



Prof. Dr. Marcus Eckert

Klinisches Classroom Management

Umgang mit psychischen Störungsbildern





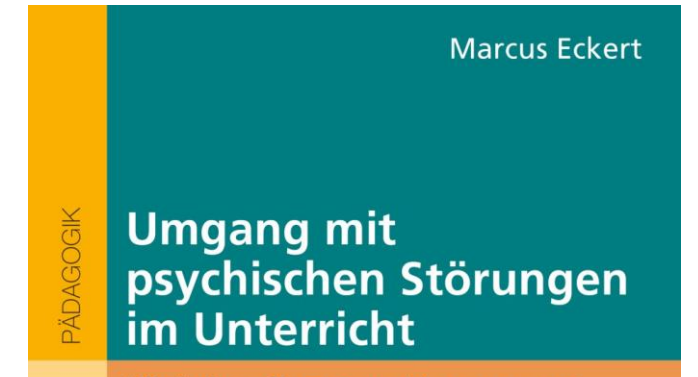
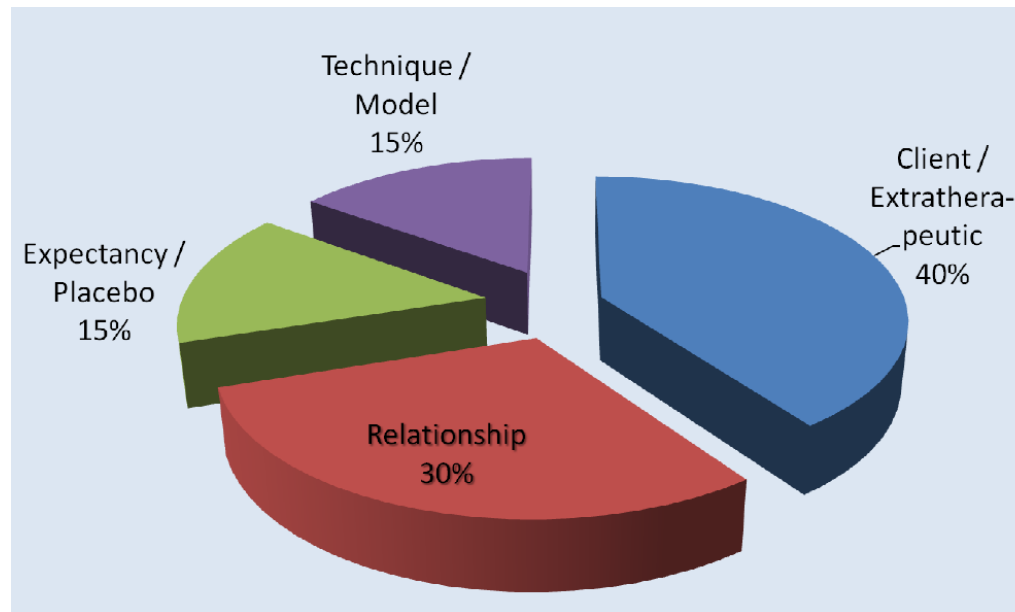
- **GHR Lehrer (2003 – 2010)**
- **Klinischer Psychologe**
- **Wissenschaftlicher Mitarbeiter an der Leuphana Universität Lüneburg**
- **Mitbegründer und Geschäftsführer Institut LernGesundheit**
- **Professur für Psychologie, insbesondere Entwicklungs- und Schulpsychologie an der APOLLON Hochschule in Bremen**
- **Ausbildung in Psychodrama und Hypnotherapie**
- **Verheiratet und 2 Kinder**



Klinisches Classroom Management – Warum?

Prävalenz

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





Stellen Sie sich einmal vor...

Option 1

Sie schweigen

Option 1a

Beide schweigen

→ Beide: 4 Jahre Haft

(Kooperation/ Vertrauen)

Option 1b

Ihr Komplize macht 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



Gefangenendilemma

(Flood et al., 1950)

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



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

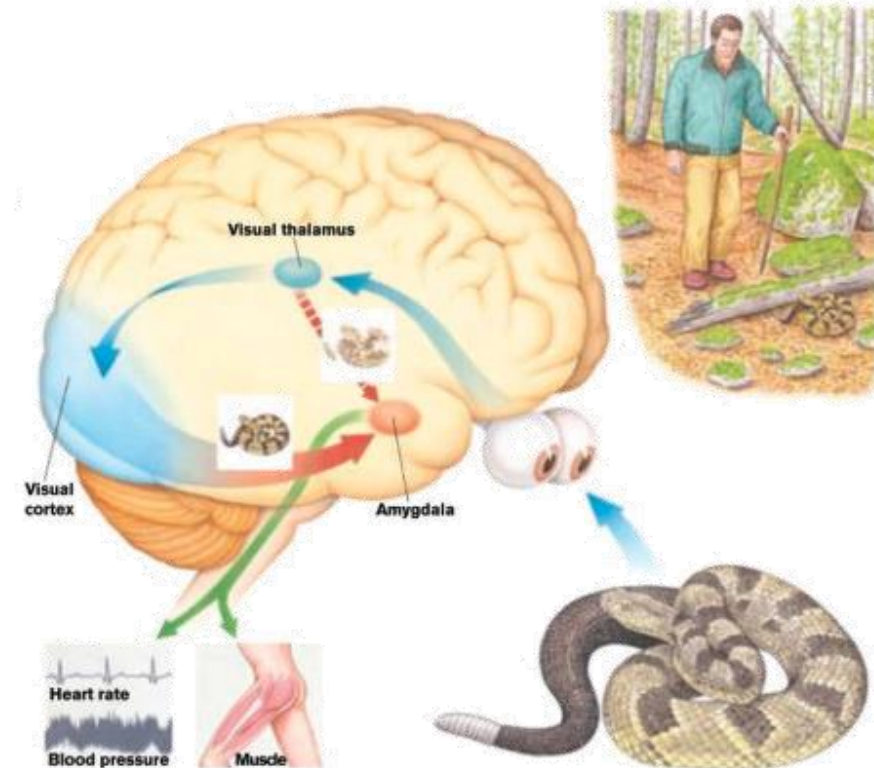
Option 2b
Beide gestehen
→ Beide 8 Jahre Haft

Belastungen (Kiecolt-Glaser et al., 2005)

24% Verzögerung bei Caregivern

40% Verzögerung bei Prüfungen

60% Verzögerung bei feindseligem Ehepartner





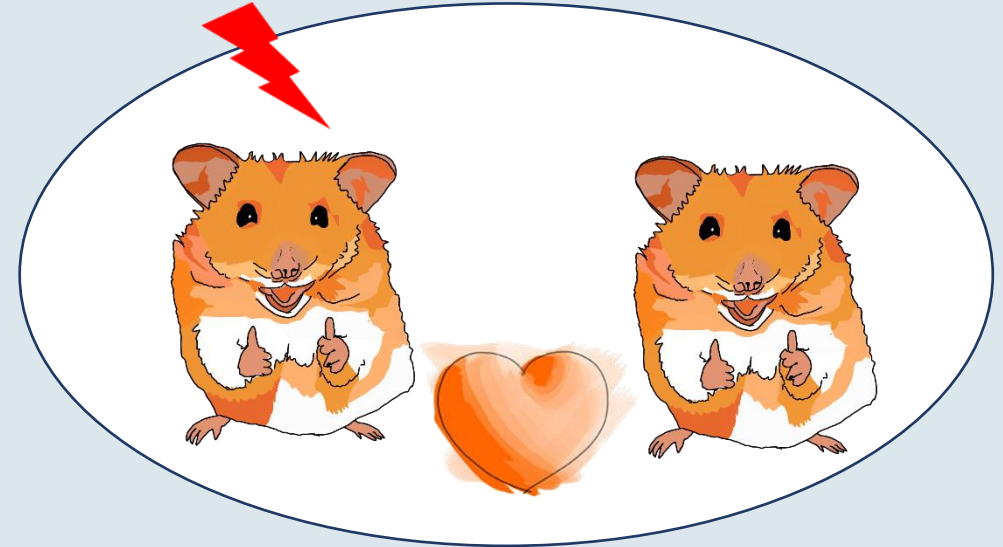
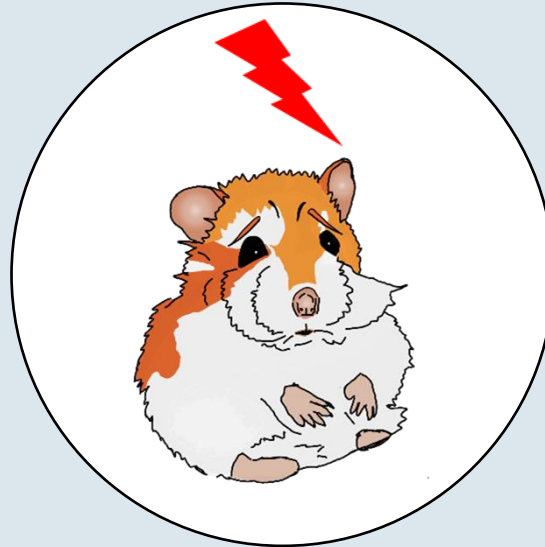
Belastungen (Kiecolt-Glaser et al., 2005)

24% Verzögerung bei Caregivern

40% Verzögerung bei Prüfungen

60% Verzögerung bei feindseligem Ehepartner

Auch bei Goldhamstern (Detillion et al., 2004)





