

# Zur Wirksamkeit des Rendsburger Lehrertrainings – eine Katamnese

Susanne Egert, Rendsburg

*Stetig steigenden Anforderungen an Lehrkräfte – nicht im fachspezifischen, sondern im pädagogischen Bereich – steht manchmal keine angemessene Aus- und Fortbildung gegenüber. Dadurch kann es zu ungünstigen Entwicklungen auf allen Seiten und zu vermeidbaren Problemen kommen. Das Rendsburger Lehrertraining bietet deshalb vielfältige Möglichkeiten, Methoden und Hilfestellungen für Lehrkräfte, die intensiv praktisch eingeübt werden. Unmittelbar am Ende des Trainings bewerteten die Lehrkräfte, die an dem Training teilgenommen hatten, das Programm mit allen Inhalten als sehr hilfreich, praktisch gut umsetzbar und insgesamt sehr positiv. Katamnestische Befragungen weisen darauf hin, dass die Effekte von den Lehrkräften als nachhaltig und sehr stabil wahrgenommen werden. Die Werte deuten eine nur geringfügige Abnahme im nicht signifikanten Bereich an. Untersuchungen an einer größeren Stichprobe sollten dies in Zukunft genauer überprüfen.*

## 1. Einleitung

Schule muss heute vielfältige Aufgaben wahrnehmen, die weit über den Fachunterricht hinausgehen. Inklusion ist ein in diesem Zusammenhang aktuelles Thema! Immer mehr Aufgaben und damit auch Anforderungen werden auf den schulischen Bereich übertragen, weil hier alle Kinder und Jugendlichen erreicht werden können. Einerseits ist dies eine logische und prinzipiell auch sinnvolle Lösung in einer Zeit, in der Familie aus unterschiedlichen Gründen eine Reihe von Aufgaben manchmal nicht mehr leisten oder nicht leisten kann. Zum jetzigen Zeitpunkt sind allerdings andererseits die Lehrkräfte auf diese neuen Aufgaben durch ihre Ausbildung zum Teil nicht vorbereitet und können dadurch

in belastende Überforderungssituationen geraten. Treten derartige Situationen über einen längeren Zeitraum auf, ohne dass sie von den Lehrkräften konstruktiv bewältigt werden können, kann das Gefühl von Selbstwirksamkeit verloren gehen. Selbstwirksamkeit ist jedoch als wesentlicher Resilienzfaktor bekannt (Werner 1981), das heißt, der subjektive Eindruck von Selbstwirksamkeit schützt vor psychischen Erkrankungen. Hier sind besonders Depressionen als vermeidbar erkannt, denn fehlende Selbstwirksamkeit bedeutet ein hohes Risiko für die Entwicklung von Depressionen.

Als zweiter wesentlicher Resilienzfaktor kristallisierte sich heraus, dass Kinder und Jugendliche mindestens eine hilfreiche Bezugsperson hatten, falls die Eltern ihre Erziehungsaufgabe nicht vollständig wahrnehmen (können). Für diese Rolle kommen vorrangig Lehrerinnen und Lehrer in Frage (Werner 1981), da sie für Kinder und Jugendliche über einen langen Zeitraum Bezugspersonen sind.

Auf Seiten der Schüler besteht ein zunehmender Bedarf an Förderung nicht nur fachbezogen inhaltlicher Art, sondern auch im Hinblick auf die Entwicklung der Persönlichkeit und der Vermittlung gesellschaftlich akzeptierter Normen und Werte. Bei einem Teil der Schülerinnen und Schüler fehlen im familiären Umfeld positive Modelle für angemessenes Sozialverhalten, sodass Schule nicht nur mit den Folgen dieses Mangels, wie zum Beispiel Grenzüberschreitungen, Respektlosigkeiten, oppositionelles Verhalten, verbale und physische Aggressionen, Verweigerung oder motivationalen Problemen umgehen muss, sondern darüber hinaus diese Defizite kompensieren und die fehlende Erziehung nachholen soll.

Zu dieser Situation lassen sich sicherlich unterschiedliche Standpunkte einnehmen, Fakt ist jedoch: jemand muss im Interesse der Gesellschaft die Erziehungsaufgabe übernehmen, wenn Eltern sie nicht leisten oder leisten können! Insbesondere in den Fällen, die sich unterhalb von Jugendhilfebedarf bewegen, gibt es kaum Alternativen. Es ist daher im eigenen wie auch im gesamtgesellschaftlichen Interesse unbedingt erforderlich, dass Lehrkräfte für die Bewältigung dieser Aufgabe auf ein adäquates Angebot zurückgreifen können, um die notwendigen Kompetenzen zu erweitern.

