

Gunnar Brodersen/Armin Castello

Schulangst

Pädagogische Förderung im Alltag

Kohlhammer

Fallbuch Pädagogik

Herausgegeben von Armin Castello

Die Autoren

Dr. Gunnar Brodersen ist Akademischer Rat am Institut für Sonderpädagogik der Europa-Universität Flensburg. Dr. Armin Castello ist Professor für Sonderpädagogik, Psychologie und Diagnostik an der Europa-Universität Flensburg.

Gunnar Brodersen, Armin Castello

Schulangst

Pädagogische Förderung im Alltag

Verlag W. Kohlhammer

Dieses Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwendung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechts ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und für die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Die Wiedergabe von Warenbezeichnungen, Handelsnamen und sonstigen Kennzeichen in diesem Buch berechtigt nicht zu der Annahme, dass diese von jedermann frei benutzt werden dürfen. Vielmehr kann es sich auch dann um eingetragene Warenzeichen oder sonstige geschützte Kennzeichen handeln, wenn sie nicht eigens als solche gekennzeichnet sind.

Es konnten nicht alle Rechtsinhaber von Abbildungen ermittelt werden. Sollte dem Verlag gegenüber der Nachweis der Rechtsinhaberschaft geführt werden, wird das branchenübliche Honorar nachträglich gezahlt.

Dieses Werk enthält Hinweise/Links zu externen Websites Dritter, auf deren Inhalt der Verlag keinen Einfluss hat und die der Haftung der jeweiligen Seitenanbieter oder -betreiber unterliegen. Zum Zeitpunkt der Verlinkung wurden die externen Websites auf mögliche Rechtsverstöße überprüft und dabei keine Rechtsverletzung festgestellt. Ohne konkrete Hinweise auf eine solche Rechtsverletzung ist eine permanente inhaltliche Kontrolle der verlinkten Seiten nicht zumutbar. Sollten jedoch Rechtsverletzungen bekannt werden, werden die betroffenen externen Links soweit möglich unverzüglich entfernt.

1. Auflage 2022

Alle Rechte vorbehalten

© W. Kohlhammer GmbH, Stuttgart

Gesamtherstellung: W. Kohlhammer GmbH, Stuttgart

Print:

ISBN 978-3-17-039234-2

E-Book-Formate:

pdf: ISBN 978-3-17-039235-9

epub: ISBN 978-3-17-039236-6

Inhaltsverzeichnis

1 Weshalb ein pädagogisches Fallbuch »Schulangst«?

2 Trennungsängstlichkeit

- 2.1 Symptome klinischer Trennungsangst
- 2.2 Subklinische Trennungsängstlichkeit
- 2.3 Häufigkeit und Verlauf
- 2.4 Entstehungsbedingungen

3 Soziale Ängstlichkeit

- 3.1 Erleben und Verhalten
 - 3.1.1 Kognitive Merkmale
 - 3.1.2 Physiologische Merkmale
 - 3.1.3 Verhaltensbezogene Merkmale
- 3.2 Häufigkeit und Verlauf
- 3.3 Risiko- und Schutzfaktoren

4 Prüfungsängstlichkeit

- 4.1 Merkmale von Prüfungsängsten
- 4.2 Häufigkeit und Verlauf
- 4.3 Risiko- und Schutzfaktoren

5 Pädagogische Grundlagen

- 5.1 Pädagogische Diagnostik
 - 5.1.1 Verhaltensbeobachtung
 - 5.1.2 Funktionale Verhaltensanalyse (SORCK-Modell)
 - 5.1.3 Angsthierarchie
 - 5.1.4 Elterngespräch und Familienanamnese