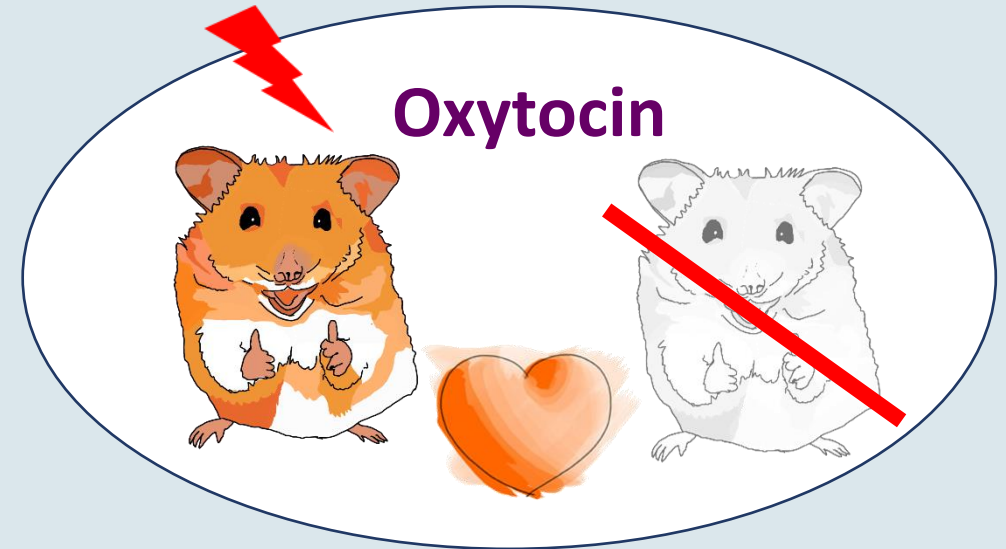
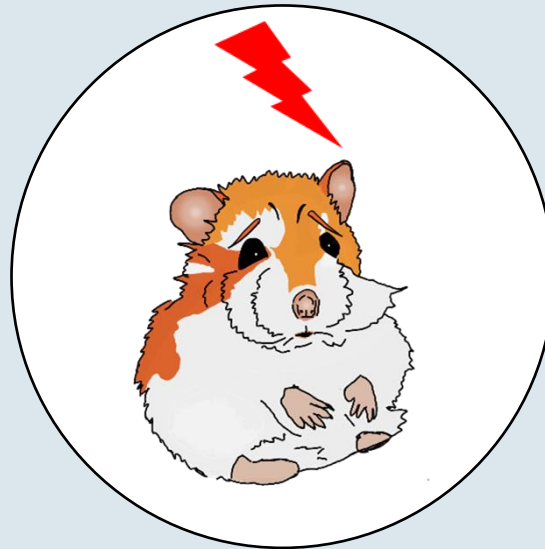
Belastungen (Kiecolt-Glaser et al., 2005)

24% Verzögerung bei Caregivern

40% Verzögerung bei Prüfungen

60% Verzögerung bei feindseligem Ehepartner

Auch bei Goldhamstern (Detillion et al., 2004)





Behavioral Ways to activate the oxytocin system

(Eckert & Schandro, i.V.)

Oxytocin

Exkurs: Stress und Wundheilung

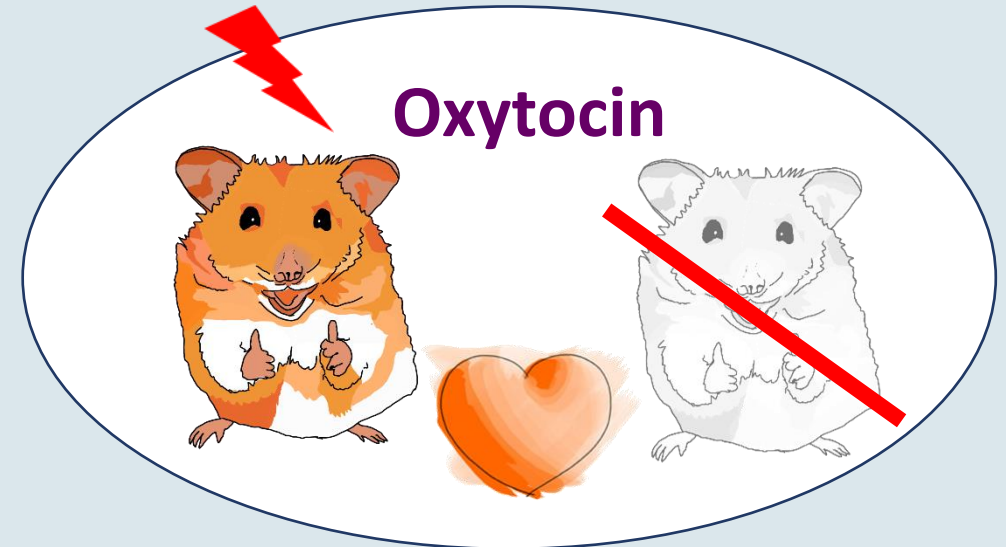
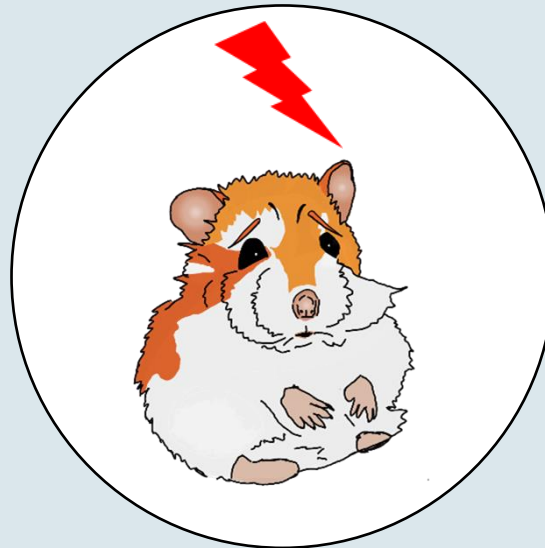
Belastungen (Kiecolt-Glaser et al., 2005)

24% Verzögerung bei Caregivern

40% Verzögerung bei Prüfungen

60% Verzögerung bei feindseligem Ehepartner

Auch bei Goldhamstern (Detillion et al., 2004)

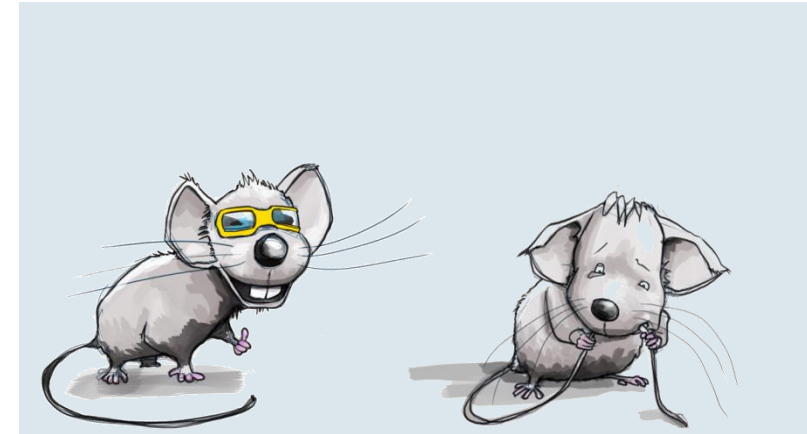


Wertschätzung

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



Erlernte Hilflosigkeit



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





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)



Subjektives Erleben



Oh, Anneliese, popel nicht!



Kooperation und
Herzlichkeit



Growth Mindset



Innere Stärke und
Bindungsrepräsentationen



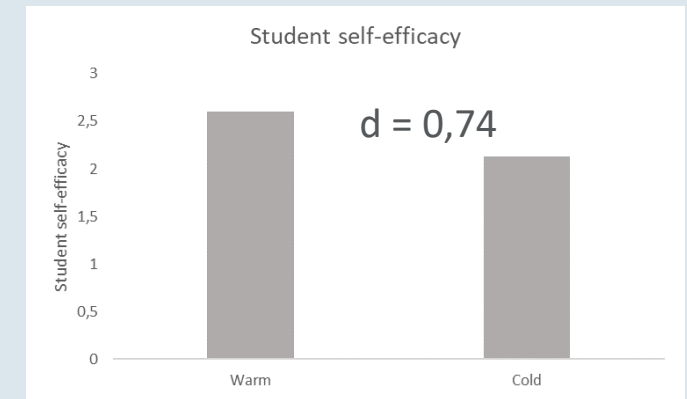
Unterstützung

Stereotype Content Model Selbstwirksamkeit

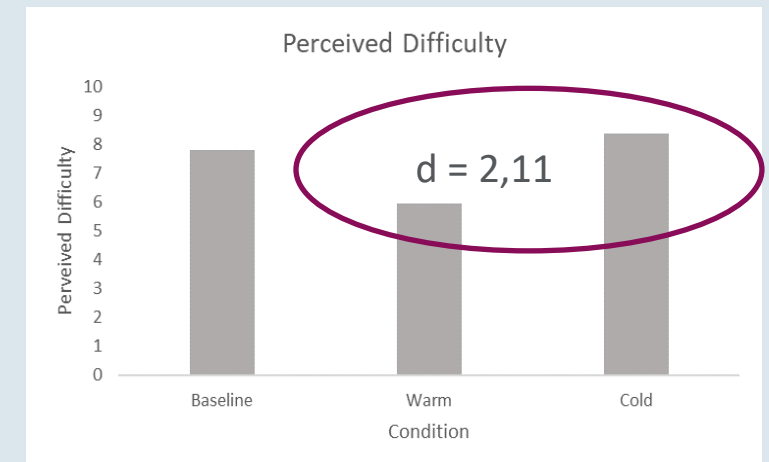
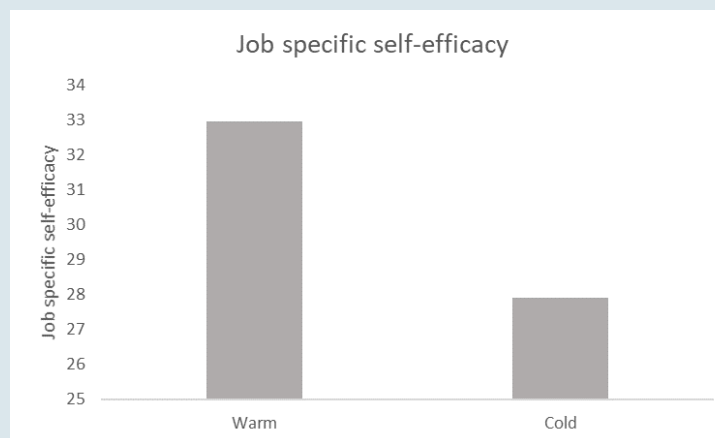
Stereotype Content Model (Cuddy, Glick, Fiske, 2008)

- 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)





