

Unterrichtsstörungen verstehen – vorbeugen – fair reagieren

Transkript zum Video

Zwischenüberschriften und Sprecherbezeichnungen wurden zur besseren Orientierung redaktionell ergänzt.

Dieses Transkript wurde mithilfe von KI erstellt und kann vereinzelt Ungenauigkeiten enthalten.

00:00 – Begrüßung und Vorstellung

Lydia Clahes

Hallo und herzlich willkommen zu dieser wunderschönen Veranstaltung. Ich melde mich aus Berlin und ich bin gerade voll mit Input von dieser wunderbaren Konferenz der BARMER. Ich habe heute schon so viel über mentale Gesundheit in Schulen gelernt, dass ich eigentlich am liebsten jetzt darüber sprechen würde. Aber ich freue mich auch, dass dieses Herzensthema Unterrichtsstörungen hier heute Platz findet. Und ich glaube, ich plaudere noch ein bisschen, weil ich sehe, es kommen noch einige Teilnehmende rein. Schreiben Sie doch gerne mal in den Chat, von wo aus Sie einschalten und ob wir schon in irgendeiner Form in Berührung waren. Also sagt Ihnen „Locker Lehrer“ etwas, sagt Ihnen Lydia Clahes etwas. Wenn das so ist, dann gerne mal eine 1 in den Chat schreiben und ansonsten gerne mal eine Stadt, ein Bundesland, eine Schulform.

Was darf ich heute von Ihnen wissen, um Ihnen möglichst auch wirklich gut dienen zu können? Denn ich bringe ganz viel Wissen mit, ganz viele schöne Folien habe ich natürlich dabei und einen großen Erfahrungsschatz. Aber ich möchte natürlich auch gerne als Coach da ansetzen, wo Sie gerade Ihren Schmerzpunkt haben. Viele Grüße aus Köln, wunderbar. Berlin, Flensburg, Gemeinschaftsschule, Realschule, Baden-Württemberg, wow, ISS, was sagt mir das? Hamburg, hallo, moin. Hüttenberg bei Wetzlar, Berufsschule, Gymnasium in Hildesheim, noch mal Hamburg, moin. Neustadt-Glewe in Meck-Pomm. Hallo aus Berlin, Grundschule. Oh, wie schön. Ich habe selber die meiste Zeit meines Lebens in Hamburg unterrichtet, war Gymnasiallehrerin und das Thema Unterrichtsstörung war früher für mich auch das komplette Schmerzthema.

Um ehrlich zu sein, habe ich mich genau deswegen fürs Gymnasiallehramt entschieden, weil ich immer dachte, ja, da hat man ja keine Störung oder nicht so viele. Da wollen ja alle lernen. Und alle Gymnasiallehrkräfte, die jetzt vielleicht heute hier sind, denken sich: „Ja, ja, denkste.“ Das ist natürlich längst nicht mehr so und entsprechend freue ich mich, dass ich heute ein bisschen Input dafür liefern kann, wie damit gut umzugehen ist, egal in welcher Schulform. So, Sie sind jetzt fleißig dabei, hier in den Chat zu schreiben. Vielen, vielen Dank. Gerne mehr davon. Nutzen Sie den Chat sehr, sehr gerne, um heute auch Fragen loszuwerden. Wie gesagt, ich bringe Input mit, aber ich freue mich immer riesig, wenn Sie Ihre persönlichen Fragen, Schmerzthemen, was

auch immer Sie heute brauchen, im Chat hinterlassen, damit ich darauf am Ende der Veranstaltung auch noch einmal eingehen kann.

So, und jetzt sind wir mit 32 Teilnehmenden schon über Klassengröße. Ich würde sagen, jetzt starte ich mal meine Präsentation. Und sie lautet:

02:30 – Unterrichtsstörungen verstehen

Lydia Claheis

[Klickgeräusche]

„Unterrichtsstörungen verstehen – vorbeugen – fair reagieren.“ Und erst mal möchte ich Ihnen danken, dass Sie sich auf diesen Dreischritt einlassen. Der ist mir nämlich unglaublich wichtig. Ich finde, wir können auf Unterrichtsstörungen nur dann wirklich gut reagieren, wenn wir verstehen: Was ist hier eigentlich los? Denn jedes Verhalten hat ja Gründe, die sich erforschen lassen. Auch hier heute habe ich unglaublich viel darüber gelernt, wie der Mensch so tickt. Und dieses Wissen hätte ich mir eigentlich schon als Lehrerin gewünscht, um besser einsortieren zu können: „Was macht eigentlich diese Klasse gerade und warum macht sie das?“ Und wenn ich dieses Verständnis dann habe, dann kann ich auch vorbeugen, denn Sie sind ja als Lehrkraft nicht schuld an Unterrichtsstörungen, aber Sie haben einen wertvollen Anteil an jeder Situation und diesen Anteil, den können Sie nutzen.

