkung)



Verstärkerarten

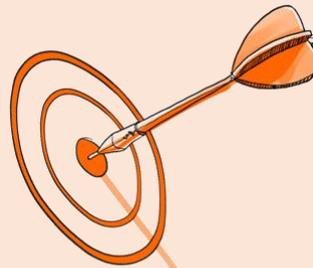
- Soziale Verstärker
- Aktivitätsverstärker
- Materielle Verstärker



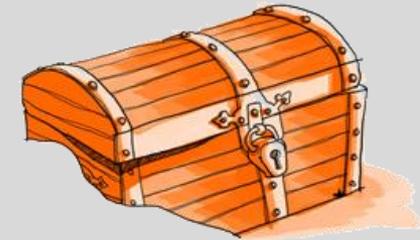
Ressourcen und Ist-Soll-Diskrepanzen



Veränderungsbereich auswählen



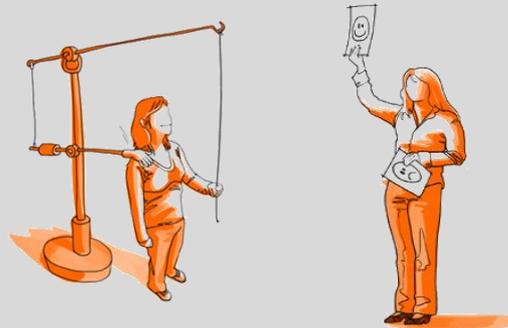
Motivation aufbauen



Handlungen konkretisieren



Schnelle Verstärkung (inkl. Selbstverstärkung)



Veränderung feststellen



Ressourcen und Ist-Soll-Diskrepanzen

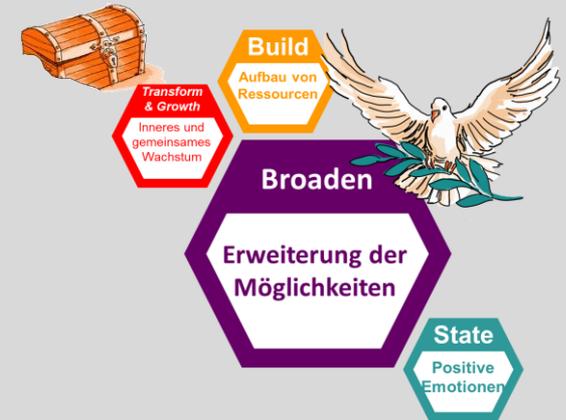


Veränderungsbereich auswählen



- Verhaltensbezogen und realistisch
- Spürbare und relevante Veränderung
- Selbstwirksamkeit

Motivation aufbauen



Handlungen konkretisieren



- Wie sieht das „Drehbuch“ aus?
- Wer macht was? (Konkret)
- Wie einüben?

Schnelle Verstärkung (inkl. Selbstverstärkung)



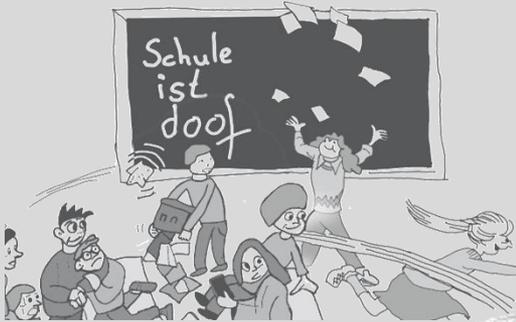
- Was genau wird verstärkt?
- Wie wird es verstärkt?
- Wie werden die SuS eingebunden?

Veränderung feststellen



- Wie stellen Sie und die SuS die Veränderung fest?
- In welchen Intervallen?
- Wie Rückmeldung?

