

Beziehung, Zugehörigkeit, Bindung im Klassenzimmer

Bedeutung für Lehrer/innengesundheit

Öffentliche Impulstagung
des Schweiz. Netzwerks Gesundheitsfördernder Schulen
Päd. Hochschule Luzern
05.12.2015
Urs Ruckstuhl

I

Beziehung zwischen Lehrperson und Schüler/in

Beziehungen zwischen Schüler/innen und Lehrperson

Bedeutung der Beziehung zur Lehrperson:

- Lehrperson gestaltet die Erfahrungen in der Schule (Aktivitäten, Kommunikationsstil, Klassenklima)
- Unterstützung durch LP als zentrale Ressource
- **Qualität der S-L-Beziehung beeinflusst Engagement und Ausmass von positivem Verhalten der LP gegenüber SuS**
- Besonders wichtig für Kinder mit wenig unterstützendem familiären Hintergrund – kompensierender Schutzfaktor (Pianta).



Misslingende Beziehungsgestaltung und Klassenführung als Stress-/Burnout-Prävention

1. Erfahrungen aus der Abt. Weiterbildung und Beratung
2. ➤ Disziplinprobleme, Klassenführung: schwierige, störende Kinder, Kindergruppen oder Klassen
 - demotivierte Schüler resp. Klassen
 - aggressive Akte gegen Lehrpersonen, Klassenkonflikte, Gewalt als wichtigster Faktor für Gesundheitsgefährdungen bei Lehrpersonen (Bauer, 2006, 2007)
3. Ohnmachtserfahrungen im Beziehungsbereich führen häufig zu Erschöpfung, Entfremdung zwischen Lehrperson und SchülerInnen, zu Dauerstress und Burnout
4. Hitlisten aus Stress- und Burnoutforschung bei Lehrpersonen

SUGUS – Studie zur Untersuchung gestörten Unterrichts (Universität Zürich, 2014-2016)

- 60 % der befragten LP halten die integrative Volksschule für nicht realisierbar unter den gegebenen Voraussetzungen.
- Besonders skeptisch sehen LP das Integrationsangebot für verhaltensauffällige SuS (Eckstein et al. 2013)
- Geschätzter Förderbedarf im Bereich Verhaltensstörungen: 20 %
Behördenschätzungen: < 5%; Schätzungen der LP: 20-30%

Untersucht wird:

- Unter welchen Bedingungen des Unterrichts zeigen welche SuS welche Formen und Grade von Störungen?
- Unter welchen Bedingungen empfinden LP abweichendes Verhalten als störend (Störungssensitivität der Lehrpersonen)
- Unter welchen Bedingungen empfinden welche SuS abweichendes Verhalten als störend (Störungssensitivität der Schüler/innen)
- Welche pädagogisch-didaktischen Handlungsmöglichkeiten sehen die LP?

Einige Gründe misslingender Beziehungsgestaltung und Klassenführung

- Mangel an Sensitivität, Resonanz
- Bindungsmuster nicht verstehen / Wiederholung-Kontinuität
- Beziehungsstress
- Vertrauen
- Verlust des Gleichgewichts des autoritativen Dreiecks
- Schwierigkeiten bei der Perspektivenübernahme (Hattie)
- Führungsverhalten der Lehrperson
- Kommunikation / Interaktion (Beziehungsdidaktik)
- Beziehungsmüdigkeit
- Unfähigkeit, Code der Kinder / Jugend zu lesen Usw.

Lehrer/innengesundheit und die Beziehungsmuster von Schüler/innen

Kinder und ihre Beziehungsangebote lesen und richtig interpretieren können, ist eine entscheidende Voraussetzung für:

- psychische Gesundheit,
- Motivation,
- Wohlbefinden,
- Freude am Unterricht

bei Lehrpersonen.

II

Beziehung / Zugehörigkeit / Bindung
als menschliches Grundbedürfnis

Bindung und Motivation

1. **Bindung** ist ein Grundmotiv (Bowlby), **Exploration** das zu Bindung gegensätzliche Motiv.
2. **Soziale Zugehörigkeit** (Baumeister, Leary, 1995; Dreikurs et al. 2008) gilt gleichzeitig als Grundbedürfnis und als Basis für die Leistungsmotivation.
3. Die Motivations- und Lerntheorie von Deci & Ryan unterscheidet drei psychische Grundbedürfnisse:
 - Bedürfnis nach Kompetenz und Wirksamkeit
 - Bedürfnis nach Autonomie und Selbstbestimmung
 - **Bedürfnis nach Beziehungen / sozialer Eingebundenheit**

Neurobiologische Zusammenhänge und Erkenntnisse

Bindung und Beziehungen beeinflussen körperliche und neurobiologische Prozesse und sogar die Genregulation.

- Zuwendung und Anerkennung in Beziehungen aktivieren die Motivationssysteme und beruhigen die Stressachse.
- Nichtbeachtung, Demütigung, Ausgrenzung, Isolation, Mobbing, deaktivieren die Motivationssysteme und aktivieren die Stressachse.

