

Gustav Keller

Psychologie
für den
Schulalltag

Prävention
und Erste Hilfe

HUBER



Inhaltsverzeichnis

| | |
|---|----|
| Einleitung | 7 |
| 1. Erste pädagogisch-psychologische Hilfe | 9 |
| Aggression & Gewalt | 10 |
| Amok | 16 |
| Angstprobleme | 20 |
| Hochbegabtenprobleme | 23 |
| Konzentrations- und Aufmerksamkeitsstörungen | 27 |
| Lese-Rechtschreibschwäche | 33 |
| Missbrauch | 37 |
| Misshandlung | 40 |
| Motivationsstörungen | 42 |
| Rechenschwäche | 49 |
| Schulschwänzen | 54 |
| Selbstverletzendes Verhalten | 57 |
| Sitzenbleiben | 59 |
| Suchtgefährdung | 62 |
| Suizidgefährdung | 65 |
| Unterrichtsstörungen | 68 |
| 2. Primäre pädagogisch-psychologische Prävention | 79 |
| Förderung des Lernverhaltens | 79 |
| – Mehrkanaliges Lernen | 80 |
| – Aktives Lesen | 81 |
| – Rechtshirniges Lernen | 83 |
| – Regelmäßiges Wiederholungslernen | 84 |
| – Systematisches Problemlösen | 85 |
| – Lernorganisation | 86 |

| | |
|--|------------|
| – Konzentrationssteuerung | 87 |
| – Selbststeuerung | 89 |
| – Gemeinsames Förderprogramm | 91 |
| Förderung des Sozialverhaltens | 94 |
| – Sozialer Verhaltenskodex | 94 |
| – Übertragung von Verantwortung | 97 |
| – Klassenrat | 98 |
| – Soziale Lernübungen | 100 |
| – Schüler-Streitschlichtung | 102 |
| – Gemeinsames Förderprogramm | 104 |
| 3. Pädagogisch-psychologischer Werkzeugkasten | 107 |
| Allgemeine Problemlberatung | 107 |
| Spezielle Lernberatung | 112 |
| Konfliktgespräche mit Schülern | 117 |
| Konfliktgespräche mit Eltern | 121 |
| 4. Pädagogisch-psychologisches Hilfesystem | 125 |
| Beratungslehrer | 125 |
| Erziehungsberatung | 126 |
| Schulpsychologischer Dienst | 127 |
| Allgemeiner Sozialer Dienst | 129 |
| 5. Pädagogisches Stressmanagement | 131 |
| Positives Denken | 133 |
| Zeitmanagement | 135 |
| Schreibtischmanagement | 138 |
| Systematische Entspannung | 140 |
| Planvolles Unterrichten | 143 |
| Seelisch-soziales Stützsystem | 145 |
| Der Stresstest für Lehrerinnen und Lehrer | 146 |
| Anti-Stress-Tipps für Lehrerinnen und Lehrer | 148 |
| 6. Literaturverzeichnis | 151 |

2 Primäre pädagogisch-psychologische Prävention

Ein Lot Vorbeugung ist besser als ein Pfund Heilung.

Englisches Sprichwort

Viele Schulprobleme ereignen sich in den Bereichen des Lern- und Sozialverhaltens. Ein Gutteil davon könnte verhindert oder zumindest gemindert werden durch eine präventiv ausgerichtete Erziehungs- und Unterrichtsarbeit. Das heißt, dass nicht nur Wissen vermittelt wird, sondern dass Lern- und Sozialverhalten systematisch und kontinuierlich gefördert werden. Die Erledigung dieser präventiven Kernaufgaben beugt nicht nur Störungen der Lern- und Verhaltensentwicklung vor, sondern sie unterstützt auch den Aufbau von Schlüsselqualifikationen. Und dies sind vor allem die Lernkompetenz und die Sozialkompetenz (Keller/Hitzler, 2005).

Förderung des Lernverhaltens

Überfüttert eure Schüler nicht mit Fischen, sondern bringt ihnen das Angeln bei.

Gregory Bateson

Das Intelligenzpotenzial der Schülerinnen und Schüler ist zwar eine notwendige, aber keine hinreichende Bedingung für den Schulerfolg. Es müssen Stützfaktoren hinzukommen, die das Potenzial in entsprechende

Schulleistungen umsetzen helfen. Unter diesen Stützfaktoren spielt das Lernverhalten eine bedeutsame Rolle. Es korreliert, vor allem wenn es handlungsnah erfasst wird, deutlich mit den Schulleistungen (Mandl/Friedrich, 2006; Wild/Gerber, 2008).

