

Inhalt

1. Warum klinisches Classroom Management? oder: eine Gebrauchsanweisung für dieses Buch	13
1.1 Warum Lehrer:innen sich mit psychischen Störungen auseinandersetzen sollten	14
1.2 Gebrauchsanweisung für dieses Buch	18
1.2.1 Wie sind die Kapitel aufgebaut?	19
1.2.2 Ressourcenorientierte Haltung	20
1.2.3 Warum Sie mit Diagnose-Vermutungen besonders vorsichtig sein sollten	20
1.2.4 Die sechs Raben und deren Funktion	22
2. Günstiges und ungünstiges Lernen in der Schule: Allgemeine Risiko- und Schutzfaktoren	24
2.1 Stress: Risiko, Herausforderung und Würze	25
2.1.1 Was ist Stress?	26
2.1.2 Embodiment: Niederschwellige Möglichkeiten, Stress im Unterricht zu reduzieren	29
2.1.3 Stress in der Entwicklung von Psychopathologien	33
2.2 Bindung und Beziehungsgestaltung	36
2.2.1 Günstige Kontextbedingungen schaffen	38
2.2.2 Korrigierende Erfahrungen ermöglichen: Vertrauen aufbauen und Beziehung gestalten	44
3. Angststörungen in der Schule erkennen und betroffene Schüler:innen unterstützen	57
3.1 Angst – Skizze einer hilfreichen Emotion	57
3.1.1 Die körperliche Reaktion bei Angst	58
3.1.2 Wie Angst unsere Wahrnehmung und unser Denken beeinflusst	60
3.1.3 Das Gefühl der Angst und deren Funktion	61
3.1.4 Angst als Ausdruck und als Form der Kommunikation	62
3.2 Wie Angststörungen im Allgemeinen entstehen und was sie aufrechterhält	63

3.3 Welche Angststörungen gibt es? Ein Überblick	66
3.3.1 Panikstörungen	68
3.3.2 Agoraphobie	69
3.3.3 Spezifische Phobien	70
3.3.4 Zwangsstörungen	72
3.4 Interventionen zum Umgang mit und zur Überwindung von Angststörungen	75
3.4.1 Validieren	76
3.4.2 Arbeit am Klassenklima	80
3.4.3 Den Körper nutzen	83
3.4.4 Mutproben bestehen und Selbstwirksamkeit stärken	86
3.4.5 Expositionsverfahren	88
3.4.6 Perspektivwechsel: Ressourcen im Blick	89
3.4.7 Geschichten sind gute Lehrmeister	90
3.5 Soziale Phobie	93
3.5.1 Symptome und Diagnose der Sozialen Phobie	94
3.5.2 Wie entwickelt sich eine Soziale Phobie, und was hält sie aufrecht?	95
3.5.3 Interventionen zur Überwindung und zum Umgang mit einer Sozialen Phobie	97
3.5.4 Beratung zum Umgang mit einer Sozialen Phobie	103
3.6 Emotionale Störung mit Trennungsängsten	104
3.6.1 Symptome und Diagnose der Emotionalen Störung mit Trennungsangst	104
3.6.2 Wie entwickelt sich eine Emotionale Störung mit Trennungsangst, und was hält sie aufrecht?	105
3.6.3 Interventionen zur Überwindung einer Emotionalen Störung mit Trennungsangst	106
3.6.4 Beratung zum Umgang mit Trennungsängsten	108
3.7 Generalisierte Angststörung	109
3.7.1 Symptome und Diagnose der Generalisierten Angststörung	110
3.7.2 Wie entwickelt sich eine Generalisierte Angststörung und was hält sie aufrecht?	111
3.7.3 Interventionen zur Überwindung einer Generalisierten Angststörung	113
3.7.4 Beratung zum Umgang mit Generalisierten Angststörungen	115