III Zugehörigkeit

(sense of relatedness / sense of belonging)

Zugehörigkeit

1. Auswirkungen auf Lernen und Leistungsmotivation

Zugehörigkeit / Eingebundenheit der Schüler/innen zur Klasse/zur Schule (sense of relatedness)

- Kinder / Jugendliche, die ein stark ausgebildetes Gefühl der sozialen Verbundenheit mit der Klasse, der Lehrperson, den Peers und den Eltern haben, zeigen ein höheres emotionales Engagement und eine höhere Leistungsmotivation in der Schule.
- Das Gefühl der sozialen Bezogenheit puffert gegen negative Affekte im Klassenraum (Angst, Langeweile, Druck, Enttäuschungen) ab.
- Kinder mit niedriger sozialen Bezogenheit zeigen sinkendes Engagement im Klassenzimmer, haben weniger Freude am Lernen, erbringen schlechtere Leistungen. Sie erfahren sich als unwichtig, zurückgewiesen, reagieren eher enttäuscht, gelangweilt und entfremdet.
Die Lehrpersonen wenden sich zunehmend von ihnen ab.

Problematische Aspekte der Zugehörigkeit

Zugehörigkeit zu einer Gruppe mit niedrigen Leistungszielen, für die Spass oder oppositionelles Verhalten von grösserer Bedeutung sind als Lernen und Schulerfolg, kann auch zu niedrigerer Leistungsmotivation und schlechteren Schulleistungen führen.

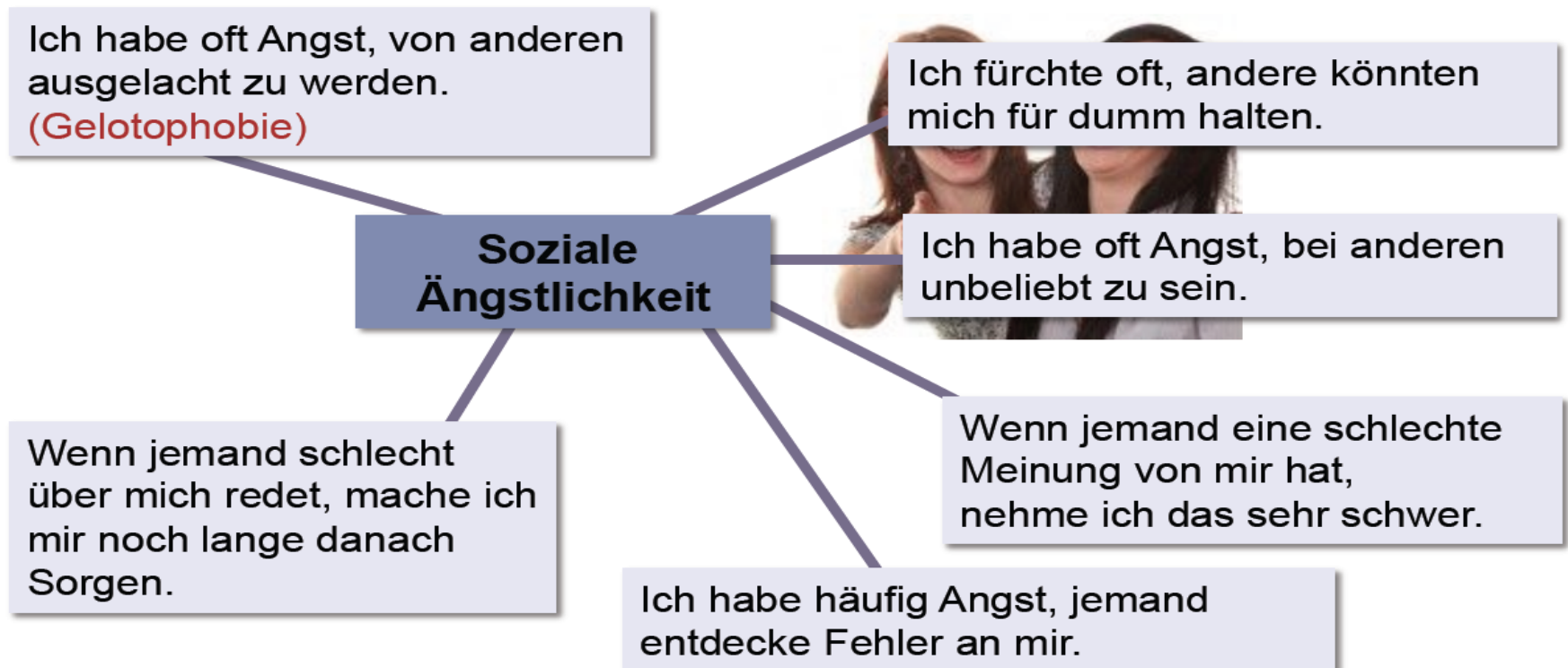
Die Frage ist dann:

- a) Wie können Leistungsziele für diese Gruppe an Attraktivität gewinnen?
- b) Wie kann der oft grosse Einfluss dieser Gruppe auf die Klasse vermindert werden? (Gruppendynamik; Dreikurs)

