



Leichtigkeit. Leben. Lernen.

Chaos im Klassenzimmer

Herausforderndes
Schüler:innenverhalten
mit Gelassenheit entschärfen

Kompaktkurs

im praktischen eBook-Format

VON

Lea Lindemann

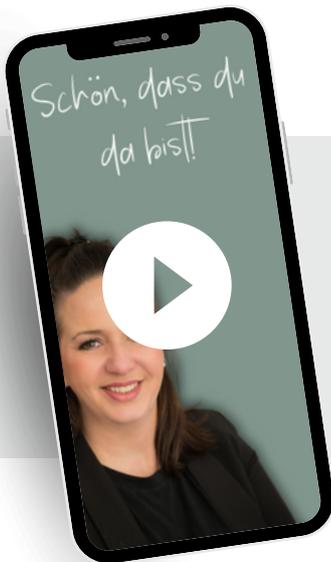
IMMER GRIFFBEREIT
OHNE PLATTFORM LOGIN
EASY
SELBST-
LERNER



Liebe Kollegin, lieber Kollege,

es gibt sie immer: Klassen-Clowns, Störenfriede, Zuspät-Kommende, Verweigernde, Quasselstrippen und und und... die täglichen Herausforderungen durch unerwünschtes Schüler:innenverhalten könnten kaum größer sein.

In diesem Kompaktkurs lernst du Erscheinungsformen von und vor allem Ursachen für auffällige Verhaltensweisen kennen. Wir werfen gemeinsam einen neuen Blick auf Belange und Bedürfnisse, um zukünftig Konfliktsituationen besser und vor allem erfolgreich meistern zu können.



Mit einem Klick auf das Video erfährst du alles Wissenswerte über mich, meine Vision und auch die Inhalte, die dich erwarten.

Ich wünsche dir viel Spaß beim Durcharbeiten des Kurses. Ich habe viel für dich verpackt, um schon morgen gelassener herausfordernden Schüler:innen entgegentreten zu können.

📌 Deine Lea

Herzlich
Willkommen

Inhalte

Schwierige Schüler:innen sind Schüler:innen in Schwierigkeiten.

Das ist mein Leitgedanke für diesen Kurs und gemeinsam werden wir eine Haltung entwickeln, durch die wir konsequent aber empathisch mit herausfordernden Schüler:innen umgehen können.

S.5

MODUL 1: HERAUSFORDERNDE SCHÜLER:INNEN

Warum sind manche Schüler:innen herausfordernd für mich und warum manche nicht? Was stresst mich am meisten?

S.19

MODUL 2: BEZIEHUNGSaufbau

Wofür stehst du? Wie sind deine Regeln und Grenzen? Wie reflektierst du? Wie stehst du zu dir und den Schüler:innen? Welches Konzept hilft dir konkret?

S.27

MODUL 3: REGELN & KONSEQUENZEN

Warum braucht Schule Beziehung? Welchen Effekt hat eine positive Beziehung auf Schüler:innen? Was hat Beziehung mit Lernen zu tun?

S.39

MODUL 4: HALTUNG IM KONFLIKT

Wie kannst du effektiv Spaß in deinen Unterricht bringen, der auch noch dazu führt, dass Schüler:innen besser lernen und gerne in die Schule gehen?



Ein paar Worte zu mir

Leichtigkeit im Lehrberuf - dieser Wunsch wird unter den Kolleg:innen immer lauter. Die aktuellen Zahlen zur Lehrkräftegesundheit sind alarmierend und Herausforderungen der vergangenen Jahre scheinen ihren Höhepunkt in der täglichen Schularbeit zu finden.

Als Lehrerin mit über 12 Jahren Berufserfahrung ist es mir eine Herzensangelegenheit, meine verschiedenen Coaching- und Weiterbildungsschwerpunkte mit meinen Erfahrungswerten aus der Schule zu kombinieren, um Unterstützung genau da anzubieten, wo es gerade brennt - und das ist leider viel zu oft bei uns Kolleg:innen selbst.

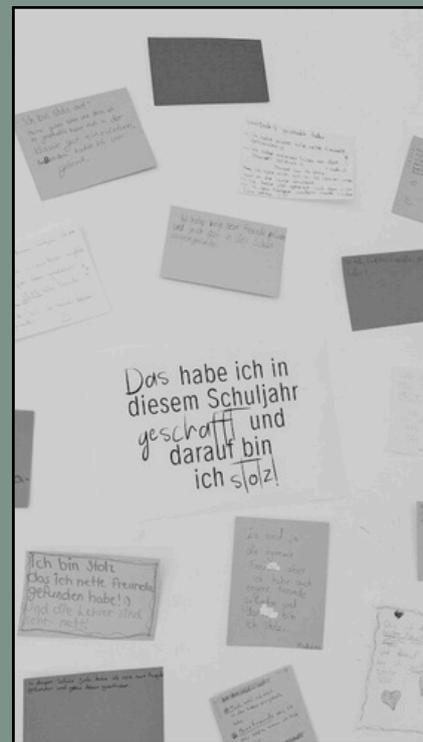
- ✓ Lehrerin für Gymnasien und Gesamtschulen
- ✓ zertifizierte Burnout- und Stresstrainerin, Hypnose Coachin, Beziehungscoachin
- ✓ zertifizierte Referentin & Speakerin
- ✓ **Schwerpunkte meiner Arbeit**
 - Verständnis für das menschliche Unterbewusstsein
 - Lern- und Verhaltenstheorie
 - kontrolliertes, gelassenes Handeln in herausfordernden Situationen
 - Erfolgreich kommunizieren (z.B. Gewaltfreie Kommunikation)
 - Stressmanagement & Resilienz
 - Konfrontative Pädagogik, Deeskalation
 - kindliche Entwicklung, Bedürfnisorientierung

In Fortbildungen, Workshops und Webinaren bringe ich dir praxisorientierte und -erprobte Tipps und Methoden, damit Lehrkräfte wieder einen gelassenen Umgang mit den täglichen Herausforderungen finden und zurück in Ihre Kraft und Leidenschaft kommen.

Ich freue mich, dass du da bist!

Deine Lea

Modul Herausfordernde Schüler:innen eins



— “ —

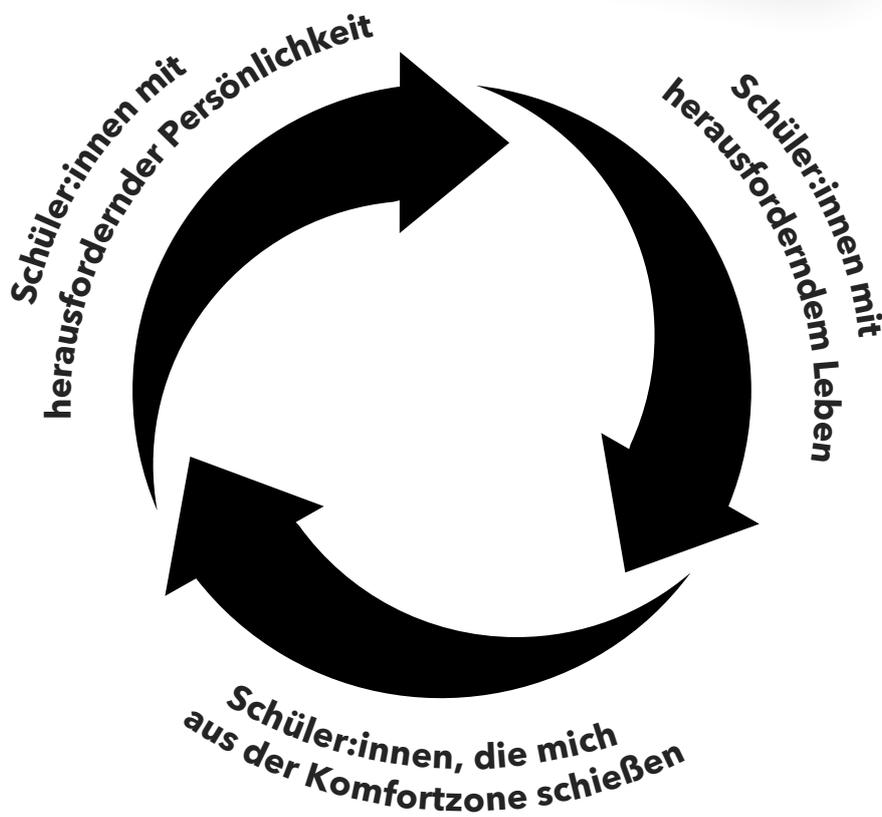
Wir können den Wind
nicht ändern, aber die
Segel anders setzen.

— ” —

ARISTOTELES

HERAUSFORDERNDE Schüler:innen

Herausforderung begegnet uns gefühlt jeden Tag, wenn wir mit Schüler:innen zusammen sind. Was die Schüler:innen damit zu tun haben, was ihr Leben damit zu tun hat und was du damit zu tun hast erfährst du in diesem Modul.



HERAUSFORDERNDE Persönlichkeiten

Persönlichkeit ist ein vielschichtiger Begriff und unterschiedlichste Faktoren spielen hinein. Simone Kriebs hat ein Modell zu Persönlichkeitstypen entwickelt, um diese Vielfalt abzubilden. Sie beschreibt **vier Tiertypen**, die sich in jedem Menschen alle in unterschiedlichen Ausprägungen vereinen und ab der Kindheit als Strategien festigen, mit unterschiedlichen Aspekten des Lebens möglichst erfolgreich umgehen zu können.

Die vier Tiertypen

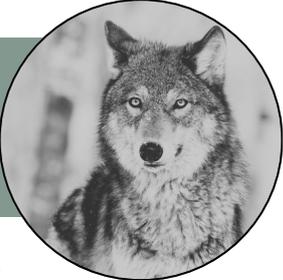
Höre, was die Persönlichkeitsmerkmale der vier Tiertypen sind und mache dir Notizen zu spezifischen Verhaltensweisen.



Audio:
Erfahre, was die Persönlichkeit eines Eichhörnchens auszeichnet

_____ "Sei perfekt!"

Audio:
Erfahre, was die Persönlichkeit eines Wolfes auszeichnet



_____ "Sei stark!"

"Mach' es allen Recht!"



Audio:
Erfahre, was die Persönlichkeit eines Schafs auszeichnet

"Mach' schnell!"



Audio:
Erfahre, was die Persönlichkeit eines Kakadus auszeichnet

HERAUSFORDERNDE Persönlichkeiten

Sicher hast du sofort Schüler:innen im Kopf, als du die Informationen über die einzelnen Tiertypen gelesen haben. Notiere zu jedem Tiertypen einen Namen:



Four empty green rectangular boxes for writing names.

