

Modul: Schülerbezogene Verhaltensförderung

Steckbrief: Selbst-Management

Maßnahme: Umsetzungsbeispiel

Fallbeispiel

Ein Schüler aus der 8. Klasse fällt durch wiederholte Abwesenheiten in bestimmten Schulstunden auf. Meistens betrifft dies die ersten beiden Stunden des Vormittagsunterrichts. Die Fachlehrer informieren die Klassenlehrkraft über die Situation. In einem Gespräch wirkt der betreffende Schüler bei der Konfrontation beschämt und berichtet über Arzttermine, das Ausfallen des Weckers, unterschiedliche Probleme mit dem Nahverkehr und gelegentlich morgendliche Antriebschwierigkeiten. Durch zusätzliche Gespräche mit den Eltern entsteht ein Bild, in dem das schwierige morgendliche Aufstehen einen Hauptaspekt darstellt. Weiterhin wird deutlich, dass die Eltern häufig vor dem Sohn aus dem Haus gehen oder durch ihren Schichtdienst erst nach Schulbeginn wieder zu Hause eintreffen und so eine elterliche Kontrolle erschwert ist. Im Rahmen gemeinsamer Gespräche an denen die Klassenlehrkraft, eine sonderpädagogische Fachkraft, die Eltern und der Schüler teilnehmen, erfolgt eine Einführung in die Thematik des Selbstmanagements und Erläuterungen zu den Stadien im Selbstregulationsprozess. Außerdem wird ein Plan erstellt, in dem Techniken des Selbstmanagements initiiert werden. Zum Abschluss wird gemeinsam ein verbindliches Dokument erstellt. Darin werden folgende Punkte festgehalten: a) das Ziel, die Anwesenheit in den Vormittagsschulstunden zu steigern, b) die Mitarbeit aller Beteiligten, c) die Rahmenbedingungen, d) Bewertungskriterien der Beobachtungsdokumentation, e) aufgestellte Regeln und Verbindlichkeiten, f) eine sorgfältige und kontinuierliche Ausführung, g) zeitliche Marker.

In einem ersten Schritt dokumentiert der Schüler seine Fehlzeiten eigenständig anhand eines im Voraus erstellten Rasters und kontrolliert dementsprechend seine Verhaltensmuster. Die Dokumentation setzt sich aus den genauen An- und Abwesenheitszeiten, sowie sensorischen, motorischen und affektiven Zuständen zu den jeweiligen Zeiten zusammen. Um die Durchführung zu erleichtern, wird eine Mappe erstellt, in der anhand eines Fragebogens die entscheidenden Aspekte durch Ankreuzen festgehalten werden. Zusätzlich bieten freie Notiz-

felder die Möglichkeit, Ergänzungen oder Besonderheiten für den jeweiligen Tag einzutragen. Für den Fall, dass die Mappe vergessen wird, befinden sich Vordrucke des Fragebogen-Dokuments im Klassenzimmer. Aufgrund des Kurssystems an der Schule und um gemeinsam die Bedingungen zu erfüllen, werden alle Fachlehrkräfte über die Regelung informiert. Im Anschluss einer einleitenden Anleitung der Arbeit mit dem Fragebogen erfolgt die Dokumentation durch den Schüler mit größtmöglicher Selbstständigkeit. In Form von vorab festgelegten Sätzen, wie z. B. „Das hast du gut gemacht!“, „Ich bin stolz auf mich!“, „Ich gebe mein Bestes!“, die der Schüler zu sich selbst sagt, verstärkt er sein Verhalten, wenn dieses zur Zielerreichung beiträgt. Die Klassenlehrkraft und die sonderpädagogische Fachkraft stehen während des Prozesses für Fragen und Anliegen bereit. In den ersten drei Wochen erfolgt einmal in der Woche eine kurze Feedbackrunde über den Ablauf der Durchführung. Hierbei besteht die Möglichkeit, die Maßnahme bei auftretenden Komplikationen zu überprüfen und anzupassen. Nach den ersten drei Wochen erfolgen die Feedback-Runden in einem Drei-Wochen-Rhythmus. Nach ungefähr einem halben Jahr werden die Aufzeichnungen gemeinsam ausgewertet und die Ergebnisse grafisch dargestellt.

Im Rahmen des Gesprächs wird deutlich, dass der Schüler häufig spät ins Bett geht. Dies korreliert stark mit den aufkommenden vormittäglichen Fehlstunden. In seiner Freizeit beschäftigt sich der Schüler intensiv mit Online-Gaming, währenddessen oftmals der Zeitpunkt verpasst wird, sich rechtzeitig schlafen zu legen, um am nächsten Tag erholt zu sein. Durch die Übermüdung gelingt dem Schüler das rechtzeitige Aufstehen in den seltensten Fällen. Seine nächtlichen Spiele bleiben von den Eltern in der Regel unentdeckt. Durch das Auswertungsgespräch erfahren die Klassenlehrkraft und die sonderpädagogische Fachkraft, dass bereits häusliche Regelungen aufgestellt wurden. Diese begrenzen das Online-Gaming auf eine bestimmte Zeitstundenanzahl von maximal drei Stunden pro Tag und auf die Zeit vor 21 Uhr. Der Schüler berichtet