Nicht dazu gehören wollen: Schüchternheit

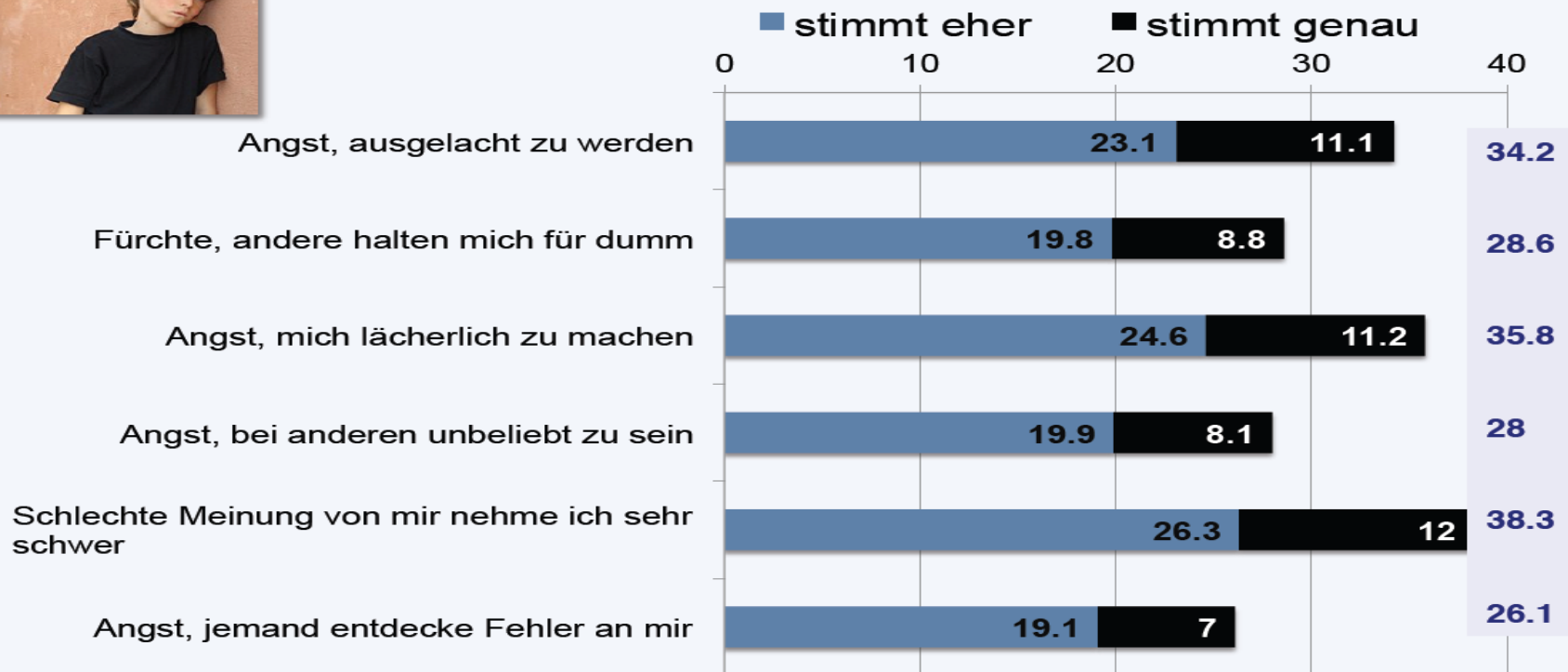
15 Soziale Ängstlichkeit: Sozial-evaluativer Kern der Schüchternheit

Schüchternheit = Soziale Ängstlichkeit + Verhaltenshemmung



Schüchternheit

Antworthäufigkeiten (4. / 5. / 6. Schuljahr, N = 723)

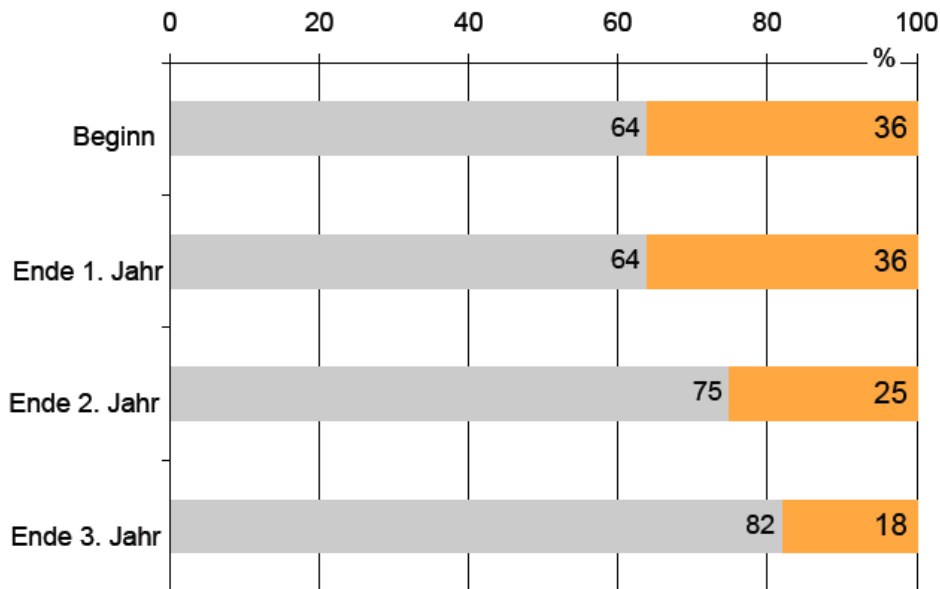


5) Das „Soziale Fitness-Training“ soll das Unbehagen in, vor und nach sozialen Situationen minimieren und die soziale Ängstlichkeit abbauen.