Mache dir aber bewusst, dass auch du in dir unterschiedlich ausgeprägt die vier Persönlichkeitsanteile tragen. Um herauszufinden, wie sich deine Persönlichkeit aufstellt, lade ich dich ein, den Test zu machen.

[ZUM TEST](#)

Zur Erklärung: Jeder Mensch trägt immer alle vier Persönlichkeitsanteile in sich. Sie sind aber unterschiedlich stark ausgeprägt. Du kannst zum Beispiel gleichzeitig 80% Wolf und 90% Schaf in dir tragen.

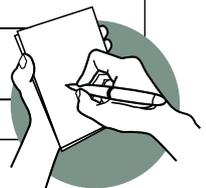
Notiere dir die Prozentzahl deiner Persönlichkeitsanteile.



Four empty green rectangular boxes for writing percentages.

Überrascht? Reflektiere.

Four horizontal lines for reflection notes.

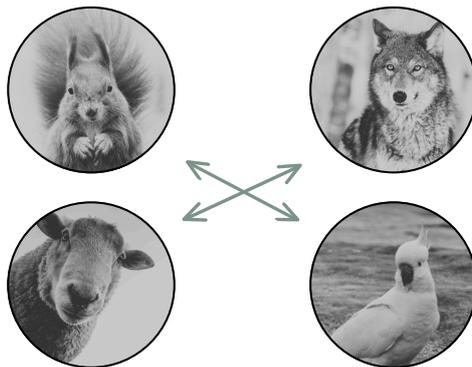


Die (eigene) Persönlichkeit zu verstehen ist enorm gewinnbringend, weil es dir dann anders möglich ist, Kinder & Jugendliche zu verstehen und ihnen in ihren Bedürfnissen zu begegnen. Das Verstehen und Eingehen führt zu einer entspannteren Atmosphäre in der Klasse und letztendlich auch zu einer entspannteren Lehrperson.

HERAUSFORDERNDE Persönlichkeiten

Je nachdem wie deine eigene Persönlichkeit ausgeprägt ist, empfindest du die Persönlichkeit von Schüler:innen mehr oder weniger herausfordernd. Das liegt ganz oft auch daran, dass sie konträr zu unserer eigenen Persönlichkeit agieren.

Es gibt demnach in dem Modell der Tiertypen auch Gegenspieler.



Trägst du also in dir einen hohen Schafs-Anteil, werden „rebellische“ Wölfe dich herausfordern. Bist du ein Eichhörnchen, treiben dich Kakadus in den Wahnsinn.

Damit du in der Schule einen entspannteren Umgang finden kannst, mit Schüler:innen, die dich durch ihre Persönlichkeitsanteile herausfordern, ist es sinnvoll zu analysieren, wer denn nun aufgrund der Persönlichkeit für dich eine Herausforderung darstellt.

Meine Gegenspieler im Klassenraum



UMGANG MIT herausfordernden Persönlichkeiten

Berücksichtigen wir, dass jedes Mitglied der Klassengemeinschaft seine eigene Persönlichkeit in die Zusammenarbeit mitbringt, ist es nur logisch, dass wir auch für unsere unterrichtliche Praxis Rückschlüsse ziehen und die unterschiedlichen Persönlichkeitstypen in unsere Planung miteinbeziehen.

Zunächst ein paar Tipps und Selbstverständlichkeiten im Umgang mit deinen Gegenspielern im Klassenraum.

- **Aktiviere** deinen Wolfsanteil und scheue nicht den Konflikt, wenn du einem Wolf gegenüber trittst. So sicherst du deine Autorität.
- **Akzeptiere**, dass du aus einem Kakadu kein Eichhörnchen machen wirst. Persönlichkeit ist von außen und vor allem mit Druck nicht veränderbar.
- **Gönne** den Kindern Aufgaben und Herausforderungen, die ihrer Persönlichkeit entsprechen.
- **Pass** deinen Unterricht - sofern möglich - den verschiedenen Persönlichkeitstypen **an**.

Aufgaben zur Bedürfnisbefriedigung der Persönlichkeitstypen



- Gruppenleiter:in
- Klassensprecher:in
- Soziale Events organisieren
- Mediator:in

außerdem:

-
-
-
-



- Regelwächter:in
- Visualisierung von Arbeitsergebnissen
- Recherche-Aufträge
- Materialwart:in

außerdem:

-
-
-
-



- Verantwortung tragen
- Klassensprecher:in
- Jobs, zum Präsentieren der Stärke
- Gruppenleiter:in

außerdem:

-
-
-
-



- Bewegungspausen einbauen
- Moderator:in
- abwechslungsreiche Aufgaben
- Spaß machen / haben

außerdem:

-
-
-
-

SCHÜLER:INNEN MIT herausforderndem Leben

Schwierige Kinder sind Kinder in Schwierigkeiten. Das hast du schon zu Beginn gelesen. Oftmals sind Schüler:innen, die unerwünschtes Verhalten zeigen im Mangel, weil es ihnen grundlegend an Bedürfniserfüllung wichtiger Bedürfnisse wie Liebe, Anerkennung, Ruhe, Orientierung, Sicherheit o.ä. fehlt.
Hier erfährst du, woher dieser Mangel kommen kann.

LEBENSUMSTÄNDE

Der Bereich der herausfordernden Lebensumstände beschreibt Kinder & Jugendliche, die allgemein gesprochen zu viel von dem bekommen, was sie wollen und zu wenig von dem, was sie brauchen. Das sind z.B. Kinder & Jugendliche, die keine guten familiären Rahmenbedingungen haben. Dadurch fehlt es ihnen oft an Orientierung, welches Verhalten angemessen, regelkonform oder auch einfach diese selten Problem im Bereich der Sicht gesellschaftlich akzeptiert ist. Außerdem fühlen sich diese Kinder oft unsicher im Umgang mit anderen, weil es ihnen von Zuhause aus an Sicherheit und Schutz fehlt.

Dabei denken wir zunächst oft an Schüler:innen, die aus sozial schwächeren Kontexten kommen. Aber solche Kinder finden wir auch in anderen sozialen Bereichen.

Simone Kriebs spricht hier vom "Allgemeinen Prinzen Syndrom". Sie beschreibt auf karikierende Weise ein Verhaltensphänomen, das insbesondere Kinder zeigen, die Zuhause besonders viel Fürsorge und Aufmerksamkeit genießen. Sie lernen dort, dass sie der Mittelpunkt allen Lebens sind - der Prinz, die Prinzessin. In ihrem Königreich bestimmen sie, setzen den Maßstab und alles dreht sich nach ihren Wünschen. Stell` dir einmal vor, du führtest so ein Leben. Keine schlechte Vorstellung, oder? Und dann kommt auf einmal jemand, der dir sagt: "Nö, hier nicht." Das ist, was diese Kinder & Jugendlichen erleben, wenn sie in die Schule kommen. Lehrer:innen begrenzen massiv das Königreich. Dass diese Kinder sich dagegen wehren, scheint dann nur natürlich. Mache dir also bewusst, dass erst einmal ein Lernprozess einsetzen muss. Nach und nach, werden die Kinder & Jugendlichen akzeptieren, dass es neue Grenzen gibt, auch wenn sie zunächst einmal vehement ihr Königreich verteidigen.



SCHÜLER:INNEN MIT herausforderndem Leben

SOZIAL-/ EMOTIONALE SCHWIERIGKEITEN

Kinder & Jugendliche zeigen oft Schwierigkeiten auf der sozial-emotionalen Ebene, wenn ihre Eltern sich zeitweise inadäquat und ambivalent verhalten.

Beispielsweise entschuldigen oder bestärken sie Verhaltensweisen, wo Grenzen nötig wären. Das sind z.B. solche Eltern, die ihren Kinder beibringen, dass man zurückschlägt, wenn man kein Opfer sein will.

Nicht selten ist eigene emotionale Instabilität der Grund für solche Denkansätze. Kindern & Jugendlichen solcher Eltern fehlt es dann an Lernvorbildern, wodurch sie u.U. unsicher und ängstlich werden. Resultierendes regelverletzendes Verhalten macht sie dann im Kontext Schule für uns zur Herausforderung.

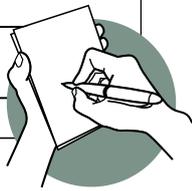
KOGNITIVE SCHWIERIGKEITEN

Auffälligkeiten in diesem Bereich kennst du sicher aus deiner täglichen Unterrichtspraxis. Gemeint sind Schüler:innen mit Lern-, Sprach- oder Konzentrationsschwierigkeiten oder Problemen im Bereich der Gedächtnisleistung.

Gängige Diagnosen wie Legasthenie, Dysgraphie, Dyskalkulie, LRS, AD(H)S, usw. fallen alle in diesen Bereich. Natürlich wollen wir hier auch den Bereich der Hochbegabung nicht vergessen, denn hochbegabte Schüler:innen zeigen sich ebenfalls oft verhaltensauffällig.

Das liegt daran, dass sich Kinder, die besonders sind im kognitiven Bereich, im Unterricht leider oftmals über- oder unterfordert fühlen. Dadurch entstehen Räume und Mechanismen, die ihren Ausdruck in herausforderndem und regelüberschreitendem Verhalten finden.

Versetze dich einmal in die Lage von Schüler:innen, die enorme Lernschwierigkeiten haben. Sie erleben sich selbst ständig als scheiternd, als anders, als dumm. Es ist also nur logisch, dass diese Kinder & Jugendlichen Mechanismen entwickeln, diese Gefühle zu betäuben und ihnen etwas entgegenzusetzen. Diese Kinder entwickeln sich z.B. häufig zum Klassenclown. Denn es ist einfach schöner, der Clown zu sein, über den und mit dem alle lachen, als der Depp.



SCHÜLER:INNEN MIT herausforderndem Leben

STRUKTURELLE & SOZIALE UNTERSCHIEDE

Im Bereich struktureller und sozialer Unterschiede gibt es verschiedene Faktoren, die dazu führen, dass wir Schüler:innen als herausfordernd erleben.

Umgangsformen:

In den verschiedenen Familien herrschen oft unterschiedliche Umgangsformen, was dazu führt, dass Kinder & Jugendliche sich Verhaltensweisen aneignen, die für sie selbstverständlich sind, bei uns aber anstoßen. Ein Beispiel dafür wäre, dass z.B. in einer Familie besonders laut gesprochen wird oder aber auch viel geschrien. Die Kinder lernen dann, dass es normal ist, so miteinander zu sprechen und sind auch in der Schule eher laut.