Das ist eine ganz wichtige Chance. Und wenn wir, auch wenn wir verstanden haben, auch wenn wir vorbeugen in unserer Unterrichtsvorbereitung, wird es trotzdem immer zu Störungen kommen. Sie müssen sich nur mal auf der nächsten Lehrerkonferenz umschaun. Wie können wir dann fair darauf reagieren als Lehrkräfte? Weil ja Schule auf so vielen Ebenen schon unfair genug ist. Gerade jetzt parallel findet eine Podiumsdiskussion genau darüber statt, wie viel Schmerz eigentlich bei den Schülern landet, bei den Eltern zu Hause, was Lehrkräfte auszuhalten haben, weil in diesem System einfach so viele Stolperfallen lauern. Und warum darf ich darüber sprechen? Wie schon gesagt, ich bin 2004 Gymnasiallehrerin geworden und habe mich ziemlich schnell auch ins Lerncoaching gestürzt, mich darin gut ausbilden lassen, weil ich gemerkt habe, eigentlich brauche ich einen anderen Ansatz zum Unterrichten.

Und 2017 habe ich all diese Erfahrungen aus der Schule und auch aus meinem Coaching-Bereich in einen Podcast einfließen lassen. „Locker Lehrer, der positive Lehrer-Podcast“ wird heute noch von ganz, ganz vielen Menschen gehört und hat damals ein bisschen dazu geführt, dass ich so eine virtuelle Aufmerksamkeit bekommen habe und somit also zum Lehrer-Coach geworden bin. Heute mache ich also ausschließlich das, dass ich coache im Eins-zu-eins, ich gehe in Kollegien, gebe Kollegiumsfortbildungen, Webinare, habe ganz viel geschrieben und hier und da darf ich auch mal als Speakerin zum Besten geben, was ich mir in der Schule erarbeitet habe, aber eben auch durch diverse Coaching-Ausbildungen.

Und säßen wir jetzt hier in so einer Coaching-Situation und Sie wären bei mir, um an Ihren Unterrichtsstörungen zu arbeiten als Klientin oder Klient, dann würde ich Sie erst mal fragen: Was genau stört denn Sie? Lassen Sie uns mal genau hingucken: Was ist da eigentlich los? Ist es der mangelnde Lerneifer der Klasse? Notorische Unruhe, aggressives Verhalten, verbales

Störverhalten? Ich bin mir sicher, dass die Kollegin aus Baden-Württemberg andere Themen hat, als vielleicht der Kollege aus Berlin. An der Gemeinschaftsschule ist es etwas anderes als an der Grundschule, was uns stört, aber ich möchte von Ihnen höchstpersönlich wissen, was Sie stört und warum stört Sie das eigentlich? Das ist ganz wichtig, dass wir uns das mal klarmachen. Ist das vielleicht mein persönlicher Maßstab? Bin ich vielleicht sehr geräuschempfindlich? Das bin ich zum Beispiel.

Nur bei mir mussten Schüler wirklich lernen, ruhig zu sein und das habe ich ihnen aber auch beigebracht, weil mir das so wichtig war. Empfinden Sie vielleicht viele Störungen als Beleidigung, als persönliche Beleidigung, wo andere vielleicht sagen: „Ach Gott, ja, so sind Jugendliche halt.“ Oder haben Sie vielleicht sogar Vorbilder, die Ihnen eingetrichtert haben, dass etwas eine Störung ist. Auch so etwas erlebe ich in Coachings oft, dass man sagt: „Ja, um ehrlich zu sein, ein bisschen Getuschel muss ja auch sein, aber das hat man mir im Referendariat so nahegelegt.“ Da hieß es immer: „Meine Güte, was ist das bei dir unruhig?“ Das geht ja gar nicht. Also sich da auch mal von anderen Vorbildern zu verabschieden, die einen vielleicht sogar daran hindern, lebendigen Unterricht zu machen, weil man ständig nur dabei ist, die Störungen wegzukriegen zu wollen.

06:30 – Bedürfnisse und Ursachen von Störungen

Lydia Clahes

Und verstehen müssen wir, dass Schule nun mal ständig Bedürfnisse verletzt, und zwar meine eigenen und auch die meiner Schülerinnen und Schüler. Und ich bediene mich da immer sehr gerne dieser sehr groben Maslow'schen Pyramide und möchte Ihnen mal so ein paar Bilder vor Augen holen, nämlich das Grundbedürfnis Essen, Verdauen, Erholen. Gucken Sie mal auf sich selber: Wann und wie essen Sie in der Schule? Verdauung wird eingeschränkt, wenn wir schon morgens im Stress sind. Erholung in der großen Pause muss ich Sie gar nicht fragen. Genau dasselbe gilt aber natürlich auch für Schülerinnen und Schüler. Einer meiner schwierigsten Schüler tickte grundsätzlich in der zweiten Stunde spätestens aus und ich habe mich immer gefragt: „Boah, da sind doch viele Pubertierende noch nicht mal wach, bis ich irgendwann erfahren habe, ja, dessen Papa alleinerziehend war und im Schichtdienst arbeitete.