- 5.1.6 Weiterführende Aspekte pädagogischer Diagnostik
- 5.2 Psychoedukation
 - 5.2.1 Psychoedukation für Eltern
 - 5.2.2 Psychoedukation für Kinder
 - 5.2.3 Psychoedukation für Jugendliche
 - 5.2.4 Psychoedukation im Kollegium
- 5.3 Elternberatung
 - 5.3.1 Voraussetzungen gelingender Elternarbeit
 - 5.3.2 Wirkfaktoren im Kontext von Elternarbeit bei Schulängsten
 - 5.3.3 Beratungsgespräch
- 5.4 Bewältigung dysfunktionaler Gedanken
 - 5.4.1 Kognitionen vor, während und nach angstauslösenden Situationen
 - 5.4.2 Möglichkeiten zur Veränderung dysfunktionaler Kognitionen
- 5.5 Entspannung
 - 5.5.1 Progressive Muskelrelaxation
 - 5.5.2 Autogenes Training
- 5.6 Konfrontation mit Unterstützung
 - 5.6.1 Angstbewältigung durch Reizkonfrontation
 - 5.6.2 Techniken
 - 5.6.3 Hinweise zur Durchführung
- 5.7 Kontingenzmanagement
 - 5.7.1 Verstärkung und Bestrafung von Verhalten
 - 5.7.2 Arten von Verstärkern
 - 5.7.3 Techniken des Kontingenzmanagements
 - 5.7.4 Kontingenz als Voraussetzung für Verstärkungslernen
 - 5.7.5 Unbewusster Einsatz von Verstärkern
- 5.8 Begleitende Evaluation
 - 5.8.1 Vorüberlegungen
 - 5.8.2 Individuelle Zielsetzungen
 - 5.8.3 Übergreifende Zielsetzungen

6 Fallvignette Eliza

- 6.1 Ausgangslage
- 6.2 Fragestellung
- 6.3 Informationen zur Person
- 6.4 Familiäre Situation
- 6.5 Schulische Situation
- 6.6 Pädagogische Diagnostik
 - 6.6.1 Kollegialer Austausch
 - 6.6.2 Kontaktaufnahme mit der Schülerin
 - 6.6.3 Erstgespräch mit den Eltern
 - 6.6.4 Verhaltensanalyse (SORCK-Schema)
- 6.5 Planung der pädagogischen Intervention
- 6.6 Pädagogische Intervention
 - 6.6.1 Beratungsgespräch mit den Eltern
 - 6.6.2 Beratungsgespräch mit Eliza
 - 6.6.3 Konfrontation mit Unterstützung
- 6.7 Erfolgskontrolle bzw. Evaluation

7 Fallvignette Lara

- 7.1 Ausgangslage
- 7.2 Fragestellung
- 7.3 Informationen zur Person
- 7.4 Familiäre Situation
- 7.5 Schulische Situation
- 7.6 Pädagogische Diagnostik und Förderplanung
 - 7.6.1 Kollegialer Austausch
 - 7.6.2 Erstgespräch mit der Schülerin
 - 7.6.3 Gespräch mit der Schülerin und der Mutter
 - 7.6.4 Verhaltensanalyse
 - 7.6.5 Erstellen einer Angsthierarchie
- 7.7. Entwicklung einer Förderplanskizze – Begründung der pädagogischen Interventionen

- 7.8 Pädagogische Interventionen
 - 7.8.1 Beratungsgespräch/Psychoedukation mit der Mutter
 - 7.8.2 Psychoedukation Schülerin
 - 7.8.3 Verhaltensexperiment
 - 7.8.4 Sukzessive Reizkonfrontation
 - 7.8.5 Kontingenzmanagement
- 7.9 Evaluative Perspektive

8 Fallvignette Joshua

- 8.1 Ausgangslage
- 8.2 Fragestellung
- 8.3 Informationen zur Person
- 8.4 Familiäre Situation
- 8.5 Schulische Situation
- 8.6 Pädagogische Diagnostik
 - 8.6.1 Kollegialer Austausch
 - 8.6.2 Kontaktaufnahme mit dem Schüler
- 8.7 Entwicklung einer Förderplanskizze
- 8.8 Pädagogische Interventionen
 - 8.8.1 Beratungsgespräch mit den Eltern
 - 8.8.2 Pädagogisches Gespräch mit Joshua
 - 8.8.3 Prüfungstagebuch
 - 8.8.4 Kollegialer Austausch
 - 8.8.5 Konfrontation mit Unterstützung
 - 8.8.6 Psychoedukation im Unterricht
- 8.9 Erfolg der Maßnahme

9 Abschließende Anmerkungen

Literatur

Weshalb ein pädagogisches Fallbuch »Schulangst«?

Zahlreiche Erkenntnisse, die bereits lange Zeit vorliegen, aber auch aktuellere Entwicklungen haben uns motiviert, in der Reihe »Fallbuch Pädagogik« einen Band zu schulbezogenen Ängsten zu verfassen.