Alltags-Routinen:

Ebenso ist es möglich, dass Kinder & Jugendliche es nicht kennen, eine Mahlzeit gemeinsam einzunehmen. Sie kommen also in die Schule ohne zu wissen, dass manche Routinen oder Rituale gepflegt werden. In der Schule reagieren wir dann, weil Kinder & Jugendliche gewisse Rituale nicht einhalten. Frage dich also gern immer wieder: Kennt das Kind dieses Ritual (z.B. gemeinsame Mahlzeit) überhaupt?

Werte & Normen

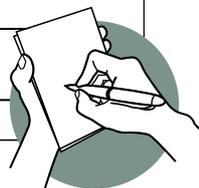
Auch der Bereich der Werte und Normen ist immer wieder familieninterne Auslegungssache. Berücksichtige, dass grundlegende Dinge unterschiedlich betrachtet werden können und verstehe andere Ansichten als erlernte Verhaltensweisen und Denkmuster. Nichtsdestotrotz gilt es natürlich in der Schule die gegebenen Werte und Normen einzuhalten und einzufordern.

Rollenbilder & Diskriminierung

Auch wenn wir in einer scheinbar gleichberechtigten Welt leben, ist es oft so, dass Kinder & Jugendliche Rollenbilder, Stigmatisierungen oder Diskriminierung von zu Hause aus "in die Wiege gelegt bekommen". Da innerhalb der Familie diese Sicht auf die Dinge normal ist, ecken diese Schüler:innen in der Schule oft an. Daraus entstehen Konflikte verschiedenster Natur.

Armut / Wohlstand

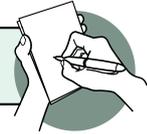
Nicht zuletzt kann immer auch der Bereich Armut und Wohlstand Einfluss darauf haben, ob sich ein Kind herausfordernd verhält. Wohingegen Kinder aus ärmeren Familien eher darunter leiden, nicht mithalten zu können oder der Background grundsätzlich eher bildungsfern ist, leiden Kinder aus wohlhabenden Familien beispielsweise darunter, dass sie wenig Aufmerksamkeit von ihren Eltern bekommen (Stichwort: Wohlstandsverwahrlosung). Beide "Lager" versuchen dann gleichermaßen den gefühlten Mangel auszugleichen und durch andere Dinge zu ersetzen. Dieser Versuch zeigt sich dann oft in unerwünschtem Verhalten.



SCHÜLER:INNEN MIT herausforderndem Leben

Nimm dir einen Moment Zeit und reflektiere einige deiner herausfordernden Schüler:innen. Welche Hintergründe für ihr Verhalten kennst du

Name Schüler:in



Welche herausfordernden Verhaltensweisen zeigt er/sie?

Wie ist die Gefühls- und Bedürfnislage?

01

Welche Informationen habe ich über die Lebensumstände?

02

Welche Informationen habe ich über sozial-emotionale Schwierigkeiten?

03

Welche Informationen habe ich über kognitive Schwierigkeiten?

04

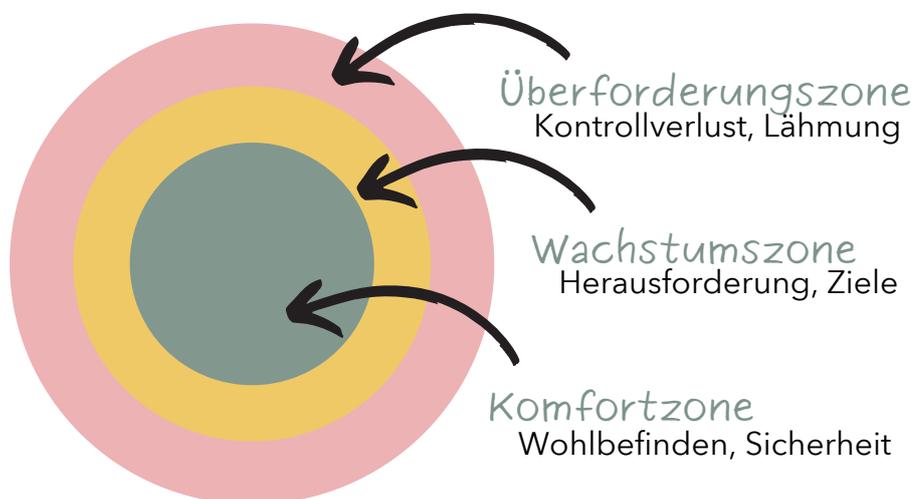
Welche Informationen habe ich über strukturelle & soziale Unterschiede?

Ergeben sich daraus Bewältigungsstrategien in Form von Verhaltensauffälligkeiten?

WAS IST (M)EINE Herausforderung

Manche Dinge sind für dich total anstrengend und für deine Kolleg:innen nicht oder andersherum? Das ist ganz normal, denn was wir als herausfordernd empfinden ist sehr individuell und eng mit dem persönlichen Stresslevel und Stressempfinden gekoppelt. Den Prozess bis das sprichwörtliche Fass überläuft möchte ich dir gern anhand des 3-Zonen-Modells erläutern.

3-Zonen-Modell



Herausfordernde Schüler:innen schießen uns aus unserer Komfortzone !



KOMFORT

ZUM VIDEO



WACHSTUM

ZUM VIDEO



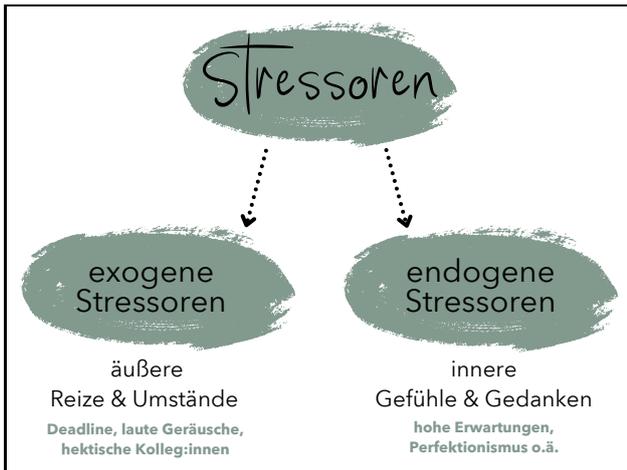
ÜBERFORDERUNG

ZUM VIDEO

[Hier gehts zur Auflösung des Tricks](#)

WAS IST (M)EINE Herausforderung

Um herauszufinden, was genau dich an bestimmten Schüler:innen oder an bestimmten Klassen am meisten herausfordert, dich also aus der Komfortzone schießt, ist es sinnvoll eine Stressanalyse durchzuführen.



Im Audio erkläre ich dir, was genau Stressoren sind und worin sie sich unterscheiden.

Stress-Analyse

Was genau fordert dich heraus? Versuche dir 1-2 Schüler:innen und 1-2 Klassen vor Augen zu führen, die dich besonders herausfordern und überlege, wodurch du an deine Grenzen kommst.

<p><i>belastende Umstände</i></p>	<p><i>belastende Bedingungen</i></p>	<p><i>belastende Verhaltensweisen</i></p>	exogene Stressoren	
<p><i>belastende Gedanken</i></p>	<p><i>belastende Maßstäbe, Anforderungen</i></p>	<p><i>belastende Gefühle</i></p>		endogene Stressoren

HERAUSFORDERUNGEN angehen

Oft fühlen wir uns unseren Stressoren ausgeliefert, aber es ist möglich, aktiv Einfluss auf den Ausgang stressiger Situation zu nehmen. Indem du dir deine Stressoren bewusst machst, befähigst du dich, deine Stressreaktionen zu steuern.

Oft geraten wir in Stress, weil wir unsere Ziele außerhalb unserer Möglichkeiten und damit außerhalb unseres Verantwortungsbereiches, setzen.

Die drei Angelegenheiten

Byron Katie, eine US-amerikanische Achtsamkeitslehrerin und Bestsellerautorin, erzählt in ihrem Werk "The Work" von drei Angelegenheiten. Im Video erfährst du, warum das unbedingt etwas mit dir zu tun hat.

[Zum Video](#)



Gehe noch einmal zurück zu deinen Stressoren. Überprüfe die Situationen und kontrolliere, was dein Ziel in der Situation war. Gehe beispielhaft eine deiner Stresssituationen durch und verändere dein Ziel.



Glückwunsch!

Du hast den schwierigsten Teil schon geschafft - weil es nämlich vor allem auch um dich ging. Von jetzt an wird es handfest und praktisch.

Und jetzt?

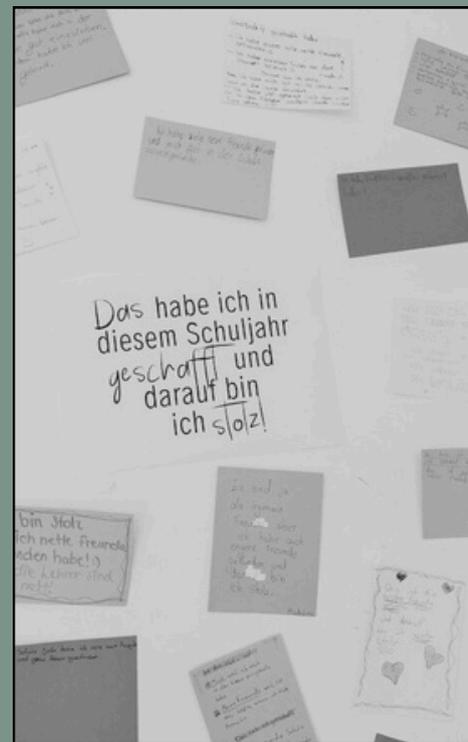
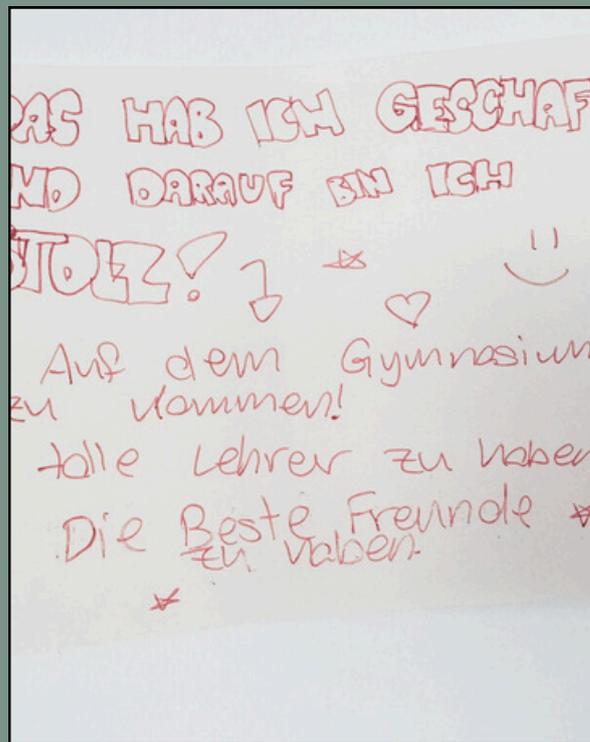
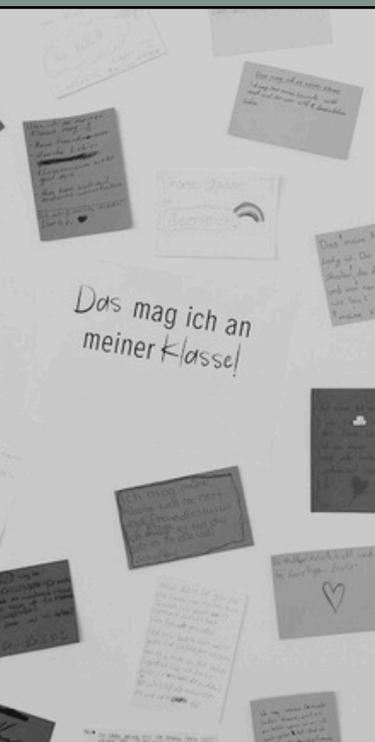
Pau·se

/Paúse/ Substantiv, feminin [die]

Kurzfassung von
"Hast du dir verdient!"