4. Mit Depression bei Kindern und Jugendlichen umgehen	119
4.1 Das Störungsbild: Steckbrief und Entstehung	120
4.1.1 Diagnosekriterien: Was gibt Ihnen Hinweise darauf, dass eine Schüler:in eine Depression haben könnte?	121
4.1.2 Ein hilfreiches Depressionsmodell	125
4.2 Der Umgang mit Betroffenen und die Prävention: Classroom-Interventionen bei Depression	132
4.2.1 Umgang mit Verzerrungen der Aufmerksamkeit	132
4.2.2 Umgang mit kognitiven Verzerrungen	140
4.2.3 Umgang mit verzerrten Erinnerungen	150
4.3 Suizidalität: Erkennen und richtig handeln	152
4.3.1 Phasenmodell zur Entwicklung eines Suizids	152
4.3.2 Krisenintervention	157
5. Hyperkinetische und Aufmerksamkeitsstörungen im Unterricht einbinden	161
5.1 Steckbrief des Störungsbildes AD(H)S	161
5.2 AD(H)S als Ressource?!	166
5.3 Wie entsteht AD(H)S? Welche Risikofaktoren gibt es? Welche Ressourcen und Schutzfaktoren gibt es?	169
5.4 Welche Interventionsmöglichkeiten haben Sie als Lehrer:in?	170
5.4.1 Interventionen auf der Ebene der Schüler:in	171
5.4.2 Interventionen auf der Ebene der Klasse/ Lerngruppe	182
5.5 Das sollten Sie bei der Beratung und bei Elterngesprächen berücksichtigen	192
6. Störungen des Sozialverhaltens: Wenn gegenseitiges Verständnis und Kooperation schwerfallen	194
6.1 Steckbrief des Störungsbildes Störung des Sozialverhaltens	194
6.1.1 Prognose und Verlauf	195
6.1.2 Selbstfürsorge geht vor Fremdfürsorge	197

6.2 Ursachen, Entstehung und Aufrechterhaltung der Störung	198
6.3 Störung des Sozialverhaltens als Ressource?	199
6.4 Interventionen und Beratung	200
6.4.1 Verhaltensänderungen durch operantes Konditionieren – oder: Werkzeuge nutzen, wenn sie zur Verfügung stehen	201
6.4.2 Grundannahmen des Ansatzes der Neuen Autorität	210
6.4.3 Die Säulen im Ansatz der Neuen Autorität	211
7. Traumafolgestörungen: Wenn Traumatisierungen in der Schule entstehen oder Schüler:innen mit Posttraumatischen Belastungsstörungen Hilfe brauchen	230
7.1 Wie ein Trauma entsteht	230
7.2 Steckbrief des Störungsbild Posttraumatische Belastungsstörung	233
7.3 Wenn Traumatisierungen in der Schule passieren: Psychische erste Hilfe und die Schritte danach	235
7.3.1 Psychische erste Hilfe	235
7.3.2 Wenn die Profis übernehmen	238
7.4 Umgang mit Symptomen einer Posttraumatischen Belastungsstörung im Unterricht	239
7.4.1 Bei dissoziativen Reaktionen und hohem Belastungserleben (z. B. durch Konfrontation mit Triggern)	240
7.4.2 Bei Triggern in der Schule oder der Klasse	240
7.4.3 Wenn die Schüler:in sehr schreckhaft ist...	240
7.4.4 Bei kognitiven Verzerrungen	241
7.4.5 Bei Wutausbrüchen oder riskantem Verhalten	241
8. Chancen und Grenzen im Umgang mit Essstörungen, stoffgebunden und stoffungebundene Süchte	243
8.1 Wie Dopamin unser Verlangen schürt	244
8.1.1 Der neuronale Unterschied zwischen Wollen und Mögen	245
8.1.2 Dopamin, Leistung und Anorexia Nervosa	247
8.1.3 Unregelmäßige Verstärkung	247

8.2 Steckbriefe der Störungsbilder	248
8.2.1 Essstörungen	248
8.2.2 Süchte	255
8.3 Intervention: Motivierende Gesprächsführung	265
9. Schlussbetrachtung: Vermeiden Sie Selbst- und Fremdüberforderungen	270
9.1 Bleiben Sie im Austausch	271
9.2 Pausen einplanen – und auch machen	271
9.3 Gütemaßstäbe entwickeln	272
9.4 Denken Sie Lehrer:innen- und Schüler:innen-Gesundheit zusammen	273
Literatur	275