Die Bedeutung des Lernverhaltens lässt sich nicht nur aus Schulerfolgsstudien, sondern auch aus der schulpsychologischen Analyse leistungsproblematischer Einzelfälle ersehen. Das Ursachenmuster weist deutlich darauf hin, dass Misserfolgsschülerinnen und Misserfolgsschüler gravierende Lernverhaltensdefizite aufweisen. Bestätigt wird dieser Befund durch den Vergleich leistungsstarker und leistungsschwacher Schülerstichproben (Keller, 1993). Ergebnis der Vergleiche war, dass die Leistungsschwächeren ein signifikant schlechteres Lernverhalten zeigten. Die Hauptursache für Lernverhaltensschwierigkeiten liegt darin, dass sie in der bisherigen Lernentwicklung das Lernen nicht gelernt haben. Darunter versteht man die Aneignung von Strategien des Verstehens, Behaltens und Abrufens von Lernstoff, der Problemlösung, der Lernorganisation, des Konzentrierens sowie der Selbststeuerung. Im Folgenden werden diejenigen Strategien aufgezeigt, die sich in der Lernförderung als besonders hilfreich und wirksam erwiesen haben.

Mehrkanaliges Lernen

Alles allen Sinnen.

Comenius

Alle Lernvorgänge beginnen mit der Aufnahme von Lernstoff über die verschiedenen Wahrnehmungskanäle. Nichts ist im Gehirn, was nicht zuvor in den Sinnen war. Bereits in dieser ersten Lernphase treten die ersten Lernschwierigkeiten auf, weil eine aus neurobiologischer Sicht grundlegende Lernregel nicht beachtet wird. Sie lautet: Ein Lernstoff wird in den Feldern der Großhirnrinde umso besser verankert und vernetzt, je mehr Lernkanäle bei der Stoffaufnahme benutzt werden (s. Abb. 1). Schülerinnen und Schüler, die mit dieser Lernregel in Konflikt geraten, lernen einkanalig und oberflächlich, meist nur lesend und anschauend. Ihr passiv-rezeptiver Lernstil wird in der Schülersprache auch als «Reinziehen» bezeichnet. Folge davon sind Verständnis-, Gedächtnis- und Konzentrationsprobleme. Die notwendige Alternative

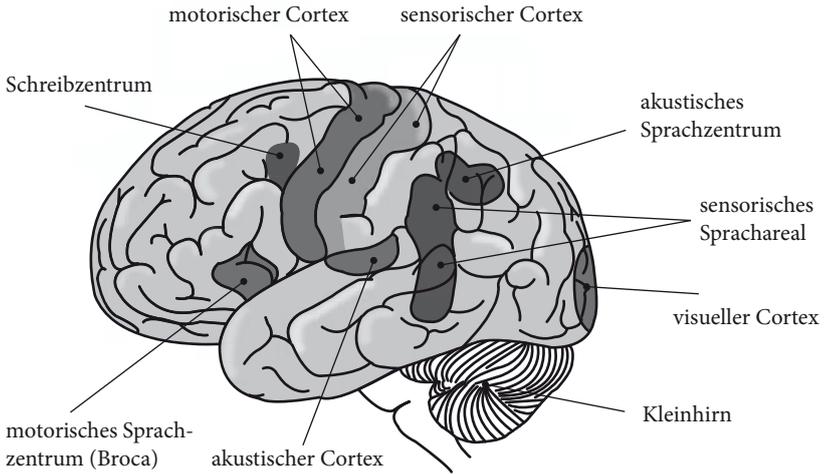


Abbildung 1: Felder der Großhirnrinde

zum einkanalen Lernstil ist das mehrkanalige Lernen bzw. der Gebrauch mehrerer Lernwege. Lernpraktisch heißt dies:

- mehrkanaliges Fremdsprachenlernen (zum Beispiel Vokabeln lesen, sprechen, schriftlich einprägen und abrufen)
- mehrkanaliges mathematisches Üben (zum Beispiel Lösungsverfahren am Beispiel von Aufgaben Schritt für Schritt schriftlich trainieren)
- mehrkanaliges Sachfachlernen (zum Beispiel Texte in Mind Maps umwandeln)

In meinen Wirksamkeitsstudien hat sich das mehrkanalige Lernen als effektivste Lernstrategie erwiesen (Keller, 1999).

Aktives Lesen

Der Text ist nicht wirklich gelesen, wenn man ihn nur durchgelesen hat und mit dem Gefühl zur Seite legt, damit schon etwas geschafft zu haben.