Kooperation und
Herzlichkeit



Growth Mindset



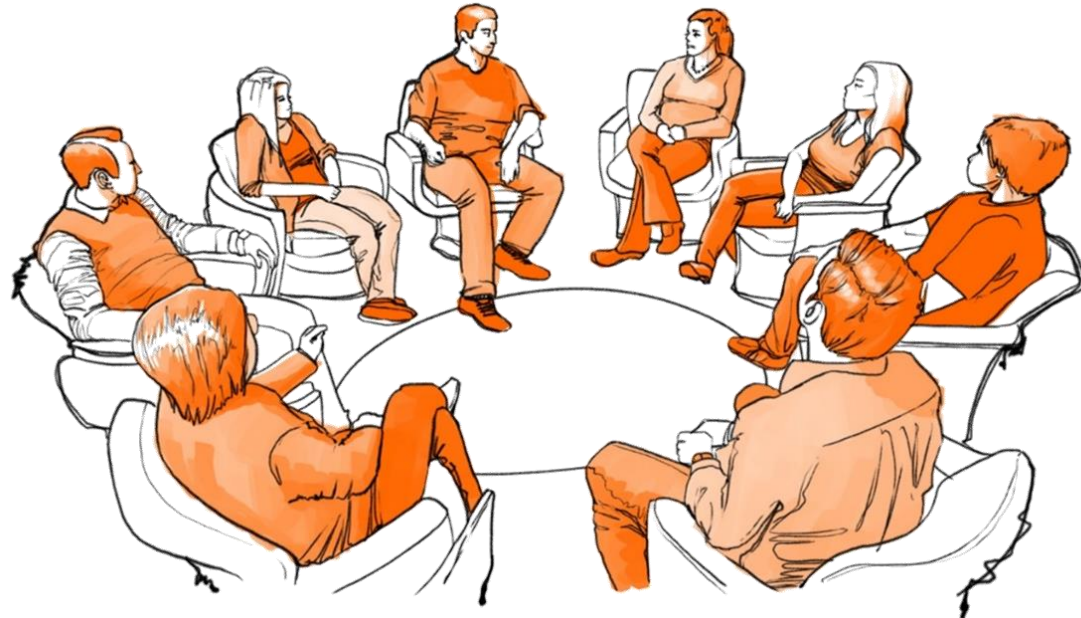
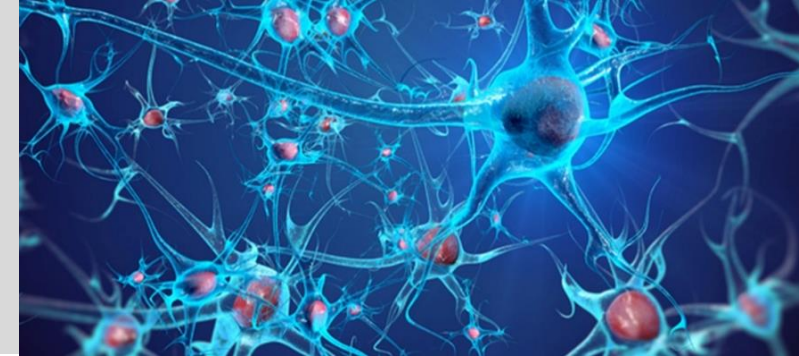
Innere Stärke und
Bindungsrepräsentationen



Unterstützung

Störungsbilder

- Depression
- AD(H)S
- Angststörungen





Kooperation und
Herzlichkeit



Growth Mindset



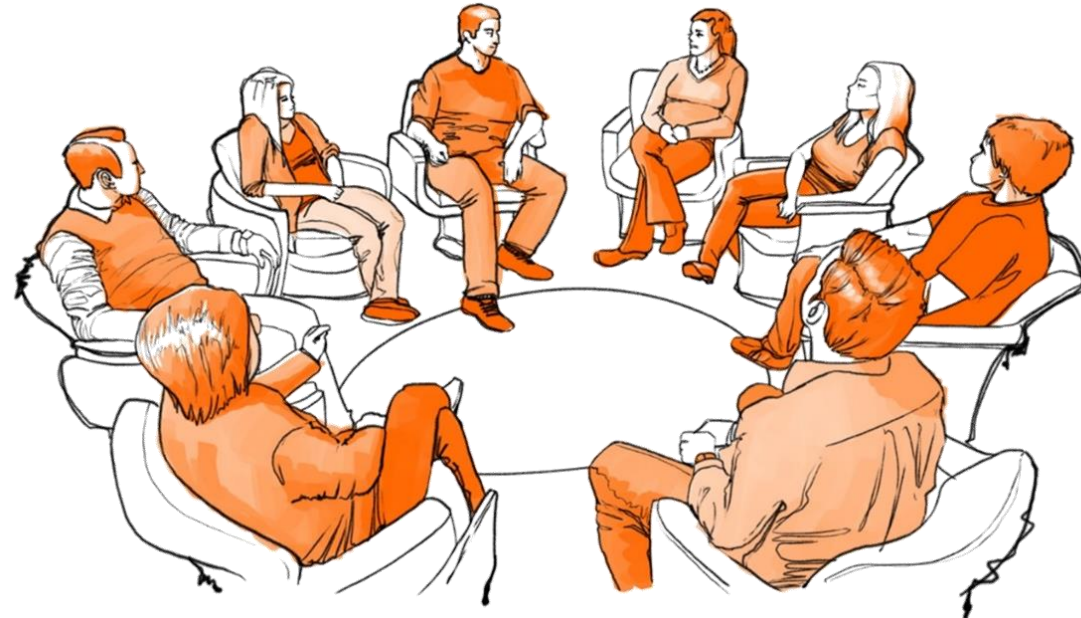
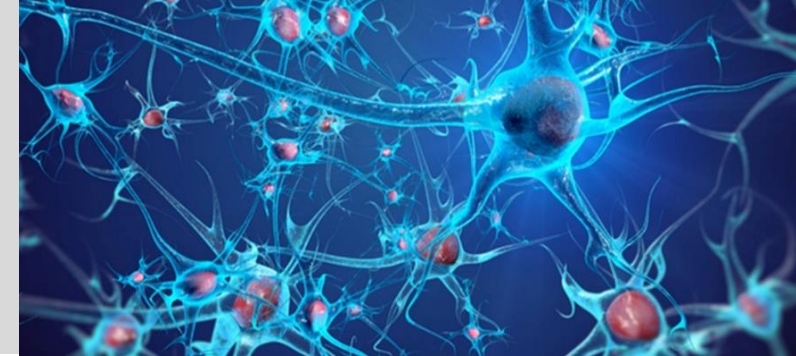
Innere Stärke und
Bindungsrepräsentationen



Unterstützung

Störungsbilder

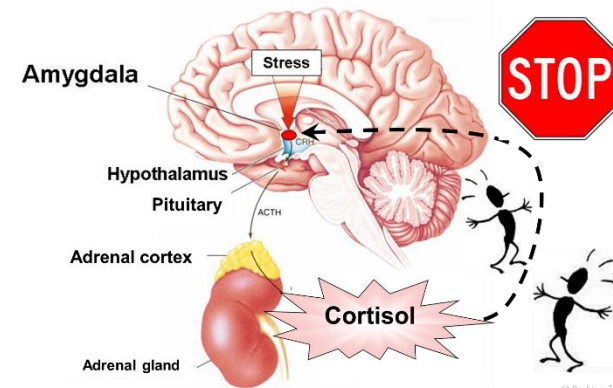
- Depression
- AD(H)
- Angststörungen





Leitsymptome:

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



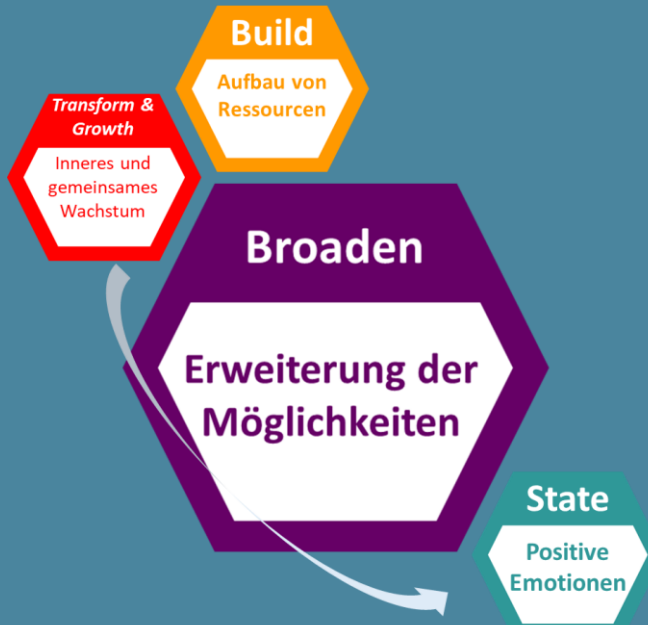
Kognitive Triade:

Negative Sicht

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





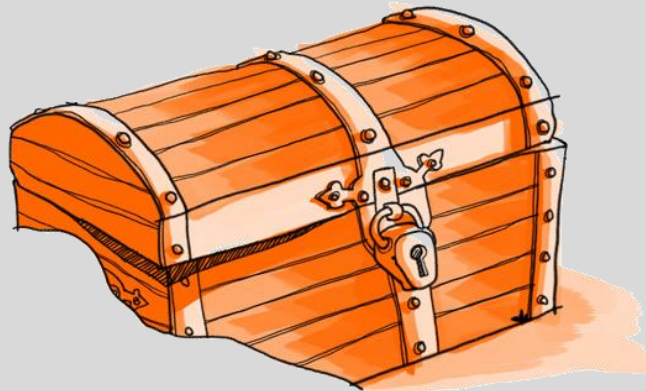


Innere Stärke und
Bindungsrepräsentationen

Hilfreiche Emotionen



Tagesschätze finden



Verankern

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

Ablauf

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



Kooperation und
Herzlichkeit

Ressourcen- und Kompetenzaktivierung

Wie ist dir das gelungen?



