

Inhalt

1. Warum klinisches Classroom Management? Oder: eine Gebrauchsanweisung für dieses Buch	13
1.1 Warum Lehrer:innen sich mit psychischen Störungen auseinandersetzen sollten	15
1.2 Gebrauchsanweisung für dieses Buch	19
1.2.1 Wie sind die Kapitel aufgebaut?	20
1.2.2 Ressourcenorientierte Haltung	21
1.2.3 Warum Sie mit Diagnose-Vermutungen besonders vorsichtig sein sollten	21
1.2.4 Die sechs Raben und deren Funktion	23
2. Günstiges und ungünstiges Lernen in der Schule: Allgemeine Risiko- und Schutzfaktoren	25
2.1 Stress: Risiko, Herausforderung und Würze	26
2.1.1 Was ist Stress?	27
2.1.2 Embodiment: Niederschwellige Möglichkeiten, Stress im Unterricht zu reduzieren	30
2.1.3 Stress in der Entwicklung von Psychopathologien	34
2.2 Bindung und Beziehungsgestaltung	37
2.2.1 Günstige Kontextbedingungen schaffen	39
2.2.2 Korrigierende Erfahrungen ermöglichen: Vertrauen aufbauen und Beziehung gestalten	45
3. Angststörungen in der Schule erkennen und betroffene Schüler:innen unterstützen	58
3.1 Angst – Skizze einer hilfreichen Emotion	58
3.1.1 Die körperliche Reaktion bei Angst	59
3.1.2 Wie Angst unsere Wahrnehmung und unser Denken beeinflusst	61
3.1.3 Das Gefühl der Angst und deren Funktion	62
3.1.4 Angst als Ausdruck und als Form der Kommunikation	63

6 Inhalt

3.2 Wie Angststörungen im Allgemeinen entstehen und was sie aufrechterhält	64
3.3 Welche Angststörungen gibt es? Ein Überblick	67
3.3.1 Panikstörungen	69
3.3.2 Agoraphobie	70
3.3.3 Spezifische Phobien	71
3.3.4 Zwangsstörungen	73
3.4 Interventionen zum Umgang mit und zur Überwindung von Angststörungen	76
3.4.1 Validieren	77
3.4.2 Arbeit am Klassenklima	81
3.4.3 Den Körper nutzen	84
3.4.4 Mutproben bestehen und Selbstwirksamkeit stärken	87
3.4.5 Expositionsverfahren	89
3.4.6 Perspektivwechsel: Ressourcen im Blick	90
3.4.7 Geschichten sind gute Lehrmeister	91
3.5 Soziale Phobie	94
3.5.1 Symptome und Diagnose der Sozialen Phobie	95
3.5.2 Wie entwickelt sich eine Soziale Phobie und was hält sie aufrecht?	96
3.5.3 Interventionen zur Überwindung und zum Umgang mit einer Sozialen Phobie	98
3.5.4 Beratung zum Umgang mit einer Sozialen Phobie	105
3.6 Emotionale Störung mit Trennungsängsten	106
3.6.1 Symptome und Diagnose der Emotionalen Störung mit Trennungsangst	106
3.6.2 Wie entwickelt sich eine Emotionale Störung mit Trennungsangst und was hält sie aufrecht?	107
3.6.3 Interventionen zur Überwindung einer Emotionalen Störung mit Trennungsangst	109
3.6.4 Beratung zum Umgang mit Trennungsängsten	111
3.7 Generalisierte Angststörung	112
3.7.1 Symptome und Diagnose der Generalisierten Angststörung	113
3.7.2 Wie entwickelt sich eine Generalisierte Angststörung und was hält sie aufrecht?	114
3.7.3 Interventionen zur Überwindung einer Generalisierten Angststörung	116
3.7.4 Beratung zum Umgang mit Generalisierten Angststörungen	118

