

Mental Set (Mentale Vorbereitung)

Mental Set scheint der herausforderndste Aspekt des effektiven Classroom managements (Klassenführung) zu sein. Das Konzept des Mental Set im Klassenzimmer ist sehr ähnlich dem Aufbau von Mindfulness (Achtsamkeit), bekannt geworden durch die Psychologin Ellen Langer (1989). Laut ihr benötigt dieser Aufbau einen verstärkten Sinn für die Veränderlichkeit von Situationen und eine bewusste Kontrolle der eigenen Gedanken und des eigenen Verhaltens bezüglich der gegebenen Situation. Dieses Bewusstsein ist schwierig zu entwickeln und aufrecht zu erhalten, weil unser Hirn natürlicherweise nicht dazu neigt, aufmerksam zu sein und automatisch reagiert auf alle relevanten Reize. Dies ist offensichtlich bei Alltagsaufgaben. Das Mental Set verlangt von den Lehrpersonen eine aufmerksame Haltung bezüglich ihres „Bei- der- Sache-seins“ (Withitness) und ihrer emotionalen Objektivität (emotional objectivity). Es geht dabei darum, jederzeit zu wissen, was im Klassenzimmer vor sich geht. Verlangt wird vom Lehrer die Fähigkeit, hartnäckig zu sein im Anwenden aller Elemente der wirksamen Führung. Nicht nützlich sind Interpretationen, wenn Regeln gebrochen und Abläufe unterbrochen werden, bei negativen Reaktionen auf disziplinarische Massnahmen, und wenn die Versuche der Lehrperson, ein gutes Klima zu schaffen, vom Lernenden zurückgewiesen werden in Form eines persönlichen Angriffs. Bei Emotional Objectivity geht es darum, ruhig zu bleiben, emotional unbeteiligt und businesslike gegenüber disziplinarischen Vorkommnissen. Es geht nicht um gefühlsmässige Unnahbarkeit, aber darum eine gewisse psychologische Distanz zu wahren. Aufruhr im Klassenzimmer ist keine gute Basis um Regeln einzuführen, disziplinarische Massnahmen durchzuziehen und Beziehungen aufzubauen.

Step 1: Benütze bestimmte Techniken, um deine Achtsamkeit gegenüber den Handlungen der Lernenden aufrecht zu erhalten oder zu erhöhen.

- a) Reagiere sofort! Beobachte (scan) das Klassenzimmer regelmässig.
 - Geh im Klassenzimmer umher!
 - Halte von Zeit zu Zeit Augenkontakt zu den L.
 - Sei besonders aufmerksam bei potentiellen Problemen!
 - Stell Augenkontakt her zu Lernenden, die häufig in Probleme verwickelt sind oder ein schwieriges Verhalten zeigen.
 - Wenn Augenkontakt nichts bewirkt, geh zum Lernenden hin!
 - Wenn das nicht funktioniert, sag etwas unter vier Augen!
- b) Agieren ist besser als reagieren: Versuche, Probleme und Schwierigkeiten vorzusehen und mach dir einen Plan, wie du reagieren willst.
- c) Hospitiere bei einer erfahrenen Lehrperson (Master teacher).

Step 2: Benütze spezielle Techniken um eine gesunde Sachlichkeit gegenüber Lernenden zu erhalten.

- a) Unterdrücke Ärger und Frustration wenn du Sanktionen erteilst.
- b) Fühl dich nicht schuldig, wenn du Regeln durchsetzt, indem du Konsequenzen (Sanktionen) bekannt gibst. Man kann Mitgefühl ausdrücken für die Handlung

des Lernenden, aber entschuldige dich nicht dafür, dass du entsprechend reagierst.

- c) Suche nach Gründen (reframe)! Gehe von den bestmöglichen Beweggründen aus!
- d) Sei dir deiner eigenen Gedanken bewusst. Hege keinen Groll! Fang immer neu an!
 - Halte regelmässig Rückschau, so kannst du Probleme mit gewissen Lernenden voraussehen.
 - Versuche negative Erwartungen durch positive zu ersetzen (Alle werden etwas richtig machen.)
 - Denk an deine positiven Erwartungen im Umgang mit den schwierigen L.
- e) Trag Sorge zu dir selbst: Atme tief, nimm es mit Humor, lache oft.

- Bewege dich alle 10-15 Min durchs Klassenzimmer, um aufkommende Konflikte frühzeitig zu stoppen.
- Reagiere auch bei geringen Regelverstössen!
- Bleib in Reichweite einer schwierigen Gruppe!
- Gib klare Anleitungen, wie mit Material umzugehen ist!
- Schüler, die ausserhalb des Klassenzimmers arbeiten, müssen auch regelmässig kontrolliert werden.
- Verhalte dich auch überraschend im eigenen Verhalten und den Abläufen!
- Sei freundlich und respektvoll bei deiner Klassenführung.
- Gib den L. altersentsprechendes Feedback, um ihre Leistungen und ihr Benehmen anzuerkennen.