

# Einen kühlen Kopf bewahren und das Gespräch suchen

Anhand eines Fallbeispiels wird aufgezeigt, wie Lehrpersonen passend auf störendes Verhalten reagieren können.

Störendes Verhalten ist einer der massgebenden Faktoren für die Auslösung von Angst bei Lehrenden. Studien zeigen, dass Lehrpersonen, die störendes Verhalten als veränderbar wahrnehmen, besser damit umgehen können. Dabei spielt emotionale Kompetenz und insbesondere Emotionsregulation (die Fähigkeit, Emotionen bewusst zu verstärken oder abschwächen) eine zentrale Rolle. Dies ist eine Voraussetzung, um in herausfordernden Situationen einen kühlen Kopf zu bewahren und das Gespräch zu suchen, anstatt mit Aggression zu reagieren. Im Fallbeispiel (s. nächste Seite) sind Emotionsregulation im Sinne einer kognitiven Umdeutung («F. will nur Zuwendung») und ein humorvoller Umgang mit dem störenden Verhalten die zentralen Faktoren zur Entschärfung der Situation.

Die Einführung von regelmässig stattfindenden Gesprächen hilft, die Beziehung lang-

fristig zu stärken und Unterrichtsstörungen vorzubeugen. Gleichzeitig ist es wichtig, ein Netz aufzubauen, so dass alle Lehrenden als Teil der Schule wahrgenommen werden und die Schule als Ganzes für gemeinsame Regeln einsteht. Nur als Team lassen sich Störungen im Unterricht wirksam und vor allem nachhaltig reduzieren. Gleichzeitig muss klar gesagt werden: «Störungsfreier Unterricht ist eine Illusion.» Das Ziel ist vielmehr, möglichst viel effektive Lernzeit zu gewährleisten.

Wie das folgende Fallbeispiel zeigt, ist dies ein intensiver und langandauernder Prozess. Das Gute ist: Lehrpersonen sind nicht allein und jedes Verhalten ist positiv beeinflussbar, sei dies auf der Seite der Lernenden oder auf der Seite der Lehrenden. Eine Lerngemeinschaft lernt jeden Tag voneinander.

**Yves Mühlematter**

## Literaturverzeichnis

**Berkovich, I. & Eyal, O. (2021).** Teachers' Big Five personality traits, emotion regulation patterns, and moods: mediation and prototype analyses. *Research Papers in Education*, 36(3), 332–354.  
[www.doi.org/10.1080/02671522.2019.1677758](http://www.doi.org/10.1080/02671522.2019.1677758)

**Kumschick, I. R., Torchetti, L., Künzle, R. & Tettenborn, A. (2021).** Emotionale und kognitive Verarbeitung von Unterrichtsstörungen. Eine Studie mit angehenden Lehrpersonen der Sekundarstufe. Vorab-Onlinepublikation. [www.doi.org/10.25656/01:22435](http://www.doi.org/10.25656/01:22435)

**Lohmann, G. & Meyer, H. (2019).** Mit Schülern klar kommen: Professioneller Umgang mit Unterrichtsstörungen und Disziplinkonflikten (14. Aufl.). Scriptor-Praxis Sekundarstufe I+II. Cornelsen.

**Samson, A. C. & Gross, J. J. (2012).** Humour as emotion regulation: the differential consequences of

negative versus positive humour. *Cognition & emotion*, 26(2), 375–384.

[www.doi.org/10.1080/02699931.2011.585069](http://www.doi.org/10.1080/02699931.2011.585069)

**Schelhorn, I. & Kuhbandner, C. (2021).** Emotionale Kompetenzen von Lehrkräften. In C. Rubach & R. Lazarides (Hrsg.), *Emotionen in Schule und Unterricht: Bedingungen und Auswirkungen von Emotionen bei Lehrkräften und Lernenden* (S. 238–262). Verlag Barbara Budrich.

**Streit, P. & Omer, H. (2019).** *Neue Autorität: Das Geheimnis starker Eltern* (2. Auflage). Vandenhoeck & Ruprecht.

**Taxer, J. L. & Gross, J. J. (2018).** Emotion regulation in teachers: The "why" and "how". *Teaching and Teacher Education*, 74, 180–189.