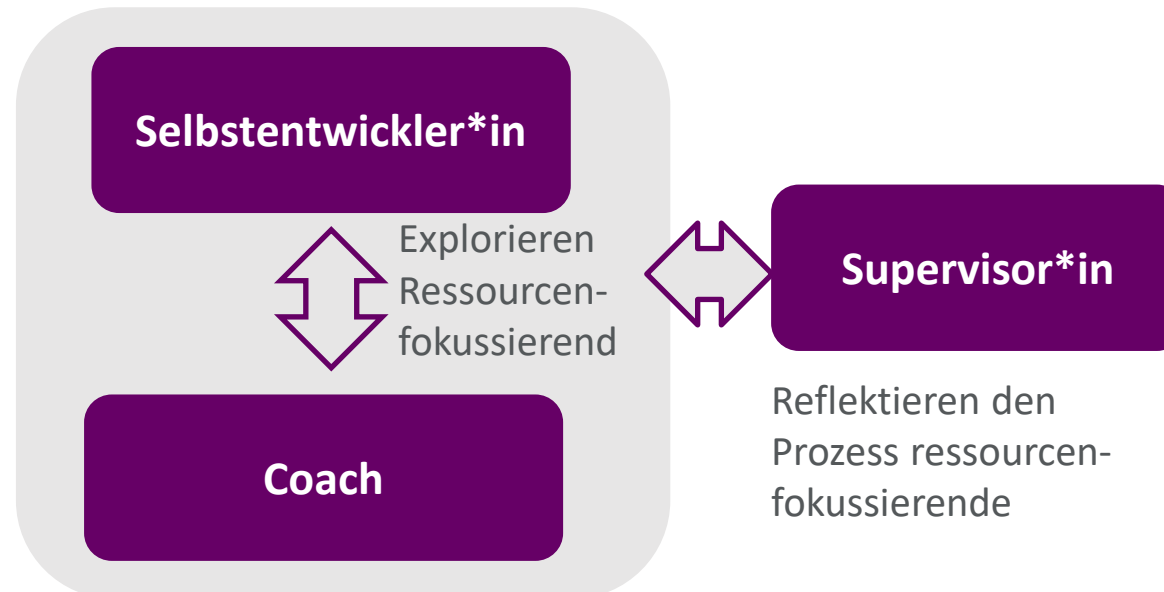
Reflexionsfragen

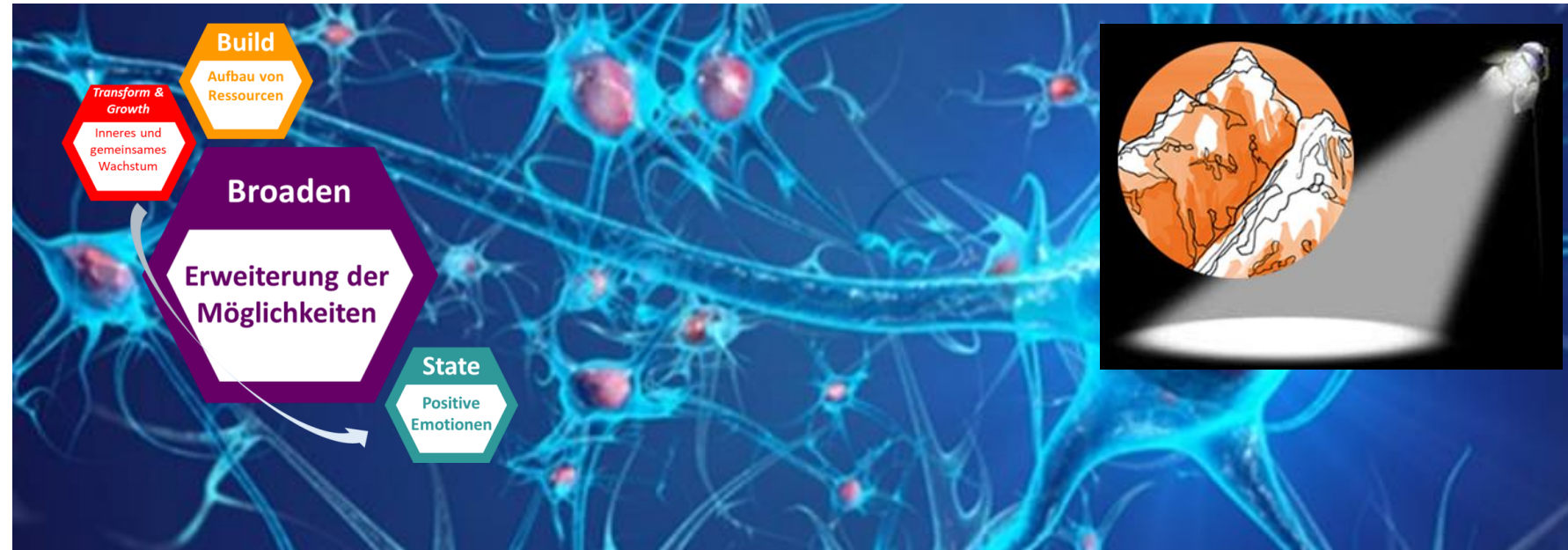
- Was hat gut funktioniert? Was war hilfreich?
- Was haben Sie dazu beigetragen? (Wer hat was beigetragen?)
- Was wäre noch hilfreich gewesen?
- Was hätten Sie anders machen können?

Ablauf

- 5 Minuten Beratung
- 2 Minuten Supervision
- 2 Minuten Vorsätze für die nächste Beratungssession

"Auch aus Steinen, die einem in den Weg gelegt werden, kann man etwas Schönes bauen!"
(Goethe)





Eigene Erfolge

Kompetenzen

Soziale Anerkennung

Leistungsunabhängige
Selbstwertschätzung



Kooperation und
Herzlichkeit



Kooperation und
Herzlichkeit



Growth Mindset



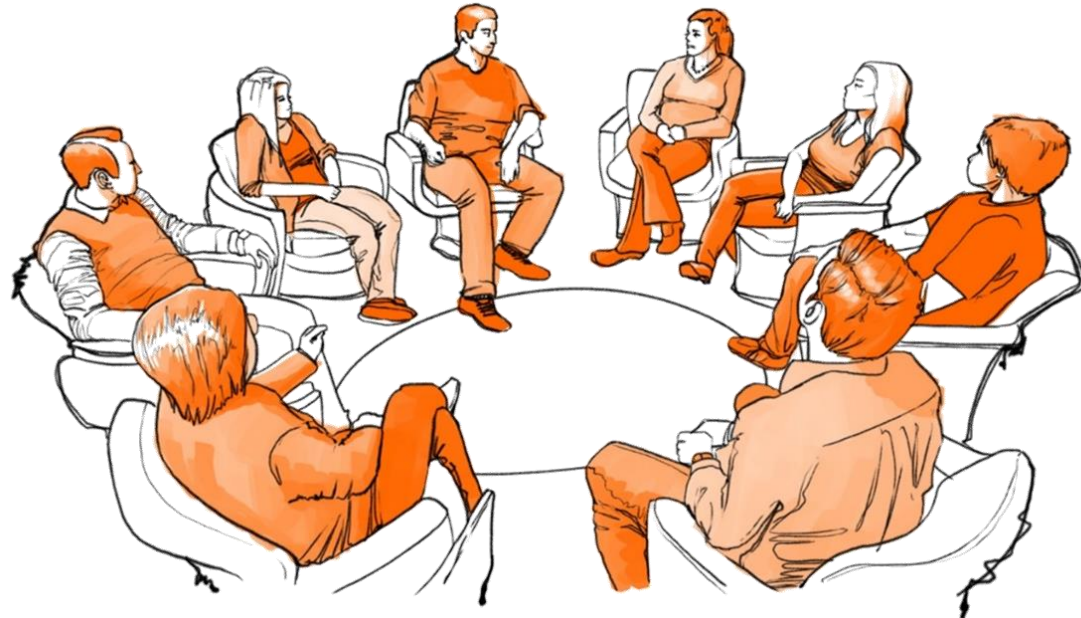
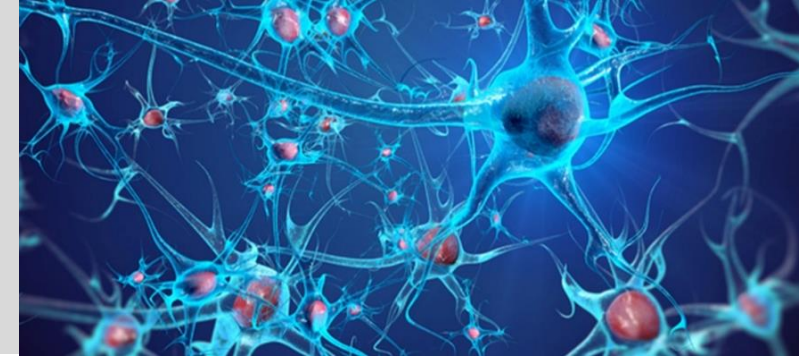
Innere Stärke und
Bindungsrepräsentationen

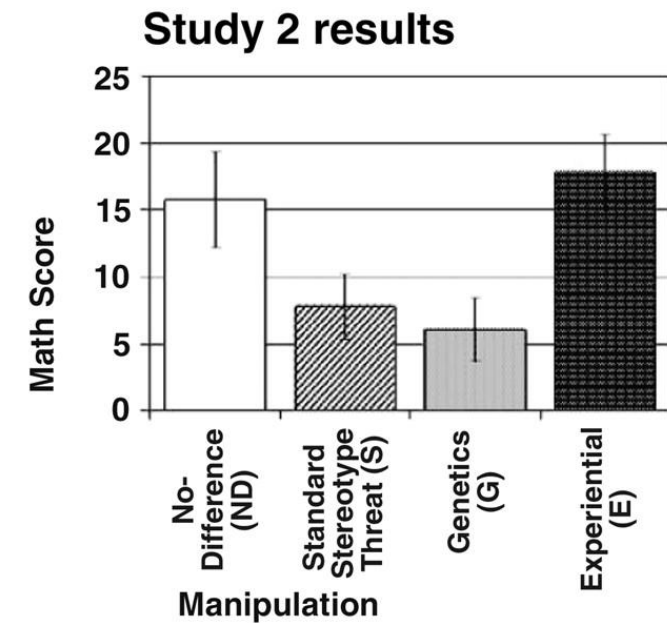
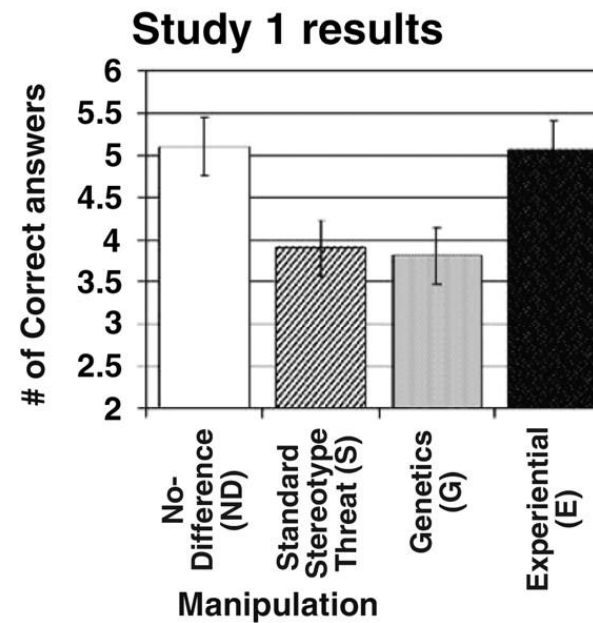