weiter, dass die Mitspielerinnen und Mitspieler auf der ganzen Welt verstreut sind und durch die unterschiedlichen Zeitzonen bestimmte Uhrzeiten ausgeschlossen werden. Weiterhin wird deutlich, dass der Schüler auf keine morgendlichen Routinen zurückgreift, wenn er selbstständig in den Tag startet. Aus diesem Grund hat er Schwierigkeiten, rechtzeitig das Haus zu verlassen. Es entstehen Situationen, in denen er seinen Bus verpasst, keine Zeit für ein Frühstück hat und die Besorgung dermaßen zeitlich beanspruchend ist, dass ihm das rechtzeitige Eintreffen zu Beginn der ersten Schulstunde nicht möglich wird. Durch das häufige Auftreten dieser Situationen hat der Schüler eine normverschobene Bewertungshaltung gegenüber solchen Verspätungen eingenommen, sodass er anstatt zu spät im begonnenen Unterricht zu erscheinen, die Möglichkeit vorzieht, die begonnene Stunde komplett ausfallen zu lassen und zur zweiten oder dritten zu erscheinen. Das Aufkommen unangenehmer Affekte wie z. B. Scham, die er aufgrund der Reaktionen der Lehrkräfte beim zu späten Eintreffen zeigt, verstärkt sein verweigerndes Verhalten.

Der Schüler bewertet in einem nächsten Teilschritt anhand der vorab festgelegten Kriterien die Auswertungsergebnisse. Um ihn in der selbstständigen Durchführung zu unterstützen, wird ein Leitfaden zur Verfügung gestellt, mit einer Auflistung der einzelnen Handlungsschritte und einem Bewertungsraster oder Bewertungsbeispielen. Es erfolgt ein Vergleich mit dem Ist-Zustand des gezeigten Verhaltens und dem festgelegten Zielverhalten. Stimmt das gezeigte Verhalten mit dem festgelegten Zielverhalten überein, erfolgt eine Bestätigung der Verhaltensstrategien und gleichzeitig eine Verstärkung dieser. Bei diesem Fall wird jedoch eine Divergenz festgestellt. Daher

ist es erforderlich, das Ziel in mehrere Teilziele zu unterteilen und die notwendigen Unterstützungsbedarfe festzulegen. Die beschriebenen Schwierigkeiten innerhalb des Auswertungsgesprächs werden als Grundlage für ein Gespräch verwendet, an dem alle involvierten Personen teilnehmen und bei dem sich gemeinsam auf folgende Unterstützungsmaßnahmen geeinigt wird:

- Die Einführung einer morgendlichen Routine, die anhand eines Handlungsplans unterstützend eingeführt wird,
- die abendliche Vorbereitung des Frühstücks,
- die Erhöhung der elterlichen Kontrolle durch einen morgendlichen Anruf, bei der Abwesenheit beider Elternteile,
- die Regelungen der Online-Gaming-Zeiten werden anhand eines Gaming-Plans erfasst und einmal in der Woche gemeinsam mit den Eltern besprochen. Die Pflege und Einhaltung basieren auf Gewissenhaftigkeit und Vertrauen.
- Die Lehrkräfte der betreffenden Schulstunden werden darüber informiert, dass in Fällen des Zuspätkommens, der Schüler sich für das Zuspätkommen entschuldigt und sich ohne weitere Erklärungsforderungen zu seinem Sitzplatz begeben darf. Die Fehlzeiten werden von den Lehrkräften ebenfalls dokumentiert.
- Das Ziel bleibt bestehen, die Anwesenheit in den vormittäglichen Schulstunden zu steigern und wird ergänzt durch das Teilziel von maximal zwei Fehlstunden innerhalb eines Monats.

Die Selbstbeobachtung wird weitergeführt und fortlaufend evaluiert. Dabei berücksichtigt sie die Unterstützungsmaßnahmen und die Selbstverstärkung.

Beispiel-Fragebogen für Schüler X

Datum:

Eintragung der An- und Abwesenheiten

Schulstunden	Montag		Bemerkungen
	Anwesenheit	Abwesenheit	
08:00 – 09:30	08:45 – 09:30	8:00 – 8:45	Bus verpasst
10:00 – 11:30	10:00 – 11:30		
11:45 – 13:15	11:45 – 13:15		
14:00 – 15:30	14:00 – 15:30		
Fehlzeit in Minuten			

Meine Beobachtungen

Wie geht es mir?	Ich bin zu spät ...	Ich bin pünktlich ...
Ich beginne zu schwitzen.		
Ich verspüre den Drang, der gesamten Doppelstunde fernzubleiben.		
Mir wird warm oder heiß.		
Ich fühle mich erleichtert.		
Mein Herz schlägt schneller.		
Ich werde nervös.		
Ich fühle mich energiegeladen.		
Ich habe Kopfschmerzen.		
Ich fühle mich ruhig.		
Ich nehme ausweichende Tätigkeiten auf, wie z.B. einen Umweg, Einkauf (Kiosk, Bäcker, Supermarkt), Essen gehen (Bäcker, Café, Fast-Food-Restaurant), etc.		
Ich mache mir Sorgen bezüglich der Reaktion der Lehrkraft.		
Ich habe keine Sorge wegen Reaktionen seitens der anderen.		
Ich mache mir Sorgen um die Reaktionen meiner Mitschüler und Mitschülerinnen.		

Ich fühle mich antriebslos, kraftlos, energiearm.		
Ich gehe selbstbewusst in die Schule/Klasse.		
Ich fühle mich gelöst.		
Ich lenke mich mit meinem Handy ab.		
Ich bin aufmerksam.		
Ich bin müde.		
Ich beruhige mich mit Handlungen und Bewegungen (z.B. Rauchen, Beinwippen, Bewegungen der Finger (Trommeln auf einem Untergrund, etc.).		
Meine Atmung wird schwer.		
Mir geht es gut.		
Ich fühle mich schuldig.		
Ich bin froh.		
Mir ist unwohl.		
...		
...		
...		
...		
...		

Meine Bemerkungen zu diesem Tag