Meilenstein

Modul Beziehungsauftbau zwei



— “ —

The best teacher
teaches from the heart,
not from the book.

— ” —

UNBEKANNT

Meine Vision

✔ **Mehr glückliche Kinder**

Kinder sind die Summe der Erfahrungen ihrer Eltern & Bezugspersonen. Ich möchte dazu beitragen, dass Eltern und alle Menschen, die pädagogisch arbeiten, beginnen, sich um sich kümmern, denn aufgeräumte Erwachsene "erschaffen" aufgeräumte Kinder.

✔ **Mehr glückliche Lehrkräfte**

Wieso gibt es wohl einen so akuten Lehrermangel? Schlichtweg, weil der Job zu wenig Spaß macht. Es ist mir eine Herzensangelegenheit, meine Kolleginnen und Kollegen zu entlasten, ihnen praktische Tools an die Hand zu geben und sie innerlich zu bestärken, damit sie wieder Freude am Beruf haben.

✔ **Mehr glückliche Menschen**

Jeder Mensch war mal ein Kind und ist somit auch die Summe der Erfahrungen seiner erwachsenen Bezugspersonen. Diese tragen wir dann ins Leben - manchmal ohne die Zusammenhänge zu verstehen. Wir wiederholen Fehler, übernehmen Strukturen, lassen uns leiten von Gefühlen und sind damit unglücklich. Das muss so nicht sein, weil man es easy verändern kann!



KINDER IM Dauerstress

Herausforderndes Verhalten von Schüler:innen ist oftmals ein Zeichen dafür, dass Schüler:innen mit Problemen zu kämpfen haben, besonderen Stressfaktoren ausgesetzt sind oder überfordert sind.

Je öfter sie in diesen Zustand geraten, desto hilfloser fühlen sie sich. An diesem Punkt greifen sie dann zu Kompensationsstrategien, die ihnen als Schutzmechanismen helfen. Getreu dem Sprichwort "Tiere, die in die Ecke getrieben werden, beißen" zeigen Schüler:innen Verhalten, das wir dann als nicht-regelkonform beschreiben.

Kinder im Dauerstress

Wie es dazu kommt, dass Schüler:innen in Dauerstress geraten und was das für ihren Organismus und den Stress- und Hormonhaushalt bedeutet, erfährst du im Video.

[Zum Video](#)



Übernervöse Wachhunde im Klassenraum

Übernervöse Wachhunde ...

- ... können nicht still sitzen.
- ... gehen direkt in die Konfrontation.
- ... überschreiten Regeln und Grenzen.
- ... haben keine Kontrolle über ihre Gefühle.
- ... ecken an.
- ... stören und halten den Unterricht auf.



Außerdem...

Deine Schüler:innen mit übernervösem Wachhund

01

02

02

04

BEZIEHUNG in der Schule

Übernervöse Wachhunde brauchen vor allem Sicherheit, Orientierung und Liebe. Eine positive Beziehung verringert nachweislich die Anfälligkeit für Stress. Je intensiver und stabiler unsere sozialen Beziehungen sind, desto stressresistenter sind wir. Stressresistenz entsteht also durch soziale Interaktion. Ein sicheres Bindungsmuster ist ebenso ein wichtiger Schutzfaktor in der kindlichen Entwicklung. Sicherheit in den Beziehungen fördert die psychische Widerstandskraft (Resilienz) von Kindern. Jegliche (positive) soziale Bindung fördert die Produktion von Oxytocin. Oxytocin wird auch als „Kuschelhormon“ bezeichnet und hat verschiedene Effekte auf den menschlichen Organismus. Oxytocin stärkt die Bindungen zu Menschen. Es hilft, Vertrauen aufzubauen und reduziert Angst und Stress. Ebenso dämpft es Aggressionen. Für die Schule ist es demnach besonders wichtig, gerade die Beziehung zu schwierigen Schüler:innen zu stärken, damit wir als Lehrkraft zielführend zu innerer Entspannung beitragen können und somit unerwünschtes Verhalten reduzieren bzw. sogar abstellen.

Aktive Beziehungsgestaltung durch Rituale

Nicht immer haben wir Zeit für aktive Beziehungsgestaltung in der Schule, daher ist es sinnvoll, sie als festes Instanz z.B. durch beziehungsfördernde Rituale in den Unterricht zu integrieren. Beziehungsfördernde Rituale haben im Umgang mit herausfordernden Schüler:innen jede Menge Vorteile.



Der Effekt von Beziehungsritualen



Im Audio erkläre ich dir die Vorteile der Integration beziehungsfördernder Rituale in deinen Unterricht.



RITUALE im Unterricht

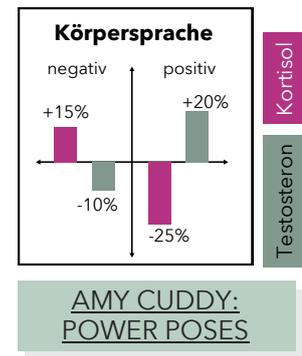
Beziehungsfördernde Rituale kannst du an allen Stellen in deinen Unterricht integrieren. Achte darauf, dass du Rituale an die Tageszeit, die Persönlichkeit deiner Schüler:innen und - vor allem! - deren Stimmung anpasst.

“Best Practice” Beispiele



Powerposen

Power-Posen wurden von Amy Cuddy erforscht und machen nicht nur Spaß, sind viel mehr ein Energy-Booster der besonderen Art. Es ist ganz einfach: bitte deine Schülerinnen und Schüler eine dieser Position einzunehmen. Übrigens, mein Ruhezeichen ist das oben links. Zwei Fliegen mit einer Klappe.



Musik & Tanz

Beginne deinen Unterricht mit einem Lied und am besten dazu mit einem Tanz. Musik hat Einfluss auf die Stimmung und Bewegung fördert die Konzentration. Achte darauf, dass es ein positives Lied ist. Am besten eignen sich Lieder, die schon einen Tanz dabei haben wie z.B. Macarena oder meinem Favorite-Song, den du in der Inspiration findest.



INSPIRATION

Du hast Lust, mehr über Rituale zu lernen und noch mehr Möglichkeiten für deinen Unterricht zu entdecken? Dann lege ich dir meinen Kurs zum Classroom-Management ans Herz.

Sichere dir einen **25% Rabatt** mit dem Code "DABEI".



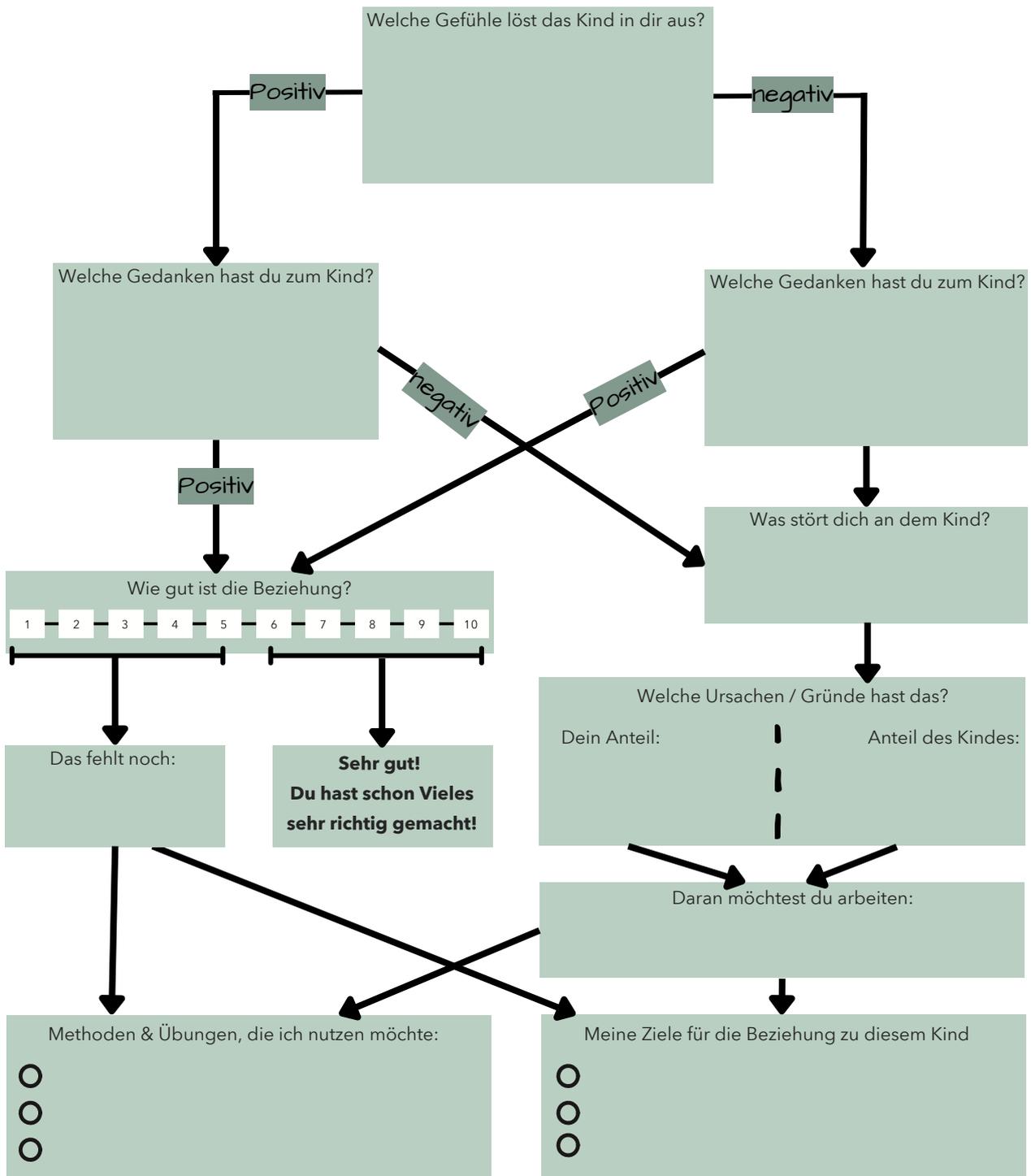
Zur Kursplattform



IN BEZIEHUNG mit Schüler:innen

Schwierige Schüler:innen fordern uns besonders heraus. Unsere Beziehung zu ihnen leidet oftmals darunter. Nimm' dir einen Moment Zeit und reflektiere die Beziehung zu einem besonders schwierigen Kind oder Jugendlichen.

