



## **Meine Klasse ist viel zu laut!**

**Tipps zur Förderung und Wiederherstellung einer angemessenen Klassenlautstärke**

**- eine praxisbasierte Handreichung -**

### **AG Eingangsphase im Kreis Plön (Hrsg.):**

Herr Dr. Carsten Maurischat, Schulpsychologische Beratungsstelle des Kreises Plön

Herr Tom Rollbis, Kreisfachberater für Schulische Erziehungshilfe

Herr Dr. Alexander Gantschow, Schulleiter Förderzentren Lütjenburg und Plön

Herr Martin Wiens, Bereichsleiter Schulsozialarbeit SOS-Kinderdorf e.V.

Herr Beeg, Schulrat

Plön, im März 2019

# Gliederung

<b>Vorwort</b> .....	2
<b>1 Theoretischer Kontext</b> .....	3
<b>2 Statistische Angaben</b> .....	6
<b>3 Ergebnisse der Umfrage, Tipps für Prävention und Intervention</b> .....	7
1. Phasen im Unterricht (Unterrichtsstruktur).....	7
2. Räumliche Aspekte & technische Hilfsmittel (Unterrichtsstruktur) .....	9
3. Ritualisierte Rhythmisierung als Unterbrechung bei Lärm .....	9
4. Visuelle und akustische Signale & Musik – „Ein Zeichen setzen.“ .....	10
5. Hauptgeräuschquelle Lehrer-Stimme – Wege zu einer angemessenen Geräuschkulisse.....	11
6. Spielerische Übungen zur Lautstärke, zum (Zu-)Hören & Gespräche übers Gelingen.....	12
7. Regeln in Zusammenhang mit Lärm von Beginn an trainieren.....	13
8. Die Lehrkraft als Modell & Haltung der Lehrkraft.....	13
9. Präsenzhaltung der Lehrkraft – „get their attention“ .....	14
10. Belohnung und Bestrafung in Zusammenhang mit Lautstärke.....	14
11. Beispiele für komplexere Kombinationen unterschiedlicher Strategien .....	16
<b>4 Basiswissen Verhaltensmodifikation</b> .....	18
<b>Danksagung</b> .....	25
<b>Literaturverzeichnis</b> .....	25
<b>Anhang</b> .....	27
Ergänzende statistische Angaben .....	27
Fragebogen der Umfrage .....	29

## Vorwort

Während des Unterrichtsgeschehens kann es zeitweise unangemessen laut werden. Der Lärmpegel verhindert ein konzentriertes Arbeiten, wichtige Ansagen der Lehrkraft dringen nicht zu den Schülerinnen und Schülern (in Folge: SuS) durch und es kommt eine Dynamik in Gang, so dass bislang ruhige Kinder lauthals mitmischen. Aus Sicht der Lehrkraft führt dies u.U. dazu, dass Gefühle wie Hilflosigkeit und Kontrollverlust (z.B. sich als „nicht respektiert werdend“ erleben) oder Wut und genervt sein entstehen. Wiederholen und verfestigen sich diese Erfahrungen und werden diese gedanklich mit in die nächste Klassenstunde hinüber genommen („die laute Klasse“), kann diese Entwicklung ungünstige Auswirkungen auf die Lehrkräftegesundheit mit sich bringen (z.B. Resignation, erhöhte Reizbarkeit), aber auch zu einer suboptimalen Leistungsentwicklung der Klasse selbst beitragen.

Viele Lehrkräfte verfügen bereits über ein breites Erfahrungswissen, wie sie es schaffen, sowohl in ihrer Klasse wieder für „Ruhe zu sorgen“ als auch eine Klasse grundlegend so zu führen, dass die Lautstärke zum Arbeiten angemessen bleibt. In vielen Gesprächen mit Lehrkräften haben wir (= Mitarbeiter der Arbeitsgruppe Eingangsphase) festgestellt, dass dieses implizite bzw. explizite Wissen durchaus „verinselt“. Das heißt, dass dieses wertvolle Wissen - egal aus welchen Gründen - nicht automatisch an Kolleginnen und Kollegen in derselben Schule bzw. außerhalb der eigenen Schule weitergeben wird.