Unterstützung

Störungsbilder

- Depression
- AD(H)S
- Angststörungen







AD(H)S Ein kurzes Portrait

Symptome

1. Aufmerksamkeitsstörung

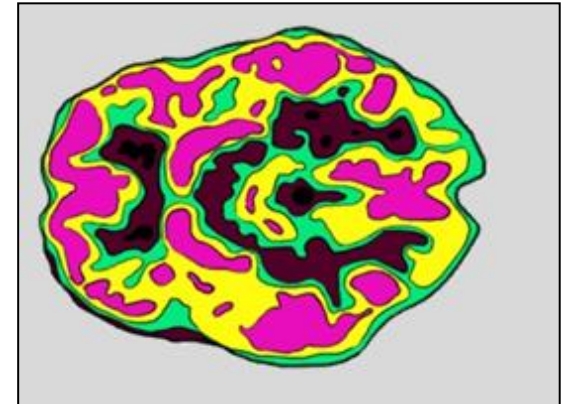
- fremdbestimmten Aufgaben
- Vor allem bei Aufgaben mit kognitiven Anforderungen (weil langweilig)
- Probleme mit der selektiven Aufmerksamkeit
- Probleme mit der Daueraufmerksamkeit

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)



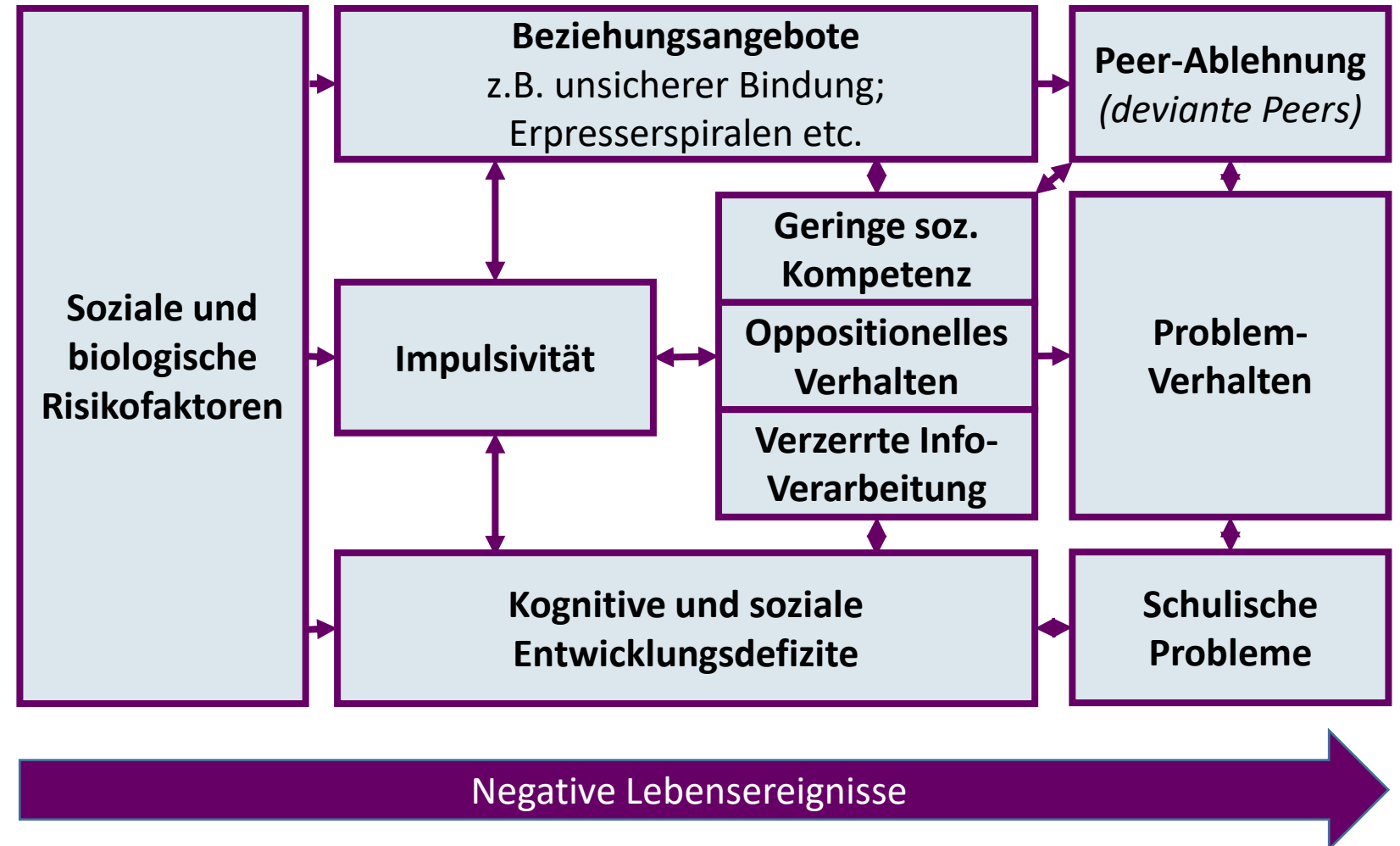
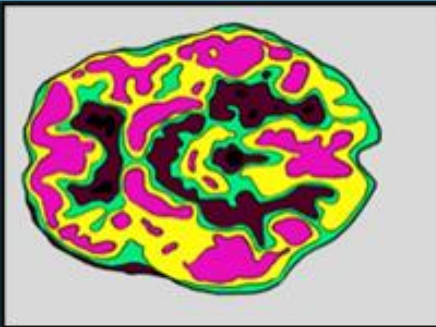


Symptome

1. Aufmerksamkeitsstörung

2. Impulsivität

3. Hyperaktivität



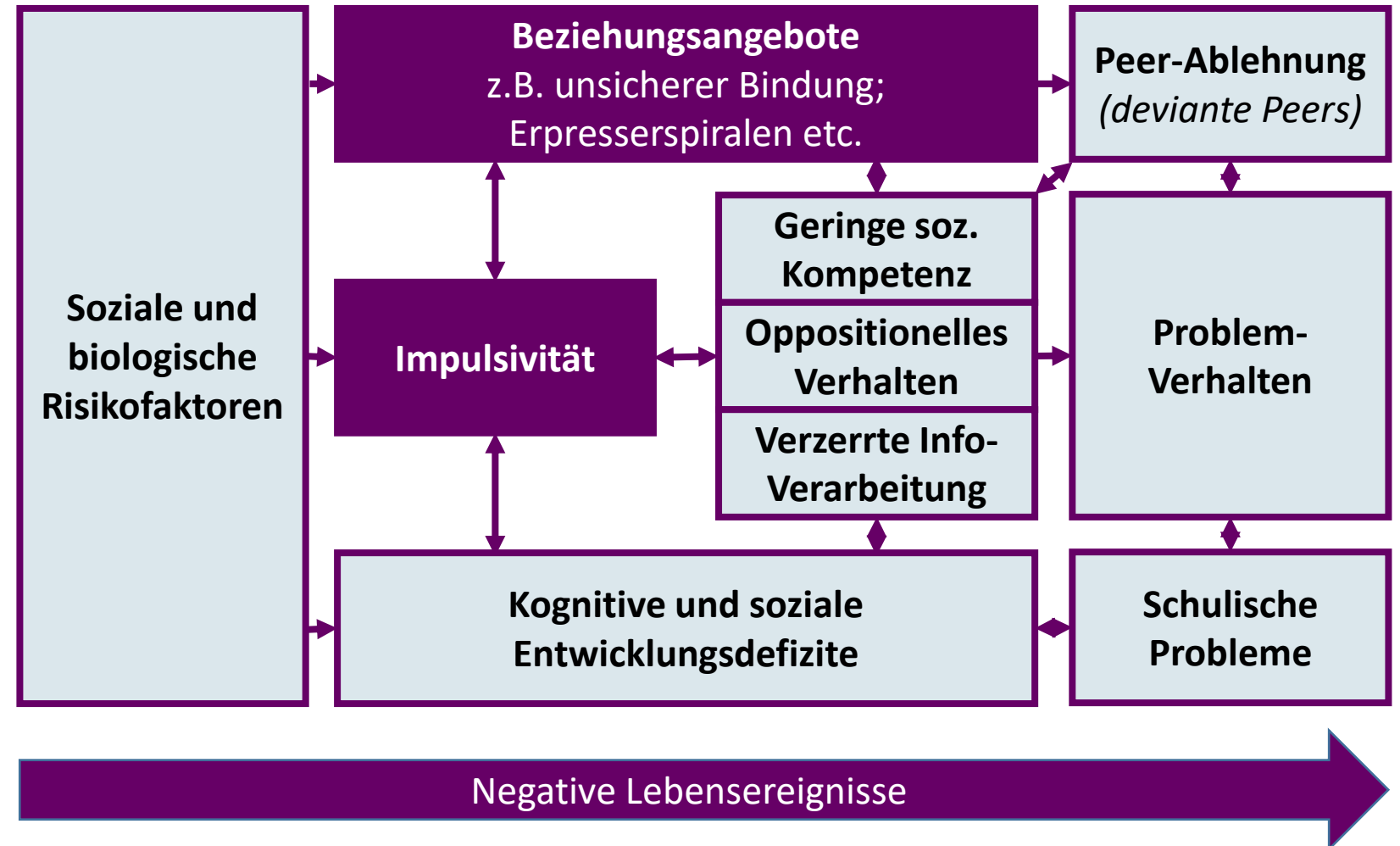
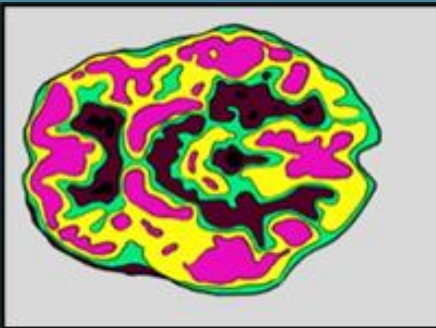


Symptome

1. Aufmerksamkeitsstörung

2. Impulsivität

3. Hyperaktivität



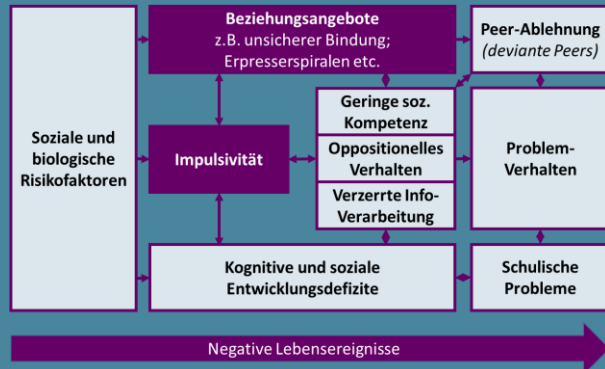


Symptome

1. Aufmerksamkeitsstörung

2. Impulsivität

3. Hyperaktivität



Growth Mindset



Innere Stärke und
Bindungsrepräsentationen

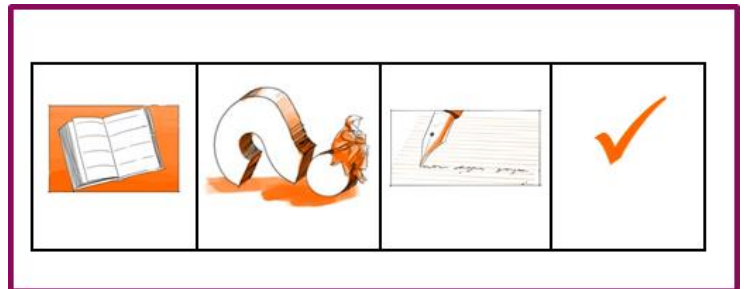


Unterstützung

Problem

Keine längere Zeitperspektive voraussetzen

➤ Besser: Schritt für Schritt arbeiten mit unmittelbarem Feedback





Liebe mich dann am meisten, wenn ich es am wenigsten verdient habe, denn dann brauche ich es am nötigsten
(H. Keller)