## 2. Das Rendsburger Lehrertraining

Das Rendsburger Lehrertraining ermöglicht es Lehrkräften, diesen Erziehungsauftrag noch besser wahrzunehmen, indem sie günstige Entwicklungsbedingungen und eine lernfördernde Atmosphäre schaffen, schwierige Situationen konstruktiv bewältigen und diese so gestalten, dass sie den Bedürfnissen der Beteiligten gerecht werden.

Ein aktuelles Beispiel aus der Praxis wäre folgende Situation: Eine Klasse hat Schwimmunterricht. Ein Migrantenkind weigert sich mit »Händen und Füßen« ins Wasser zu gehen. Die Lehrkraft besteht darauf: »Alle machen hier mit, es gibt keine Extrawürste!« Ein massiver Konflikt entsteht. – Lehrkräfte mit einem Traumagrundwissen wie es im Rendsburger Lehrertraining vermittelt wird, kämen vermutlich sehr schnell auf die Idee, dass hier ein Trauma getriggert wird, weil die Kinder auf ihrer Flucht mit einem dieser gefährlichen Schlauchboote gefahren sind. Dadurch können Lehrkräfte die Situation ganz anders erkennen und dem Kind helfen, anstatt ihm Unrecht zu tun und die Situation zu verschlimmern.

Um den Lehrer/innen möglichst viele unterschiedliche »Handwerkszeuge« und ein breites Methodenspektrum zur Verfügung zu stellen, beschränkt sich das Rendsburger Lehrertraining nicht auf den Ansatz einer »Therapieschule«,

sondern vermittelt praxisorientierte Möglichkeiten aus der Gesprächstherapie, Verhaltenstherapie, Kommunikationstheorie und dem Konfliktlösen wie beispielsweise das Ansprechen von Gefühlen bei dem Kind und sich selbst oder Token-Systeme, die fachgerecht installiert werden müssen, wenn sie funktionieren sollen. Leider ist dies häufig nicht der Fall. Dies führt regelmäßig dazu, dass die Systeme nicht funktionieren. Das ist deshalb so gravierend, weil diese Methode dann nicht mehr zur Verfügung steht, wenn sie gebraucht wird wie beispielsweise bei der Therapie von Enuresis. Die Betroffenen sagen dann: *»Das haben wir schon probiert, das klappt bei uns nicht!«*

Diese werden miteinander kombiniert und intensiv praktisch eingeübt, sodass die Lehrkräfte das neue Verhalten tatsächlich beherrschen und dann jeweils dasjenige einsetzen können, das sie persönlich präferieren und das ihnen für die Situation am besten geeignet erscheint.

Das neue Verhalten wird jeweils in drei verschiedenen Settings geübt. Der Einzelkontakt mit dem Schüler ist zunächst eine grundlegend wichtige Situation, die gegenüber der Gruppensituation einfacher zu bewältigen ist. Vor allem aber lässt sich über diesen Weg ein persönlicher Bezug herstellen und eine vertrauensvolle Beziehung aufbauen, die eine tragfähige Grundlage auch für die Situation in der Großgruppe (Schulklasse) schafft. Eine gute persönliche Beziehung macht es deutlich schwerer dem anderen aggressiv und destruktiv gegenüberzutreten. Die Lehrkraft erspart sich dadurch viele kraftzehrende Interventionen, sodass sich die Investition an Zeit und Energie zum Aufbau einer Beziehung zum einzelnen Schüler auf jeden Fall rentiert.

Diese Großgruppensituation bietet andere Rahmenbedingungen als die Einzelsituation, sodass auch hier der Einsatz der vermittelten Möglichkeiten eingeübt werden muss. Dies gilt ebenfalls für die Zusammenarbeit mit den Eltern – sei es im Einzelgespräch oder in der Gruppe etwa beim

Elternabend. Typische Situationen in diesen Settings wie kontingentes Löschen und Verstärken eines Kindes mit ADHS werden eingeübt, sodass sich die Lehrerinnen und Lehrer in der Echtsituation auch tatsächlich sicher fühlen.