Zudem nutzen Lehrkräfte, denen es leicht fällt, ihre Klasse wie beschrieben zu führen, in der Regel nicht institutionelle Beratungsangebote, so dass das Kompetenzwissen in diesen (Beratungs-) Einrichtungen entsprechend selten zur Sprache kommt und zusammenfassend generiert werden könnte.

Die AG Eingangsphase startete daher eine Umfrage mit dem Titel: „Meine Klasse ist viel zu laut! - Tipps zur Förderung und Wiederherstellung einer angemessenen Klassenlautstärke“ unter Lehrkräften der 1. und 2. Klassen an Grundschulen im Kreis Plön, die im Schuljahr 2016/2017 eine erste oder zweite Klasse in unterrichteten.

Wir wollten vielfältiges Handlungswissen sammeln, mit Hinweisen aus der Literatur und wissenschafts-theoretischer Überlegungen ergänzen und alles zusammen als anschauliche und praktikable Ideensammlung Lehrkräften im Grundschulbereich (Eingangsphase) für die tägliche Arbeit zur Verfügung stellen, getreu dem Motto: **„aus der Praxis für die Praxis“**.

## 1 Theoretischer Kontext

Immer dort, wo Menschen lehren und lernen entstehen Geräusche, die von den jeweiligen Individuen subjektiv als störend, ablenkend und belastend empfunden werden können. Diese störenden Geräusche möchten wir im Folgenden als „Lärm“ bezeichnen.

Lärm in der Klasse ist kein neues Phänomen. Zahlreiche Forschungsgruppen beschäftigen sich seit vielen Jahren und aktuell mit dem Thema (z.B. Kastrun, 2014). Sie weisen regelmäßig auf die negativen Auswirkungen von Lärm auf das Schulklima (in lauten Schulen wird das Schulklima aggressiver), die Unterrichtsqualität, die Leistungsentwicklung in der Klasse -insbesondere von benachteiligten Schülerinnen und Schülern- (siehe Hammelbacher, 2018) und gesundheitliche Beeinträchtigungen der Lehrkräfte hin (BLLV, 2009; Schönwälder 2003, 2004; Seiboth, 2015). Auch in den Medien wird das Thema seit Jahren immer wieder aufgegriffen (Filser, 2010), zum Beispiel auch explizit im Rahmen eines „Tages gegen den Lärm“ (news4teachers.de, 2017).

Sich beständig wiederholender störender Lärm ist ein Stressor und zieht Reaktionen im kardiovaskulären System und im Hormonsystem nach sich. Wie sich diese Belastung mittel- und langfristig persönlich auswirkt, hängt neben den objektivierbaren Schalleigenschaften u.a. von der individuellen Lärmempfindlichkeit, der subjektiven Bewertung der urteilenden Person und der Dauer der Exposition ab (Günther, 2013). Lärm ist insofern nicht nur störend sondern potentiell schädigend (Übersicht z.B. Oberdörster & Tiesler, 2006; Seiboth, 2015, S. 13 ff). Er wird immer wieder von einer deutlichen Mehrheit befragter Lehrkräfte im Kontext von Lehrgesundheit und „burn out“ unter den Hauptbelastungsfaktoren genannt. So tragen u.a. Zeitdruck, Schüllärm zu große Klassen, Verhaltensauffälligkeiten und mangelnde Motivation von SuS sowie geringes gesellschaftliches Ansehen bei den Lehrkräften kurz über lang zu psychosomatischen Beschwerden bei (zusammenfassend Scheuch, 2015). „Der Lärm sei das Anstrengendste“ zitiert Filser (2010) in seinem Report die befragten Lehrkräfte. Auch in einer aktuellen Umfrage des Ministeriums für Bildung, Wissenschaft und Kultur des Landes Schleswig-Holstein (2018) wurde Lärm von 93% (!) der Grundschullehrkräfte als Belastungsfaktor benannt.