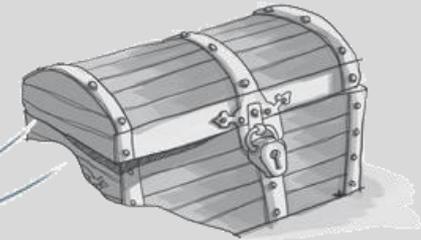
Ressourcen und Ist-Soll-Diskrepanzen



Veränderungsbereich auswählen



Motivation aufbauen



Handlungen konkretisieren

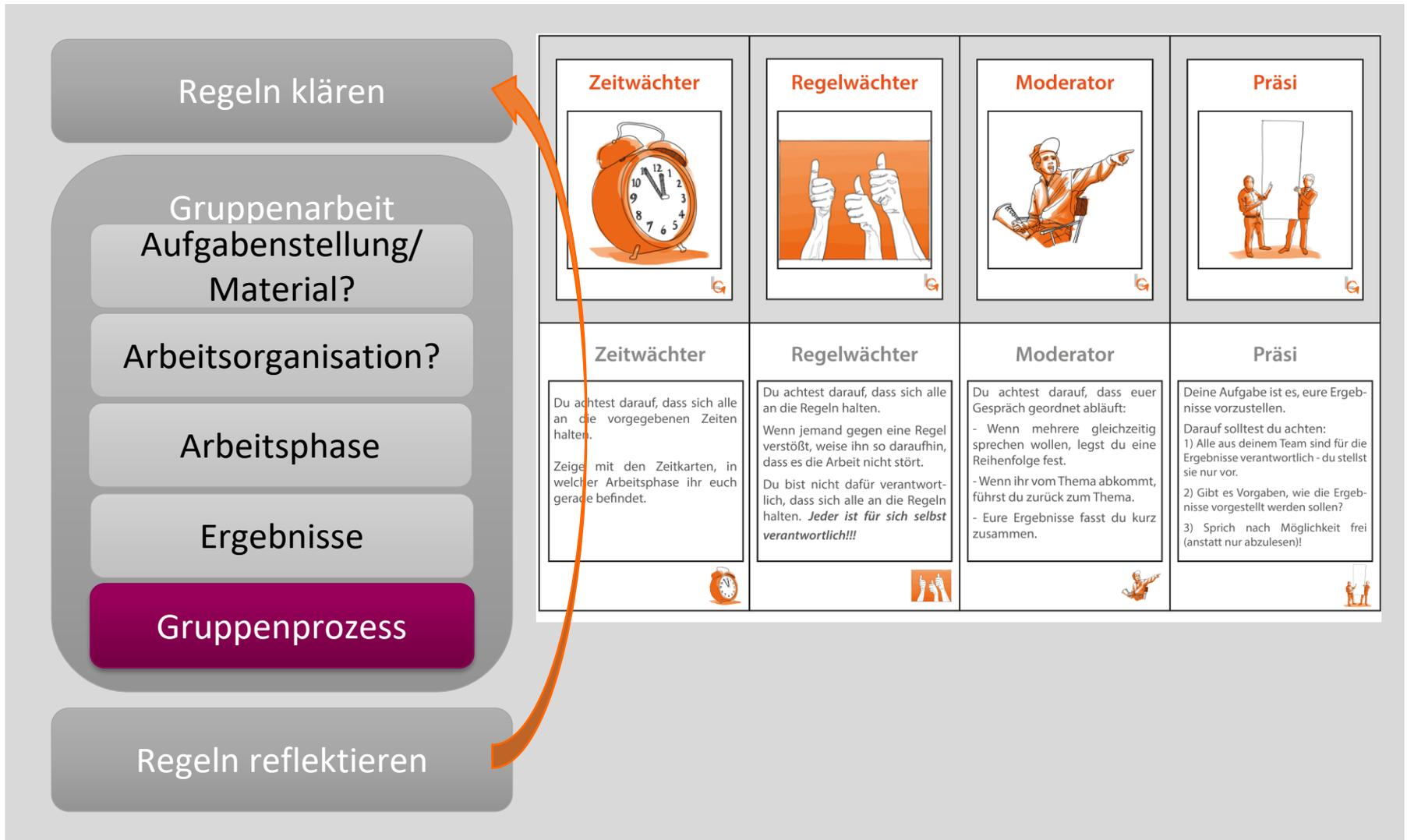


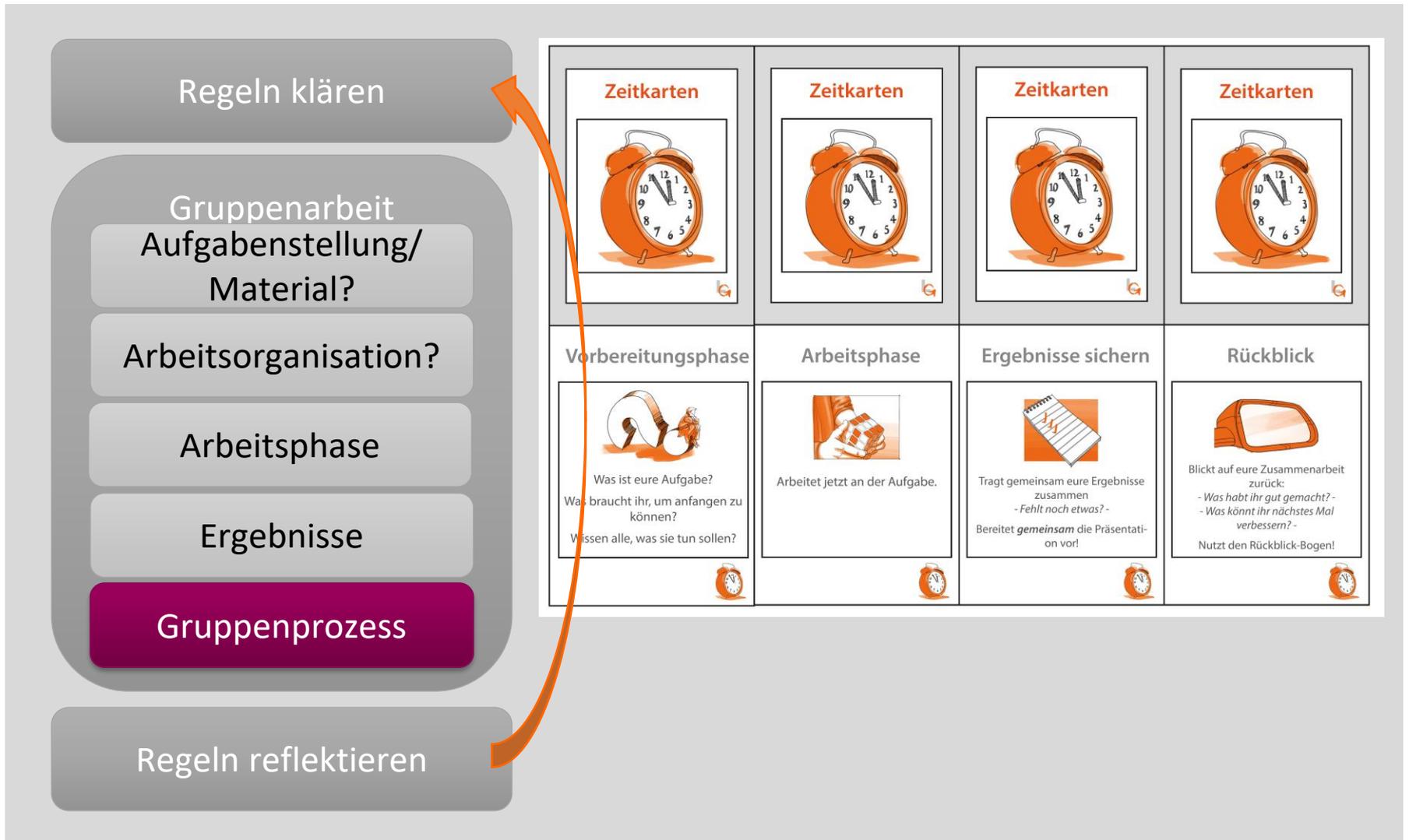
Verstärkung (selbstverstärkung)



Veränderung feststellen









Gruppenarbeit
Aufgabenstellung/
Material?

Arbeitsorganisation?

Arbeitsphase

Ergebnisse

Gruppenprozess



Rückblick-Bogen für die Gruppenarbeit

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

ICH ...



... habe mich in der Gruppe wohl gefühlt.

stimmt
überhaupt
nicht

stimmt
voll-
kommen

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

Rückblick



Blickt auf eure Zusammenarbeit zurück:
- Was habt ihr gut gemacht? -
- Was könnt ihr nächstes Mal verbessern? -

Nutzt den Rückblick-Bogen!



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	



Rückblick



Blickt auf eure Zusammenarbeit zurück:
- Was habt ihr gut gemacht? -
- Was könnt ihr nächstes Mal verbessern? -

Nutzt den Rückblick-Bogen!