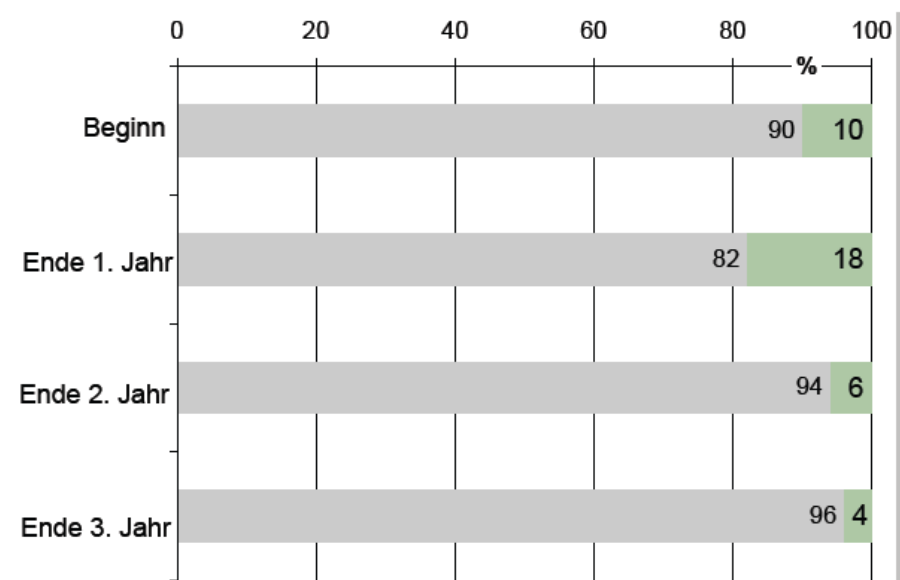
Die Lauten und die Leisen

27 Verbreitung von Schüchternheit: Grundstufe

Überdurchschnittlich Schüchterne



Überdurchschnittlich Aggressive



Zugehörigkeit – Ausgrenzung

2. Die soziale Bedeutung

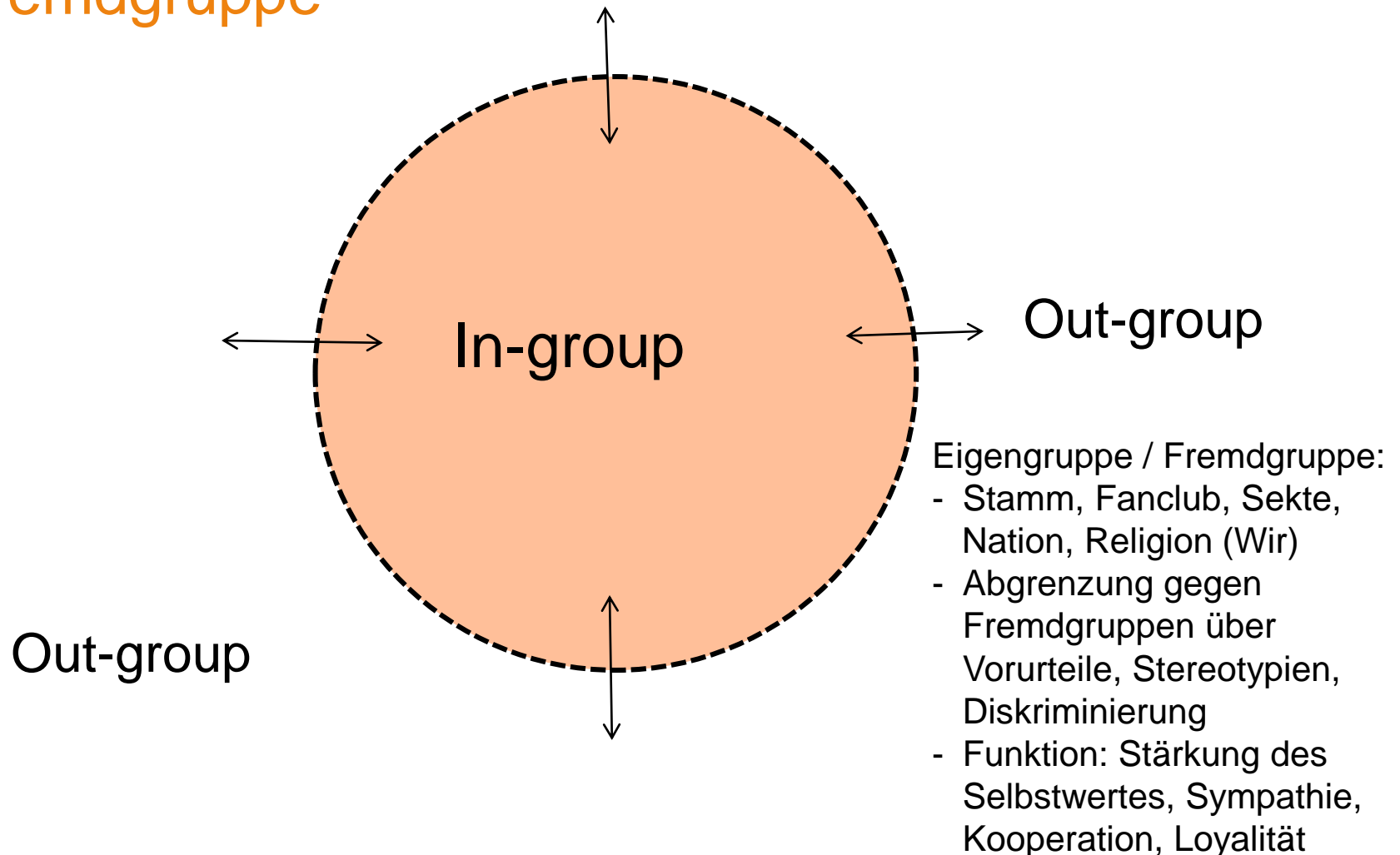
Die soziale Bedeutung: Zugehörigkeit – Ausgrenzung