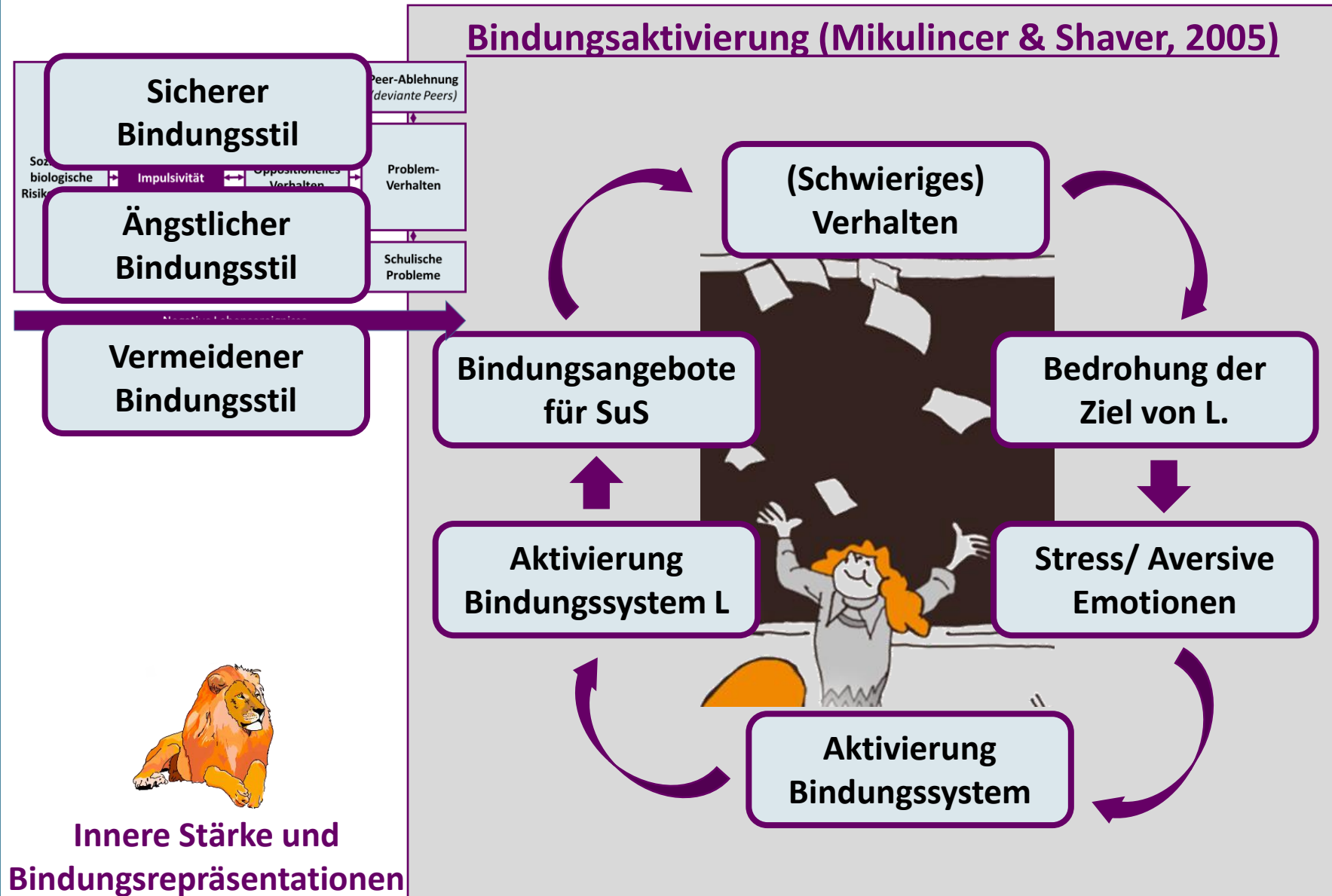
Bindungsaktivierung – Funktion

- „Gesunde Selbstwertregulation“
➔ Kognitive Verzerrung“
- V.a. bei unsicher gebundenen Personen
- Selbstwert durch Abwertung anderer (Stressregulation)
- Sicher gebundene Personen brauchen das nicht
- Aktivierte Bindungsrepräsentation kann sich vom Bindungsstil unterscheiden



Innere Stärke und Bindungsrepräsentationen

Bindungsaktivierung (Mikulincer & Shaver, 2005)





Liebe mich dann am meisten, wenn ich es am wenigsten verdient habe, denn dann brauche ich es am nötigsten
(H. Keller)

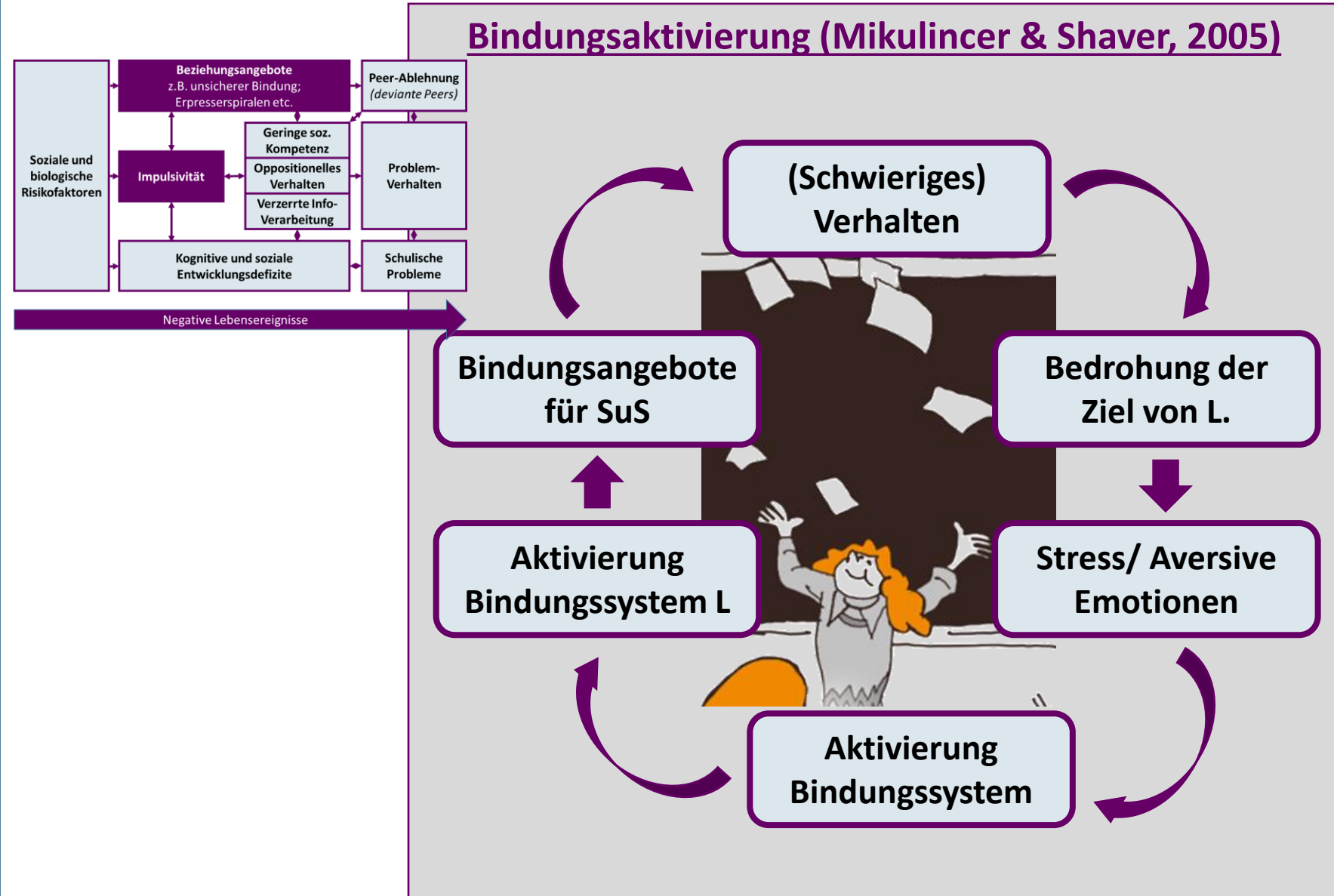
Innere Stärke durch Aktivierung von Bindungsrepräsentationen

Wann sind Sie akzeptiert und geliebt worden, obwohl Sie es nicht „nicht verdient“ hatten?



Wie war das für Sie?

Was brauchen Sie heute, damit es Ihnen gelingt, andere unbedingt wert zu schätzen?





Liebe mich dann am meisten, wenn ich es am wenigsten verdient habe, denn dann brauche ich es am nötigsten
(H. Keller)

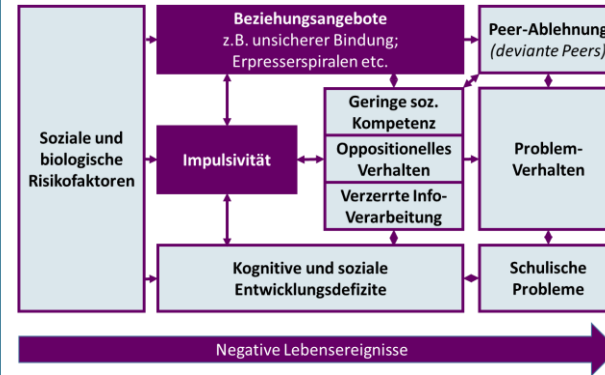
Innere Stärke durch Aktivierung von Bindungsrepräsentationen

Wann sind Sie akzeptiert und geliebt worden, obwohl Sie es nicht „nicht verdient“ hatten?



Wie war das für Sie?