***Das Rendsburger Lehrertraining vermittelt auch grundlegende Kenntnisse über die häufigsten Syndrome bei Kindern und Jugendlichen***

„Schwieriges“ Schülerverhalten und Konflikte können häufig nur vor dem Hintergrund psychischer Probleme verstanden werden. Für die Umwelt scheinbar bizarres oder sinnloses Verhalten von Kindern und Jugendlichen lässt sich erst erklären, wenn man es sowohl im Kontext der Lebensumstände des einzelnen Schülers als auch mit der Kenntnis der häufigsten psychischen Störungen im Kindes- und Jugendalter einordnen kann. Erst dann ist es auch möglich damit angemessen und entwicklungsfördernd umzugehen und sekundäre Konflikte, die aus dem unwissentlich falschen Umgang mit diesen Auffälligkeiten entstehen, zu vermeiden.

Gerade Schüler in besonderen Lebens- und Entwicklungssituationen benötigen auch in besonderer Weise pädagogische Hilfestellung. Insofern ist es für den schulischen Alltag wichtig und hilfreich die häufigsten Syndrome, deren Ursachen, Erscheinungsformen und Kontextbedingungen sowie sinnvolle unterstützende pädagogische Möglichkeiten zu kennen.

Für beide Seiten, Schüler wie Lehrer, entsteht eine befriedigendere Situation: Die Lehrkraft wird sowohl ihrem Erziehungsauftrag besser gerecht und erlebt unmittelbar die positiven Auswirkungen ihrer Tätigkeit und gleichzeitig reduziert sie dadurch Stresssituationen und steigert so das eigene Wohlbefinden, ein Beitrag zur Burn-out-Prophylaxe. Für den Schüler bedeutet der adäquate Umgang der Lehrkraft mit seinen Problemen Halt und Unterstützung bei deren Bewältigung.

Das Rendsburger Lehrertraining vermittelt daher auch grundlegende theoretische Kenntnisse über die häufigsten Syndrome bei Kindern und Jugendlichen wie ADHS (Aufmerksamkeits-Defizit-/Hyperaktivitätsstörung), Depressionen, PTSD (Posttraumatische Belastungsstörung) und Aggressionen. Angesichts der augenblicklichen Situation der Flüchtlinge, bei denen davon ausgegangen werden muss, dass ein Großteil traumatisiert ist, bietet das Rendsburger Lehrertraining die Chance den Infoblock »Posttraumatische Belastungsstörung« auszudehnen beziehungsweise zu verdoppeln. Darüber hinaus werden auch Ergebnisse der Neurowissenschaften und der Resilienzforschung sowie Grundlagen der Gesprächsführung in der Elternarbeit in ihrer Relevanz für den schulischen Kontext behandelt. Neben der Arbeit mit den Kindern gewinnt die Zusammenarbeit mit den Eltern immer mehr an Bedeutung. Daher ist es wichtig, die Eltern in verschiedenen Zusammenhängen und bei unterschiedlicher Zielsetzung so anzusprechen, dass sie auch erreicht und für die Kooperation gewonnen werden. Im Einzelgespräch lassen sich viele kleine Puzzleteilchen so vorbereiten und zusammensetzen, dass man schließlich erfolgreich ist. Allerdings macht das richtig Mühe und ist Arbeit, weil man sich auf so ein Gespräch akribisch vorbereiten kann und sollte. Der Aufwand, der schon bei der Frage beginnt »Welchen Tisch nehme ich?«, »Was ziehe ich an?« und »Gibt es etwas zu essen oder zu trinken?« ist aber lohnenswert.

Dabei können typische Verhaltensweisen auftreten, weil Eltern etwa an ihre eigene Schulzeit und die meist negativen Erfahrungen erinnert werden. Sie sind oft schon aufgeregt, wenn sie das Schulgebäude betreten, haben Angst und gehen in die Schülerrolle. Vor Angst und Aufregung verstehen sie nur die Hälfte von dem, was die Lehrkraft sagt. Der Termin ist dann nicht wirklich hilfreich und verpufft. Natürlich wäre es unsinnig, diese Empfindungen der Eltern explizit anzusprechen. Wichtiger ist es, im Bewusstsein der Probleme den Eltern das Anliegen so empathisch wie möglich sowie mit Beispielen zu vermitteln

und die Eltern nicht mit Vorwürfen in eine Verteidigungsposition zu drängen. Die Lehrkräfte sollten immer konstruktiv und nicht konfrontativ damit umgehen. Daher wird im Rendsburger Lehrertraining auch das Thema »Elternarbeit« theoretisch und praktisch bearbeitet.

