
Classroom Management

Anna Haep

Vertretung von Prof. Dr. Gisela Steins

Bildungswissenschaften

Master of Education

Allgemeine Psychologie und Sozialpsychologie

Überblick

- I. Einführung
- II. Im Klassenzimmer
- III. Grundlagen des Unterrichtens in der Klasse
- IV. Wenn Interventionen notwendig sind

III. Grundlagen des Unterrichts in der Klasse

1. Selbsttechnologien
2. Wahrnehmen, Bewerten und die Folgen
3. Herstellbare entwicklungsunterstützende Bedingungen
4. Physikalische Dimensionen im Klassenzimmer
5. Die Klasse als Gruppe verstehen

Haben Sie eine Selbsttechnologie nötig?

- 0 = stimmt gar nicht
- 5 = stimmt vollkommen

0 = gar nicht; 5 = stimmt vollkommen

Fragebogen irrationaler Einstellungen/Ulrich Klages

- Ich beklage mich oft über unangenehme Aufgaben, die getan werden müssen.
- Es ist mir sehr wichtig, dass die Leute billigen, was ich tue.
- Ich fühle mich sehr unwohl, wenn die Dinge nicht an ihrem Platz sind.
- Es gibt viele persönliche Dinge, die mir peinlich wären, wenn andere sie erführen.
- Wenn mich jemand warten lässt, werde ich schnell beleidigt.
- Mir ist es unangenehm, wenn ich unpassend gekleidet bin.

III.1 Selbsttechnologien

- Relevanz von Selbsttechnologien
- Ein Modell der Emotionsentstehung

Relevanz von Selbsttechnologien

- Stress im Lehrberuf
- Erkennen und Regulieren eigener kritischer Zustände
- Relevanz für die Schüler/innen

Stress im Lehrberuf

Hauptquelle von Stress im Lehrberuf

- Interaktionen mit anderen Personen
 - Schüler/innen
 - Eltern
 - Kollegen/innen

Lehrer/innen-Schüler/innen-Interaktionen

- Am häufigsten genannt als stressauslösend:
 - Respektlosigkeit
 - Unaufmerksamkeit
 - Geringe Motivation
 - Schwache Leistungen
 - Apathie
 - Soziale Inkompetenz
 - Friedman & Lotan, 1985; Friedman, 2006; Maag, 2008

Konsequenzen von Stressempfinden

- Je stärker Stress empfunden wird,
 - desto höher die Wahrscheinlichkeit, psychisch zu erkranken,
 - desto höher die Wahrscheinlichkeit, dass negatives Verhalten von SuS noch negativer bewertet wird,
 - desto höher die Wahrscheinlichkeit dysfunktionalen Verhaltens,
 - desto höher die Wahrscheinlichkeit, dass das Verhalten der SuS noch negativer wird.
 - Kokkinos et al. 2005

„Teachers who experience stress tend to have less access to effective ways to respond to students who misbehave.“

(Maag, 2001, p. 52)