Was brauchen Sie heute, damit es Ihnen gelingt, andere unbedingt wert zu schätzen?



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?



Symptome

1. Aufmerksamkeitsstörung

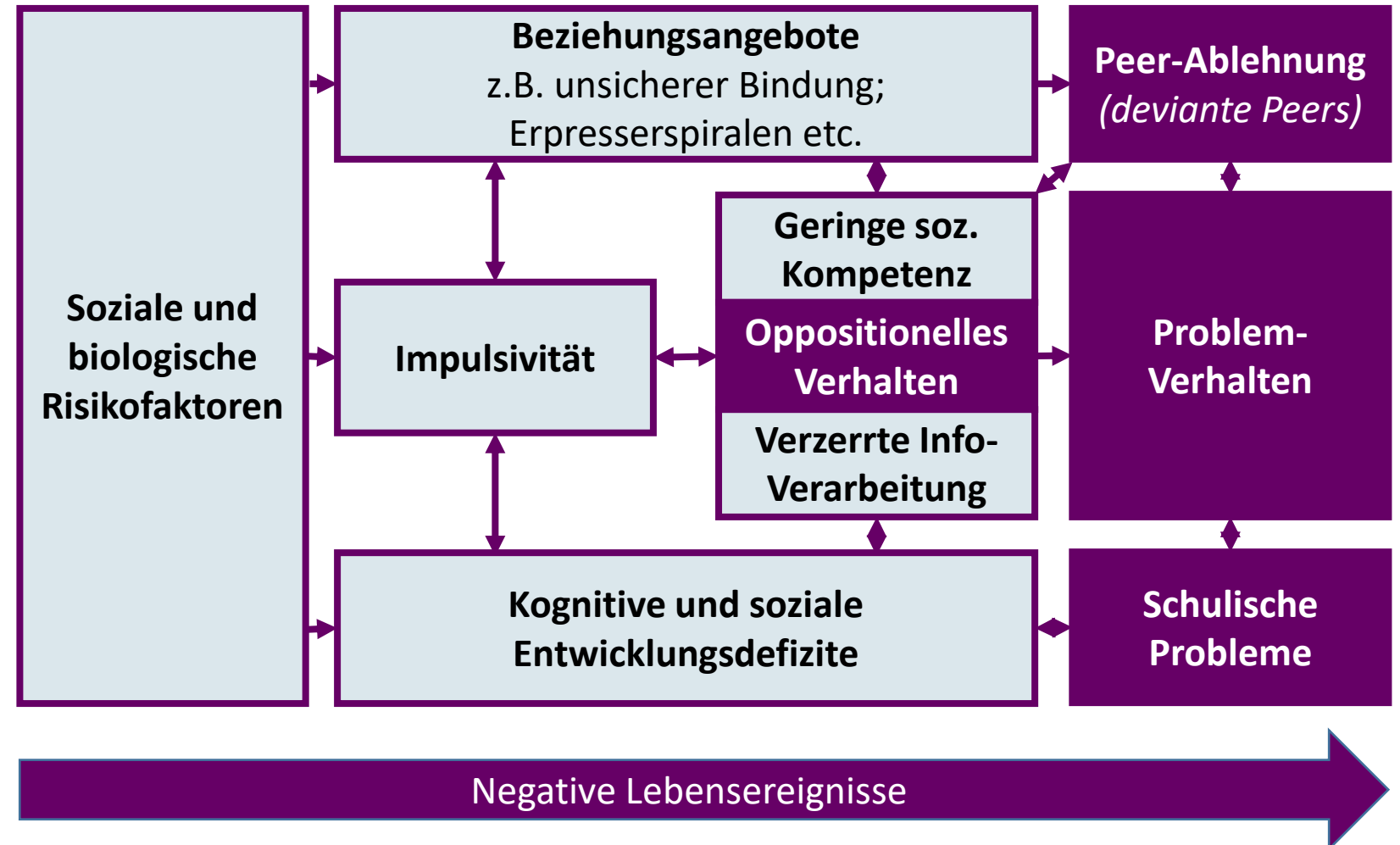
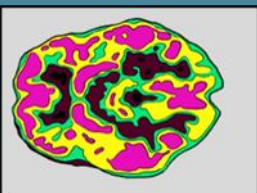
- fremdbestimmten Aufgaben
- Vor allem bei Aufgaben mit kognitiven Anforderungen (weil langweilig)
- Probleme mit der selektiven Aufmerksamkeit
- Probleme mit der Daueraufmerksamkeit

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)

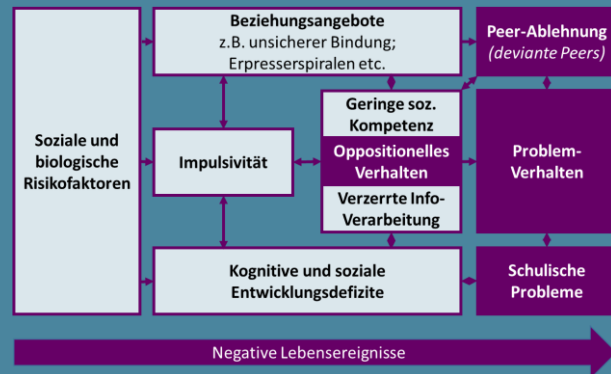




AD(H)S Rituale Schache

Symptome

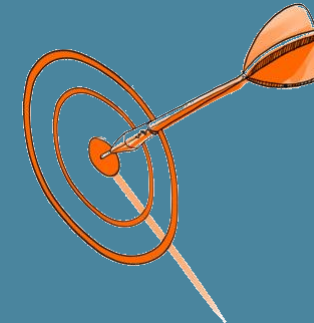
1. **Aufmerksamkeitsstörung**
2. **Impulsivität**
3. **Hyperaktivität**



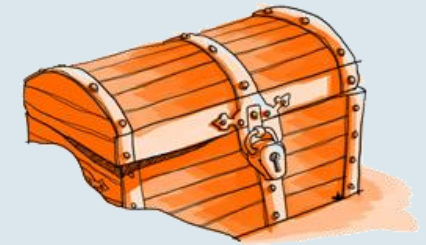
Ressourcen und Ist- Soll-Diskrepanzen



Veränderungsbereich auswählen



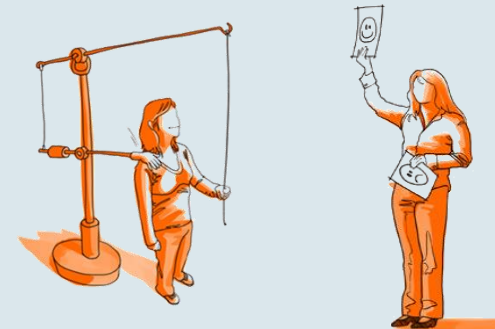
Motivation aufbauen



Handlungen konkretisieren



Schnelle Verstärkung (inkl. Selbstverstärkung)



Veränderung feststellen





Transfer und Nachhaltigkeit

Werbung in eigener (guter) Sache

Anmeldung (und für Fragen):
anmeldung@growth-institut.de

www.growth-institut.de

Foliensatz
www.growth-institut.de/rebuz



Growth-Focus

Das Growth-Focus-Format lädt einmal wöchentlich ein, den Fokus zu prüfen und einen Perspektivwechsel zu wagen - für die Dauer einer guten Tasse Kaffee.

Umfang:
jeden Montag (18.00 - 18.30); ab Sept. 2024

Kosten:
4,50 € pro Woche (= 20 € pro Monat)



Innere Stärke durch sichere Bindung

Durch das Aktivieren sicherer Bindungsrepräsentationen im Alltag wird innere Stärke gezielt gefördert.

Umfang:
Jeden 2. Dienstag im Monat von 18.00 – 19.30 (ab Sept. 2024)

Kosten:
20 € pro Monat



Growth-Coaching

Das Growth-Coaching ist ein besonders effektiver Ansatz, um Persönlichkeitswachstum und Selbstentwicklung zu fördern.

Umfang:
jeden Montag (18.00 - 18.30); ab Sept. 2024

Kosten:
15,- € pro Woche (= 65,- € pro Monat; ermäßigt: 45,- €)



Kooperation und
Herzlichkeit



Growth Mindset



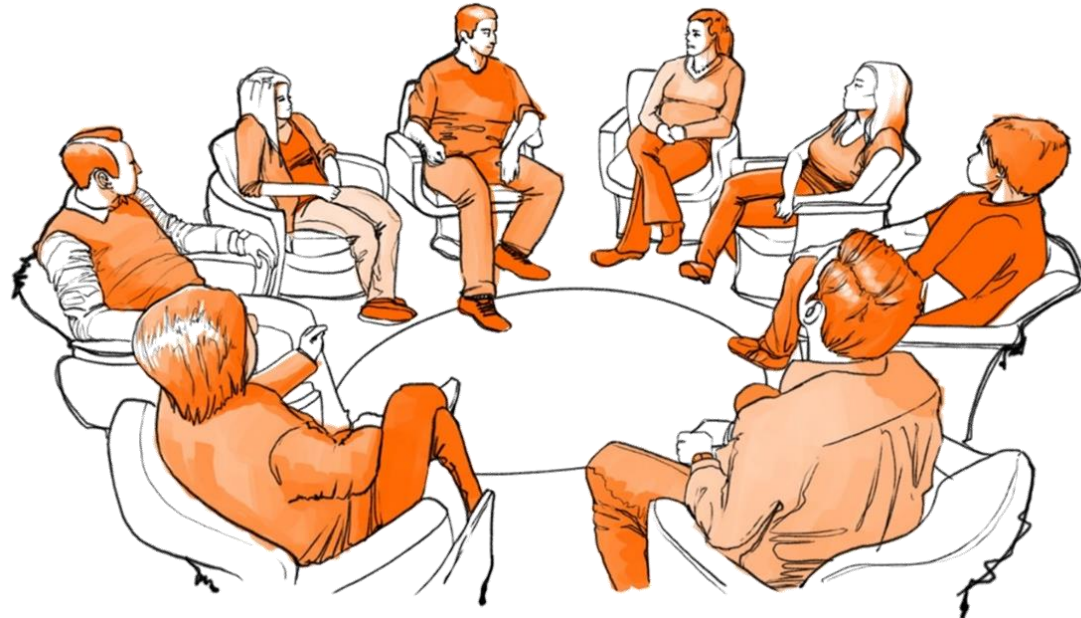
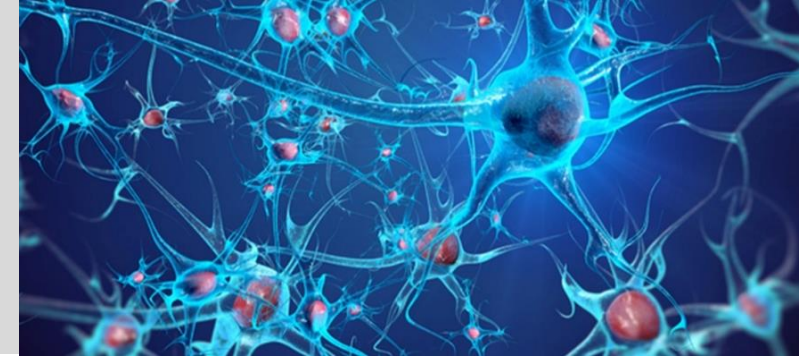
Innere Stärke und
Bindungsrepräsentationen