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

www.lehrergesundheit.eu

Rückblick



Blickt auf eure Zusammenarbeit
zurück:

- Was habt ihr gut gemacht? -
- Was könnt ihr nächstes Mal verbessern? -

Nutzt den Rückblick-Bogen!





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 ...

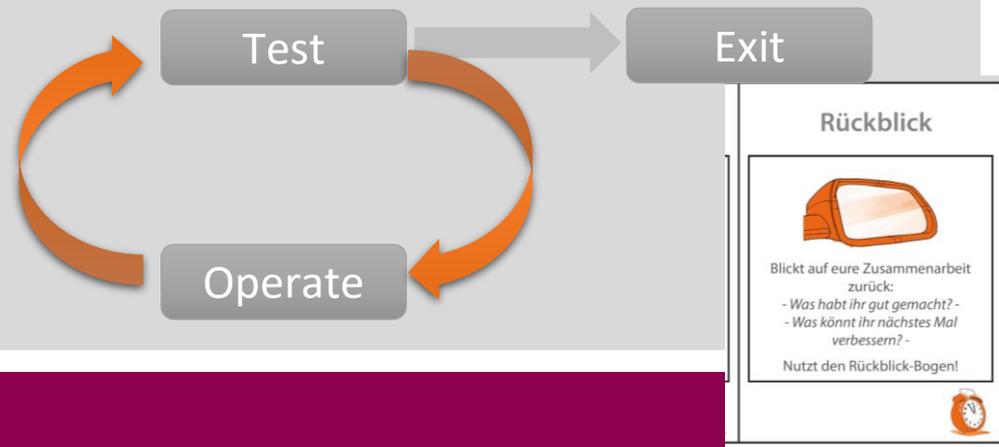


	stimmt überhaupt nicht	stimmt voll- kommen
... wurde nie aus den Augen verloren.	1-2-3-4-5-6-7	
... wurde eingehend besprochen und bearbeitet.	1-2-3-4-5-6-7	
... wurde straff und durchdacht erledigt.	1-2-3-4-5-6-7	
... war reizvoll und hat für alle was gebracht.	1-2-3-4-5-6-7	
... wurde von Lehrerseite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

www.lehrergesundheit.eu



T O T E - Modell



Rückblick



Blickt auf eure Zusammenarbeit zurück:
- Was habt ihr gut gemacht? -
- Was könnt ihr nächstes Mal verbessern? -
Nutzt den Rückblick-Bogen!





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 ...

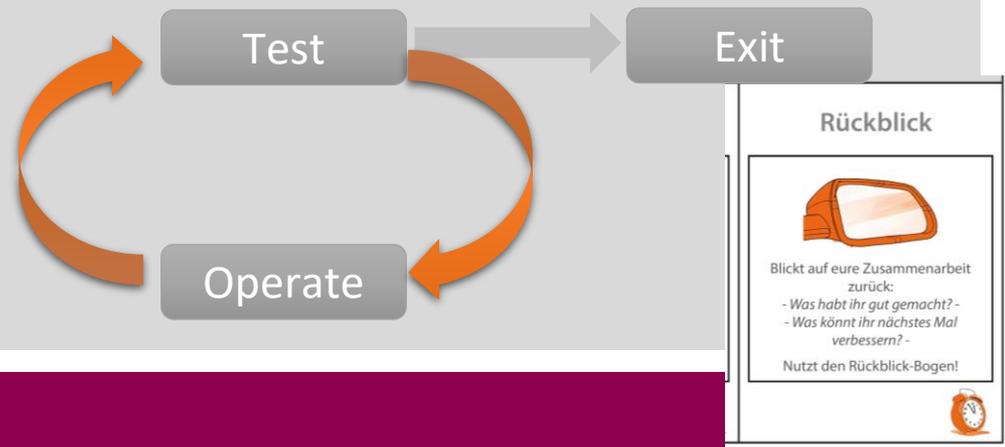


	stimmt überhaupt nicht	stimmt voll- kommen
... wurde nie aus den Augen verloren.	1-2-3-4-5-6-7	
... wurde eingehend besprochen und bearbeitet.	1-2-3-4-5-6-7	
... wurde straff und durchdacht erledigt.	1-2-3-4-5-6-7	
... war reizvoll und hat für alle was gebracht.	1-2-3-4-5-6-7	
... wurde von Lehrerseite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