Der legte seinem Sohn morgens zwei Euro hin und sagte: „Hier, hol dir irgendwas.“ Und dann holte er sich Chips und Cola. Und natürlich tickt man dann in der Schule irgendwann spätestens aus. Grundbedürfnis, Schutz und Sicherheit. Ist Ihre Schule eigentlich ein sicherer Ort? Für viele Schülerinnen und Schüler ist es nicht so. Die bringen Fluchterfahrungen mit, die bringen Frustrationserfahrungen mit, die werden gedemütigt und bloßgestellt, weil sie anecken. Vielleicht haben Sie gewisse Kandidaten vor Augen, mit denen auch Sie ständig in Stress geraten. Und machen Sie sich klar, die bringen unglaubliche Geschichten mit. Die haben ihre Gründe, warum sie teilweise auch überempfindlich auf uns Erwachsene reagieren. Beziehung muss ich Ihnen gar nicht erklären. Beziehung vor Bildung.

Wenn ich überhaupt keine Beziehung zu meinen Schülerinnen und Schülern habe, fühle ich mich selber nicht in Sicherheit und sie lernen natürlich auch nachweislich weniger. Anerkennung bekommen viele Schülerinnen und Schüler eigentlich nur für das, was sie gerade mal wieder verbockt haben, nämlich eine negative Anerkennung. Und diese fehlende Anerkennung kann mit dazu führen, dass Menschen viel schneller in Stress geraten. Und als Coach für Lehrkräfte erlaube ich Ihnen genau dasselbe auch. Also seien Sie nicht zu hart zu sich. Ich weiß selber, dass in diesem Beruf Wertschätzung ganz oft Mangelware ist und dass wir alle mehr Wertschätzung und Anerkennung für diesen Beruf gebrauchen können. Und natürlich macht uns das empfindlicher auf die Energie im Klassenzimmer. Über Selbstverwirklichung müssen wir gar nicht sprechen, wenn all diese Bedürfnisse nicht bedient werden in der Schule.

Und somit darf ich verstehen, dass jedes Verhalten, was Ihnen vielleicht so durch den Kopf geht und was Sie gerne weg hätten aus Ihrem Unterricht, jedes Verhalten gute Gründe hat und Bedürfnisse bedient. Also auch das total chaotische und das aneckende Verhalten, das bedient in dem Moment für diesen Schüler, für dieses Hirn, ein wichtiges Bedürfnis und das müssen wir ernst nehmen. Und säßen wir jetzt zusammen in einer Kollegiumsfortbildung, dann würde ich Sie mal losschicken und Sie mal analysieren lassen: Was ist es denn an Ihrer Schule, was in unserem Einflussbereich liegt und was eben nicht? An manchen Schulen sind die Hintergründe von Unterrichtsstörungen auf Schülerinnen und Schüler-Ebene am stärksten, auf institutioneller Ebene, auf familiärer Ebene, kulturell-religiöse Konflikte oder auch auf wirtschaftlicher Ebene.

Das mal mikroskopisch genau unter die Lupe zu nehmen, dafür würde ich mir manchmal ein bisschen Zeit wünschen an Schulen, um eben nicht immer nur ein Pflaster drauf zu drücken, sondern auch zu gucken: Was braucht es denn, damit hier mal Heilung geschehen kann?

09:56 – Positives Verhalten wahrnehmen

Lydia Clahes

Und als Lehrerin habe ich das folgendermaßen gemacht. Das hier ist ein ganz analoges Beispiel. Sicherlich gibt es mittlerweile vielseitige digitale Dokumentationsmöglichkeiten, aber ich habe einfach in meinem Klassenbuch als Klassenlehrerin grundsätzlich jeden Monat eine Klassenliste eingeklebt und habe dort alle Kollegen gebeten, sofort mit einem Kürzel zu dokumentieren, wenn Hausaufgaben oder Materialien fehlten, wenn jemand ständig unpünktlich war oder ständig für Unruhe verantwortlich. Also einfach nur ein kurzes Kürzel, damit ich als Klassenlehrerin einfach schnell reagieren konnte. Also reinzukommen und zu sehen: „Oh, Mathe, Englisch, Deutsch. Mensch, Max, du machst überhaupt keine Hausaufgaben mehr. Was ist denn da los?“ Also nicht erst zu warten, bis jede Lehrkraft drei Strichlein eingetragen hat, sondern schnell reagieren, um auch schnell helfen zu können, vorbeugen zu können.

Und zugleich sehen Sie hier, da gab es auch eine Liste in Sachen Lobenswertes auszufüllen und das war mir gerade am Gymnasium unglaublich wichtig. Also die Kolleginnen und Kollegen auch wirklich mit der Nase darauf zu setzen, zu sagen: „Hey, wenn du irgendwas Lobenswertes an diesem Kind findest, trag bitte ein Kürzel ein. Musst da keinen Roman reinschreiben.“ Und was passiert dann? Ich komme als Klassenlehrerin rein und sehe, dass Max, der kleine Lämmel, heißt dann übrigens immer Max, entschuldigung, ein Kürzel im Sport bekommen hat vom Sportlehrer.