Erkennen und Regulieren eigener kritischer Zustände

Aus: Haep, Steins & Wilde, 2012



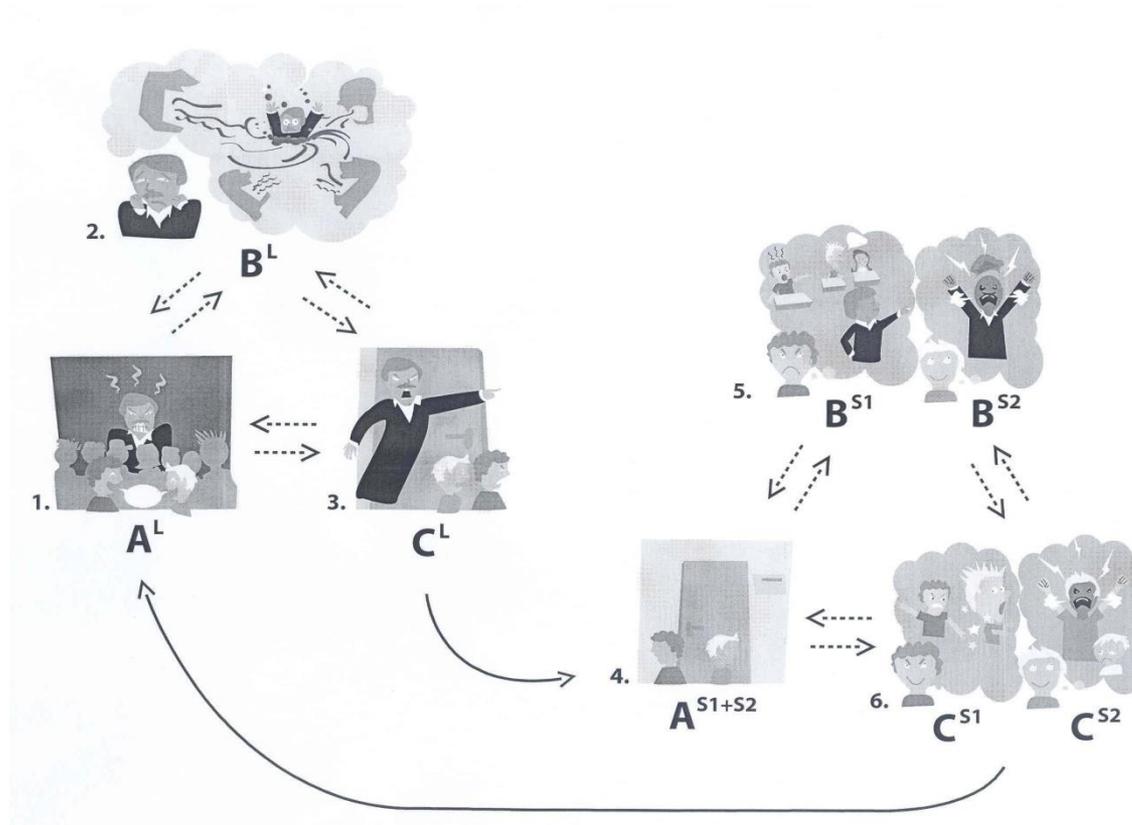
Aus: Haep, Steins & Wilde, 2012

Relevanz für die Schüler/innen

Entwicklungsfördernde Interaktionen

- Schüler/innen entwickeln sich am besten
 - in emotionaler, kognitiver, akademischer, sozialer und moralischer Sicht,
 - wenn sie erwachsene Bezugspersonen haben, die ihnen gegenüber zwei Dinge zeigen,
 - freundliche Zugewandtheit/Anteilnahme
 - und klare, angemessene und entwicklungsförderliche Anforderungen,
 - die sie konsequent einfordern.
 - Steins, Bitan, Haep, 2014; Steins & Haep, 2014; Hamre & Pianta, 2005

Erwachsene als Modell



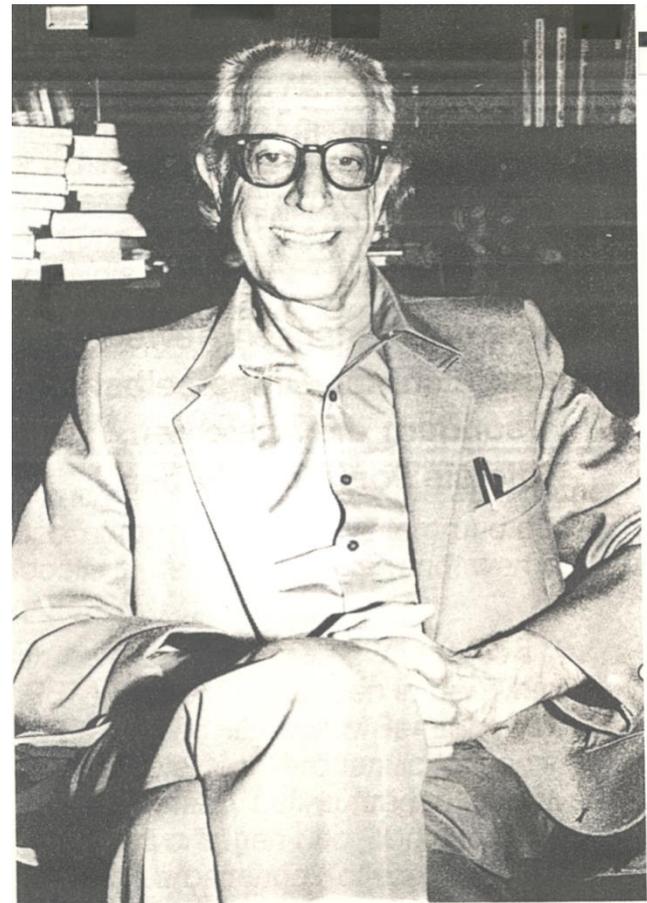
Ein Modell der Emotionsentstehung: Die rational-emotive Verhaltenstherapie

- Ein Beispiel
- Der Begründer
- Grundannahmen des Modells
- Das ABC
- Beispiele für das Zusammenwirken von A, B und C
- Die Metaebene
- Exploration und Regulation

Ein Beispiel

Der Begründer

- Rational-emotive kognitive Verhaltenstherapie (REVT)
- Rational Emotive Behavior Therapy)



Dr. Albert Ellis

Grundannahmen des Modells

Ein systemisches Modell

iB irrationale
Bewertung
rB rationale
Bewertung

Bewertungen
(irrational (iB)
rational (rB))

ieC irrationale emotionale
Consequence
reC rationale emotionale
Consequence
ibC irrationale behaviorale
Consequence
rbC rationale behaviorale
Consequence

**Aktivierendes
Ereignis**



Consequenzen
(Gefühle (ieC; reC),
Verhalten (ibC; rbC))

Systemisch:

- Es sind nicht die Dinge, die uns beunruhigen, sondern unsere Vorstellungen von den Dingen.
 - Epiktet
- Denken, Fühlen und Verhalten sind systemisch miteinander verbunden.
 - Ellis; 1962, 2002

Vernunft ist anstrengend, aber möglich

- Menschen haben eine angeborene Tendenz zu unlogischen, nicht hilfreichen Gedanken.
 - Mangelnde Realitätsorientierung
- Sie sind aber auch zu gegenteiligen Denkvorgängen in der Lage.

Realitätsorientierung und Glück

- Realitätsorientierung von Wahrnehmung, Bewertungen, Handeln und Emotionen steht in Zusammenhang mit dem:
 - übergeordneten Ziel
 - Ein glückliches Leben zu führen.

Das A, B und C

Das A

- Unterscheiden von praktischen und emotionalen Problemen
- Veränderbarkeit des A kalkulieren:
 - Helfen, jene Ereignisse zu verändern, welche sich verändern lassen
 - Jene Ereignisse gelassen hinzunehmen, die sich nicht verändern lassen
 - Lernen, diese beiden Arten von Ereignissen zu unterscheiden

Das B: Woher kommen Bewertungen?

Biologisches Erbe

- Angeborene Dispositionen
 - Bei Bedrohung zu fliehen
 - Auf bestimmte Formen mit Abneigung zu reagieren
 - Bestimmte Formen zu präferieren

Kulturelle Einflüsse

- Erziehung = die Internalisierung gesellschaftlich als richtig befundener Bewertungssysteme.