Stephan Scholz

Ein Großteil des Lernstoffs wird in Textform vermittelt. Viele Schülerinnen und Schüler haben Schwierigkeiten mit dem Verstehen, Behalten und Nut-

zen von Texten. Sie dekodieren Texte zwar, verharren aber an der Oberfläche und gelangen nicht zum Textsinn. Je oberflächlicher Texte verarbeitet werden, desto schlechter ist der Lernerfolg. Aus diesem Grund gehört es zu den Hauptaufgaben der Lernförderung, Schülerinnen und Schüler zum aktiven Lesen zu befähigen. Darunter versteht man zum einen:

Elaborieren

- Verknüpfen mit dem Vorwissen
- Umformulieren in eigene Worte
- Bilder entwerfen
- Beispiele suchen
- Fragen entwerfen
- Nachfragen
- Nachschlagen.

Reduzieren

- Unterstreichen/Markieren wichtiger Textstellen
- Herausschreiben von Schlüsselwörtern
- Subsummierung unter Oberbegriffen
- Anbringen von Randzeichen
- Anfertigen von Skizzen/Strukturen/Tabellen.

Zum anderen heißt aktives Lesen, längere Texte schrittweise zu bearbeiten. Hierzu bietet sich die Fünf-Schritte-Methode an.

1. Man überfliegt den Text, um sich einen ersten Überblick zu verschaffen.
2. Man stellt Fragen an den Text (zum Beispiel «Was weiß ich schon? Was weiß ich nicht?»)
3. Man liest den Text gründlich, Absatz für Absatz.
4. Man fasst den Text zusammen, indem man Wichtiges unterstreicht oder heraus schreibt.
5. Man geht den Text nochmals durch und überprüft abschließend, ob man den Inhalt verstanden und behalten hat.

Die Fünf-Schritte-Methode ist ein Vorgehensmuster, das individuell variiert werden kann. Wichtig ist, dass am Ende des Leseprozesses die Textstruktur im Gehirn des Lernenden mental gut präsentiert ist.

Rechtshirniges Lernen

Wer in Bildern denkt, vergisst nichts.

Roland R. Geisselhart

Das mehrkanalige Lernen ist eine notwendige, aber keine hinreichende Bedingung für den Lernerfolg. Vor allem verbaler und begrifflicher Lernstoff droht rasch vergessen zu werden. Ein Grund ist, dass er primär in der merkschwächeren linken Gehirnhälfte verarbeitet wird.

Deshalb muss im Unterricht Lernstoff so dargeboten werden, dass schwer merkbares Wissen mit Funktionsweisen der rechten Gehirnhälfte verknüpft werden kann. Hierzu zählen vor allem Rhythmen, Reime, Bilder, Farben, Strukturen, Tafelbilder. Gleichzeitig müssen die Lernenden gezielt zur aktiven Benutzung der rechten Gehirnhälfte angeleitet werden, denn nur eine Minderheit macht davon regen und regelmäßigen Gebrauch. Sie lernen das rechtshirnige Lernen, indem sie Texte bebildern, Merkverse schmieden, Abkürzungen kreieren oder Mind Maps (s. Abb. 2) entwerfen.

Das rechtshirnige Lernen sollte auch bei der Lese-Rechtschreibförderung stark beachtet werden. Es kommt vor allem jenen rechtschreibschwachen Schülern zugute, die sich aufgrund von Hirnreifungsverzögerungen und Hirnfunktionsstörungen Wortbilder schwer einprägen können. Als Hilfen sind besonders das rhythmisch-melodische Sprechschreiben, Merkverse oder Farbsignale zur Unterscheidung von Schreibweisen geeignet.

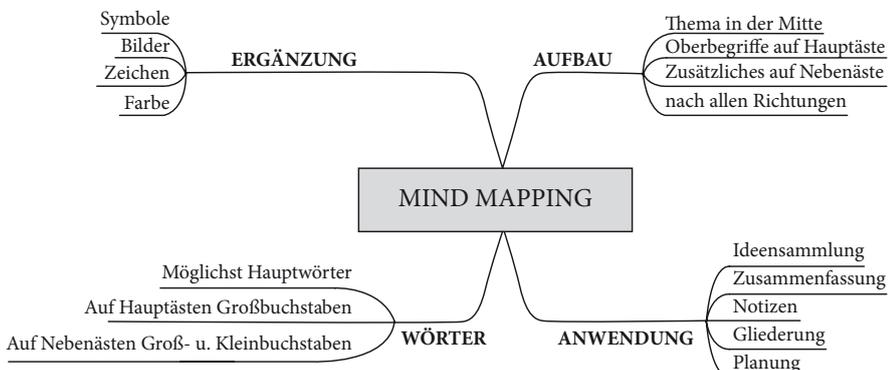


Abbildung 2: Mind Map