www.lehrergesundheit.eu



T O T E - Modell



 **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	



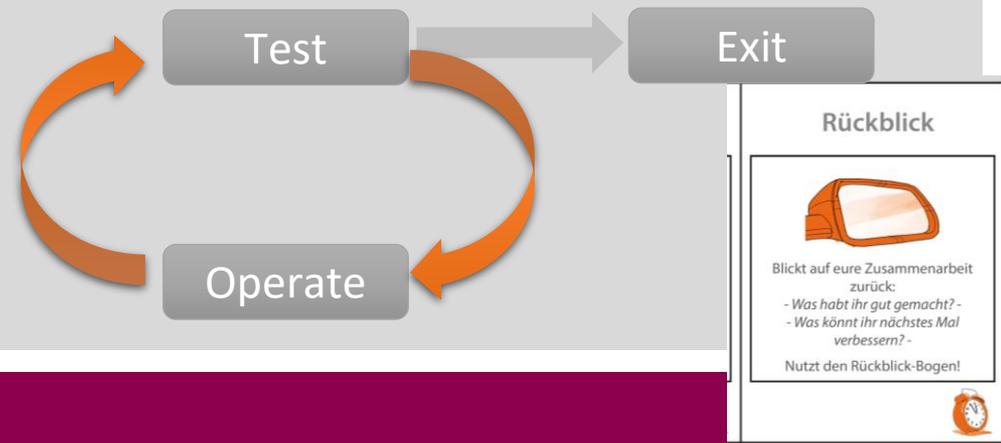
Die Aufgabe ...

	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





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	

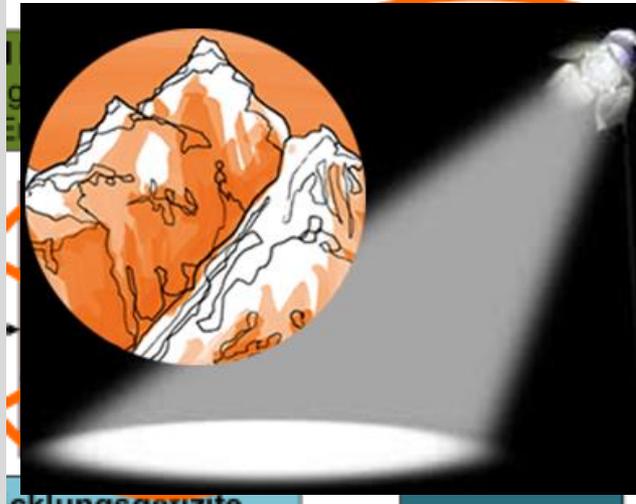


Die Aufgabe ...

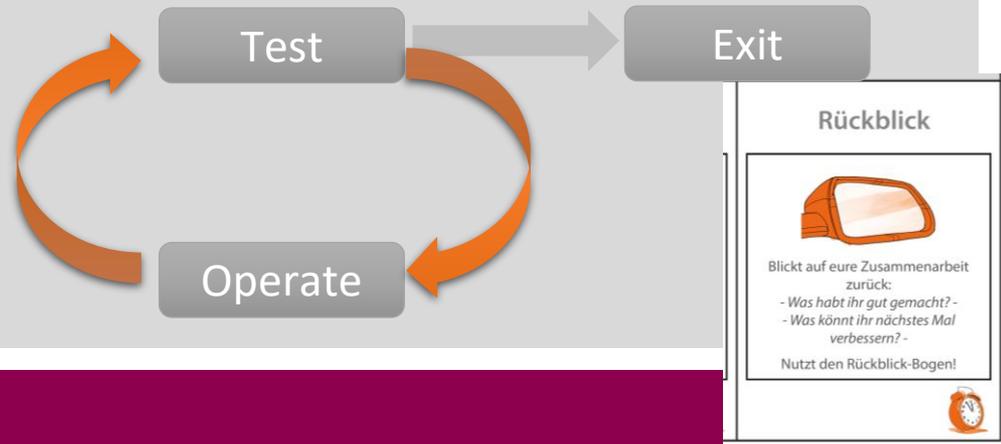


	stimmt überhaupt nicht	stimmt voll- kommen
... wurde nie aus den Augen verloren.	1-2-3-4-5-6-7	
... wurde eingehend besprochen und bearbeitet.	1-2-3-4-5-6-7	
... wurde straff und durchdacht erledigt.	1-2-3-4-5-6-7	
... war reizvoll und hat für alle was gebracht.	1-2-3-4-5-6-7	
... wurde von Lehrerseite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

www.lehrergesundheit.eu



T O T E - Modell





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
--	------------------------------	---------------------------

**Was braucht ihr,
damit Lernen gelingt?**

Feedback an den Lehrer
(Hattie, 2009)



... wurde eingehend besprochen und bearbeitet.