Name des Kindes:



IN BEZIEHUNG mit Schüler:innen

Schwierige Schüler:innen brauchen immer die meiste Unterstützung und auch die meiste Zuwendung. Damit du sie wertschätzend in ihrer Entwicklung begleiten kannst und sie sich von dir gemocht fühlen, findest du anbei eine Möglichkeit, mit Schüler:innen über ihr unerwünschtes Verhalten ins Gespräch zu kommen, Reflexion anzuregen und Möglichkeiten für anderes Verhalten zu entwickeln.

Was ärgert dich?

Wer ärgert dich?

Welche Gefühle löst das in dir aus?



Im Audio sprechen wir darüber, wie wichtig Gefühle sind. ▶



Im Audio erfährst du, was das Gefühl "Wut" dir mitteilt. ▶

Wie reagierst du, wenn dich jemand ärgert?

Was möchtest du daran verändern?

Was brauchst du, damit es klappt?

Grundlage geschaffen

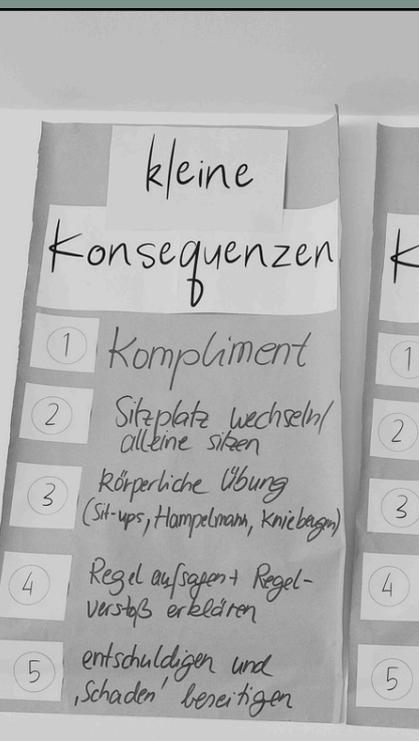
Die Voraussetzung für eine erfolgreiche und gelassene Zusammenarbeit mit herausfordernden Schüler:innen hast du nun geschaffen: ein Verständnis für die Bedürfnisse deiner Schüler:innen und auch für deine eigenen.

Du bist
NICHT
so weit
gekommen,
um nur
so weit
zu kommen.

Also: **Pack's an!** Jetzt warten auf dich konzeptuelle Ideen im Umgang mit regelverletzendem Verhalten.

Meilenstein

Modul Regeln & Konsequenzen drei



— “ —

Wenn der Lehrer nicht bestimmt, was im Klassenraum gilt und was nicht gilt, dann bestimmen dies die Schüler.

— ” —

FRED JONES

ALLGEMEINES über Regeln



Das Problem an Regeln

Wenn Menschen zusammen kommen, halten sich niemals alle an alle Regeln. Das liegt daran, dass wir alle individuelle Bedürfnisse haben, grundsätzlich unterschiedlich sind und verschiedene Normen und Werte wie auch Ziele und Interessen vertreten. Im menschlichen Miteinander entstehen dadurch dann oft Konflikte, Neid oder andere Emotionen. In der Schule ist dies dann noch einmal verstärkt, weil wir hier einen Zwangskontext haben, in dem insbesondere Schülerinnen und Schüler über keine Entscheidungsgewalt verfügen.

Warum wir dennoch Regeln in der Schule brauchen

Regeln tun jedem System gut. Ganz einfach ausgedrückt definieren Regeln erwünschtes Verhalten. Sie geben den Rahmen vor und sichern damit Orientierung und Schutz.

Der Vorteil von Regeln: Eine einmal erklärte Regel muss im Konflikt nicht mehr begründet werden. Wenn Schüler:innen auch oftmals das Gefühl haben, sie könnten den Regelrahmen noch einmal neu diskutieren: dem ist nicht so.

Ein weiterer Vorteil ist, dass eine Regel den Konflikt "entpersonalisiert". Es ist also klar, dass es nicht um das Kind und dessen Persönlichkeit geht, sondern nur um ein Verhalten, mit dem eine Regel gebrochen wurde.

Regeln schaffen dir in Ihrem Umgang mit den Kindern also Handlungssicherheit und bringen Klarheit für alle Beteiligten.

— “ —

Am besten geht der Lehrer davon aus, dass den Sinn von Regeln einsehen und Regeln einhalten zwei komplett unterschiedliche Dinge sind.

— ” —

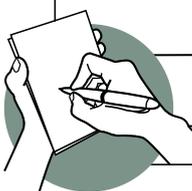
CHRISTOPH EICHHORN

REGEL Konzept

Es ist sinnvoll, Regelkonzepte einzuführen, die es Lehrkräften erleichtern, die Einhaltung der gegebenen Regeln auch konsequent durchzusetzen. Meine klare Empfehlung daher: nicht viel mehr als 3-5 Regeln!

Schreibe dir zunächst mal auf, welche Regeln dir für deine Klasse wichtig sind und versuche dann deine 3-5 Regeln zu formulieren.

	01
	02
	03
	04
	05



Im Audio erkläre ich dir, was es mit dem Regelkonzept RAD auf sich hat und warum ich es in meinen Lerngruppen nutze.

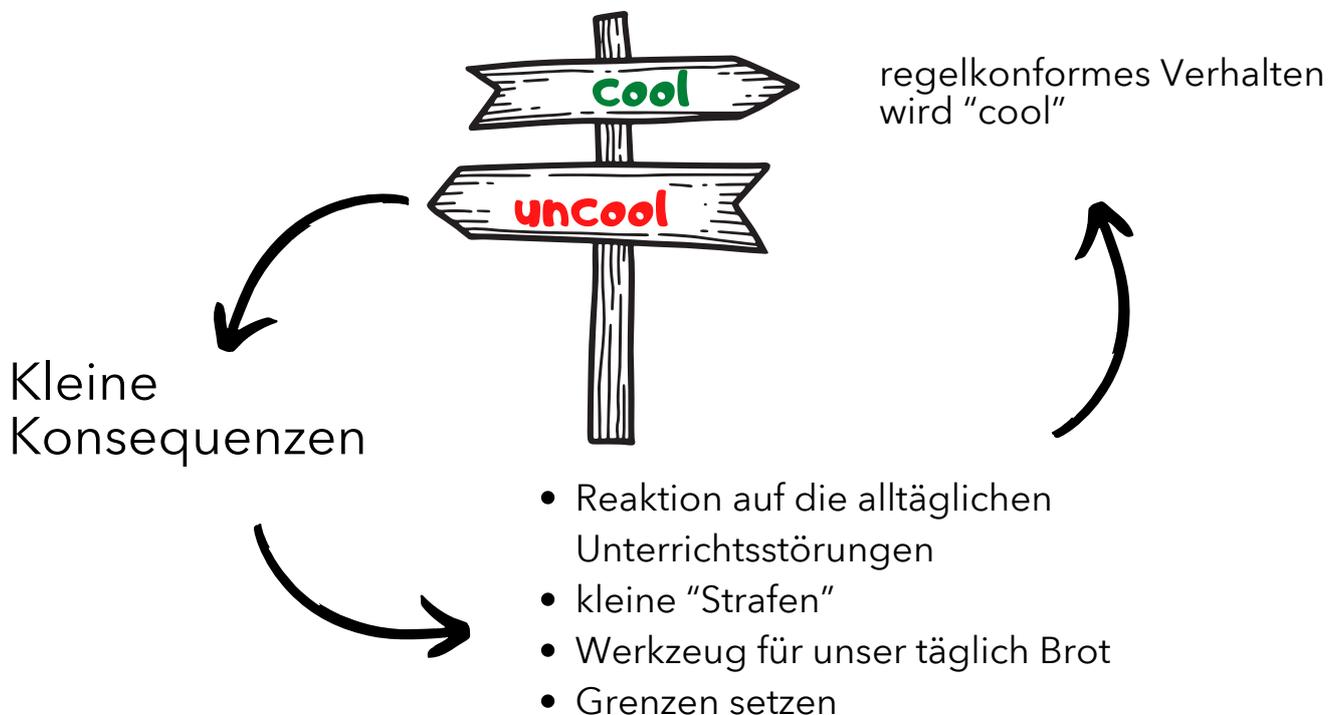


UMGANG MIT Regelverstößen

Regelverstöße verstehen und Verhalten verändern

Im Video zeige ich dir, warum genau Menschen dazu tendieren, gegen Regeln zu verstoßen, was das mit unserer Arbeit zu tun hat und wie es dir gelingen kann, das Verhalten der Schülerinnen und Schüler nachhaltig zu beeinflussen.

[Zum Video](#)



Info-Spot:
"Management
by walking
around"



KLEINE Konsequenzen



Im Audio erkläre ich dir, alles, was du über kleine Konsequenzen wissen musst und warum sie dir deine Arbeit erleichtern werden.