Dann kann ich zu Max sagen: „Mensch, Max, du hast ein Lob von Herrn Müller. Was war denn da los? Erzähl mal.“ „Ja, Thilo hatte sich das Bein verletzt und ich bin dann mit ihm ins Krankenzimmer und hab dem da geholfen und dann habe ich noch die Eltern nachher angerufen und...“ „Wow, toll.“

Das finde ich ja super, Max, dass du dich so um Thilo gekümmert hast. Bravo, genau so etwas brauchen wir.“ Was ist jetzt passiert? Max hat erst mal von Herrn Müller dieses Kürzel bekommen. Check. Aufmerksamkeit, positiv. Max hat von mir dieses Lob bekommen: „Mensch, toll, dass du da dieses Kürzel hast.“ Max hat noch mal drüber erzählen dürfen, was er Gutes geleistet hat und ich habe ihm auch noch mal ein Duzi-Duzi mitgegeben. Somit merkt Max also: Ja, ich habe hier schon ganz viele Hausaufgaben und sonstige Striche, aber ich hab auch einen guten Kern, den konnte ich hier mal einbringen und das ist wichtig. Catch them being good. Dazu möchte ich Sie einladen, dass Sie grade bei den Kandidaten, aufgrund derer Sie vielleicht heute hier sind, sich mal überlegen, hab ich eigentlich noch eine Brille dafür, dass Sie auch positive Einflüsse hier im Unterricht haben und seh ich das noch?

Und ich weiß auch, Gymnasiallehrerin, wie gesagt ehemals, dass viele Lehrkräfte darüber die Augen verdrehen, sagen, ja, was soll ich denn auch noch loben? Da hab ich jetzt echt keine Zeit für. Ja, und wenn das so ist, dann müssen wir aber auch darüber mal ins Gespräch kommen, weil das ja nicht nur der Lehrkraft nicht guttut, nein, umgekehrt. Es ist nicht nur für die Schüler schade, wenn man immer nur auf Fehlersuche ist bei ihnen, um sie möglichst schnell abschulen zu können, sondern es ist auch für uns Lehrkräfte ganz, ganz wichtig, dass wir immer auch den positiven Blick für alles halten.

Deswegen hab ich meinen Podcast damals den positiven Lehrer-Podcast genannt, weil es mir ganz wichtig war, ja, Dinge benennen, Finger in die Wunde legen, aber auch eine positive Energie mitgeben, dass wir uns klarmachen, wir haben einen ganz entscheidenden Einfluss auf das Leben dieser kleinen und großen Menschen. Manchmal ist es nur so ein Nebensatz, Mensch, Max, super, dass du im Sport dich so anstrengst, der einen großen Unterschied in dem Leben dieses kleinen Menschen machen kann. Ich muss aufpassen, dass ich nicht zu sehr aushole. Diese kleine Fortbildung war früher mal eine dreistündige, dann wurde sie eine 90-minütige. Jetzt hab ich nur eine halbe Stunde für Sie, aber ich hoffe, Sie nehmen genau das mit, was Sie vielleicht ansuchst, mal was anders zu machen oder anders zu sehen.

Schreiben Sie gerne in den Chat, wenn es zum Thema „Unterrichtsstörung verstehen“ bis hierher noch irgendwelche Fragen gibt. Ich geh dann später gerne darauf ein.

13:48 – Unterrichtsstörungen vorbeugen

Lydia Clahes

Wie kann ich denn jetzt vorbeugen? Zum Beispiel, indem ich auf einen klasse Start achte. Also die ersten magischen Minuten des Unterrichts, die sind manchmal so wegweisend für vieles andere und damit erarbeite ich ganz oft mit Klientinnen und Klienten auch eine eigene Strategie. Also das muss ja auch zu mir passen, was ich da mache, damit ich mich jetzt nicht von der ersten Minute an total verbiegen muss. Aber vielleicht können Sie mal gucken, was passt denn zu Ihnen,

womit Sie sich selbst guttun, bevor der Unterricht startet, grade in einer stressigen Klasse, aber wo Sie vielleicht auch die genau richtige Energie in den Unterricht bringen können. Was kann das sein? Eine persönliche Begrüßung zur Beziehungsaufnahme. Und das ist tatsächlich statistisch erwiesen, dass Lehrkräfte, die ihre Schülerinnen und Schüler persönlich begrüßen, weniger Unterrichtsstörungen haben.

Also am besten geht's denen, die schon an der Tür stehen und jeden Einzelnen mal abklatschen. Vielleicht geht Ihnen das zu weit, vielleicht passt das nicht zu Ihnen. Vielleicht haben Sie auch 32 Kids da sitzen und Sie können die jetzt nicht allesamt einzeln ansprechen. Das ist mir vollkommen klar, das brauchen auch gar nicht alle Schüler. Aber dieser kleine Max, der sonst nur negative Aufmerksamkeit bekommt, der tankt in dem Moment auf, wo Sie sagen, so, los geht's. Mensch Max, hast du ein neues Käppi, das sieht ja cool aus. Oder Thilo, das hat gut geklappt letzte Stunde. Zeigen wir's mal den anderen, dass es heute auch wieder läuft. Positive Beziehungsaufnahme von Minute eins an hilft gewissen Kandidaten, sich erst mal entspannen zu können. Ein Anfangsritual, das Sicherheit gewährleistet.