1-2-3-4-5-6-7

... wurde straff und durchdacht erledigt.

1-2-3-4-5

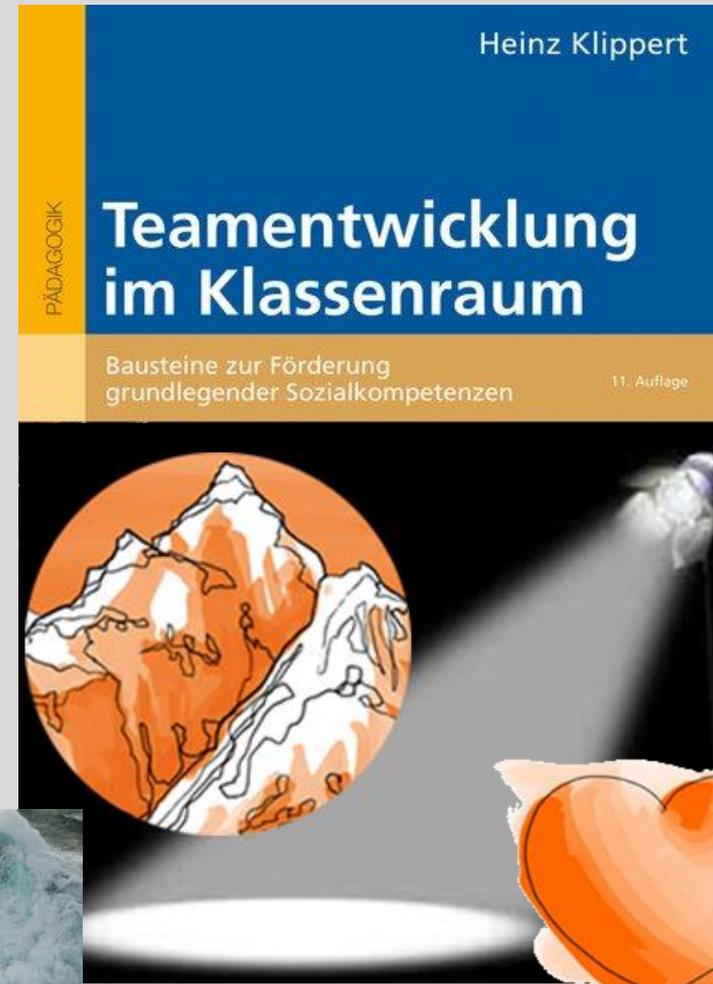
... war reizvoll und hat für alle was gebracht.

1-2-3-4-5

... wurde von Lehrerseite gut vorbereitet.