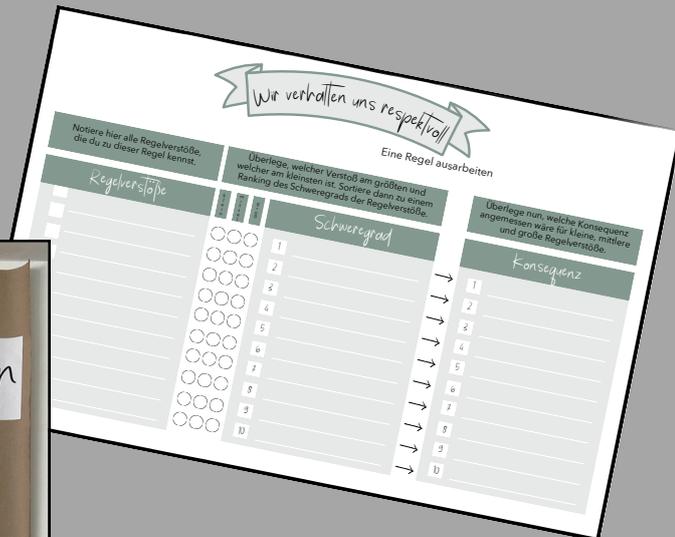
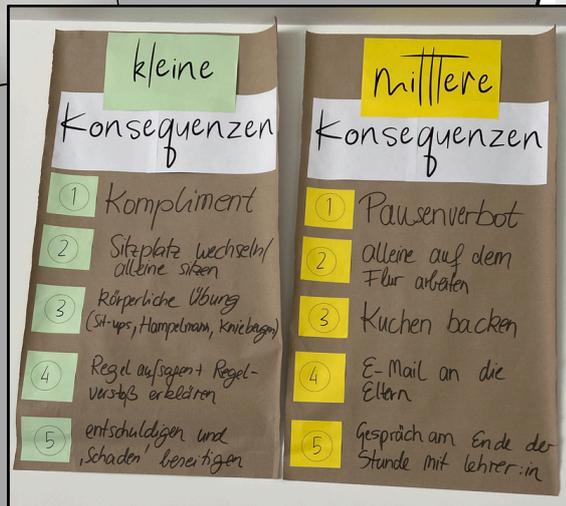
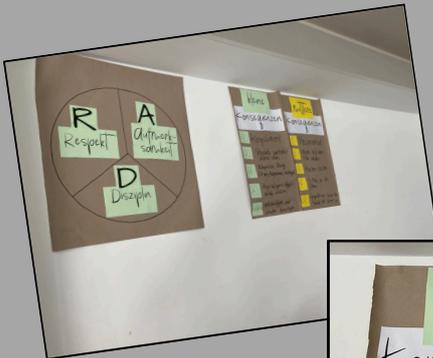
Effekt

- du stellst klar, dass du am längeren Hebel sitzt
- du schaffst Transparenz für Schüler:innen
- du betreibst Image-Pflege & erzeugst eine Wirkung

Vorteile

- halten den Ball flach & tun nicht weh
- wenig Arbeit & schnell umsetzbar
- können wiederholt werden
- können mit den Schüler:innen gemeinsam entwickelt werden

So sieht das Konzept dann in meiner Klasse aus. Über den Button kommst du zum Material für Regeln & Konsequenzen.



Zum Material-Pool



Variation
Individuelle
Konsequenzen
für Schüler:innen



PARADOXES Intervenieren

Stefan Werner stellt in seinem Trainingshandbuch Konfliktmanagement verschiedenste Interventionstechniken vor, die darauf abzielen, Konflikte, Störungen und aggressive Verhaltensweisen zu unterbrechen und abzustellen. Es geht also darum, was wir tun können, wenn kleine Konsequenzen nicht mehr fruchten und eine Situation zu eskalieren droht. Werner weist darauf hin, dass es wichtig ist, Interventionsstrategien zu üben, bevor man sie einsetzt. Grundsätzlich zielen sie alle darauf ab, Irritation in den Regelbrecher:innen zu erzeugen, die sie aus dem negativen Gefühl herausholt und in eine andere Richtung lenkt.

Paradoxes Intervenieren

Von Paul Watzlawick entwickelt, geht es beim paradoxen Intervenieren darum, Schüler:innen in eine Zwickmühle zu bringen, die schlussendlich dazu führt, dass regelverletzendes Verhalten abgestellt wird. Indem wir die Regelbrecher:innen auffordern, das falsche Verhalten beizubehalten, lösen wir einen inneren Widerstand aus, der dazu führt, dass sie das unerwünschte Verhalten abstellen.

Mitmach- Technik

Die Mitmachtechnik zielt darauf ab, das unerwünschte Verhalten von Schüler:innen in übertriebener Form „mitzumachen“ und ggf. sogar die Schüler:innen dazu zu animieren, noch mehr zu machen. Indem wir in das Fehlverhalten einsteigen, spiegeln wir die Unangemessenheit und bezwecken, dass das unerwünschte Verhalten abgestellt wird.

Irritation

Eine Irritation zielt darauf ab, dass Konfliktpartner:innen aufgeschreckt werden und daher ihre Kommunikationsstruktur verändern, sodass man der Negativspirale entkommen kann. Dazu reicht es z. B. einen Satz einzubauen, der überhaupt nichts mit dem Konflikt zu tun hat. Die Irritation verschafft der Lehrkraft Zeit und bewirkt, dass die Schüler:innen in eine andere Denkstruktur einbiegen können.

Anbei habe ich drei Möglichkeiten des paradoxen Intervenierens für dich zusammengestellt.

Beispiel Paradoxes Intervenieren



Beispiel Mitmach- Technik



Beispiel Irritation



IMPACT Techniken

Im Gegensatz zur paradoxen Intervention, die in der aktuellen Konfliktsituation zum Einsatz kommt, können wir durch Impact Techniken im Nachgang zu regelverletzendem Verhalten Schüler:innen unterstützen, ihren Anteil und ihre Verantwortung am Fehlverhalten besser zu begreifen. Dies kann in einem konfrontativen Gespräch erfolgen, aber auch separat davon.

Im Video zeige ich dir noch einmal auf, warum (unerwünschtes) Verhalten immer ein Thema der eigenen Verantwortung ist und du bekommst direkt die erste Übung an die Hand. im wahrsten Sinne des Worte ;-)



Impact Techniken



Diese Übung zielt darauf ab, dass Verhalten immer eine (pos./neg.) Konsequenz hat und die Entscheidung bei den Schüler:innen liegt. 



Bei dieser Übung geht es darum, dass die Schüler:innen ihren eigenen Wert erkennen und ihn nicht abhängig vom Verhalten andere machen. 



In dieser Übung erkennen Schüler:innen, dass ihr Verhalten Spuren bei anderen hinterlässt und sie die Verantwortung dafür tragen. 

UMGANG MIT Verweigerung

Es gibt Konflikte mit Schüler:innen, in denen sie sich weigern, die Konsequenz für ihr Handeln zu tragen. Ein klassisches Beispiel: "Ich geb Ihnen mein Handy nicht!".

In solchen Konflikten ist es sehr wichtig, beharrlich zu bleiben. Nur so bist du konsequent und hast nachhaltigen Effekt auf das Verhalten von Schüler:innen, wie auch auf dein Standing & Image innerhalb der Schulgemeinschaft.

Die KEB-Methode

Der Kommunikationstrainer und Soziologe Rudi Rhode hat ein Konzept entwickelt, wie wir durch kontrollierte Gesprächsführung, innere Gelassenheit und Beharrlichkeit mit Verweigerung in der Schule umgehen können.

[Zum Video](#)



Das Video war ein bisschen zu schnell? Über den Button bekommst du alle Infos und auch die Formulierungshilfen noch einmal für deine Weiterarbeit.

KONFRONTATIVE Pädagogik

Die Konfrontative Pädagogik wird oft auch als "Schwarze Pädagogik" bezeichnet, weil sie eine strikte Haltung gegenüber jeglicher Form von Gewalt beinhaltet. Dadurch wirkt es auf den ersten Blick so, dass Pädagogik hier viel zu viel über (harte) Strafen läuft, anstatt in Beziehung zu den Kindern & Jugendlichen.

Die Konfrontative Pädagogik stellt sich mit ihrer klaren Haltung vor die Opfer von Gewalttaten, sichert ihren Schutz und begleitet schwierige Kinder & Jugendliche dabei respektvolles und wertschätzendes Miteinander zu entwickeln.



[PDF downloaden](#)



Im Audio erkläre ich dir, warum Konfrontation niemals ohne Beziehung und Wertschätzung funktionieren kann.



Key-Aspects Konfrontative Pädagogik



KONFRONTATIVES Gespräch

Das Konfrontative Gespräch zielt darauf ab, ohne Umschweife dem unerwünschten und regelverletzenden Verhalten von Schüler:innen Grenzen zu setzen und eine Konsequenz folgen zu lassen. Es unterscheidet sich klar von einem pädagogischen Gespräch, da es nicht darum geht, Verhalten zu verstehen, reflektieren, entschuldigen, sondern schlichtweg, eine klare Grenze aufzuzeigen und eben diese Grenze zu ziehen. Daher kann man es auch Konsequenz-Gespräch nennen.



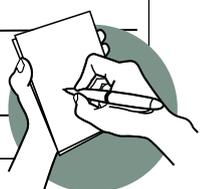
Gesprächsstrategien

1. Rechtfertigung
2. Verharmlosung
3. Tränendrüse
4. Nebenschauplätze
5. Verweigerung
6. Lehrer:innen-Leckerli
7. unterschwellige Drohungen

Neutralisierungsstrategien

1. Verdrängung des eigenen Vorsatzes
2. Er hat es zuerst getan
3. Alle Anderen machen auch solche Sachen
4. Wir waren alle dabei
5. Aber jemand anders hat vorher das Gleiche mit mir gemacht
6. Er hatte es verdient
7. Ich musste es tun, sonst hätte ich das Gesicht verloren
8. Ich hab' sowie nichts davon gehabt
9. Aber ich habe mich doch hinterher wieder mit ihm vertragen
10. Der ist ja selbst nichts wert
11. Alle sind gegen mich, keiner mag mich, sie hacken immer auf mir herum
12. Das war die einzige Art, wie ich es kriegen konnte

Welche Strategien hast du selbst schon erlebt?