Ich weiß nicht, was Sie so im Ref gelernt haben, aber Abwechslung erfreut, aber muss nicht zu jeder Stunde sein. Es ist vollkommen in Ordnung, wenn Ihr Unterricht immer auf dieselbe Art und Weise startet. Immer mit derselben Musik, mit einem Klatschspiel, mit was auch immer, um Sicherheit herzustellen, weil die Schülerinnen und Schüler schon genug Überraschungen den ganzen Tag zu bewältigen haben und Sie natürlich auch. Transparenz sorgt für Orientierung. Mit einigen Lehrkräften hab ich im Coaching Ideen entwickelt, wie ihre erste Folie aussehen kann, wenn sie in den Unterricht starten. Da steht vielleicht immer dasselbe drauf, nämlich das haben wir heute vor, und wenn wir fertig sind, dann machen wir noch ein Spiel, und zwar das und das. Oder ich muss euch heute unbedingt noch ein TikTok-Video zeigen, das machen wir am Schluss.

Oder am Schluss werden Hausaufgaben gemacht, vielleicht werden wir damit sogar fertig, oh wie schön. Also, wenn Schüler genau sehen, ah, guck mal Leute, da sind wir schon. Wir haben es fast geschafft. Dann können Sie sie auch, wenn die zwischendurch stören, unterbrechen und Zeit dabei draufgeht, dass Sie immer wieder reglementieren müssen, immer mal wieder gelobt werden, durchzuhalten, zu sagen, hier, wenn wir das noch schaffen, habt ihr heute vielleicht keine Hausaufgaben. Bestätigung des gewünschten Verhaltens tut ihnen auch total gut. Also ich kenn das ja auch, man kommt rein und sagt, boah, wie sieht das hier denn aus? Und ihr räumt mal auf und habt ihr wieder nicht eure Sachen auf dem Tisch? Also wir haben alle diese Fehlerbrille auf als Lehrkräfte. Aber einfach mal zu sagen, so los geht's, Sachen aufn Tisch. Ah, guck mal, die erste Reihe hat schon fast komplett alles hingelegt.

Zweite Reihe gibt auch schon Gas. Oh, die dritte, da sind schon drei Leute fertig, super. Also Sie sprechen die Leute an, die umsetzen, was Sie angesagt haben. Und wenn Sie das mit einer guten Energie tun, dann ziehen alle anderen mit. Und das macht Ihnen auch so viel mehr Spaß, als wenn Sie immer nur erstmal, reglementieren, was grade noch nicht gut läuft. Vernünftige Pausen einsetzen zur Erholung. Und wirklich mal wegzukommen davon, dass Pausen immer eine Belohnung sein müssen. Auch da spreche ich nicht nur über Schülerinnen und Schüler, sondern auch für Sie als Lehrkräfte. Machen Sie sich klar, Schülerinnen und Schüler brauchen Pausen, Sie brauchen Pausen, bauen Sie das aktiv in Ihren Unterricht ein, auch für sich. Und sagen Sie nicht,

so, jetzt hab ich so lange hier mit euch schimpfen müssen, jetzt können wir hier nicht mehr, jetzt müssen wir aber mal, jetzt geben wir mal Gas.

Also dadurch passiert ja nichts in den Hirnen Ihrer Kinder, außer dass Sie irgendwie das noch durchpeitschen. Aber wirklich mal zu sagen, so, machen wir jetzt mal eine Minute, wo wir nur mal den Kopf auf die Tischplatte legen. Oder ich mach jetzt mal eine Minute ein Lied an oder was auch immer Sie als Pausengestaltung sich vorstellen können, was zu Ihnen passt. Aber machen Sie sich klar, Sie kriegen mit noch mehr Druck die Störungen nicht weg. Manchmal muss man Druck ablassen an bestimmter Stelle, bevor das Fass komplett überläuft. Ich bin schon beim dritten Teil „Fair reagieren“ und lade Sie ein, wenn Sie zum Thema „Vorbeugen“ noch Fragen haben, gerne die in den Chat zu schreiben. Und ich mach jetzt auch mal eine ganz kurze Pause und trink mal eben was.

[Stille]

Habe ich noch oder habe ich schon? Schon. Okay, muss mir so ein bisschen mit der Zeit helfen lassen.

18:42 – Fair auf Störungen reagieren

Lydia Clahes

So, also: Fair reagieren. Gab es früher nicht. War ja klar. Die hatten es ja verdient, dass man ins Klassenbuch einträgt, dass sie dann irgendwann eine Strafarbeit bekommen. Ich informiere deine Eltern, funktioniert teilweise ja auch noch, aber bei ganz vielen Schülerinnen und Schülern halt nicht mehr. Und dessen müssen wir uns einfach bewusst sein, dass wir natürlich, manche Kollegen schaffen das vielleicht auch, die vor Ihnen im Unterricht waren, mit ganz viel Druck diesen Luftballon unter Wasser zu drücken. „So, wir haben ihn jetzt.“ Und dann kommen Sie rein und Boah, fliegt Ihnen das Ganze um die Ohren, weil im Unterricht zuvor so viel Druck aufgebaut worden ist. Und deswegen müssen wir von diesen alten Methoden wegkommen, weil sie mit der heutigen Generation von Schülerinnen und Schülern einfach nicht mehr kompatibel sind. Und es ist ja auch gut so.