Die Häufigkeit

Zunächst einmal sind schulbezogene Ängste oder auch Schulängste seit vielen Jahren eine der häufigsten psychischen Auffälligkeiten im Kindes- und Jugendalter. Dabei kommen insbesondere drei Themen zum Tragen: Ängste in Zusammenhang mit einer Trennung von den Eltern, Angst vor einer negativen sozialen Bewertung und Prüfungs- bzw. Leistungsängste.

Obwohl individuell oft mehrere Themen relevant werden und bei sozialer Angst und Prüfungsangst Überschneidungen bestehen, haben wir uns entschlossen, diese Unterscheidung als Basis für die inhaltliche Ausgestaltung des Bandes zugrunde zu legen. Daher wird zunächst Grundlagenwissen zu diesen drei Formen schulbezogener Ängste vermittelt.

Die Versorgungslage

Ein weiterer Grund liegt darin, dass die kinder- und jugendpsychotherapeutische Versorgungssituation und Unterstützungsangebote für Schülerinnen und Schüler, Eltern und involvierte Lehrkräfte bereits seit langer Zeit ungenügend sind. Dieser Notstand führt nicht selten zu einer Beeinträchtigung der sozial-

emotionalen Entwicklung betroffener Schülerinnen und Schüler, zu einer Belastung von deren Familien und negativen Auswirkungen auf die schulische Entwicklung dieser Kinder und Jugendlichen. Gleichzeitig sind Pädagoginnen und Pädagogen immer häufiger mit Anforderungen konfrontiert, für die sie keine hinreichende fachliche Unterstützung erhalten.

Aus diesem Grund werden hier praxisnahe pädagogische Grundlagen dargestellt, die zunächst einen diagnostischen Zugang beschreiben und Informationen bereitstellen, auf welche Weise nützliches Wissen über Schulangst an Betroffene, Eltern und an ein beteiligtes Kollegium weitergegeben werden kann. Es werden zudem Methoden beschrieben, die sich auf die Gestaltung von Elterngesprächen beziehen, und Möglichkeiten, Kinder oder Jugendliche in der Bewältigung schulbezogener Ängste zu unterstützen. Es wird zum Beispiel erklärt, wie eine Bewältigung negativen Denkens initiiert werden kann, auf welchem Weg Entspannungskompetenzen entwickelt werden können und wie der Schulalltag so gestaltet werden kann, dass eine allmähliche Reduktion von Ängsten möglich wird.

Der Praxistransfer

Die dargestellten Methoden werden schließlich im Rahmen von drei Fallvignetten angewandt, wobei diese Fälle jeweils eines der drei Themenfelder Trennungsangst, Soziale Ängstlichkeit und Prüfungsangst in den Mittelpunkt stellen. In der Darstellung dieser individuellen Fallgeschichten von Eliza, Lara und Joshua wird versucht, den familiären, individuellen und biografischen Hintergrund zu erläutern und dabei die Ausgangssituation der handelnden Pädagoginnen und Pädagogen verständlich zu machen.

Hiervon ausgehend beschreiben die Fallvignetten Gemeinsamkeiten und Unterschiede im Rahmen eines differenziellen pädagogischen Handelns angesichts schulbezogener Ängste. Neben einer Aktivierung von Ressourcen innerhalb des Schulbetriebs werden fallbezogen Anstrengungen zur Stärkung der familiären Unterstützung dargestellt. Die individuelle Ausgangslage der betroffenen Schülerinnen und Schüler begründet schließlich die Anwendung unterschiedlicher

Methoden, deren schul- und unterrichtsnahe Umsetzung dort beschrieben, erklärt und kritisch diskutiert wird. Hierbei soll es keinesfalls darum gehen, dass Pädagoginnen oder Pädagogen in eine therapeutische Rolle schlüpfen, sondern darum, dass es Möglichkeiten zur Förderung gibt, die hier dargestellt werden.

Die in den pädagogischen Grundlagen bereits skizzierte evaluative Sicht auf pädagogisches Handeln findet sich in den Fallvignetten wieder, indem die Machbarkeit und das Erreichen der jeweiligen Zielsetzungen für die Unterstützung von Eliza, Lara und Joshua kritisch betrachtet werden.

