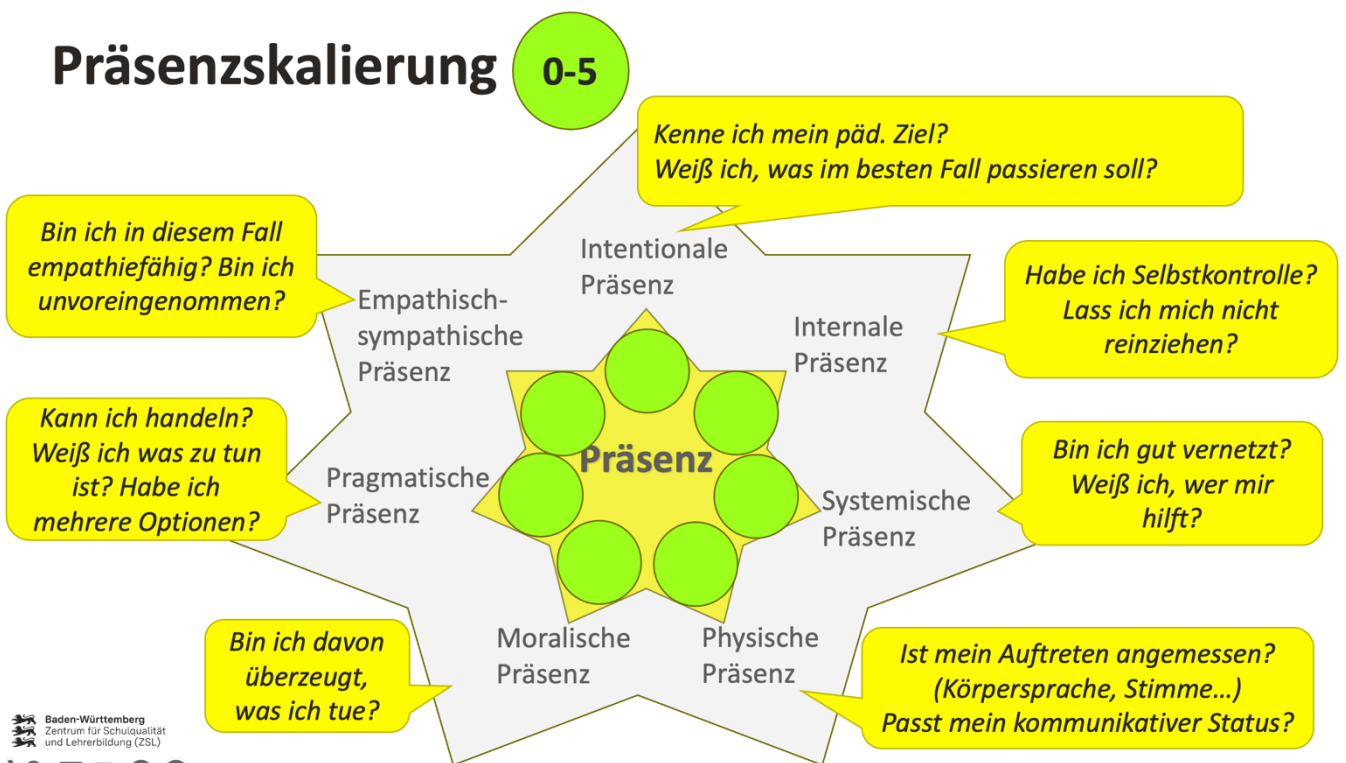


Handout: Selbstreflexion

Name:

Meine persönliche Herausforderung: Welche Situation/was will ich heute in den Blick nehmen?

Präsenzskalierung 0-5



Ansatz: Was kann ich tun, um die Präsenzdimension mit geringer Punktzahl zu erhöhen?

Konstruktivismus/Reframing:



Wie lässt ggf. sich das problematische Verhalten umdeuten und in einen positiven Zusammenhang stellen? Was ist gut an dem Verhalten?

Tipp: Beginnen Sie Gespräche mit der positiven Seite des Verhaltens!

Perspektivwechsel Bedürfnisse:

Schauen Sie hinter das herausfordernde Verhalten. Verhalten richtet sich grundsätzlich nicht gegen Personen, sondern ist der Ausdruck von Bedürfnissen. Welche Bedürfnisse könnten hinter dem herausfordernden Verhalten stecken?

Perspektivwechsel Grundbedürfnisse: Was uns alle Menschen gleichermaßen verbindet sind unsere psychologischen Grundbedürfnisse. Sehr häufig lässt sich herausforderndes Verhalten auf unbefriedigte psychologische Grundbedürfnisse zurückführen. Versuchen Sie es mal mit Ihrer Situation und schauen Sie, ob Sie hier fündig werden. Nehmen Sie auch hier gerne eine Skalierung von 0 bis 5 vor. 0 bedeutet „unbefriedigt“ und 5 „voll befriedigt“

Sicherheit



Wie sicher fühlt sich die Person?