Kooperation, die Notwendigkeit zusammenzuarbeiten, ist einer der Haupttreiber in der Evolution des Menschen, **Zugehörigkeit**, Integration in eine menschliche Gruppe, war lebensnotwendig.

Ausgrenzung, Nicht-Zugehörigkeit macht Angst und aktiviert Aggression. Der Angegriffene wehrt sich aktiv (Aggression/Flucht) oder passiv (Wende gegen sich, Resignation). (Bauer)

Seelischer und sozial zugefügter Schmerz aktivieren die gleichen Hirnzentren wie physischer Schmerz.

Die Dynamik von In-group / Out-group (Eigen-/Fremdgruppe)



Was treibt störende Schüler / innen an?

„Jeder Mensch möchte dazugehören“

„Um das Gefühl der Zugehörigkeit zu erreichen (langfristiges Gefühl), setzen Schüler/innen positives Verhalten, aber auch Fehlverhalten ein“ (Dinkmeyer).

„Schüler, die über aktives und passives Fehlverhalten Aufmerksamkeit auf sich ziehen, bekommen gewöhnlich zu wenig Beachtung für ihr positives und kooperatives Verhalten und erhalten zu viel Aufmerksamkeit für ihr Fehlverhalten“

Unsichere Zugehörigkeit und die Strategien, sie trotzdem herzustellen: AMRU

Das Kernziel: Dazugehören, Beachtung und Anerkennung
finden

Nahziele:

- Ziel: Aufmerksamkeit durch Stören
- Ziel: Zugehörigkeit sichern durch Kontrolle / Macht
- Ziel: Zugehörigkeit durch Rache
- Ziel: Lasst mich in Ruhe, Appell durch Rückzug,
Resignation

(nach Dreikurs, adaptiert von J. Frick)

Die Hauptziele störenden Verhaltens (nach Dreikurs)

Das AMRU-Modell

- **A**ufmerksamkeit
- **M**acht
- **R**ache / Vergeltung
- **U**nvermögen / Rückzug

IV

Die Bindungstheorie – ein Rahmen zum Verständnis und Gestalten von Beziehungen in der Schule

Beziehungs- und Bindungsvariablen als prominente Schutzfaktoren

- Bindungsverhalten; eine stabile, sichere, positiv-emotionale Beziehung zu mind. einer Bezugsperson
- Elternverhalten: warmes, offenes, unterstützendes und angemessen strukturierendes Erziehungsverhalten und positives Erziehungsklima
- Beziehung zu einer andern wichtigen Person innerhalb oder ausserhalb der Familie (Verwandte, Nachbarn, Lehrpersonen)
- Gefühl der sozialen Bezogenheit, Zugehörigkeit (sense of relatedness, sense of belonging)
- Soziale Unterstützung (Netzwerke, social support)
- Überzeugende soziale Modelle, Rollenvorbilder

Bindung als primäres Motivationssystem

Das **Bindungssystem** ist

- ein primäres, genetisch verankertes motivationales System, das zwischen der primären Bezugsperson und dem Säugling nach der Geburt aktiviert wird und überlebenssichernde Funktionen hat.
- das Kleinkind sucht über Bindungsverhalten (weinen, nachfolgen, anklammern usw.) Nähe, den Schutz und den Trost der primären Bindungspersonen
 - in Situationen der Trennung
 - in unbekanntem Situationen, in Anwesenheit Fremder
 - bei körperlichem Schmerz, Krankheit, Hunger
 - bei Angst, Alpträumen usw.

Exploration als primäres Motivationssystem

Das **Explorationssystem** ist

- ein weiteres primäres und unabhängiges Motivationssystem, das dem Bindungssystem entgegengesetzt ist.
- die beiden Motivationssysteme stehen laut Bindungstheorie in Wechselwirkung

Erlebt das Kind seine primäre Bezugsperson als **sichere emotionale Basis**, kann es sich von ihr fortbewegen, seine Umwelt erfahren und sich selbstwirksam und handelnd erfahren.

Sind die Bindungsbedürfnisse befriedigt, wird Neugier und Exploration aktiviert. Bewegt sich das Kind zu weit weg von der Bindungsperson oder passiert Unerwartetes, bekommt es Angst das Bindungssystem wird reaktiviert

Die Episoden der *Fremden Situation*

Achtung Unterscheide!

Bindungsverhalten: Verhalten des Kindes (weinen, nachfolgen, klammern usw.) in Situationen der Trennung, Bedrohung, Bedürftigkeit etc.

Fürsorgeverhalten: Verhalten der primären Erziehungsperson, später anderer Erwachsener mit dem Ziel, das Kind zu trösten, zu beruhigen, zu beschützen, zu befriedigen.