Umgang mit Gefühlen

- In kollektivistischen Gesellschaften
 - Negative Gefühle als Umweltverschmutzung.
 - Schwächung des Immunsystems durch deren Ausdruck
- In individualistischen Gesellschaften
 - Ausdruck von negativen Gefühlen gilt als gesund.
 - Stärkung des Immunsystems durch deren Ausdruck

Wert von inneren Zuständen in einer Kultur durch Sprache symbolisiert

- Englisch
 - Basisemotionen
 - Freude, Furcht, Traurigkeit, Ärger, Liebe
- Deutliche kulturelle Variationen

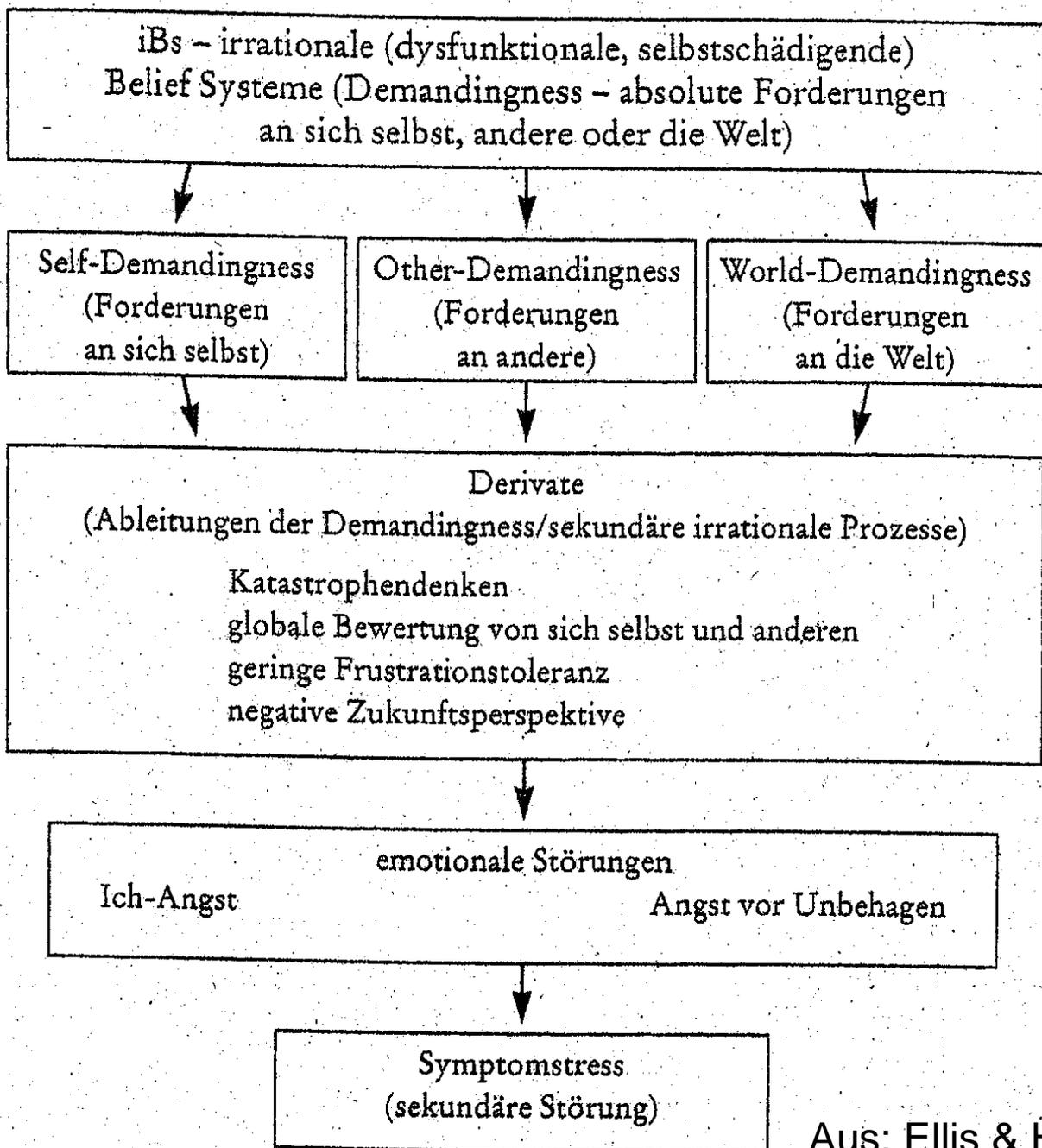
Wieviele Wörter gibt es zur Beschreibung von Emotionen?

- Englisch: 2000 Wörter
- Niederländisch: 1500
- Taiwanesisches Chinesisch: 750
- Malaysianisch: 230
 - Chewong: 7

Sprache und Erleben

- Ein Mangel an sprachlichen Ausdrücken heißt nicht, dass man diese Emotion nicht kennt.
- Die Sprache zeigt nur, auf was in einer Kultur besonders geachtet wird.