1-2-3-4-5

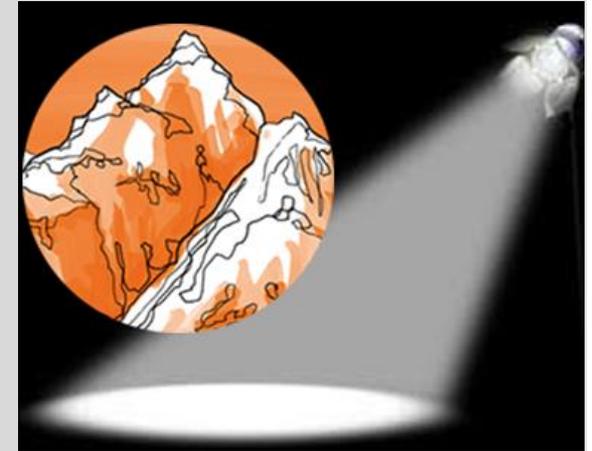
www.lehrergesundheit.de



Ziele klären/
Problembewusstsein

Ursachen erfragen

Gelingsbedingungen
erfragen



**Ziel- und Ressourcen-
Vereinbarung**

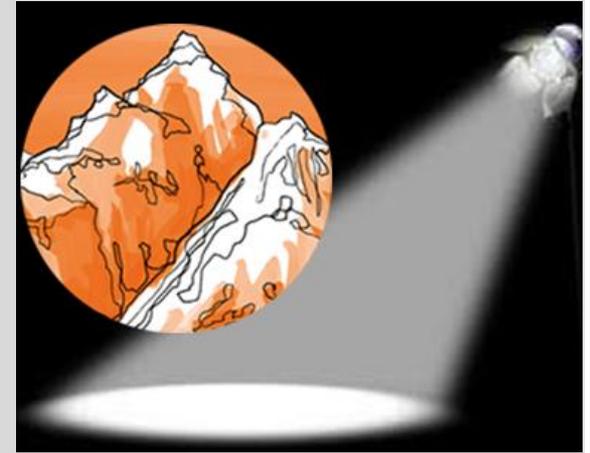
Commitment stärken

Aufforderung stellen

Natürlich, negative
Konsequenz



- ✓ Präsenz und wachsame Sorge
- ✓ Selbstkontrolle und Eskalationsvorbeugung
- ✓ Unterstützungsnetzwerke und Bündnisse
- ✓ Versöhnung und Beziehung
- ✓ Transparenz
- ✓ Wiedergutmachung



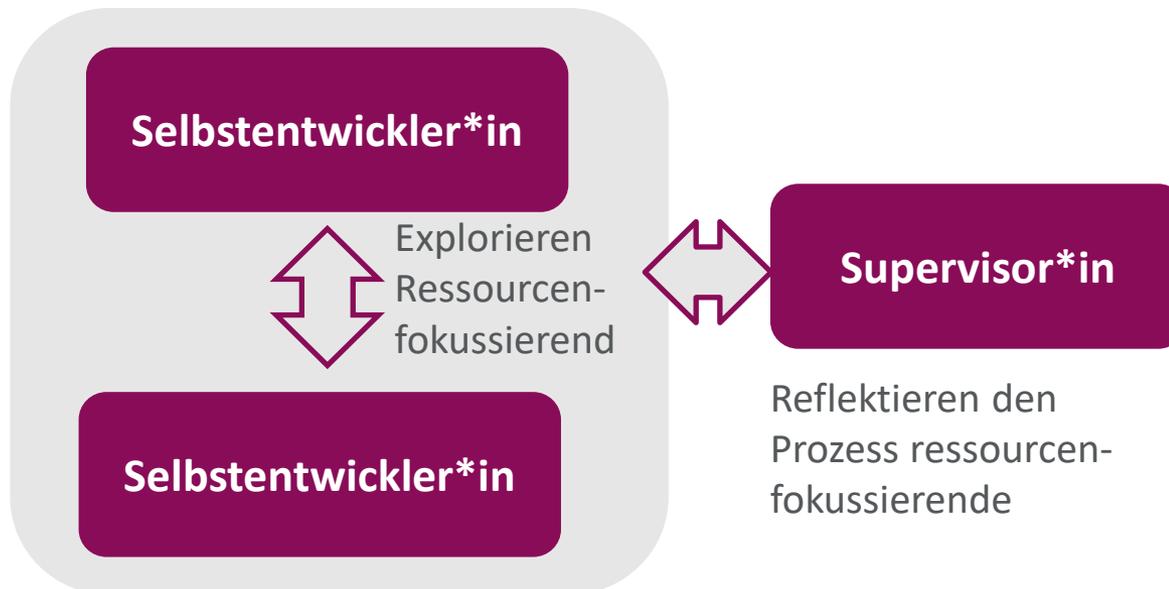
KESS: KOOPERATIVE ENTWICKLUNGSSTEUERUNG UND SELBSTMANAGEMENT (EBERT; SIELAND, 2007)

Transfer planen

- Womit wollen Sie in den nächsten Wochen experimentieren?
- Welche positiven Erfahrungen haben Sie bereits gemacht? (Ressourcenaktivierung)
- Wo erwarten Sie Hürden? Was benötigen Sie zur Überwindung?

Ablauf

- 6 Minuten Beratung
- 2 Minuten Supervision
- 2 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?

Evaluation

Störungsbilder

- Depression
- Angststörungen
- AD(H)S/ SSV



Vorstellung und Erwartungsklä rung