Kurzfilm: The strange situation – Mary Ainsworth

www.youtube.com/watch?v=QTsewNrHUUU

youtube.com/watch?v=DH1m_ZMO7GU

Das Konzept der kindlichen Bindungsqualitäten

Die vier Bindungsklassen/Bindungstypen:

- 1. sicher gebunden (B):** Kinder nutzen Mutter als sichere Basis und explorieren, zeigen Bindungsverhalten nach den Trennungen, freuen sich bei Wiederkehr und lassen sich trösten.
 - ☛ 50-60% in Normalstichproben von Längsschnittstudien)
- 2. unsicher vermeidend gebunden (A):** Exploration überwiegt, keine emotionale Orientierung an Mutter, kaum Reaktion auf Trennung (ausser physiologische!), vermeidet den Kontakt ei Wiedervereinigung.
 - ☛ 25-30% (in deutschsprachigen Studien)

Die vier Bindungsklassen/Bindungstypen:

3. **unsicher ambivalent gebunden**: Kind zeigt wenig Exploration, klammert sich an, bei Trennung stark beunruhigt, bei der Wiedervereinigung Wechsel von Nähe suchen und Ärgerreaktionen.

☛ 10-15%

4. **unsicher desorganisiert/desorientiert**: Angst vor der Bezugsperson, Konflikte im Annäherungs-/Vermeidungsverhalten, keine konsistente Strategie, abrupte Wechsel und Verhaltenszusammenbrüche

☛ ca. 15%

☛ 40-50% in Risikostichproben und klinischen Studien: Kindsmisshandlung, Deprivation, Kinder von traumatisierten Müttern, Aggressivität, Borderline usw.

Die drei Dimensionen eines bindungsbasierten Mediatorenmodells

Sensitivität individuell und gruppenorientiert



Lehrperson

Reflexion IAM

pädag. Strategien

1. Sensitivität / Feinfühligkeit - ein Konzept der Bindungstheorie

Die feinfühligkeitsvolle Primärperson ist fähig:

- ➔ Die Signale des Kindes wahrzunehmen,
- ➔ sie aus der Perspektive des Kindes richtig zu interpretieren,
- ➔ auf die Signale angemessen zu reagieren,
- ➔ prompt, also innerhalb einer tolerablen Frustrationszeit auf die Signale zu reagieren (Zeitfenster / Kontingenz).

☛ Interventionsansätze für Lehrpersonen:
Sensitivitätstraining, Hospitationen, Filmaufnahmen,
die in Supervisionsgruppen besprochen werden.

Beziehungskompetenz: Sensitivität / Resonanz (J. Bauer)



Zugehörigkeit – Ausgrenzung

Formen und Grade:

- ➔ Die Aktiven und Beteiligten
- ➔ Die Lauten und Widerborstigen
- ➔ Die Schüchternen
- ➔ Die Schweigsamen und Angepassten
- ➔ Die dominanten Desinteressierten
- ➔ Die Ausgestossenen

2. Innere Arbeitsmodelle

1. Inneres Arbeitsmodell als kognitiv-emotional-motivationale Schemata, abgeleitet aus den realen Beziehungserfahrungen
2. Transgenerationale Weitergabe
Kontinuität / Diskontinuität
Wiederholer / Nicht-Wiederholer
3. Pädagogische Strategien der Diskontinuität / Nicht-Wiederholung

2.1. Innere Arbeitsmodelle (IAM) und Bindungsrepräsentation

- Aus vielen Interaktionserlebnissen, in denen sich Primärperson und Kind voneinander trennten und wieder näherten, bildet das Kind ein inneres Modell (IAM) des Verhaltens von sich und der Primärperson
- Das IAM macht Verhalten von Kind und Bezugsperson in Bindungssituationen vorhersagbar. Es erleichtert es künftig, ein bewährtes, adaptives Verhalten später wieder auszuwählen.
- IAM entwickeln sich zunehmend zu stabilen, bis ins Erwachsenenalter beobachtbare Bindungsrepräsentationen.

2.2. Innere Arbeitsmodelle am Beispiel transgenerationaler Weitergabe von Misshandlungen

Kontinuität / Diskontinuität

Wiederholer / Nicht-Wiederholer

Beispiel: Misshandlung und Übertragung auf nächste Generation

1. Körperliche und / oder emotionale Misshandlung
2. Vernachlässigung
3. Sexuelle Übergriffe

Studien ergeben:

- Etwa 30 % der Misshandelten wiederholen Misshandlungen in der nächsten Generation,
- Bei etwa 30 % besteht das Risiko der Wiederholung, wenn die Lebensbedingungen ungünstig sind,
- 30 % der Misshandelten befreien sich vom Wiederholungszwang.

- Die Mehrzahl der Misshandelten zeigen ein unsicher-desorganisiertes Bindungsmuster. Vernachlässigung ist die häufigste Form der Misshandlung.

Wiederholung / Nicht-Wiederholung bei Misshandlung

Unterschiede zwischen Nicht-Wiederholern und Wiederholern:

- Nicht-Wiederholer hatten in der Kindheit mindestens eine Person, an die sie sich in ihrem Kummer wenden konnten.
- Sie hatten im Laufe ihres Lebens eine längere Psychotherapie absolviert (Bedeutung der Selbstreflexion!),
- Sie hatten einen Lebenspartner gefunden, mit dem sie eine befriedigende Beziehung leben konnten.