4. Mit Depression bei Kindern und Jugendlichen umgehen	122
4.1 Das Störungsbild: Steckbrief und Entstehung	123
4.1.1 Diagnosekriterien: Was gibt Ihnen Hinweise darauf, dass eine Schüler:in eine Depression haben könnte?	124
4.1.2 Ein hilfreiches Depressionsmodell	128
4.2 Der Umgang mit Betroffenen und die Prävention: Classroom-Interventionen bei Depression	135
4.2.1 Umgang mit Verzerrungen der Aufmerksamkeit	135
4.2.2 Umgang mit kognitiven Verzerrungen	143
4.2.3 Umgang mit verzerrten Erinnerungen	153
4.3 Suizidalität: Erkennen und richtig handeln	155
4.3.1 Phasenmodell zur Entwicklung eines Suizids	155
4.3.2 Krisenintervention	160
5. Hyperkinetische und Aufmerksamkeitsstörungen im Unterricht einbinden	164
5.1 Steckbrief des Störungsbildes AD(H)S	164
5.2 AD(H)S als Ressource?	169
5.3 Wie entsteht AD(H)S? Welche Risikofaktoren gibt es? Welche Ressourcen und Schutzfaktoren gibt es?	172
5.4 Welche Interventionsmöglichkeiten haben Sie als Lehrer:in?	173
5.4.1 Interventionen auf der Ebene der Schüler:in	174
5.4.2 Interventionen auf der Ebene der Klasse/Lerngruppe	187
5.5 Das sollten Sie bei der Beratung und bei Elterngesprächen berücksichtigen	197
6. Störungen des Sozialverhaltens: Wenn gegenseitiges Verständnis und Kooperation schwerfallen	199
6.1 Steckbrief des Störungsbildes Störung des Sozialverhaltens	199
6.1.1 Prognose und Verlauf	202
6.1.2 Selbstfürsorge geht vor Fremdfürsorge	203

8 Inhalt

6.2 Ursachen, Entstehung und Aufrechterhaltung der Störung	204
6.3 Störung des Sozialverhaltens als Ressource?	205
6.4 Interventionen und Beratung	206
6.4.1 Verhaltensänderungen durch operantes Konditionieren – oder: Werkzeuge nutzen, wenn sie zur Verfügung stehen	207
6.4.2 Grundannahmen des Ansatzes der Neuen Autorität	216
6.4.3 Die Säulen im Ansatz der Neuen Autorität	217
 7. Traumafolgestörungen: Wenn Traumatisierungen in der Schule entstehen oder Schüler:innen mit Posttraumatischen Belastungsstörungen Hilfe brauchen	 236
7.1 Wie ein Trauma entsteht	237
7.2 Steckbrief des Störungsbildes Posttraumatische Belastungsstörung	239
7.3 Wenn Traumatisierungen in der Schule passieren: Psychische erste Hilfe und die Schritte danach	241
7.3.1 Psychische erste Hilfe	241
7.3.2 Wenn die Profis übernehmen	244
7.4 Umgang mit Symptomen einer Posttraumatischen Belastungsstörung im Unterricht	245
7.4.1 Bei dissoziativen Reaktionen und hohem Belastungserleben (z. B. durch Konfrontation mit Triggern)	246
7.4.2 Bei Triggern in der Schule oder der Klasse	246
7.4.3 Wenn die Schüler:in sehr schreckhaft ist...	246
7.4.4 Bei kognitiven Verzerrungen	247
7.4.5 Bei Wutausbrüchen oder riskantem Verhalten	247
 8. Chancen und Grenzen im Umgang mit Essstörungen, stoffgebundenen und stoffungebundenen Süchten	 249
8.1 Wie Dopamin unser Verlangen schürt	250
8.1.1 Der neuronale Unterschied zwischen Wollen und Mögen	251
8.1.2 Dopamin, Leistung und Anorexia Nervosa	253
8.1.3 Unregelmäßige Verstärkung	253

8.2 Steckbriefe der Störungsbilder	254
8.2.1 Essstörungen	254
8.2.2 Süchte	261
8.3 Intervention: Motivierende Gesprächsführung	271
9. Schlussbetrachtung: Vermeiden Sie Selbst- und Fremdüberforderungen	276
9.1 Bleiben Sie im Austausch	277
9.2 Pausen einplanen – und auch machen	277
9.3 Gütemaßstäbe entwickeln	278
9.4 Denken Sie Lehrer:innen- und Schüler:innen-Gesundheit zusammen	279
Literatur	281
Hinweise zum Online-Material	285