Kommt ja alles aus dem Militär, habe ich gerade gelernt. Mir selber ging es als junge Lehrkraft so, dass ich als Gymnasiallehrerin gerne in die fünfte Klasse eingesetzt wurde, also den Übergang gestaltet habe. Das habe ich auch total gerne gemacht und habe da dann auch so Klassenbucheinträge und Eltern informiert, weil das ja meine Pflicht war und am Elternsprechtag auch dann, schön informiert, bis ich irgendwann kapiert habe, je besser ich die dann kennenlernte: „Hey, die können das doch eigentlich gar nicht können, was ich da von ihnen verlange.“ Ich habe in Hamburg unterrichtet und festgestellt, irgendwann, dass drei Viertel meiner Klasse aus getrennt erziehenden Familien kamen. Und manche waren eine Woche bei Mama und eine Woche bei Papa. Und natürlich hatten sie dann es noch nicht drauf, nach drei Wochen alle Materialien immer dabei zu haben, alle Hausaufgaben gemacht zu haben.

Und da bringt es auch nichts, wenn ich das wunderbar dokumentiere. Da muss ich gucken: Wie kann ich denen das beibringen? Da habe ich ganz tolle Methoden an meiner Schule entwickeln können, weil das in dieser Schule einfach den Menschen wichtig war, Schülerinnen und Schüler

gut ankommen zu lassen. Das schafft eine ganz große Sicherheit, wenn wir uns klarmachen, was können diese Schülerinnen und Schüler eigentlich können und wie können wir darauf fair reagieren? Und sei es noch so wenig. Das hier habe ich von Raphael Kirsch gelernt. Wenn Sie ihn noch nicht kennen: unbedingt einmal googeln. Er ist ein Krisen- und Konfliktpädagoge. Und der kategorisiert Kinder ganz gerne liebevoll. Und mir hat das total geholfen, als ich das von ihm lernte, zu wissen, ja, ja, es gibt Plankinder, so genannte. Nach denen kann man die Uhr stellen.

Die ticken immer in der zweiten Stunde aus. Wie gesagt, Frühstücksfehler oder immer in der sechsten, weil sie nicht mehr können oder immer nach dem Sportunterricht oder immer nach Mathe. Also da gibt es ganz spezielle Gründe, die diese Schülerinnen und Schüler austicken lassen. Und diese Schüler, ja, die brauchen Orientierung, die brauchen Sicherheit, die brauchen feste Regeln und Konsequenzen. So, Gott sei Dank. Dann merken wir aber, bei manchen kommen wir damit auch nicht weiter. Und die nennt Raphael „Fasskinder“. Bei denen läuft das Fass unglaublich schnell über. Erste Stunde und jemand schmeißt aus Versehen deren Bleistift vom Tisch. Boah, ticken die total aus. Was ist denn da los? So, dieses Kind kommt schon mit einem fast vollen Fass in der Schule an, weil es Fluchterfahrungen mitgebracht hat, traumatische Erfahrungen. Die sitzen ganz, ganz tief unten drin im Fass.

Weil die Eltern nicht gut zu dem Kind waren, weil das Frühstück nicht stimmte, weil es ganz viel Stress auf sich nehmen musste, weil es neurodivergent und reizempfindlich ist, weil der Schulbus voll war und gestunken hat. Somit ist das Fass fast voll. Und wenn ich diesen Kindern dann noch mit Regeln und Konsequenzen komme, dann wird alles immer schlimmer. Dann leidet die Beziehung. Und ich habe ganz viele Menschen bei mir im Coaching, die haben so einen richtigen Schmerz in sich, weil sie merken: „Ja, ich verstehe das so, warum der austickt, aber ich kann ja nicht anders. Was soll ich sonst machen?“ Und das tut einem in der Seele weh. Diesen Kindern ist eher damit geholfen, wenn sie in der Schule mehr Selbstwirksamkeitserfahrungen machen können, siehe Positivliste am Anfang.

Wenn sie Aufmerksamkeit bekommen: „Hey Max, du hast einen tollen gestreiften Pulli an, steht dir richtig gut.“ Wenn sie Liebe bekommen. Oh, jetzt stellt sie auch noch das Wort Liebe in den Raum, wo dieser Schüler mir vielleicht schon nachts manchmal begegnet ist, weil er mich so aufgeregt hat. Ja, aber am Ende des Tages ist es ein Grundbedürfnis von uns allen. Und Schülerinnen und Schüler kommen in die Schule. Also die, die zu Hause geliebt werden, kommen zum Lernen in die Schule und die, die zu Hause keine Liebe bekommen, die sehnen sich in der Schule nach Liebe. Es gibt so einen schönen englischen Satz, krieg den leider nicht mehr zusammen. Und grundsätzlich möchte ich Sie einladen, jetzt spreche ich wieder als Coach zu Ihnen:

23:16 – Selbstregulation und deeskalierende Gespräche

Lydia Clahe

Sorgen Sie grundsätzlich erst mal für Ihre eigene Beruhigung, wenn Sie fair reagieren möchten, wenn Ihnen das wichtig ist. Ich kann Ihnen jetzt ganz viele Tipps und Tricks für Ihren Kopf

mitgeben, aber Ihr Nervensystem reagiert ja auch ganz schnell darauf, wenn da jetzt ein Schüler plötzlich laut wird. Zwischen Reiz und Reaktion liegt aber ein Raum. In diesem Raum liegt unsere Macht zur Wahl unserer Reaktion, sagt Viktor Frankl. Wie komme ich an diesen Raum ran? Zum Beispiel, indem ich auf Atmung und Haltung achte, wo ich also wirklich in meinem Körper anfangen, den zu beruhigen. Ich mache das jetzt mal. Atme mal so richtig aus. Ich seufze jetzt mal. Weil ich jetzt schon ganz lange rede und ich merke, und das kennen Sie vielleicht auch, aus dieser Redeenergie kommt die Luft, die meiste Luft hier aus der Brust.