Nebenbei: 70 % aller von den Lehrer /innen als besonders aggressiv und feindselig oder hoch vermeidend eingestuften Kindern stammen aus der D-Gruppe.

Interventionsansätze für Lehrpersonen

1. Kultur der Selbstreflexion
 2. Einzel- oder Gruppensupervision / Balintgruppen
 3. Intervision / Kollegiale Beratung
1. LehrerInnen-Coaching-Gruppen:
z.B. nach dem Freiburger Modell (J. Bauer)

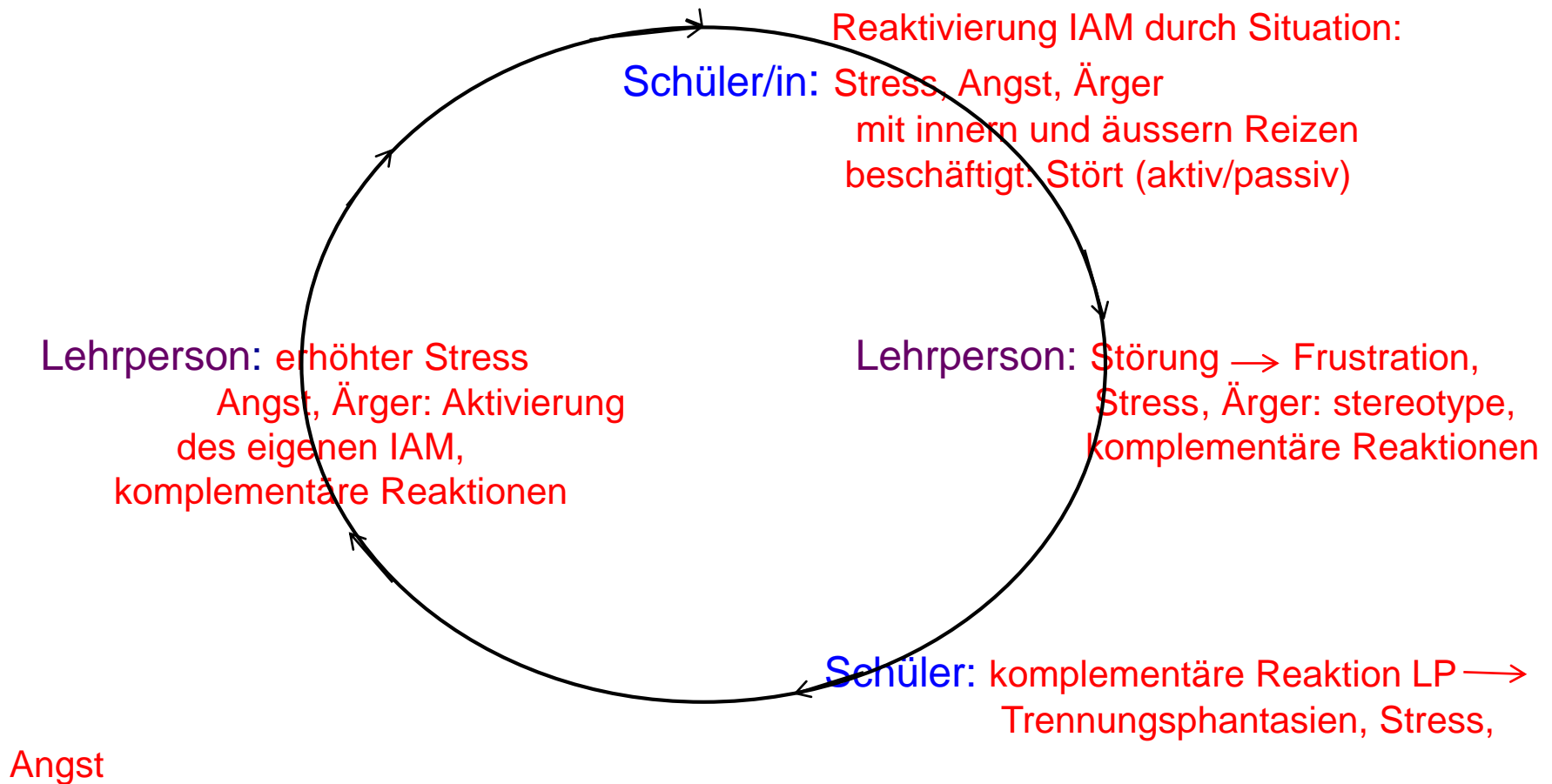
3. Pädagogische Strategien der Diskontinuität / Nichtwiederholung

zur Stärkung von Bindung / Beziehung
und Leistungsmotivation
in der Schule

Wiederholung, Nicht-Wiederholung der Bindungsbeziehungen im Sozialraum Schule

1. Die Schule fungiert auch als Sozialraum zur Unterbrechung unsicherer resp. Stabilisierung sicherer Bindungsmuster
2. Verletzliche Kinder neigen besonders zur Reproduktion negativer Bindungsmuster. Sie aktivieren Erwartungsmuster, in denen bisherige Bindungserfahrungen gespeichert sind, und setzen in neuen Beziehungen die entsprechenden, wenig adaptiven Bindungsstrategien ein.
3. Neue Bindungsfiguren, z. B. Lehrpersonen, reagieren häufig bindungsbezogen komplementär zur Bindungsstrategie des Kindes und festigen so die Kontinuität (Sroufe & Fleeson, 86; Julius, 2009).
4. Misshandelte Kinder erwarten, auch von Lehrpersonen misshandelt zu werden. Wird der Erwartung nicht entsprochen, kommt es oft zur Eskalation der Provokationen.