Überblick über irrationale Bewertungsvorgänge



Selbstwert

LFT

Irrationale Varianten von Mißerfolgsverarbeitung

Absolute Forderung (DEM/MUST)	Katastrophisieren (AWF)	Frustrations-Intoleranz (FI)	Pauschales Abwerten (GE)
„Ich muss bei den Dingen, die ich tue erfolgreich sein und muss die Anerkennung und Wertschätzung der Menschen haben, die ich als für mich wichtig ansehe.“	„Wie furchtbar, wenn ich keinen Erfolg habe bzw. nicht anerkannt werde!“	„Es ist nicht auszuhalten, wenn ich keinen Erfolg habe und keine Anerkennung bekomme.“	„Ich bin nichts wert, wenn ich nicht erfolgreich bin und die Anderen mich nicht wertschätzen!“

Verschiedene irrationale Denkmuster

Dichotomes Denken

- Gut versus schlecht
- Ich bin entweder ein Gewinner oder Verlierer
- Ich hasse meinen Vater, meine Mutter liebe ich

Generalisierung

- Ableiten unangemessener Eintrittswahrscheinlichkeiten aus einem Ereignis
- Anne hat mich nicht eingeladen; niemand lädt mich ein.

Gedankenlesen

- Gedanken anderer können vermeintlich erraten werden ohne Beleg
- Ich weiß einfach, dass mein Vater von mir enttäuscht sein wird.

Ursachen verdrehen

- Eigenes Verhalten und eigene Gefühle sind direkt durch die Situation oder das Verhalten anderer bedingt
- Er ist selbst schuld, dass ich ihn geschlagen habe. Er hat mich so wütend gemacht.

Das Positive negieren

- Ereignisse, die dem eigenen negativen Denken widersprechen werden ignoriert
- Ich habe das Referat nur hinbekommen, weil meine Mutter mir geholfen hat.

Das Positive negieren

- Ereignisse, die dem eigenen negativen Denken widersprechen werden ignoriert
- Ich habe das Referat nur hinbekommen, weil meine Mutter mir geholfen hat.

Katastrophisierung

- Erwartung negativer und katastrophaler Ereignisse
- Ich werde beim Referat wieder stottern und rot werden und alle werden sich über mich lustig machen.

Personalisieren

- Die eigene Person wird als Ursache negativer Ereignisse betrachtet
- Meine Eltern wollen sich trennen, weil ich auf die Welt gekommen bin.

Pauschale Selbstwertbestimmung

- Bestimmung der Höhe des Selbstwertes durch Einzelleistungen oder Vergleiche mit anderen
- Ich kann nicht so gut Fußballspielen wie mein älterer Bruder. Er ist ein besserer Mensch als ich.

Selektive Abstraktion

- Fixierung auf ein negatives Detail, Ignorieren anderer Aspekte
- Meine Freundin hat sich zwei Plätze weit weg von mir gesetzt. Sie will bestimmt nicht mehr meine Freundin sein

Personalisieren

- Die eigene Person wird als Ursache negativer Ereignisse betrachtet
- Meine Eltern wollen sich trennen, weil ich auf die Welt gekommen bin.

Absolutes Fordern

- Überhöhte Erwartungen an sich und andere
- Ich muss immer zu meiner Freundin gehen, wenn sie mich einlädt, denn sie ist ja meine Freundin.
- Das darf er nicht, weil ich das nicht will.

Verbreitete irrationale Vorstellungen

- Self-Demandingness
- Other-Demandingness
- World-Demandingness

Self-Demandingness

Ich muss meine Sache gut machen und für meine Leistungen anerkannt werden, sonst gelte ich als ein wertloses Subjekt.

Other-Demandingness

Andere müssen mich rücksichtsvoll und freundlich behandeln, genauso wie ich von ihnen behandelt werden möchte; wenn sie es nicht tun, dann soll die Gesellschaft und die ganze Welt sie für ihre Rücksichtslosigkeit auf das Schärfste tadeln, verurteilen und bestrafen.

World-Demandingness

Meine Lebensbedingungen müssen so beschaffen sein, dass ich praktisch alles, was ich will, bequem, schnell und ohne Mühe bekommen kann, und dass ich praktisch mit nichts konfrontiert werde, was ich nicht will.

Das eC

- Emotionale Konsequenzen

Physiologische Grundlagen von Emotionen

- Unterschiedlichste Gefühle
 - werden vom vegetativen Nervensystem gesteuert
 - sind physiologisch schwer unterscheidbar
- Die Intensität der Ausprägung
 - ist unterschiedlich
 - je nach Stärke der Erregung.

- Physiologische Korrelate von Emotionen sind:

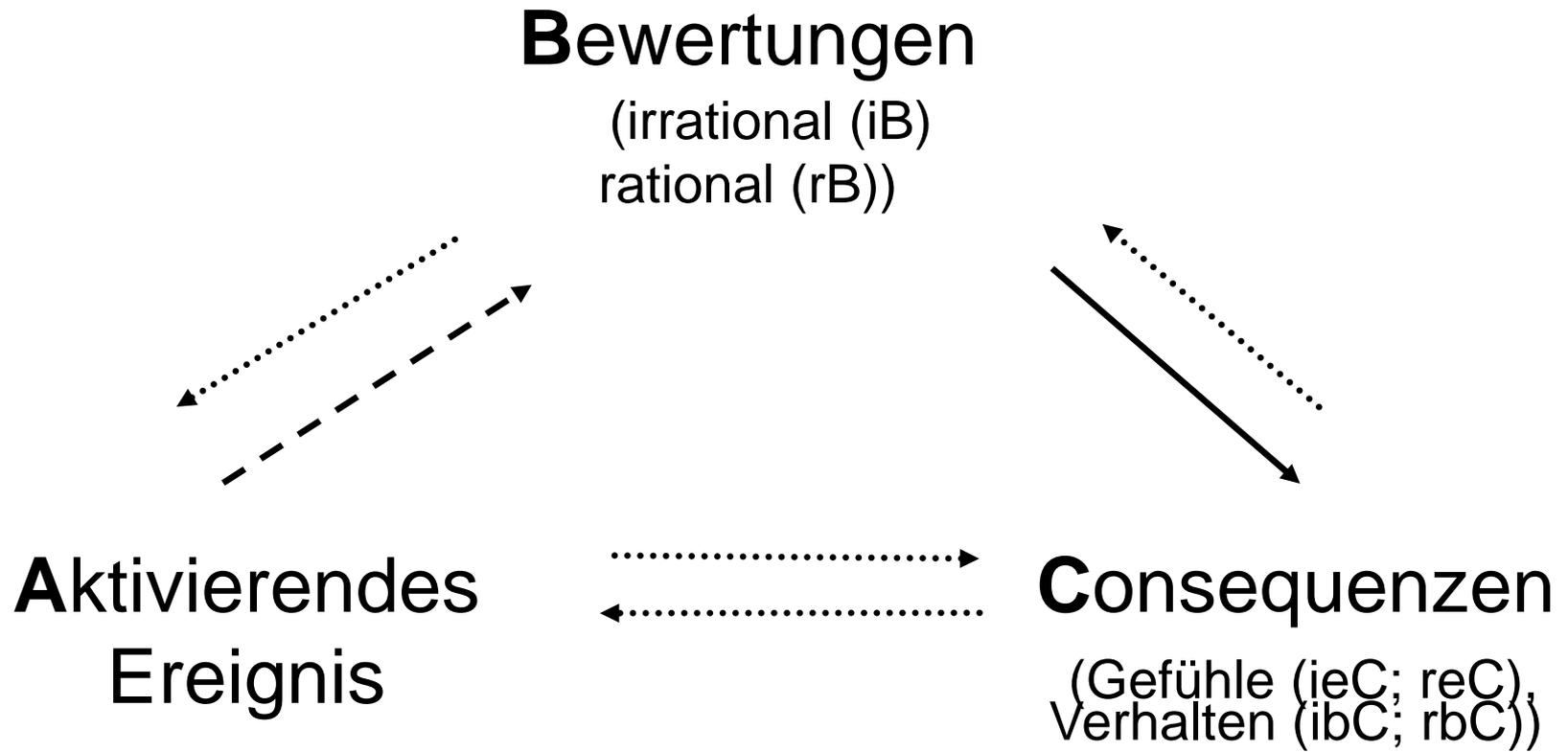
- Herzklopfen
- Zunahme der Atemfrequenz
- Bestimmtes Gefühl im Magen
- Erröten
- Schweißausbruch
- Erhöhter Spannungsgrad der Muskulatur
- Ansteigen des Aktivierungsniveaus

dysfunktional - hilfreich

- Wut – Ärger
- Angst
- Depression
- Irritation
- Besorgnis
- Traurigkeit

Beispiele für das Zusammenwirken von A, B und C

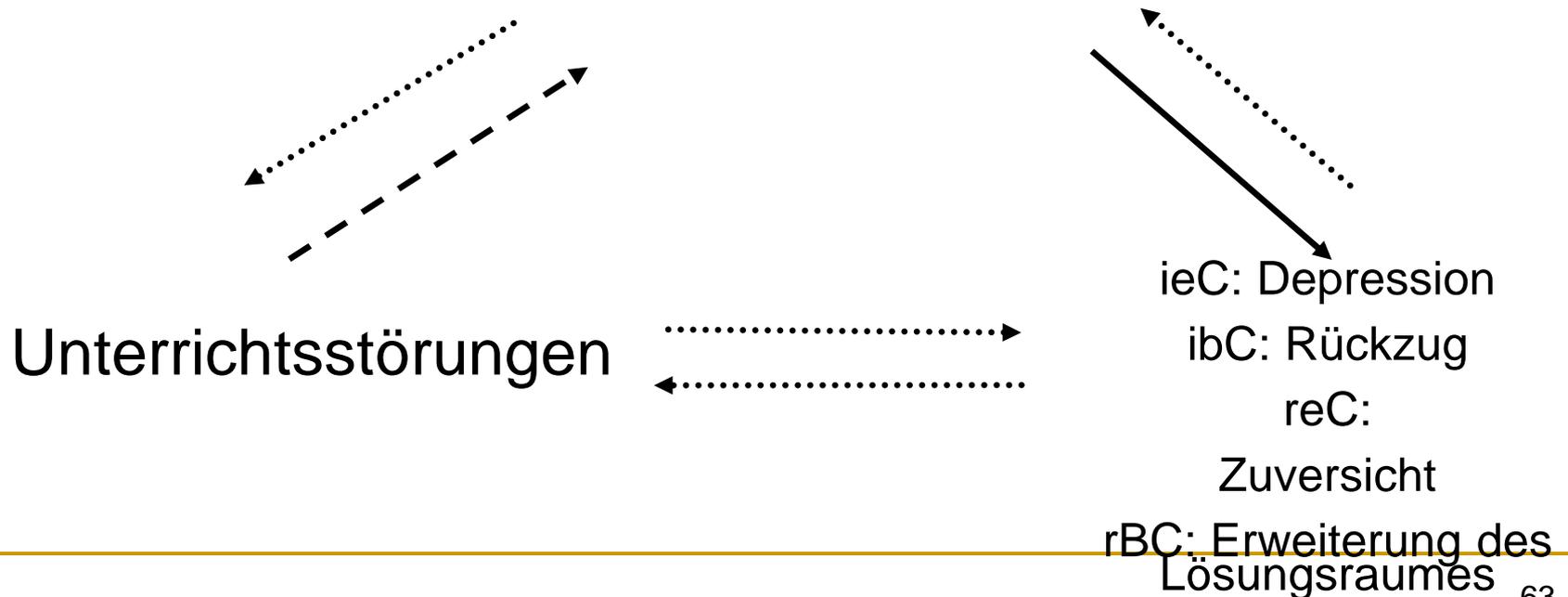
Theoretisches Modell der rational-emotiven Verhaltenstherapie:



Unterrichtsstörungen: rationale und irrationale Anteile

iB: Ich kann das einfach nicht. Ich kriege keine ruhige Klasse hin. Ich bin unfähig für diesen Beruf.