[www.doi.org/10.1016/j.tate.2018.05.008](http://www.doi.org/10.1016/j.tate.2018.05.008)



Dr. des. Yves Mühlematter ist Fachbereichsverantwortlicher Erziehungs- und Sozialwissenschaften am Institut für Weiterbildung und Dienstleistungen IWD der PHBern.

## Fallbeispiel

Herr K. hat eine 8. Klasse neu übernommen. Die Klasse hatte drei Klassenlehrerwechsel. Oft geht viel Lernzeit auf Kosten von Unterrichtsstörungen verloren. Interessanterweise sind es vor allem die Mädchen, die den Unterricht stören. Die Anführerin der Mädchengruppe ist F. Wiederholt stört sie den Unterricht, was die anderen lustig finden. F. fühlt sich durch ihre Peers bestärkt und zeigt immer mehr herausforderndes Verhalten. Herr K. versucht, die Situation mit scheinbar bewährten Mitteln (mündliche Ermahnungen, Strafen, Nachsitzen etc.) in den Griff zu kriegen. Diese Massnahmen helfen kurzfristig, verbessern die Situation aber insgesamt nicht. Er merkt, dass sich bei ihm Frustration einstellt und er oft gereizt auf das Verhalten von F. reagiert. Darauf sucht er Hilfe im Kollegium. Dies führt zu einer Entspannung der Situation, weil Herr K. merkt, dass er nicht allein ist. Das Klassenteam tritt verstärkt als Einheit auf, was auch die Position des Klassenlehrers stärkt. Damit ist es aber nicht getan. Eines Morgens, als F. wieder mal die Hausschuhe nicht angezogen hat, die Hausaufgaben nicht gemacht hat und obendrauf mit einem «He, chill mau Aute!» reagiert, platzt Herr K. der Kragen. Er wird laut und schickt F. aus dem Zimmer. In der Folge entscheidet die Schulleitung, dass F. in ein Time-out geschickt wird. Herr K. hätte gerne anders gehandelt. Nun möchte er die Time-out-Zeit nutzen und entschliesst sich für eine Unterrichtsberatung. Darin wird er sich bewusst, wie wichtig es ist, seine eignen Emotionen zu regulieren, um angemessen auf störendes Verhalten reagieren zu können. Ausserdem möchte er präventiv Unterrichtsstörungen vorbeugen. Regelmässige Gespräche (Lerncoachings, in denen bewusst psychosoziale Schwierigkeiten des Lernens Platz haben) können wichtige präventive

Massnahmen sein. Er entschliesst sich also, zum einen Lerncoachings in seinem Unterricht einzubauen und zum anderen in einer personenzentrierten Beratung an seiner emotionalen Kompetenz zu arbeiten. Als F. wieder in die Klasse zurückkommt, merkt sie, dass sich das Klassenklima verändert hat. Aber bereits in der zweiten Woche zeigt F. wieder ihr gewohntes Verhalten. In einer Deutschstunde wiederholt sich die Situation, die früher zum Time-out geführt hatte. F. hat die Hausschuhe nicht an, keine Hausaufgaben gemacht und quitiert das Nachfragen von Herr F. mit einem kecken «Eh, ha haut ke Bock gha!». Herr K. merkt, wie bei ihm wieder der Ärger aufsteigt und wie er kurz davor ist, F. anzuschreien. Es gelingt ihm aber, seinen Ärger zurückzuhalten und sich zu sagen: «F. will nur Zuwendung.» Er lächelt sie an und meint: «Ilg ha mängisch o ke Bock, das chunnt vor.» Herr K. bittet F., nach der Stunde noch zu bleiben. Er macht mit ihr einen Termin für ihr erstes Coachinggespräch ab. In den folgenden Gesprächen erfährt Herr K., dass F. eine schwierige Situation zuhause hat und sie selbst mit ihrem Verhalten in der Schule unzufrieden ist. Es folgen zahlreiche Gespräche mit F. und es gibt auch Interventionen in F.'s Familie. Ausserdem werden der Klassenzusammenhalt und das Klassenteam (auf Lehrerseite) gestärkt. Letztlich gelingt es, dass in der Klasse mehrheitlich gelernt werden kann und ein respektvoller Umgang gepflegt wird.