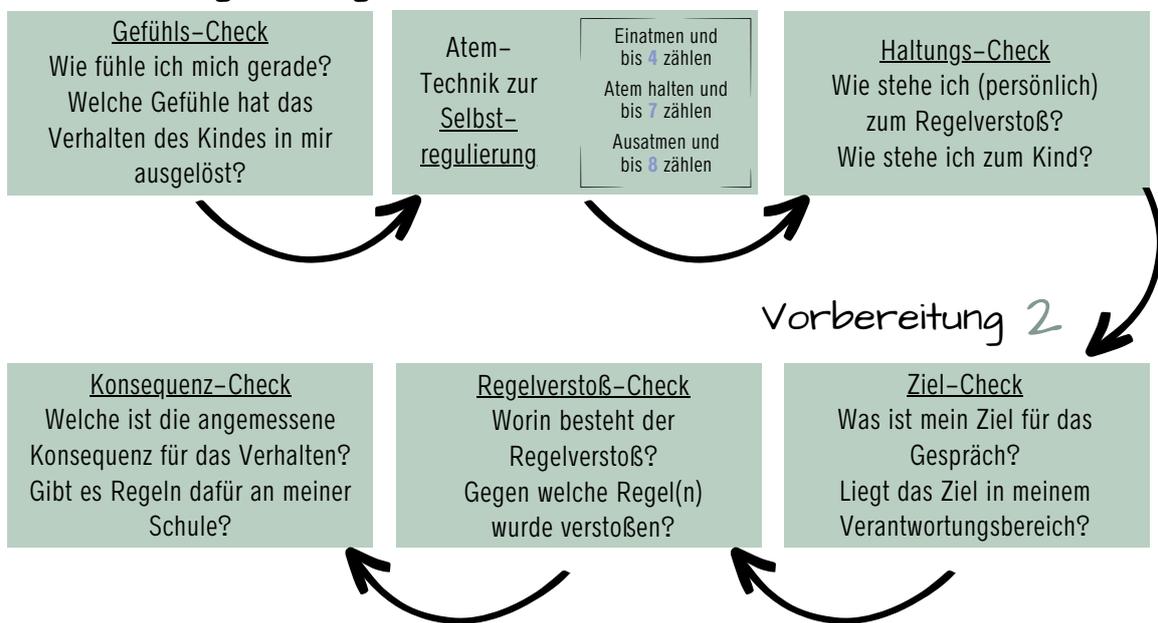


KONFRONTATIVE Gesprächsführung

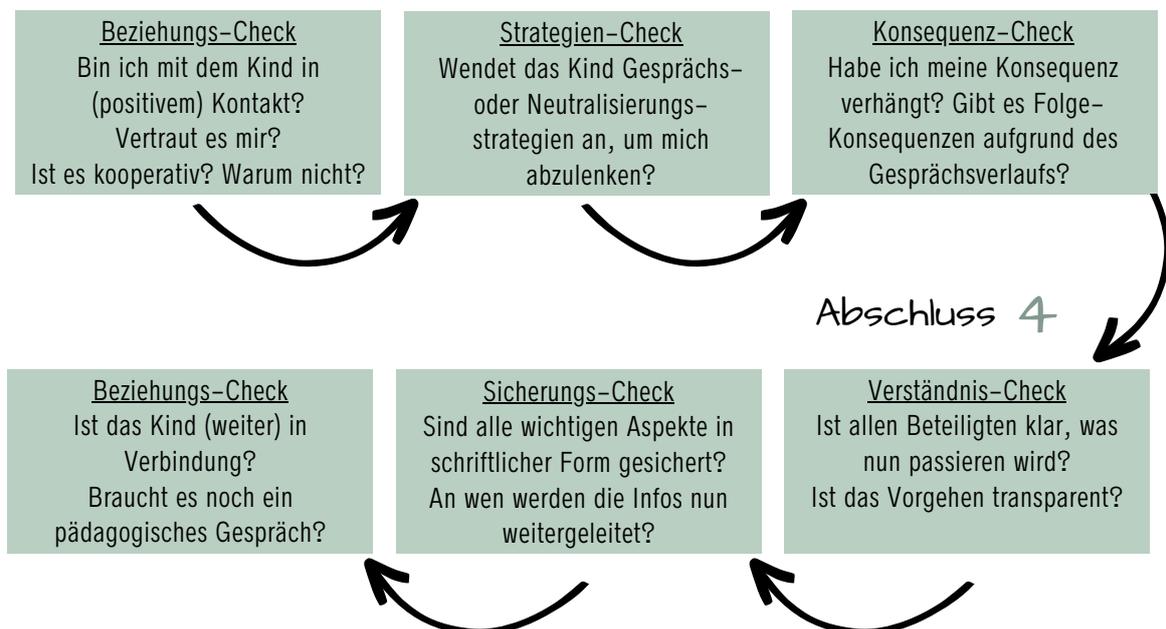
Ein Gespräch mit Schüler:innen zu führen, in dem es darum geht eine Konsequenz aufgrund eines unerwünschten Verhaltens zu verhängen, ist nicht immer einfach. Die Gesprächs- und Neutralisierungsstrategien der Schüler:innen wirken dagegen.

Anbei findest du einen **Gesprächsleitfaden**,
um solche Gespräche erfolgreich zu gestalten.

1 Selbstregulierung

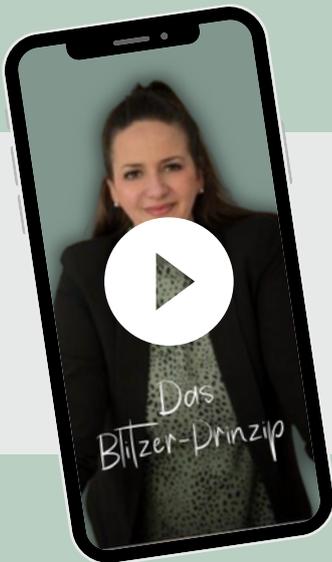


3 Durchführung



Du hast den größten Teil hinter dir!

Zuletzt ging es ans Eingemachte und ja, konsequentes Verhalten kostet immer wieder auch und vor allem Kraft. Ich möchte dich ermutigen: es lohnt sich. Je klarer du bist in deinen Grenzen und Konsequenzen, desto schneller gewöhnen sich die Schüler:innen daran.



Kleines Bild für den Kopf, damit es dir leichter fällt, konsequent zu bleiben!

Durchhänger?

Auf halbem Weg kann einem schnell mal die Luft ausgehen.

Das geht den meisten so und ist ganz normal.

Klick schnell hier und atme kurz mal bei ein paar Motivationsongs durch:

[Motivation pleasssssse....](#)

Meilenstein

Modul Haltung im Konflikt vier



— “ —

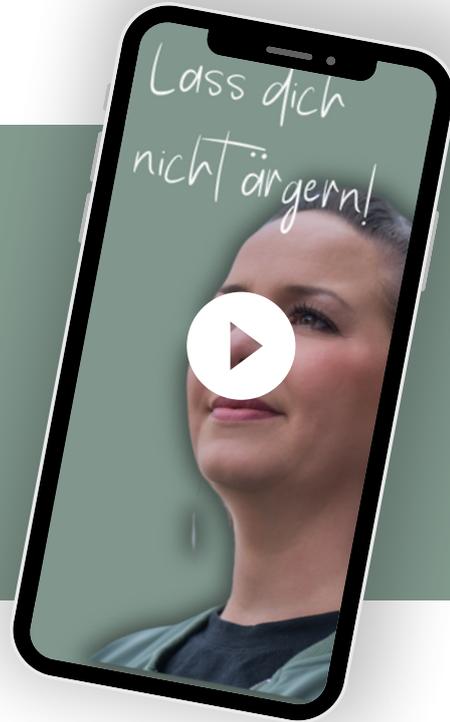
Immer muss die Haltung des Lehrers die der Liebe bleiben. Er muss passiv werden, damit das Kind aktiv werden kann.

— ” —

MARIA MONTESSORI

HALTUNG im Konflikt

In Konflikten sind wir oft nicht wir selbst und reagieren nicht so, wie wir es uns im Nachhinein gewünscht hätten. Im Video gebe ich dir dazu ein paar Impulse.



Wann immer du dich (unbewusst) entscheidest, auf Konflikte einzugehen, ist das ein Indiz dafür, dass einige deiner Bedürfnisse im Mangel sind. Dazu habe ich zwei Zitate für dich, die ich für meine Entwicklung (als Lehrkraft) enorm gewinnbringend empfinde:

— “ —
Wenn man sich länger als
10 Sekunden ärgert, sind
es die eigenen
unerledigten Geschäfte.
— ” —
VERA F. BIRKENBIHL

— “ —
Alle menschlichen
Handlungen sind ein
Versuch, Bedürfnisse zu
erfüllen.
— ” —
MARSCHALL B. ROSENBERG

Wenn wir uns erlauben, uns bewusst zu machen, warum wir uns jetzt gerade über das Verhalten eines Schüler oder einer Schülerin ärgern, kann es sehr viel leichter gelingen, gelassen mit dem Konflikt umzugehen.



Im Audio erkläre ich dir, wie wertvoll es ist, unseren Gefühlen und Bedürfnissen Raum zu geben.



HALTUNG verändern

Simone Kriebs sagt: "Ob wir uns über etwas aufregen, ist unsere Entscheidung." Und tatsächlich möchte ich dich einladen, immer wieder von der sogenannten Status-Wippe abzusteiigen.

Die kommunikative Statuswippe

In menschlichem Zusammenspiel ist Status omnipräsent und unausweichlich. Stetig bemühen sich Menschen um ihren Status. Status ist dabei eine flexible Größe, um die mitunter Kämpfe stattfinden. Dieses Status-Spiel beschreibt das Modell der kommunikativen Statuswippe.



[Zum Video](#)

Hier siehst du, wie du anstatt dich ärgern zu lassen, gelassen, entspannt und mit einer gewissen Coolness auf Provokation und Konfliktangebote reagieren kannst.

	Situation	Gedanke / Gefühl	Reaktion
Wenn du dich ärgern lässt	Eine Schülerin sagt: "Ich hab keinen Bock jetzt auf Ihren scheiß Unterricht."	"Wie sprichst du mit mir?" "Mein Unterricht ist scheiße?" <ul style="list-style-type: none"> • Wut • Respektlosigkeit 	<ul style="list-style-type: none"> • Erheben der Stimme, Zurechtweisen der Schülerin, • ggf. Info an Eltern
Wenn du von der Wippe absteigst	Eine Schülerin sagt: "Ich hab keinen Bock jetzt auf Ihren scheiß Unterricht."	"Sie will nur spielen." "Wie mutig sie ist." "Es geht ihr nicht gut." <ul style="list-style-type: none"> • Gelassenheit • Anerkennung • Verständnis 	<ul style="list-style-type: none"> • Witz • paradoxe Intervention • vorbereitete Handlung • Empathie

DIE INNERE Haltung



Beschäftigen wir uns mit Veränderung in unseren (emotionalen) Reaktionen, kommen wir nicht umher, über unsere innere Haltung nachzudenken, denn wie wir auf Konflikte reagieren, sagt sehr viel über unsere innere Wirklichkeit aus.

— “ —
Wir sind, was wir denken.
Alles was wir sind entsteht aus unseren Gedanken.
Mit unseren Gedanken formen wir die Welt.
— ” —

BUDDHA



Im Audio erkläre ich dir, was es mit der inneren Haltung von uns Menschen auf sich hat und inwiefern sie unser tägliches Handeln beeinflusst.