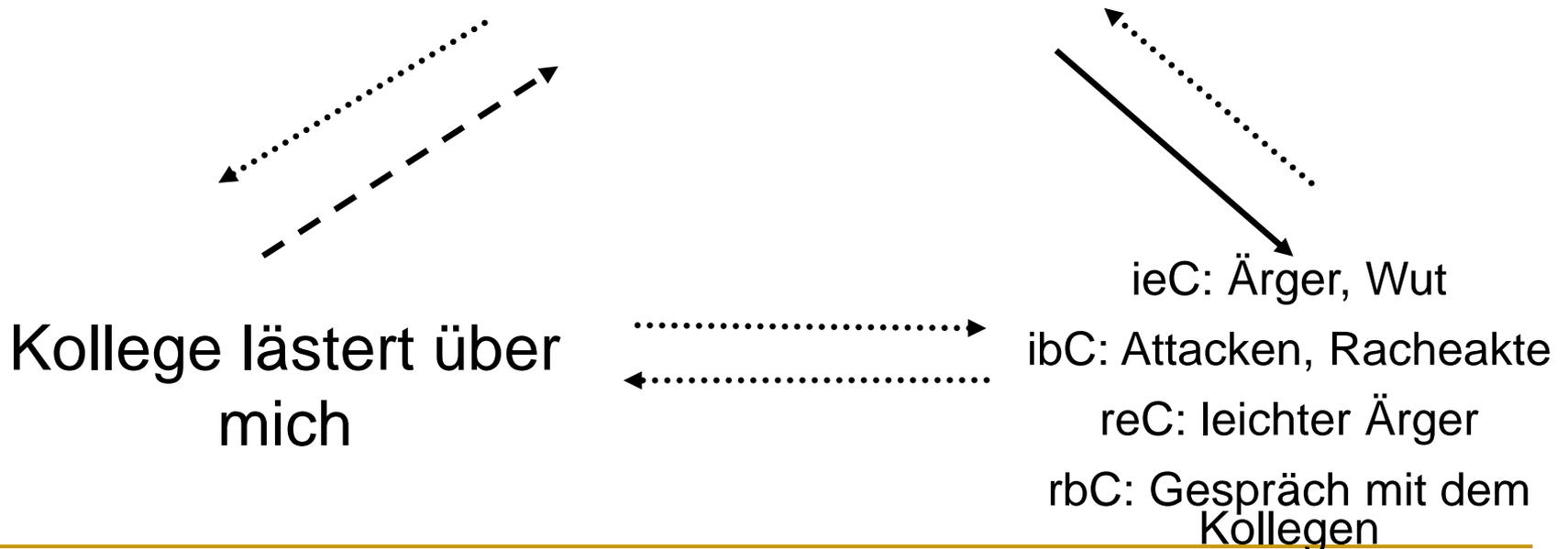
rB: Ich kriege das bis jetzt nicht hin. Aber es muss doch irgendwie zu schaffen sein. Ich habe doch auch schon andere Probleme gelöst.



Stress mit einem Kollegen: Rationale und irrationale Anteile

iB: So ein Mistkerl! Ich werde mich rächen und ihm zeigen, dass man nicht ungestraft so mit mir umgeht! Er muss bestraft werden!

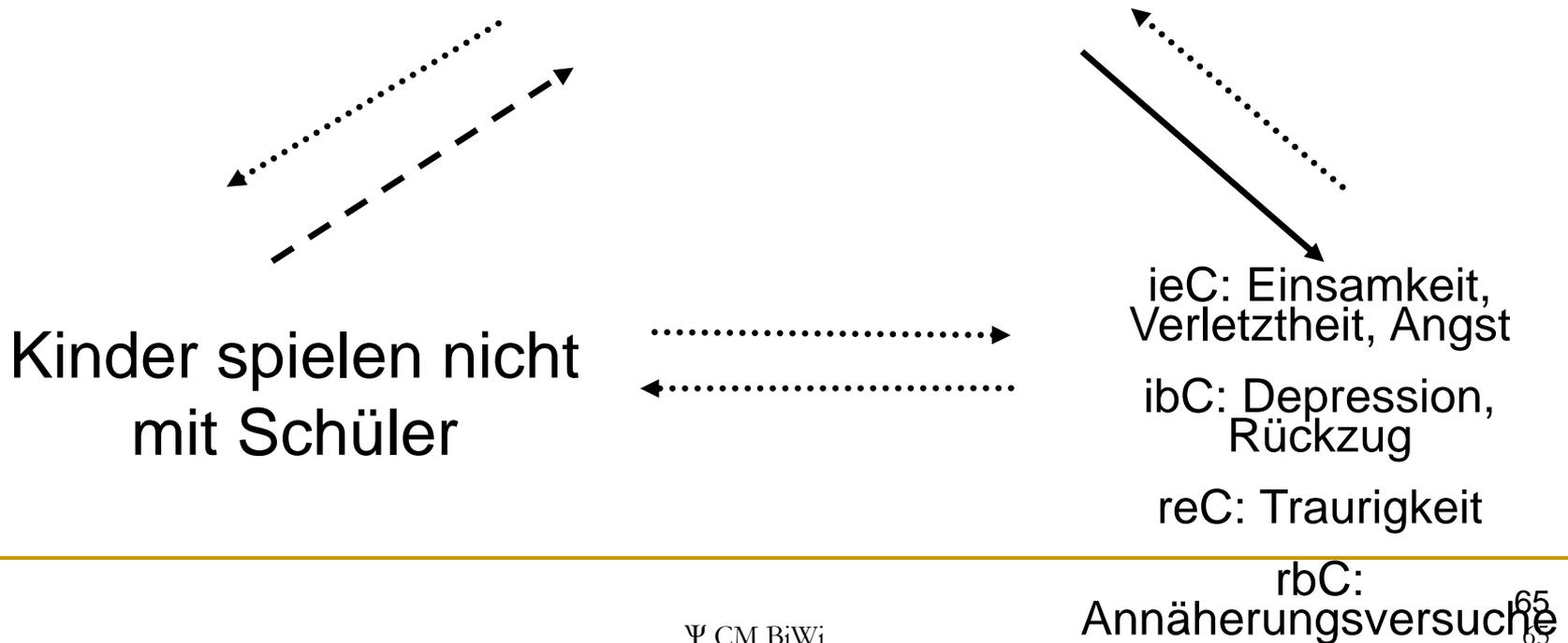
rB: Wirklich fies von ihm. Ich werde ihn unter vier Augen zur Rede stellen.