Lehrerstress als Ergebnis von Beziehungsstress



I. Strategien für hoch unsicher-ambivalent gebundene Kinder

1. Beziehung regelmässig, vorhersagbar, konsistent gestalten; keine Beziehungsangebote, die nicht eingehalten werden können
2. Feste Rituale, fixe Zeiträume der Zuwendung (keine Dauerextrawurst)
3. Übergangsobjekte bei längeren Unterbrüchen anbieten
4. Auf abhängiges, regressives Verhalten empathisch, aber begrenzt reagieren; Ärger- und Wutreaktionen nicht komplementär, d.h. verstärkend beantworten, Enttäuschung des Kindes spiegeln, eigene Gefühle verbalisieren
5. Adäquate Grenzen für inakzeptables Verhalten; Idee der Wiedergutmachung
5. Eskalation störenden Verhaltens als Test für Veränderungen im inneren Arbeitsmodell verstehen

II. Strategien für hoch unsicher-vermeidend gebundene Kinder

1. Vermeidungshaltung des Kindes akzeptieren, Nähe nicht forcieren, auf aufdringliches Verhalten verzichten
2. Auf Kontrollbedürfnisse des Kindes feinfühlig reagieren, grosses Mass an Wahlfreiheit im Unterricht gewähren (Deci & Ryan)
3. Vorsichtige Beziehungsangebote, spezielle Aufgaben planen, Versorgungssituationen einrichten, Spiele in der Unterstufe, prompte Reaktion in kritischen Situationen
4. Angemessene Grenzen für inakzeptables Verhalten; Idee der Wiedergutmachung
5. Am Explorationsverhalten ansetzen: Interessen fördern, Unterstützung beim Lernen
6. Bindungsbeziehung über Sachbeziehung fördern
7. Eskalation störenden Verhaltens als Test für Veränderungen im IAM verstehen

III. Strategien für aggressive Kinder

1. Stete Erneuerung der Bindungsangebote durch Erwachsene
2. Aggressives Verhalten als Bindungsbotschaft interpretieren
3. Grenzen setzen und halten.
4. Das systemische Prinzip der bezogenen Individuation
5. Gute Stellung in der Peergruppe ermöglichen
6. Autoritativer Erziehungsstil
7. Kongruente, glaubwürdige erwachsene Rollenvorbilder
8. Die Fähigkeit, innere Vorgänge zu benennen, unterstützen.
9. Bindungsangebote über Sachthemen, Hobbys, Interessen

Literatur

1. Ahnert, L. (Hg.) (2004). Frühe Bindung. München. Ernst Reinhardt
2. Bauer, J., Unterbrink, T., Zimmermann, L.: Gesundheitsprophylaxe für Lehrkräfte. Manual für Lehrer-Coachinggruppen nach dem Freiburger Modell. <http://www.psychotherapie-prof-bauer.de/coachinggrlehrerfreiburgermodellbaua07.pdf>
3. Brisch, K.H. (2005). Bindungsstörungen, Stuttgart: Klett-Cotta
<http://www.khbrisch.de/>
4. Dinkmeyer, D. Sr., Mc Kay, G.D., Dinkmeyer, D. Jr. (2011). Step. Das Buch für Lehrer/innen. Wertschätzend und professionell den Schulalltag gestalten. Weinheim: Beltz
5. Dreikurs, R., Grunwald, B.B., Pepper, F.C. (2008). Lehrer und Schüler lösen Disziplinprobleme. Weinheim: Beltz
6. Grossmann, K., Grossmann, K. (2004). Bindungen – das Gefüge psychischer Sicherheit. Stuttgart: Klett-Cotta
7. Hüther, G.: Kinder brauchen Wurzeln – die Bedeutung emotionaler Sicherheit für die Hirnentwicklung. Deutsches Institut für Jugend und Gesellschaft. www.dijg.de/ehe...kinder/wurzeln-zugehoerigkeit-hirnentwicklung/
8. Julius, H., Gasteiger-Kicpera, B., Kissgen, R. (Hg.) (2008). Bindung im Kindesalter. Göttingen: Hogrefe
http://www.cisonline.at/fileadmin/kategorien/Plain/Bedingungsfaktoren_Julius.pdf
9. Pianta, R.C. (1999). Enhancing relationships between children and teachers. American Psychological Association, Washington, DC
10. Schneider, R. Klassenklima, Schulklima, Schulkultur – wichtige Elemente einer gesundheitsfördernden Schule. In: Informationsdienst zur Suchtprävention Nr. 18
http://www.schule-bw.de/lehrkraefte/beratung/suchtvorbeugung/informationsdienst/info18/11823Schneider_E.pdf
11. Stöckli, G. (2007). Schüchternheit als Schulproblem. Bad Heilbrunn: Klinkhardt
12. Thies, B. (2002). Vertrauen zwischen Lehrern und Schülern. Münster: Waxmann