Reaktion auf Veränderung

Wir erleben einen weiteren Anstieg der Prävalenz von Schulangst, dessen Ursachen vielschichtig sind. Sie liegen in einer veränderten Lebenssituation von Kindern, Jugendlichen und ihren Familien. Hieraus erwächst ein zunehmend verändertes Verständnis zur Rolle von Lehrkräften im Umgang mit psychischen Auffälligkeiten.

Flensburg, Mai 2022

Gunnar Brodersen und Armin Castello

Trennungsängstlichkeit

Im nachfolgenden Abschnitt werden die Merkmale von Trennungsängsten dargestellt, es werden Informationen zur Häufigkeit und zum Verlauf und den Entstehungsbedingungen von Trennungsängstlichkeit gegeben. *(Oftmals wird »Ängstlichkeit« als Persönlichkeitsmerkmal und »Angst« als Zustand unterschieden. Um das gesamte Spektrum zu beschreiben, verwenden wir beide Begriffe hier weitgehend synonym. Wenn eine behandlungsbedürftige oder auch klinisch relevante Störung gemeint ist, so wird dies jeweils explizit benannt.)*

Wenn sich ein Kind im Kita- oder Grundschulalter nicht gerne von nahestehenden Bezugspersonen trennen möchte, insbesondere über einen längeren Zeitraum hinweg, verwundert dies zumeist niemanden. Es war in der menschlichen Entwicklungsgeschichte lange Zeit sinnvoll, dass gerade kleine Kinder den Schutz der Eltern vermissen, wenn diese außer Sichtweite sind. Kulturell ist es aber für Kinder eine wichtige Entwicklungsaufgabe, mit den unabwendbaren Trennungen im Alltag allmählich umgehen zu lernen, um dadurch Selbstständigkeit zu entwickeln, soziale Kontakte außerhalb der Familie zu knüpfen, hierdurch wesentliche soziale und kommunikative Kompetenzen zu stärken und unbelastetes schulisches Lernen zu ermöglichen.

Wenn diese Entwicklung beeinträchtigt ist, so können negative Auswirkungen auf die sozial-emotionale und schulische Entwicklung eines Schülers oder einer Schülerin entstehen. Häufig gehen mit einer solchen Trennungsängstlichkeit zudem familiäre Belastungen einher, die in einer negativen Feedbackschleife wiederum die Trennungsängstlichkeit verstärken können, z. B. durch zunehmendes Unverständnis oder die Ärgerreaktionen der Eltern. Besonders in

schulischen oder familiären Übergangsphasen wie z. B. Schulwechsel oder Umzügen können temporäre Anpassungsprobleme in Form von trennungsängstlichem Verhalten entstehen. Unterschieden werden muss dabei aber die entwicklungsstypische Trennungsangst, die Trennungsängstlichkeit als subklinische Episode in Belastungsphasen und klinisch relevante Trennungsängste, die eine kinder- oder jugendpsychotherapeutische Intervention erforderlich machen.

2.1 Symptome klinischer Trennungsangst

Behandlungsbedürftige Trennungsangst im Kindes- und Jugendalter mit Störungscharakter muss von einer entwicklungsbedingten Trennungsangst unterschieden werden. Das DSM-5 (dieser »Diagnostische und statistische Leitfaden psychischer Störungen« ist ein wichtiges US-amerikanisches psychiatrisches Klassifikationssystem) beschreibt die Merkmale einer solchen behandlungsbedürftigen Störung mit Trennungsangst als

»[e]ine in Relation zur Entwicklung unangemessene und übermäßige Angst vor der Trennung, von zu Hause oder von den Bezugspersonen, wobei mindestens drei der folgenden Kriterien erfüllt sein müssen:

1. wiederholter übermäßiger Kummer bei einer möglichen oder tatsächlichen Trennung von zu Hause oder von wichtigen Bezugspersonen,
2. andauernde und übermäßige Besorgnis, dass sie wichtige Bezugspersonen verlieren könnten oder dass diesen etwas zustoßen könnte,
3. andauernde und übermäßige Besorgnis, dass ein Unglück sie von einer wichtigen Bezugsperson trennen könnte (z. B. verloren zu gehen oder entführt zu werden),
4. andauernder Widerwille oder Weigerung, aus Angst vor der Trennung zur Schule oder an einen anderen Ort zu gehen,
5. ständige und übermäßige Furcht oder Abneigung, allein oder ohne wichtige Bezugspersonen zu Hause oder ohne wichtige Erwachsene in einem anderen Umfeld zu bleiben,