***Das Training richtet den Fokus auf einen respektvollen, wertschätzenden Umgang bei gleichzeitiger Grenzsetzung.***

Das Training findet in zwei oder drei Blöcken statt und umfasst rund 40 Stunden. Die Zeit zwischen den Blöcken kann bereits zum Ausprobieren des Gelernten genutzt werden, sodass die praktischen Erfahrungen jeweils in den nächsten Block eingebracht und in den Prozess integriert werden können.

Das praktische Training hat einen hohen Stellenwert, weil nur so genügend Sicherheit bei der Umsetzung der erarbeiteten Methoden entsteht. So wird zum Beispiel ein Elterngespräch, wie oben geschildert, vorbereitet und dann im Rollenspiel detailliert ausprobiert und eingeübt. In schwierigen Situationen aus der aktuellen Praxis der Teilnehmer, die vielleicht demnächst bevorstehen, erleben die Lehrkräfte dann häufig wenige Tage später, dass sich die Mühe lohnt und sie das Gespräch gelassen und mit einer ganz anderen Grundhaltung erfolgreich und ohne Stress bewältigen.

Das Rendsburger Lehrertraining basiert inhaltlich auf dem seit über 35 Jahren erprobten Rendsburger Elterntaining, das bundesweit erfolgreich vor allem in der Jugendhilfe, aber zunehmend auch in der Schulsozialarbeit eingesetzt wird. Es richtet den Fokus auf den respektvollen, wertschätzenden Umgang bei gleichzeitiger Grenzsetzung und legt den Schwerpunkt auf die positiven Ansätze und Ressourcen, um diese weiter auszubauen. Diese Grundhaltung gegenüber Schülern ist nicht nur unter zwischenmenschlichen Aspekten wichtig. Vielmehr hat sich gezeigt, dass eine positive Beziehung auch grundlegend für den Lernerfolg ist.

»Neurobiologisch gesehen ist beim »Lernen am Modell« die zwischenmenschliche Beziehung zwischen Lehrenden und Lernenden von überragender Bedeutung. Die Spiegelzellen eines Beobachters verweigern, wie Experimente zeigen, jede Aktivität, wenn die beobachtete Handlung nicht von einem lebenden Individuum ausgeführt wird [...]. Daraus ist zu schließen, dass die persönliche Unterweisung, auch das Zeigen und Vormachen durch die lebende Person, eine entscheidende Komponente des Lehrens und Lernens ist [...] effizientes Lernen in der Schule nur im Rahmen einer gelungenen Gestaltung der Beziehung zwischen Lehrern und Schülern möglich ist [...]. Das Hauptproblem liegt derzeit vielmehr darin, dass Lehrende – aus sehr unterschiedlichen Gründen – Schwierigkeiten haben, mit ihren Schülern eine Arbeitsbeziehung zu gestalten, die das Lehren und Lernen fördert.« (Bauer, 2006, S.122/123)

Es ist bekannt, dass alle Menschen bei der Geburt Spiegelneuronen als neuronale Grundlage sowohl fürs Lernen am Modell wie auch für Empathie haben, sie müssen aber trainiert werden, damit sie nicht verloren gehen. Die Verbalisierung emotionaler Erlebnisinhalte, also das Ansprechen und *Spiegel/n* von Gefühlen, ist genauso ein Training. Insofern geht der Effekt dieses Lehrerverhaltens weit über eine gerade aktuelle Situation hinaus.

Das Rendsburger Lehrertraining arbeitet ressourcenorientiert, sucht vorhandene Stärken, Fähigkeiten und Kompetenzen und setzt an diesen an. So sollte das Erscheinen einer Mutter (mit einschlägigen eigenen negativen schulischen Erfahrungen in ihrer Kindheit oder Jugend), etwa beim Elternsprechtag anerkannt und gelobt werden, auch wenn sie nie zu Elternabenden erscheint. Vielleicht steckt eine soziale Phobie dahinter, die die Lehrkraft nicht ahnt. Die Mutter bekommt aber vielleicht Mut, wenn sie merkt, dass die Lehrkraft ihr keine Vorwürfe macht!