Du hast Lust, mehr über deine innere Wirklichkeit und auch deine Gefühle und Bedürfnisse zu lernen? Dann lege ich dir meinen Kurs zur Gelassenheit in Elterngesprächen ans Herz, indem ich auch einen Einblick in die gewaltfreie Kommunikation gebe, die genau auf Gefühlen und Bedürfnissen aufbaut.

Sichere dir einen **25% Rabatt** mit dem Code "DABEL".



[Zur Kursplattform](#)



GELASSENHEIT im Konflikt

Nicht immer fällt es uns leicht, Ruhe zu bewahren und professionell mit der herausfordernden Situation umzugehen. Eines möchte ich ganz klar sagen:

Das ist normal und macht dich nicht zu einer schlechten Lehrkraft!

Wichtig ist, dass du dir immer schnellstmöglich die Kontrolle zurück holst und aus der Überforderung zurück in den Wachstum und den Komfort gelangst.

Dabei helfen die folgende mentale und körpersprachliche Techniken.

MENTALE TECHNIKEN FÜR INNERE GELASSENHEIT

Atmen

Kontrolliert atmen ist eine ganz einfache und sehr effektive Methode, um schnell wieder zur Ruhe zu kommen. Es gibt viele Apps, Videos, etc. die dich dabei anleiten. Ich empfehle dir das sogenannte Box-Breathing.



Infos zum
regulierten und
kontrollierten
Atmen 

Innerlich ablenken

Innerlich ablenken zielt darauf ab, dass du dein Gehirn insofern beschäftigst, dass es keine Zeit mehr hat, das negative Gefühl (z.B. Wut) zu fühlen. Es ist dabei nicht relevant, womit du dich ablenkst, sondern nur, dass du es tust. Du kannst z.B. innerlich von 20 rückwärts zählen oder die Einkaufsliste durchgehen. Ebenso ist eine Möglichkeit, dass du innerlich deinen Lieblingsong summst, um wieder ruhig zu werden.

KÖRPERSPRACHLICHE TECHNIKEN FÜR INNERE GELASSENHEIT



Teacher Training

Werde die beste (Lehrkraft-) Version von dir selbst.

In drei Wochenendkursen bekommst du eine rundum Fort- & Weiterbildung von mir und bekommst viele Impulse zur persönlichen Weiterentwicklung als Lehrkraft und als Mensch. Wir arbeiten individuell an deinen Herausforderungen und widmen uns aktuellen Themen und Fragen deines (beruflichen) Alltags.

➤ **Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Lern- und Verhaltenstheorie
- kontrolliertes, gelassenes Handeln in herausfordernden Situationen
- Konfrontative Pädagogik und deeskalierendes Handeln
- Umgang mit herausfordernden Schüler:innen und Eltern

➤ **Persönliche Schwerpunkte:**

- Verständnis für das menschliche Unterbewusstsein
- Erfolgreich kommunizieren (z.B. Gewaltfreie Kommunikation)
- Stressmanagement & Zeitmanagement
- Resilienz
- Leichtigkeit im Lehrberuf

- ✓ online
- ✓ Material-Paket & Handouts
- ✓ Zertifikat über die Teilnahme
- ✓ von der Steuer absetzbar

UNVERBINDLICH ANFRAGEN



Wohoo!

Du hast es geschafft! Hast dich mit dir selbst auseinandergesetzt, hast Regelkonzepte erarbeitet, Konsequenzverhalten reflektiert und dir Strategien angeeignet, die dir zukünftig helfen werden, mit regelverletzendem Verhalten gelassen umzugehen.

Überlege dir nun eine Sache, die du dir für morgen vornehmen möchtest und plane, was es zu erledigen gibt, um zukünftig gelassener mit herausfordernden Schüler:innen umgehen zu können.

Notizen:

TO-DO'S:

-
-
-
-
-

Meilenstein

NICHT VERGESSEN:

Du bist großartig!

Abschluss

You did it!



[TEILNAHMEZERTIFIKAT
DOWNLOADEN](#)

— “ —————
Beginne, wo du bist.
Nutze, was du hast.
Tu, was du kannst.
————— ” —

ARTHUR ASHE

hätte

hätte

HÄTTE

sollte

hätte

SOLLTE

sollte

nte

sollte

könnte

könnte

nte

KÖNNTE

WÜRDE

würde

würde

würde

Machen.

VON HERZEN vielen Dank!

Liebe Kollegin, lieber Kollege,

ich danke dir von Herzen, dass du dich entschieden hast, gemeinsam mit mir einen Weg zu gehen für **bessere Schulen** und **mehr glückliche Kinder** in der Welt. Wenn wir auch das System vielleicht nicht ändern können, so können wir verändern, wie wir uns in ihm positionieren. Bei deiner Neuausrichtung wünsche ich dir ganz viel Spaß!

Ich habe sehr viel Liebe in diesen Kurs gesteckt und hoffe, dass ich dir damit weiterhelfen konnte. Mein Herzenswunsch ist und wird immer bleiben, dass wir gemeinsam Schule zu einem schöneren Ort machen, zu dem jede:r - ob Lehrkraft, Schüler:innen oder Eltern - gerne kommt.

Falls du deine Begeisterung teilen möchtest, danke ich dir dafür, wenn du meine Arbeit und Mühen wertschätzt und statt den Kurs an Freunde und Kolleg:innen weiterzugeben, sie bittest, sich an mich zu wenden.

So ermöglichst du mir, noch sehr viel mehr zu kreieren, das uns allen hilft, unseren so wichtigen Job mit Herzblut und Kraft zu füllen.



deine Lea

Du hast Lust auf mehr?

Ich komme gern auch an deine Schule, um meine Inhalte gewinnbringend an dich und dein Kollegium weiterzugeben.

[FORTBILDUNGSPROGRAMM](#)

Ich biete für meine Selbstlerner auch Schullizenzen an, damit das ganze Kollegium profitiert und an einem Strang zieht.

[SCHULLIZENZ ANFRAGEN](#)

Du hast Fragen oder willst dich individuell und persönlich weiterentwickeln? Ich unterstütze dich gern!

[TERMIN VEREINBAREN](#)

Du hast Lust auf Tipps & Tricks rund um einen leichten Schulalltag? Dann folgst du mir am besten auf Instagram.

[ZUM PROFIL](#)



QUELLEN verzeichnis

Analoge Quellen

- Birkenbihl, Vera F. (2022). Kommunikationstraining. Zwischenmenschliche Beziehungen erfolgreich gestalten. München: mvg Verlag.
- Dietz, Angela (2021). Gesundes Kommunizieren. Für ein erfolgreiches, wertschätzendes und menschliches Miteinander. Göttingen: Business Village GmbH.
- Hohmann, Kathrin (2021). Gemeinsam durch die Wut. Wie ein achtsamer Umgang mit kindlichen Aggressionen die Beziehung stärkt. Limbach-Oberfrohna: edition claus.
- Juul, Jesper (2020). Aggression. Warum sie für uns und unsere Kinder notwendig ist. Frankfurt am Main: Fischer Taschenbuch.
- Kriebs, Simone (2019). Resilienz in der Schule. Wie Kinder stark werden. Paderborn: Junfermann Verlag.
- Kriebs, Simone (2020). Die entspannte Familie. Wie man aus einer Mücke keinen Elefanten macht. Gütersloh: Gütersloher Verlagshaus.
- Rhode, Rudi & Mona Sabine Meis (Hrsg.). (2020). Wenn Nervensägen an unseren Neven sägen. So lösen Sie Konflikte mit Kindern und Jugendlichen sicher und selbstbewusst. München: Kösel Verlag
- Rosenberg, Marshall B. (2001). Gewaltfreie Kommunikation. Eine Sprache des Lebens. Paderborn: Junfermann Verlag.
- Schmitt, Tom & Michael Esser (2022). Status Spiele. Wie ich in jeder Situation die Oberhand behalte. Frankfurt am Main: Fischer Taschenbuch.
- Schwalbe, Mathias (2019). Eskalation und De-Eskalation in Einrichtungen der Jugendhilfe. Konstruktiver Umgang mit Aggression und Gewalt in Arbeitsfeldern der Jugendhilfe. Weinheim: Beltz Juventa.
- Werner, Stefan (2017). Trainingshandbuch Konfliktmanagement. Konflikte in Schule und sozialer Arbeit angemessen lösen. Weinheim: Beltz Juventa
- Wiesenrath, Kira (2022). Wut bei Kindern. Der große Elternratgeber zur Aggressionsbewältigung und Steigerung der Resilienz von gefühlsstarken Kindern. Selfpublished.

Digitale Quellen

- Cordes, Dagmar (2019). Konfrontative Gesprächsführung. Ein Plädoyer für die Annäherung von Konfrontativer Pädagogik und Sozialarbeit: Konfrontative Gesprächsführung als Element der Beratung und Betreuung in der Jugendhilfe. Verfügbar über: <https://www.ifkh.de/konfrontative-handlungslehre/konfrontative-gesprachsfuehrung-in-der-jugendhilfe/>
- Institut für Professionelles Deskalationsmanagement. Aggression verstehen, deuten, verändern und vermeiden. Verfügbar über: <https://prodema-online.de/deeskalation>

Urheberrechtshinweis

© 2022 LiBiT - Lea Lindemann

Alle Inhalte dieses Werkes, insbesondere Vorlagen, Texte, und Grafiken, sind urheberrechtlich geschützt. Das soweit nicht ausdrücklich anders gekennzeichnet, bei Lea Lindemann. Alle Rechte, einschließlich der Vervielfältigung, Veröffentlichung, Bearbeitung und Übersetzung, bleiben vorbehalten. Die Verwendung dieses Werkes oder auszugsweise seiner Inhalte kann ausschließlich nach ausdrücklicher schriftlicher Genehmigung erfolgen. Wer gegen das Urheberrecht verstößt z.B. durch unerlaubtes Kopieren von Bildern oder Texten, macht sich strafbar, wird kostenpflichtig abgemahnt und muss Schadensersatz leisten.

Haftungshinweis

Die Inhalte dieses Dokuments wurden mit größtmöglicher Sorgfalt und nach bestem Gewissen erstellt. Dennoch übernimmt die Autorin keine Gewähr für die Aktualität, Vollständigkeit und Richtigkeit der bereitgestellten Inhalte. Für Schäden, die direkt oder indirekt durch das Anwenden der Inhalte entstanden sind, kann keine juristische Verantwortung sowie Haftung in irgendeiner Form übernommen werden.

Impressum



LiBiT

Zentrum für
Bildung & Transformation

Konradswüste 37 | 42289 Wuppertal

0151 - 10 17 08 62

www.lealindemann.de | kontakt@lealindemann.de