Welche Rolle spielen z.B. Angst oder Schamgefühle,...?

Verbundenheit



Fühlt sich die Person
eingebunden, vernetzt?

Autonomie



Wie autonom fühlt sich die

Person? Welche Rolle spielen
Zwang, Druck, Macht, Strafe,...?

Erfolgserlebnisse



Hat die Person ausreichend Erfolgserlebnisse
und fühlt sich selbstwirksam?

Unlustvermeidung



Ist die Person mit Freude und Engagement bei
der Sache (Unterrichtsgeschehen/Schule)?

Lösungsansätze finden sich häufig über die Fragestellung: Was könnte ich/wir tun, um niedrige Werte in Richtung 5 zu erhöhen?

im Klassenteam

mein Klassenteam:

Die „Körbe-Methode“ der neuen Autorität

Schritt 1 Welche Stärken/Potenziale erkenne ich in der Klasse? Was läuft gut? Notieren Sie die Stärken auf dem gemeinsamen Protokoll

Schritt 2: Brainstorming: Über welche Verhaltensweisen ärgere ich mich in der Klasse? Halten Sie Ihre Ergebnisse auf dem gemeinsamen Protokoll fest.

Schritt 3: Priorisieren Sie im Klassenteam die Themen durch folgende Zuordnung:

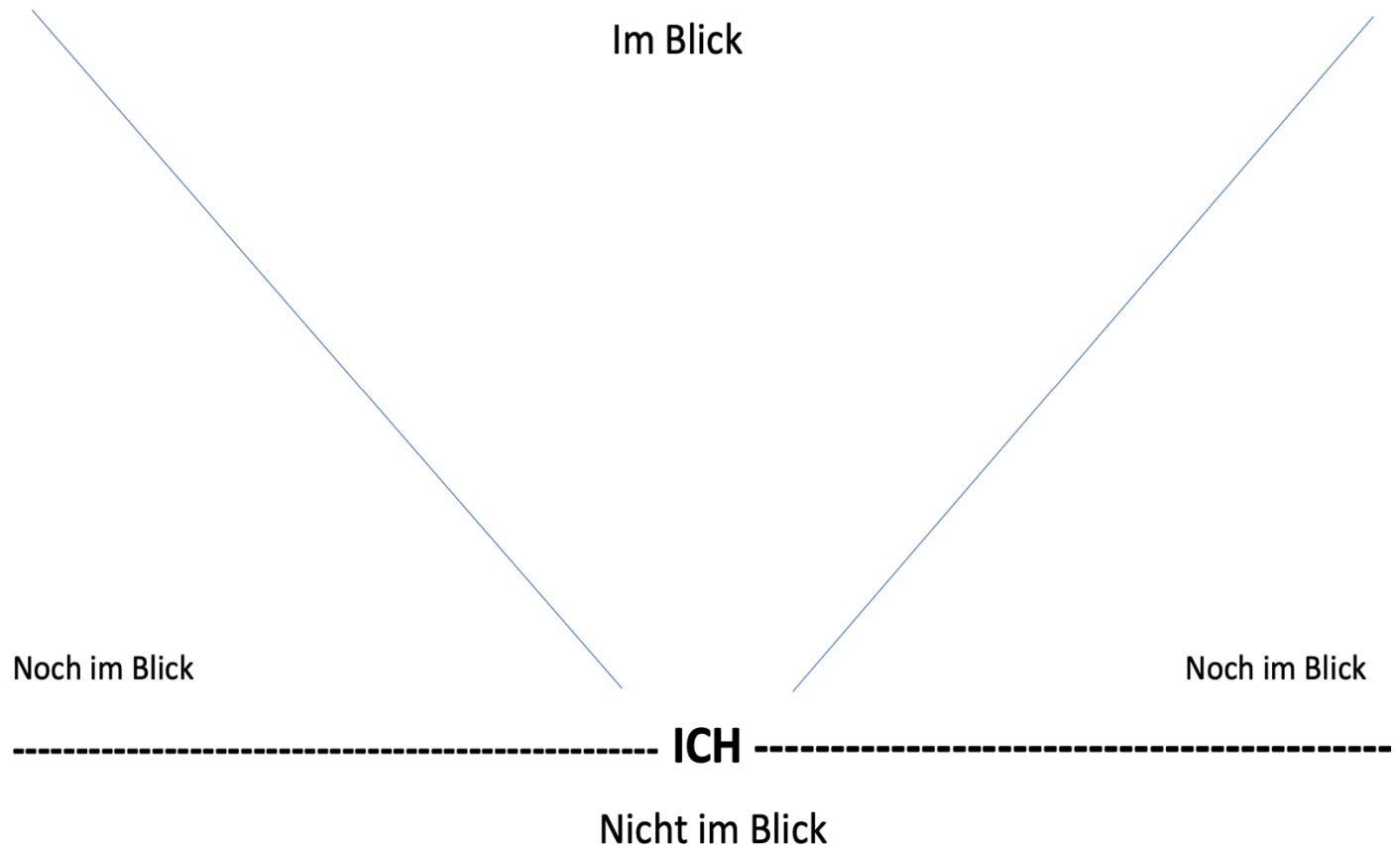
„**Grüner Korb**“: Was können wir noch akzeptieren, nicht ändern oder sinnvoller individuell regeln?