Es wird davon ausgegangen, dass Akzeptanz und Wertschätzung grundlegende Voraussetzungen

darstellen, um Veränderungen zu bewirken. Die unbedingte Wertschätzung der Menschen, unabhängig von bisherigen oder aktuellen Schwächen, Fehlentwicklungen und Problemen, bestimmt das Verhalten der Ausbilder wie der Teilnehmer. Diese Haltung wird mit den Teilnehmern im Lehrertraining so erarbeitet, dass sie ihrer ehrlichen Überzeugung entspricht und nicht etwa im Sinne einer vordergründigen pädagogischen Haltung missverstanden wird.

In welcher Weise das Ansprechen von Gefühlen hilfreich ist, lässt sich durch bildgebende Verfahren heute sichtbar machen: »Untersuchungen haben gezeigt, dass das Benennen von negativen Gefühlen bei deren Verarbeitung hilft bzw. sie absinken lässt: bei Traurigkeit oder Ärger ist im Gehirn die Amygdala (Mandelkern) aktiv. Sie ist zuständig für die Verarbeitung von Angst, Panik u. a. starken Emotionen und sie aktiviert Stresshormone. Wenn Affekte verbalisiert werden, nimmt die Amygdalaaktivität ab und stattdessen nimmt die Aktivität des ventrolateralen präfrontalen Cortex zu, der für die Kontrolle von Impulsen bzw. Emotionen zuständig ist« (Lieberman, 2007).

Forschungsergebnisse stützen die Annahme, dass die wertschätzende, respektvolle Grundhaltung das Lernverhalten von Schülern fördert, belegen auch Tausch & Tausch: »Seit langem sind die deutlich positiven Auswirkungen personenzentrierten Verhaltens im Alltag, z. B. von Lehrern gegenüber Schülern, bekannt. Achtung und Wärme von Lehrern hing zusammen mit selbstständigem produktivem Denken und Urteilen, mit der Güte der Unterrichtsbeiträge, mit selbstständigem spontanen Verhalten, mit Entscheidung und Eigeninitiative. Warmes, verstehendes, freundliches Lehrerverhalten hing zusammen mit produktivem Schülerverhalten: aktive Teilnahme, Zutrauen, Zuversicht, Verantwortlichkeit, Selbstkontrolle, Ideenreichtum der Schüler. [...] Schon lange liegt eine Fülle von weiteren Untersuchungsergebnissen zur Wirkung insbesondere der Dimension »Achtung und Wärme« vor, die

die positiven Effekte zeigen konnten« (Tausch & Tausch, 1998, S. 147).

*Im Lehrertraining erleben die Teilnehmer während des gesamten Kurses die angewandten Methoden und Haltungen an sich selbst.*

Angst und Stress dagegen blockieren das Lernen, sodass der dargebotene Stoff nicht optimal aufgenommen werden kann. Insofern ist eine von Angst geprägte schulische Atmosphäre für die Beteiligten nicht nur unangenehm, sondern in höchstem Maße kontraproduktiv. Die Qualität der Lehrer-Schüler-Beziehung bestimmt ganz wesentlich den Lernerfolg.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer des Rendsburger Lehrertrainings realisieren so im Kontakt zu den Kindern einerseits Grundvariablen aus der klientenzentrierten Gesprächstherapie wie Wertschätzung, Echtheit und Verbalisierung emotionaler Erlebnisinhalte. Gleichzeitig werden aber beispielsweise auch die positive Verstärkung und das Shaping als verhaltenstherapeutische Methoden systematisch und konsequent eingesetzt und eingeübt. Hat ein Kind etwa seit sechs Wochen keine Hausaufgaben gemacht und hat nun immerhin eine der Mathematikaufgaben gelöst, so sollte das Kind dafür gelobt werden, denn es ist der erste Schritt in die richtige Richtung! Auf Äußerungen wie »Geht doch!« sollte man dagegen besser verzichten.

Durch die zahlreichen Rollenspiele nehmen die Teilnehmer selbst immer wieder wechselnde Rollen als Lehrer, Eltern oder Kind ein. Dadurch lernen sie die vermittelten Methoden aus unterschiedlichen Perspektiven kennen und erleben diese unmittelbar. Sie können sich so nicht nur besser in die Kinder und Eltern hineinversetzen, sondern können auch die Bedeutung einzelner Schritte besser ermessen und beurteilen.