Und das ist ganz schön anstrengend und das ist für mein Nervensystem auch Stress. Also mache ich mich mal gerade und atme erst mal. Bauen Sie eine Zwischenhandlung ein, statt sofort zu reagieren. Also Sie sehen, da hinten wird gequatscht und Sie gehen jetzt erst mal hin und machen das Fenster zu, während Sie überlegen: „Was mache ich jetzt?“ Oder Sie wischen in aller Ruhe die Tafel zu Ende, während Sie sich die Schüler anschauen, sodass Ihr Nervensystem nicht sofort in diese Kampfeenergie kommt, sondern Sie sich kurz selbst beruhigen. Was auch hilft, ist tatsächlich eine... dramatische Pause in Ihrer Ansprache. Kann man einüben. Und dann gibt es diesen Moment, wo es trotzdem nicht ohne ein ernstes Wörtchen geht und da ist es ganz, ganz wichtig, wenn ich sage: „Hey Max, pass auf, wir reden in der großen Pause mal, ja?“ In manchen Situationen geht es mit Max in einer Stunde nicht weiter.

Da muss der vor Publikum auch jetzt nicht noch bloßgestellt werden. Da ist es besser zu sagen: „Hey, wir reden in der großen Pause“, dann wissen alle, okay, das hat eine Konsequenz, aber beide können sich erst mal beruhigen. Und dann sorgen Sie dafür, wenn Sie mit einem belasteten Schüler sprechen, dass Sie für beide für den Safe Space sorgen, dass Sie sich wohlfühlen in dem Raum, dass dieser Schüler kein Publikum hat und sorgen Sie für Augenhöhe. Also wie dieser Lehrer das hier auf dem Bild macht, den Schüler nicht von oben herab ansprechen, sondern echt sagen: „Komm Max, was war denn los? Lass uns beide mal reden.“ Neugierig auftreten statt ärgerlich. Jetzt hat er mich auf die Palme gebracht im Unterricht und ich Sorge jetzt erst mal als erwachsene Person dafür, zu sagen: „Oh, meine Güte, Max, das war jetzt Stress für mich gerade. Was ist denn los bei dir gerade?“

Erzähl mal.“ Und schon kann Max' Nervensystem sich entspannen und sie können nach einer gemeinsamen Lösung suchen. Lassen Sie Max die Sache wieder gut machen und damit, ja, wäre es wunderbar, wenn Max jetzt den Stress, den er einem anderen Schüler zugefügt hat, in irgendeiner Form wieder gut macht. Aber viel schneller geht es, wenn Sie sagen: „So, Max, jetzt haben wir fast die ganze Pause geredet. Kannst du mir mal kurz die Sachen mit rübertragen? Ich komme sonst zu spät. Das wäre mir, glaube ich, jetzt echt wichtig. Ist das okay? Danke.“ So, jetzt ist alles wieder gut. Jetzt geht Max mit Ihnen durch den Flur, sie plaudern noch ein bisschen und er hat wieder die Chance, sich von einer besseren Seite zu zeigen. Und er wird in der nächsten Stunde anders im Unterricht sitzen, als wenn Sie ihn jetzt nur unter Druck gesetzt und bestraft hätten. Und dann erinnern Sie Max ständig daran.

Sagen Sie in der nächsten Stunde: „Max, das war ein tolles Gespräch gestern. Danke dafür. Ich habe es sogar noch pünktlich in den Unterricht geschafft.“ Damit er wiederum daran erinnert wird, ja, ich kann auch anders. Und diese Lehrkraft, die ist diejenige, die das sehen will. Das zeige ich ihr.

26:51 – Empathie, Rückmeldungen und Abschluss

Lydia Clahes

Letzte Folie: Was ich mir von uns allen wünsche, ist mehr Empathie statt Ellenbogen. Also nicht nur, weil ich ein harmonieliebender Mensch bin, sondern weil ich denke, dass gerade dieses Verstehen wollen und bereit sein, den Unterricht dafür zu öffnen, dass meine Schülerinnen und Schüler jetzt was anderes brauchen als vor zehn Jahren, ein ganz, ganz wichtiger Einfluss ist, den wir tatsächlich als Lehrkräfte haben. Und als Coach rufe ich Ihnen zu: Probieren Sie das alles aus, aber seien Sie auch nicht zu hart zu sich selbst. Sie müssen nicht von heute auf morgen sich komplett umkrempeln. Probieren Sie eine kleine Sache aus dieser Fortbildung aus und auf die Dauer kann das für uns alle einen Unterschied machen. Und dann lassen Sie an richtiger Stelle locker Lehrerinnen, locker Lehrer. Und wenn Sie wollen, besuchen Sie mich mal auf der gleichnamigen Plattform.