Einsamkeit eines Außenseiters: Rationale und irrationale Anteile

iB: Niemand mag mich! Ich bin keine besonders liebenswerte Person. Ich gehöre nicht hierhin. Ich muss unbedingt Kinder als Freunde haben, sonst halte ich das nicht aus!

rB: Ich würde so gerne mit den anderen spielen. Irgendetwas muss ich doch machen können. Solange es nicht klappt, kann ich auch alleine auskommen, auch wenn es nicht schön ist.



Die Metaebene

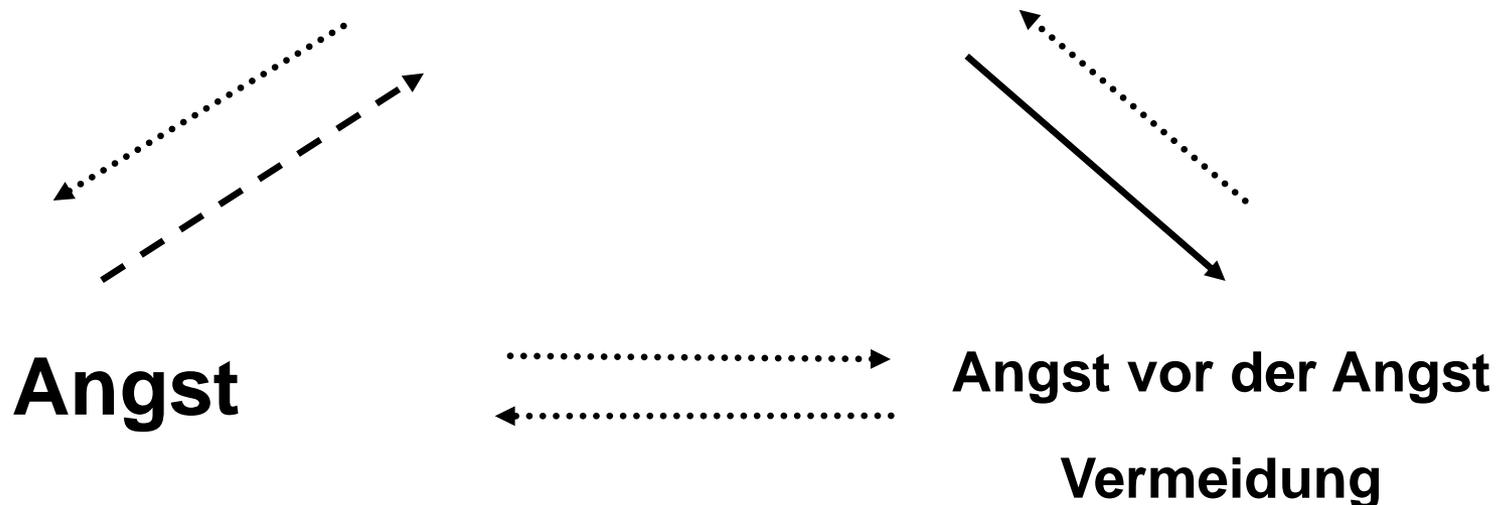
Was ist eine Metaebene im A-B-C-Modell?

- Synonym: Symptomstress
- Eine irrationale emotionale oder verhaltensbezogene Konsequenz wird zu einem weiteren aktivierenden Ereignis.
- Dieses Ereignis wird wiederum irrational bewertet.

Zum einen kann eine Metaebene entstehen, die das ursprüngliche Problem verschärft.