Neben diesen zentralen Ebenen des Lernens in der Fortbildung durch einen Wechsel von Theo-

rie und Praxis mit dem Schwerpunkt auf praktischem Training lernen die Teilnehmer jedoch noch auf einer dritten Ebene: Im Lehrertraining erleben die Teilnehmer während des gesamten Kurses die angewandten Methoden und Haltungen an sich selbst.

Dadurch werden diese für die Teilnehmer unmittelbar erfahrbar und in ihren positiven Wirkungen direkt erlebbar. Dies führt zu einer größeren Akzeptanz und zum Abbau eventuell anfangs vorhandener Skepsis, sodass die Teilnehmer besser in die Lage versetzt werden, die Inhalte und Methoden selbst mit Überzeugung anzuwenden. Darüber hinaus haben die Teilnehmer dadurch aber auch Gelegenheit, während des gesamten Kurses die Trainer/in als Modell zu beobachten.

Dieses Lernen auf drei Ebenen ist naturgemäß besonders effektiv, da es mit hoher Emotionalität verbunden ist. Aus der Neuropsychologie ist bekannt, dass zum effektiven, nachhaltigen Lernen eine gewisse emotionale Beteiligung erforderlich ist. Diese Erkenntnis findet im Rendsburger Lehrertraining gezielte Anwendung.

Es zeigte sich, dass die teilnehmenden Lehrkräfte aus verschiedenen Grundschulen eines Landkreises sowohl das praktische Training wie auch die Info-Blöcke als ausgesprochen praxisorientiert und hilfreich für ihren schulischen Alltag und die Erweiterung ihrer Kompetenz erlebten. Sie berichteten, dass sie das Gelernte sofort umsetzen konnten und die positiven Effekte sofort spürbar wurden. Ein sofortiger positiver Effekt wird durch die spezielle Aufbereitung der Inhalte erreicht, da zahlreiche Beispiele in den Unterlagen das Gelernte veranschaulichen und stets Beispiele, die die Teilnehmer mitbringen, einbezogen und geübt werden. Intensives praktisches Einüben am Beispiel schulischer Alltagssituationen wie etwa der weit verbreiteten Angst vieler Kinder Fehler zu machen.

Letztendlich kommt es jedoch darauf an, ob diese positiven Effekte und Veränderungen im Ver-

halten gegenüber Schülern, Eltern und Kollegen dauerhaft sind. Insbesondere die wertschätzende, wohlwollende Grundhaltung ist hierfür der Schlüssel, weil sie hinter allem steht. Der erste Schritt dazu ist stets, dass die weit verbreitete Annahme »Das Kind will mich ärgern (oder provozieren)« verändert wird. Sie findet sich wechselseitig zwischen Lehrkräften und Schülern, Eltern und Kindern und Lehrkräften und Eltern und führt regelmäßig zu weitreichenden Missverständnissen. Dass ein gewisser Teil des Erlernten im Alltagsgeschäft wieder verloren geht, ist normal. Die Frage ist aber, wie groß dieser ist beziehungsweise wie viel erhalten bleibt.

### **Info-Kasten »Rendsburger Lehrertraining«**

#### **Was ist das Rendsburger Lehrertraining?**

Das Rendsburger Lehrertraining ist ein curriculares, stark praxisorientiertes, inhaltlich breit gefächertes Trainingsprogramm für Lehrkräfte, die sich erweiterte Handlungskompetenzen im Schulalltag wünschen.

#### **Welche Ziele verfolgt das Rendsburger Lehrertraining?**

Das Rendsburger Lehrertraining möchte Lehrkräften mehr Möglichkeiten vermitteln, mit Schülern, Eltern und schwierigen schulischen Situationen konstruktiv umzugehen. Ziel ist ein respektvoller, wertschätzender und förderlicher Umgang von Lehrern und Schülern, der Konflikte reduziert und für beide Seiten befriedigender ist sowie mehr Sicherheit im Umgang mit psychischen Störungen bei Schülern vermittelt. Dadurch leistet das Rendsburger Lehrertraining implizit auch einen Beitrag zur Burn-out-Prophylaxe.

