

Herausforderndes Verhalten neu sehen

Kurzes Handout zum Gespräch mit Alexa Eicher - Mental Coach, Prozessbegleiterin und Gründerin von Bildungsquali

Kernidee

Kinder verhalten sich nicht einfach schwierig, um zu provozieren. Häufig zeigt ihr Verhalten, dass ihr inneres System gerade unter Druck steht. Lautstärke, Widerstand, Verweigerung oder Rückzug sind oft Signale von Überforderung, Unsicherheit oder fehlender Regulation.

1. Die zentrale Perspektive

Ein zentraler Gedanke des Inputs war die Formel Leistung = Potenzial - Störung. Kinder bringen grundsätzlich viel Potenzial mit: Fähigkeiten, Motivation, soziale und emotionale Kompetenzen, Kreativität und Lernbereitschaft. Sichtbar wird dieses Potenzial aber nur dann, wenn innere und äussere Störungen nicht zu viel Raum einnehmen.

Der Blick verschiebt sich damit weg von der Frage Was stimmt mit diesem Kind nicht? hin zu Was erschwert diesem Kind gerade den Zugang zu seinem Potenzial?

2. Verhalten als Signal verstehen

Wenn Kinder laut werden, dazwischenrufen, blockieren oder scheinbar keine Motivation zeigen, ist das oft keine böse Absicht. Vielmehr versucht ihr System, mit innerem Stress umzugehen. Für den Schulalltag bedeutet das: nicht nur Verhalten korrigieren, sondern zuerst verstehen, was darunter liegt.

Merksatz für den Alltag

Nicht jedes auffällige Verhalten braucht sofort Korrektur. Oft braucht es zuerst Sicherheit, Beziehung und Regulation.

3. Was Kinder für gelingendes Lernen brauchen

Kinder lernen dann am besten, wenn sie sich sicher fühlen. Sicherheit macht neugierig, beziehungsfähig und aufnahmebereit. Fehlt sie, schaltet das Nervensystem schnell in Schutzmechanismen: kämpfen, flüchten oder erstarren.

Darum ist Regulation keine Nebensache, sondern die Grundlage von Lernen. Bevor Inhalte wieder greifen können, muss das System oft zuerst beruhigt werden.

4. Das Feld regulieren statt nur einzelne Kinder

Ein besonders starker Gedanke aus dem Gespräch war: Lehrpersonen regulieren nicht nur einzelne Kinder, sondern das ganze Feld. Eine Klasse ist ein gemeinsames System mit einer spürbaren Stimmung. Wenn Unruhe im Raum steht, hilft es oft mehr, diese gemeinsam wahrzunehmen und zu regulieren, als immer dieselben Kinder zu korrigieren.

Damit werden Kinder entlastet, die sonst schnell die Rolle des Problems übernehmen. Gleichzeitig wird die Verantwortung für das Miteinander breiter getragen.

5. Beziehung vor Perfektion

Kinder brauchen keine perfekte Lehrperson. Sie brauchen eine erwachsene Person, die präsent, klar und innerlich möglichst ruhig bleibt. Beziehung entsteht dort, wo wir Verhalten nicht nur bewerten, sondern wirklich hinschauen und Halt geben.

6. Selbstwirksamkeit bewusst stärken

Kinder brauchen Erlebnisse, in denen sie spüren: Ich kann etwas bewirken. Kleine Erfolgserfahrungen, die bewusst benannt und ausgehalten werden, stärken Motivation und innere Stabilität. Nicht nur Misserfolge brauchen Aufmerksamkeit - auch Gelungenes darf sichtbar werden.

Kurz fragen statt sofort bewerten

- Was ist gerade schwierig?
- Was brauchst du jetzt?
- Was hat dir heute schon geholfen?

Im Unterricht sofort nutzbar

- 2 Minuten ruhiges Zeichnen
- 3 bewusste Atemzüge
- kurze Gedankenreise
- Bewegung und dann wieder sammeln

7. Pädagogik+-Takeaways

- Herausforderndes Verhalten ist oft ein Schutzmechanismus und kein Angriff.
- Sicherheit ist die Voraussetzung für Beziehung, Konzentration und Lernen.
- Wir regulieren nicht nur einzelne Kinder, sondern das Feld der ganzen Klasse.
- Kinder brauchen Erwachsene, die Präsenz zeigen und Verantwortung klar halten.
- Selbstwirksamkeit entsteht durch kleine, bewusste Erfolgserfahrungen.
- Unsere eigene Haltung wirkt immer mit - Kinder reagieren stark auf unseren Zustand.

8. Umsetzungsideen für den Schulalltag

Vor einer Lektion kurz innehalten

Frage dich: Wie möchte ich heute in dieses Feld hineingehen? Welche Ruhe, Klarheit oder Wärme möchte ich mitbringen?

Verhalten als Signal lesen

Denke in schwierigen Momenten nicht zuerst: Dieses Kind provoziert. Frage stattdessen: Was erschwert dem Kind gerade den Zugang zu seinem Potenzial?

Regulationsinseln einbauen

Plane bewusst kurze Momente der Beruhigung ein: Atmung, Stille, Zeichnen, Wasser trinken, Bewegungsunterbruch.

Das Feld benennen

Sag offen: Ich merke gerade viel Unruhe im Raum. Wir sammeln uns zuerst gemeinsam, bevor wir weiterarbeiten.

Von Verantwortung sprechen

Neben Regeln auch Verantwortung thematisieren: für sich selbst, fürs Lernen, fürs Miteinander und für das gemeinsame Feld.

Gelungenes sichtbar machen

Benenne kleine Fortschritte: Du hast dich schneller beruhigt. Du hast gemerkt, was du gebraucht hast. Das stärkt Selbstwirksamkeit.

Checkliste für den Schulalltag

Eine kompakte Erinnerung für herausfordernde Momente im Unterricht

Impuls	Heute bewusst versucht	Will ich weiter vertiefen
Ich habe in einer schwierigen Situation zuerst an Sicherheit gedacht.		
Ich habe das Verhalten eher als Signal denn als Provokation gelesen.		
Ich habe das Feld benannt, statt nur einzelne Kinder zu korrigieren.		
Ich habe einen kurzen Regulationsmoment eingebaut.		
Ich habe von Verantwortung gesprochen und nicht nur von Regeln.		
Ich habe einen kleinen Erfolg sichtbar gemacht.		
Ich habe meine eigene innere Haltung bewusst wahrgenommen.		

Meine Notizen