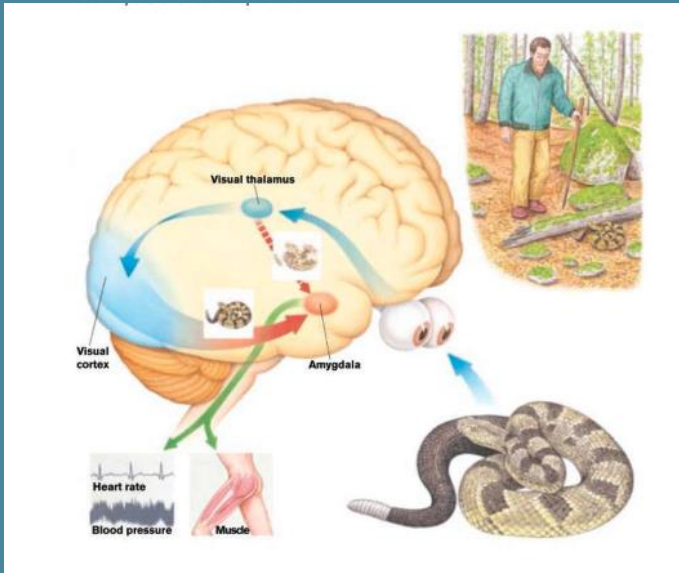


Unterstützung

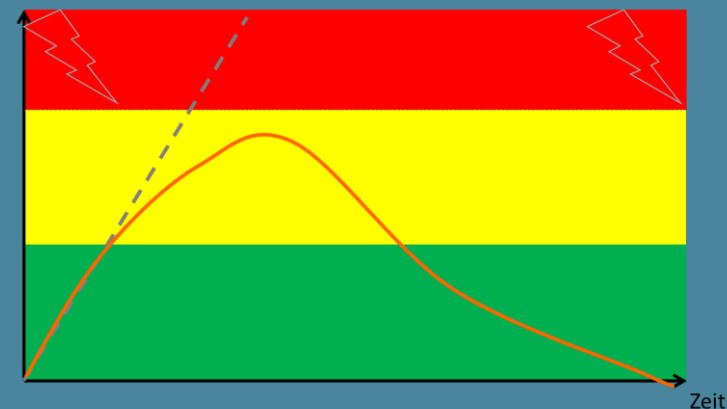
Störungsbilder

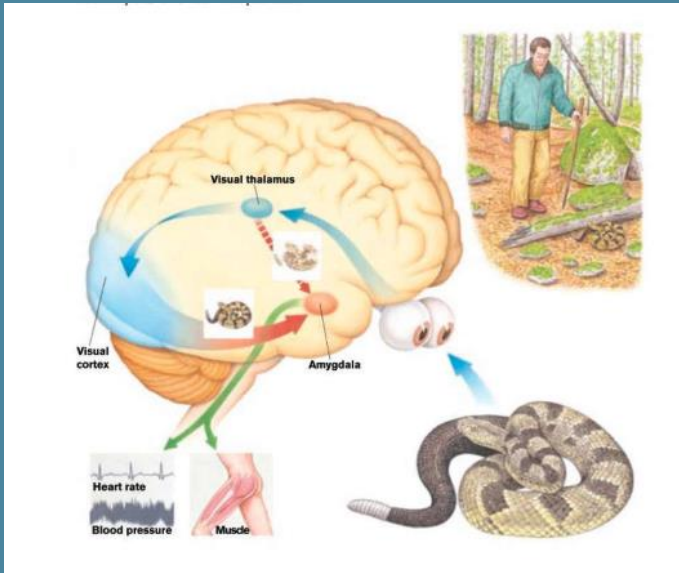
- Depression
- AD(H)S
- Angststörungen





- 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 Attributionstil:
 - Erklären Erfolge external
 - Erklären Misserfolge internal/ stabil



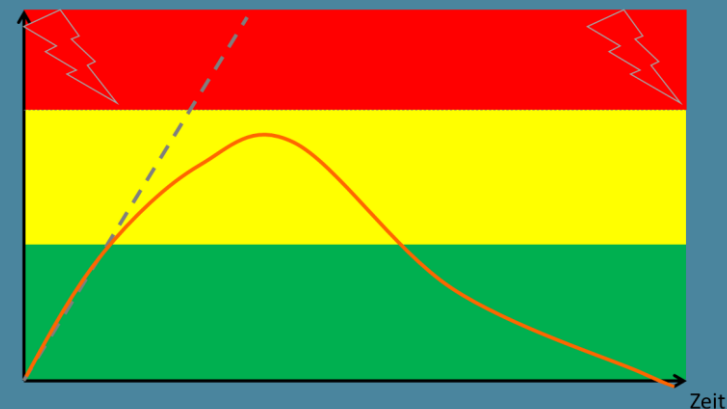
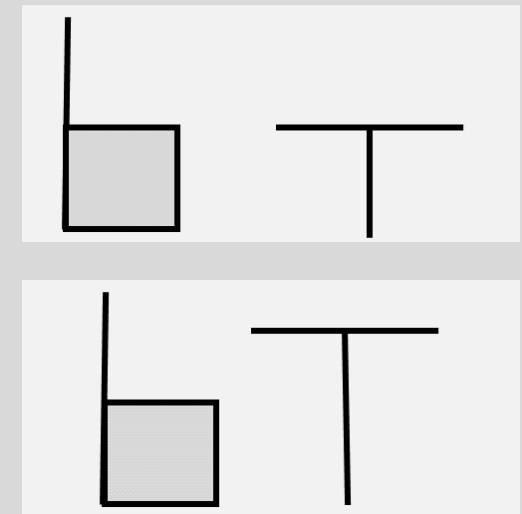


Facial-Feedback-Hypothese (Strack, Martin, & Stepper, 1988)



Body-Feedback-Hypothese

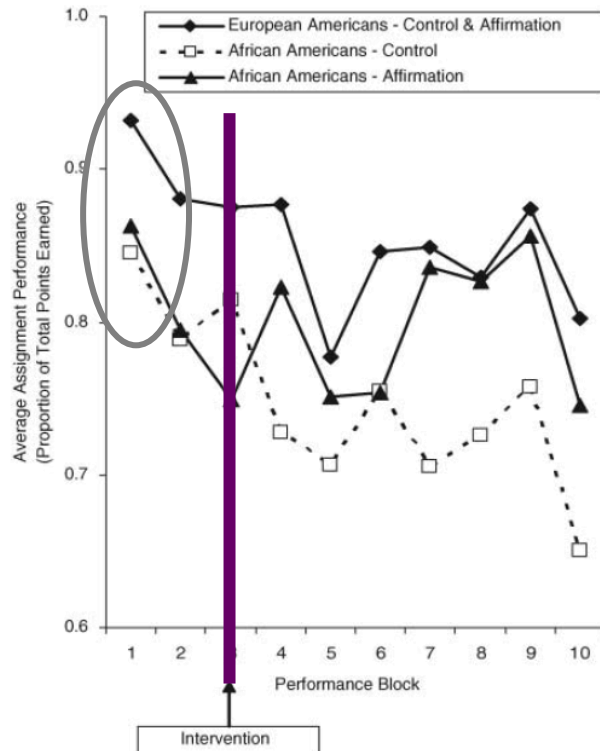
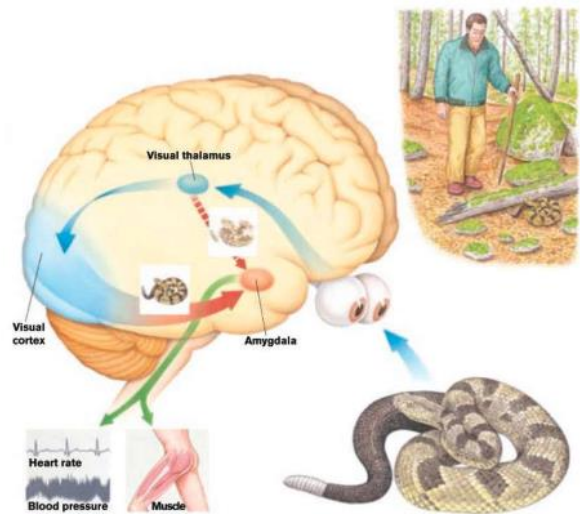
Stepper, 1992



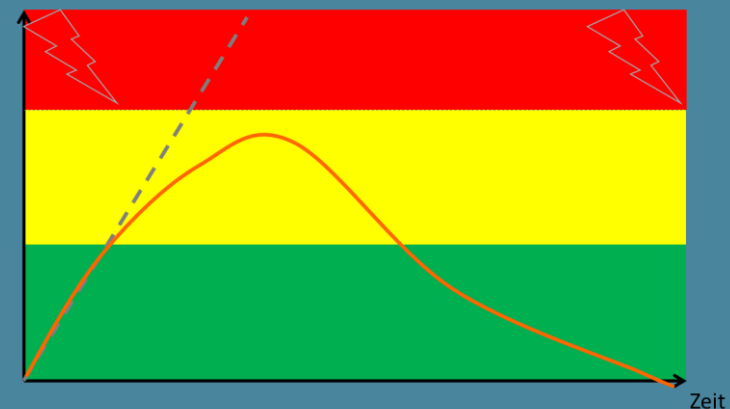
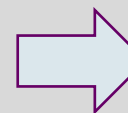
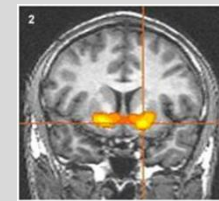
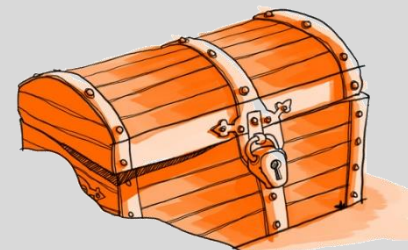


Angststörungen

Racial achievement gap



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





Angststörungen

Wertorientiertes Handeln