#### **Welche Inhalte werden im Rendsburger Lehrertraining behandelt?**

Das Rendsburger Lehrertraining vermittelt und trainiert eine breite Palette von »Handwerkzeugen« aus der Gesprächstherapie, Verhaltenstherapie, Kommunikationstheorie und dem Konfliktlösen, die im Umgang mit Schülern eingesetzt werden können.

Daneben werden grundlegende Informationen über die häufigsten psychischen Störungen bei Kindern und Jugendlichen und den Umgang damit behandelt sowie weiterer für die pädagogische Praxis hochrelevanter Themen (Elternarbeit, Resilienz, Ergebnisse der Neurowissenschaften).

Das Rendsburger Lehrertraining basiert auf dem Rendsburger Elterntraining, das seit über 35 Jahren in verschiedenen Kontexten erfolgreich durchgeführt wird.

#### **Was ist das Besondere am Rendsburger Lehrertraining?**

Das Rendsburger Lehrertraining legt den Schwerpunkt auf praktisches Üben und Rollenspiele, da nur so Verhalten effektiv verändert und sicher im Alltag eingesetzt werden kann.

#### **Was zeichnet das Rendsburger Lehrertraining aus?**

- Vielfältige »Handwerkzeuge« für Lehrkräfte
- Unterschiedliche inhaltliche Ansätze (»Therapierichtungen«) werden genutzt
- Starke Praxisorientierung
- Intensives Einüben der Methoden
- Informationen über die häufigsten psychischen Störungen bei Kindern (ADHS, PTSD, Depressionen, Aggressionen) und über Resilienz und Neurowissenschaften
- Einüben von Ansätzen der Elternarbeit und schwierigen Situationen
- Eine zutiefst positive Grundhaltung macht das Leben und das Zusammenleben wesentlich leichter. Lachen erlaubt!
- Gegenseitiger Respekt im Umgang miteinander sowie Ansatz bei den Stärken und Fokussierung auf das Positive erhalten die Freude am Lernen.

#### **Was sind die Effekte des Rendsburger Lehrertrainings?**

- Mehr Zufriedenheit, Sicherheit und Kompetenz bei den Lehrkräften und damit mehr Freude am Beruf. Gleichzeitig ist dies Burn-out-Prophylaxe.
- Die Kinder gehen lieber zur Schule.
- Die Eltern fühlen sich verstanden und sind beruhigt und zufrieden.

### 3. Methode und Ergebnisse

In katamnesticen Befragungen wurden Effekte mit unterschiedlichem Abstand nach Ende der Kurse erhoben, um zu überprüfen, wie nachhaltig das Rendsburger Lehrertraining bei den Teilnehmenden wirkte. Die Lehrkräfte beurteilten, wie hilfreich und wichtig die einzelnen Elemente des Lehrertrainings waren.

Tabelle 1 zeigt zunächst die Werte, die jeweils unmittelbar am Ende des Kurses erhoben wurden. Betrachtet man sieben Kurse des Rendsburger Lehrertrainings, die in einer Region durchgeführt wurden, so unterstreichen die Mittelwerte der Abschlussfragebögen, die die Lehrkräfte jeweils am Ende des Seminars ausfüllten, den hohen Nutzen, den die Fortbildung für die Lehrkräfte hat.

Sämtliche zehn Elemente des Rendsburger Lehrertrainings bekamen als Mittelwerte Ratings zwischen 1,2 und 1,9 mit einem Gesamtmittelwert von 1,5. Diese Bewertung änderte sich katamnestic kaum. Alle Gesamtmittelwerte liegen unter 2 bei einer Bandbreite von 1,3 bis 1,9 und Teilnehmer des Kurses äußerten, die Methoden des Rendsburger Lehrertrainings seien ihnen »in Fleisch und Blut übergegangen«. Jedoch lässt die kleine Zahl der zugrundeliegenden Fragebögen nur eine vage Tendenz als Interpretation zu.

Die Werte der Katamnese von 2015 sind bis auf einen Wert alle besser als die der Katamnese von 2011. Hierin könnte sich ein durch die Erfahrung noch verbessertes Programm widerspiegeln. Bemerkenswert ist dies auch deshalb, weil die größeren Zeiträume zwischen Ende des Kurses und Katamnese bei der Erhebung 2015 (zwischen 1;2 und 4;6 Jahren) eher abnehmende Werte im Sinne von Vergessen als 2011 erwarten ließen, wo nur ein Jahr dazwischen lag. Aber auch hier verbietet

die geringe Zahl der Fragebögen eine klare Aussage. Die guten Werte werden aber unterstützt von der verbalen Bewertung der Lehrkräfte, die immer wieder den hohen und bleibenden Nutzen der Fortbildung betonen. Dabei äußerten manche Lehrkräfte, dass sie eine andere Grundhaltung gegenüber Schülern und Eltern entwickelt haben, die sich durch Wohlwollen auszeichnet und stets das Positive betont.