Angst als aktivierendes Ereignis

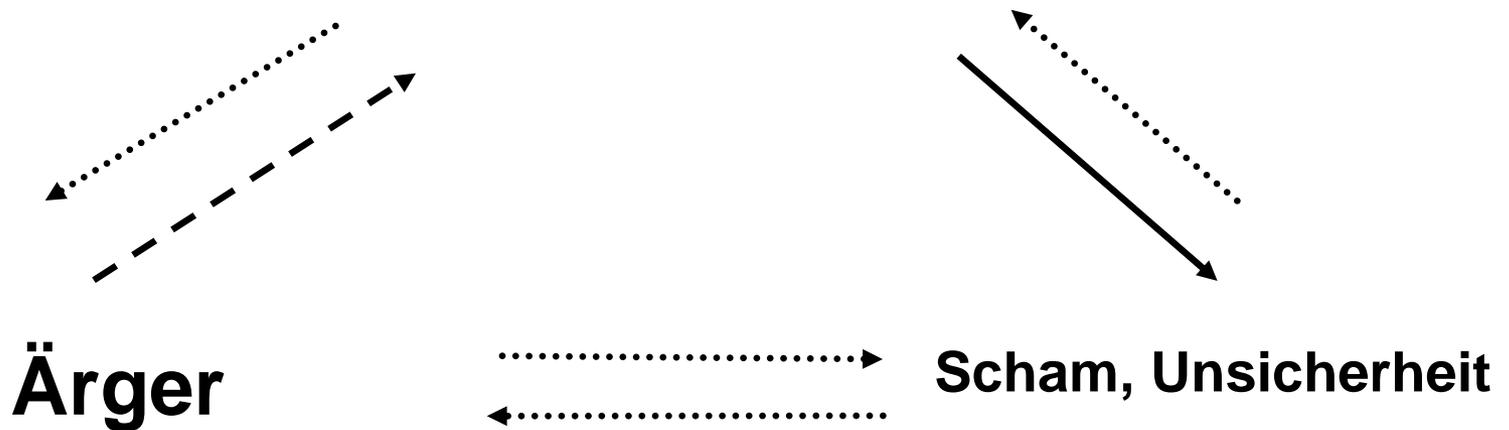
Es ist schrecklich, dass ich solche Angst habe.
Wenn ich Angst habe, bin ich zu keinem klaren
Gedanken fähig, dann kann ich meine Prüfung
gleich vergessen!



Zum anderen kann eine Metaebene entstehen, die ein weiteres emotionales Problem erzeugt.

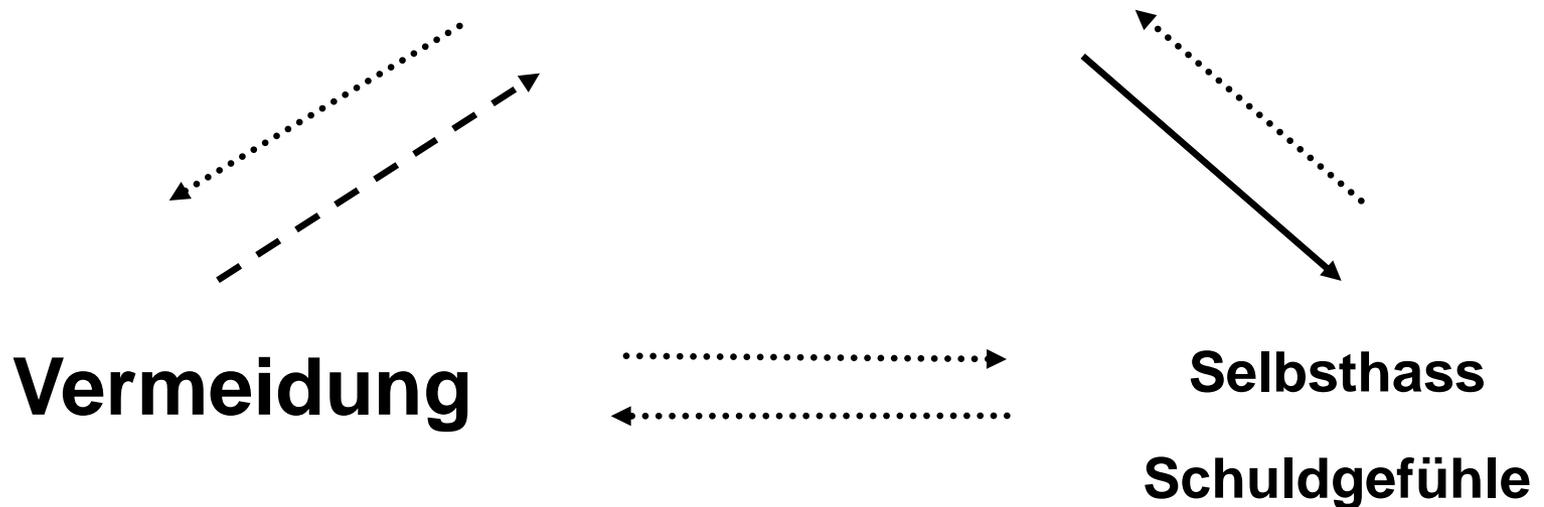
Ärger als aktivierendes Ereignis

Dass ich mich aber auch nie beherrschen kann. Ich habe mich mal wieder unmöglich benommen! Wie furchtbar peinlich. Was werden jetzt die anderen von mir denken?



Vermeidung als aktivierendes Ereignis

Ich bin einfach nicht alltagstauglich. Nichts mache ich richtig! Alles lasse ich schleifen. Ich bin einfach nichts wert!



Exploration und Regulation

■ Exploration

- Herausfinden, welche A-B-C Struktur dem eigenen Handeln und Empfinden zugrunde liegt.

■ Regulation

- Dysfunktionale Bewertungen durch selbstkritische Fragen und Verhaltensübungen an die Realität anpassen
 - Disputation

Vorbereitung/Nachbereitung

- Begleitlektüre Band I
 - Seiten 189-218
 - Emotionstheorien
- Begleitlektüre Band II
 - Seiten 65-82
 - Selbsttechnologien

Inhaltlich folgt...

- ... nun die Auseinandersetzung mit der menschlichen Wahrnehmung. Lehrer/innen sollten besser sein als der Durchschnitt, damit sie Komplexität besser bewältigen können und Ungerechtigkeiten vermeiden...