Jetzt beende ich diese Präsentation, bin wieder sichtbar und kann mal auf Ihre Fragen schauen. Bis jetzt keine Fragen. Oh, das ist ja... Nehme ich jetzt einfach mal als Kompliment. Wenn Sie möchten, schreiben Sie doch gerne mal, weil ich noch zwei Minuten habe, in den Chat: Was war denn das Wichtigste, was Sie mitgenommen haben? Eine Idee oder vielleicht eine Erinnerung? Vielleicht machen Sie ganz vieles auch schon. Ich sehe gerade, die Zahl der Teilnehmenden hat sich sogar noch vergrößert. Herzlich willkommen. Schön, dass Sie sich die Zeit hier genommen haben. Also bitte einmal den Chat fluten. Das hilft Ihnen, mehr Verbindlichkeit herzustellen für das, was Sie jetzt gelernt haben, und allen anderen Teilnehmenden hilft es dabei, noch mal eine kurze Erinnerung zu bekommen, worum ging es jetzt gerade?

Also, ein Learning in den Chat und vielleicht einen wichtigen Satz: „Ruhig bleiben, Verständnis haben und weniger kämpfen.“ Wunderbar. Ja, manchmal ist es schwierig, ruhig zu bleiben. Dann ruhig mal kräftig seufzen. Das ist so negativ konnotiert, aber evolutionsbiologisch ist Seufzen tatsächlich eine ganz wertvolle Energie, weil sie nämlich dem Nervensystem zeigt: „Oh Gott, oh Gott, Säbelzahn tiger, schnell weg hier. Gott sei Dank, er ist weg.“ Und wenn Sie so auf eine Störung erst mal innerlich reagieren können, dann kommen Sie auch auf eine klügere Reaktion. Perspektive der Schülerinnen und Schüler annehmen. Wunderbar. Ich habe es gerne gemacht, wenn Schüler was präsentiert haben vorne, dass ich mich auf deren Platz gesetzt habe. Dann kriegt man mal ein ganz anderes Feeling dafür, was in diesem Klassenzimmer eigentlich abgeht.

Persönlichen Kontakt zu einzelnen Schülerinnen und Schüler bei der Begrüßung der gesamten Klasse. Wunderbar. Wie gesagt, das brauchen gar nicht alle. Das ist der sogenannte Halo-Effekt. Die ganze Klasse sieht, wie sie auf diese einzelnen Schüler eingehen und schon fühlen sich alle in Sicherheit. Diese Wiedergutmachung sofort anbieten. Oh ja, schön, dass Sie das angenommen haben. Die persönliche Ansprache vor dem Unterricht oder währenddessen. Genau. Immer wieder daran erinnern, worüber wir gestern gesprochen haben. Niemals aufhören. Die brauchen die Erinnerungen und Sie brauchen die auch. Ich bin da als Lerncoach an einer Pflegeschule schon auf einem guten Weg. Danke. Ja, danke, dass Sie hier sind. Herzlichen Dank für die

Bestätigung in unserem Tun. Mein Problem ist es, die Probleme von Fachkolleginnen und Fachkollegen klären zu müssen. Oh ja. Da habe ich mich irgendwann gesträubt, ganz ehrlich.

Immer dann habe ich gesagt: „Dein Unterricht, deine Baustelle. So mache ich es. Das sind übrigens meine Rituale. Ich lose ganz viel aus. Ich habe diese Positivliste. Wenn du möchtest, mach mit.“ Und wenn Kollegen dann nicht mitmachen, dann nicht mehr meine Baustelle. Musste ich auch erst lernen. „Ich folge Ihnen schon lange. Sie erleichtern mit Ihren Beiträgen mein Berufsleben.“ Danke. Oh, danke, Barbara. Das tut gut zu hören. „Zu wissen, dass Störungen normal sind und wir alle damit kämpfen.“ Schlusswort, was ich gerade erlebt habe hier: Es wurde zwischen zwei Keynotes was umgebaut und die Moderatorin hat schon mal vorerklärt, was gleich Sache ist.

Und es war eine unglaubliche Unruhe, mit was für einer Selbstverständlichkeit wir Erwachsenen stören, unterbrechen, plaudern, nicht reagieren, obwohl da vorne jemand sagt: „Hören Sie mir noch mal kurz zu.“ Das finde ich manchmal ganz heftig zu beobachten und mit diesem empathischen Verständnis unsere Schülerinnen und Schüler mal wieder zu sehen, das hilft manchmal auch, an richtiger Stelle locker zu lassen. So, jetzt bin ich durch. Danke Ihnen sehr, dass Sie sich die Zeit genommen haben. Ich freue mich, wenn wir verbunden bleiben. Bis dahin lassen Sie an richtiger Stelle locker, Lehrerin, locker, Lehrer. Dann können Sie an anderer Stelle umso fester zupacken. Alles Gute.