»Bitte bewerten Sie mit Schulnoten, wie hilfreich und wichtig die einzelnen Elemente des Lehrertrainings für Sie waren« (Rating-Skala von 1-5; 1= sehr; 5= überhaupt nicht): Mittelwerte:

Kurs 1-7 N=104	Mittelwerte
Der Kurs war...	
interessant	1,1
anstrengend	2,4
hilfreich	1,2
gesprächstherapeutische Elemente	1,3
Lerngesetze	1,7
Kommunikationstheorie	1,4
Konfliktlösen	1,2
PTSD	1,6
ADHS	1,5
Depressionen	1,6
Aggressives Verhalten	1,4
neurowissenschaftl. Ergebnisse	1,9 nur Kurse 1-6 *
Elternarbeit	1,4
Resilienz	1,6
gesamt	1,4

\*wegen Programmänderung in Kurs 7

Die Lehrkräfte hielten die Teilnahme am Rendsburger Lehrertraining auch für ihre Kolleginnen und Kollegen für empfehlenswert. Eine Rückmeldung der teilnehmenden Lehrkräfte war, der Kurs habe dazu geführt, dass sie selbst und auch die Kinder mehr Freude an der Schule haben. Dies sei auch von den Eltern bestätigt worden.

Darüber hinaus begannen die Kinder selbst mit der Verbalisierung emotionaler Erlebnisinhalte und setzten die Methode des Shapings gegenüber Klassenkameraden ein: »Heute bist Du schon



länger auf Deinem Platz sitzen geblieben als sonst!« Hier haben die Schüler offensichtlich am Modell der Lehrkräfte diese Art des wertschätzenden und fördernden Umgangs miteinander erlernt. Dadurch wurde nicht nur die Möglichkeit geschaffen, Streitigkeiten zu vermeiden und den Respekt untereinander zu fördern, vielmehr wurde insgesamt die soziale Kompetenz der Kinder deutlich erhöht, sodass sie davon auch außerhalb des schulischen Settings profitieren. (Hoffmann und Wabnitz, 2012).

*Susanne Egert*  
Ev. Jugendhilfe Rendsburg  
Aalborgstr. 17-19  
24768 Rendsburg  
Fax: 04331-138150  
susanne-egert@gmx.de  
www.rendsbu-  
rger-  
lehrertraining.de



#### 4. Schlussfolgerungen

Zwar ist der Umfang der Fortbildung mit rund 40 Stunden im schulischen Kontext eher ungewohnt, jedoch führt der Kompetenzzuwachs dazu, dass die Lehrkräfte nicht so leicht an ihre Grenzen stoßen und es dient insofern der eigenen Psychohygiene und Selbstfürsorge – eine Frage der Professionalität – darauf zu achten.

Die Lehrerinnen und Lehrer fühlen sich sicherer, weniger belastet, erfolgreicher und haben mehr Freude an der Arbeit. Vergleichbares gilt für Eltern und Schüler! Eine Überprüfung an einer größeren Teilnehmerzahl ist aber in jedem Fall wünschenswert.

#### Literatur

Bauer, Joachim (2006): Warum ich fühle, was Du fühlst, Hamburg 2006

Hoffmann, Kirsten & Wabnitz, Margrit (2012): Effekte des Rendsburger Lehrertrainings, in: Evangelische Jugendhilfe, 4/2012, 262-263, EREV, Hannover

Lieberman, Mathew et al., UCLA (2007): Putting Feelings Into Words: Affect Labeling Disrupts Amygdala Activity in Response to Affective Stimuli, in: Psychological Science 2007

Tausch, R. & Tausch, A. (1998): Erziehungspsychologie. 11. Aufl. Göttingen, Hogrefe

Werner, E. (1981): Vulnerable, But Invincible: A Longitudinal Study of Resilient Children and Youth. New York, McGraw-Hill