„**Gelber Korb**“: Was sollten wir in Zukunft angehen, was hat noch nicht oberste Priorität?

„**Roter Korb**“: Was müssen wir gleich heute gemeinsam angehen (nur 1-2 Aspekte) oberste Priorität!

Unser gemeinsamer Fokus = Roter Korb

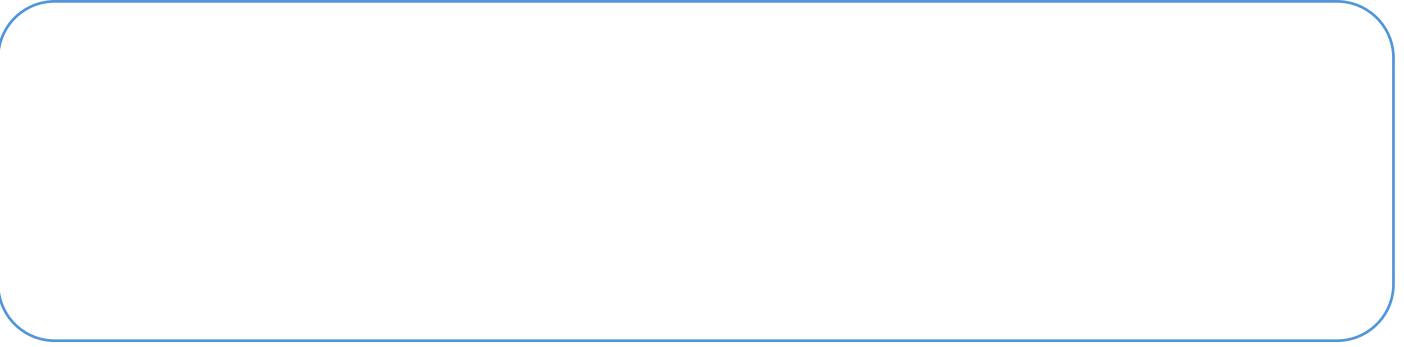
Blickfeld-Übung:



Überlegen Sie auch: Bei welchen SuS fallen mir Beziehungsgesten am schwersten?

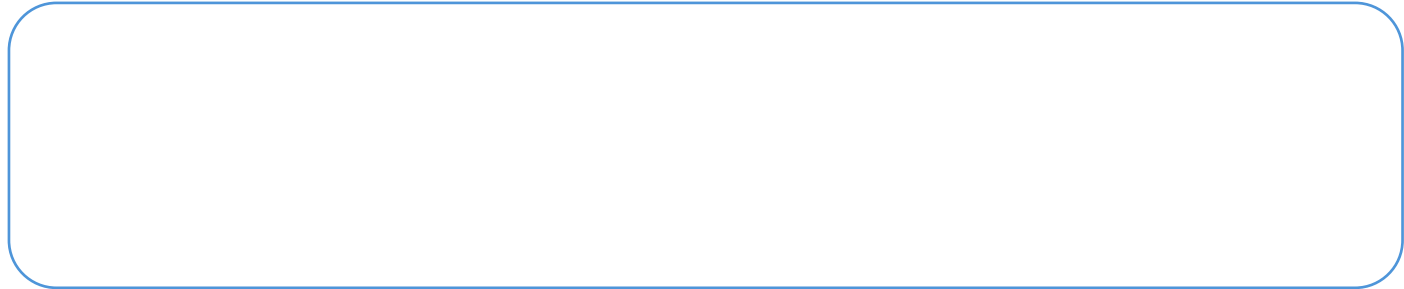
Welche **Beziehungsgesten** nehme ich mir insbesondere für diejenigen, die ich wenig im Blick habe/die wir wenig im Blick haben vor oder für diejenigen bei denen es mir besonders schwer fällt?

FOKUS sichtbar machen: Was werde ich tun, damit unser gemeinsamer Fokus in meinem Unterricht deutlich sichtbar wird? Was nehme ich mir fest vor?

A large, empty rounded rectangular box with a thin blue border, intended for the user to write their focus statement.

Halten Sie diese Ergebnisse bitte mit Namen im gemeinsamen Protokoll fest!

das werde ich von meinen KuK übernehmen:

A large, empty rounded rectangular box with a thin blue border, intended for the user to write their statement about taking over from their colleagues.