Weitere Untersuchungen zeigen, dass es interessanterweise Lärm *mittlerer* Intensität ist, der von Lehrkräften als beständige Störung und Belastung empfunden wird. Akustische Messungen in Klassenzimmern ergaben in diesem Zusammenhang durchschnittliche gemessene Schallpegel von 60 - 80 dB (A) (in Pausensituationen oder im Sportunterricht liegt

der Pegel noch höher). Als wünschenswert wird hingegen in Studien ein Zielkorridor durchschnittlicher Lautstärke im Klassenzimmer im Bereich 30 - 40/50 dB (A) genannt (z.B. Schönwälder 2003; Steinlechner, 2013). Ein Grundgeräuschpegel sollte 35 dB(A) nicht überschreiten, anstrengungsfreies Spreche in „normaler Stimmlage“ um 45 - 50 dB (A) möglich sein (Schönwälder et al., 2004, S. 15ff.). Die folgende Abbildung 1 ermöglicht eine vergleichende Einordnung der gewünschten Zielgrößenordnung.

Schallpegel in dB (A)	Schallquelle	Zonen der Lärmintensität
bis 166	Knallkörper (peak in 2 m Entfernung)	Lärmbereich D
bis 155	Spielzeuggewehre (peak in 50 cm)	
140	Düsentriebwerk (25 m Entfernung)	
135	Nietpistole	
130	Pneumatischer Gesteinsbohrer	
130	----- Schmerzschwelle -----	
125	Preßluftmeißel in Räumen	Gesundheitsschäden bei längerer Einwirkung
bis 120	Rockkonzert, Discothek	
120	Propellerflugzeug (50 m Entfernung)	
bis 111	Computerspiele (Arcade games)	Lärmbereich C
110	Weberei (220 Webstühle)	
110	Motorrad (bei 140 km/h)	
105	Kesselschmiede	
100	Schwere Stanzen	
99	Sägewerk	
97	Niethammer	
95	Rotationsmaschine	
93	Stereo-Kopfhörer	
90	Schwerer LKW	
85	Drehbank	zunehmende Gesundheitsgefahr bei Dauereinwirkung
80	verkehrsreiche Straße	
70	Büroraum mit 50 Personen	
60	Gespräch (1 m Entfernung)	
50	leises Gespräch	
40	leise Musik	Lärmbereich B mögliche Lärmbelästigung
30	flüstern (1 m Entfernung)	
20	Tritte auf Teppichboden	
15	----- Hörbarkeitsgrenze bei den meisten Menschen -----	Lärmbereich A sichere Zone
10	rascheln des Blatt	
0	absolute Hörschwelle	

Umwelt-Bildungs-Zentrum Steiermark, 2008  
[www.ubz-stmk.at](http://www.ubz-stmk.at)

„Lärmtabelle“ entnommen aus „Unterrichtsmappe Lärm“, mit freundlicher Genehmigung des Umwelt-Bildungs-Zentrum Steiermark, Österreich, 03/2019.

Quelle: <http://www.ubz-stmk.at/fileadmin/ubz/upload/Downloads/laerm/Laermtabelle.pdf>

Abbildung 1: Lärmtabelle mit Alltagsbeispielen

Schallärm kann nicht auf eine einzige Schallquelle zurückgeführt werden. Alle an Schule Beteiligten können einen Beitrag leisten, um die Geräuschkulisse(n) zu beeinflussen. Bautechnische und bauphysikalische Maßnahmen im Bereich der Raumakustik bzw. Einflussfaktoren der bautechnischen Gegebenheiten (z.B. Nachhalleffekte, Sprachverständlichkeit, Schallausbreitung, Schallreflexionen) sind von elementarer Bedeutung aber **nicht** Gegenstand dieser Handreichung. Sie sind andernorts ausgiebig

dokumentiert (BLLV, 2009; Eberle, 2009; Oberdörster & Tiesler, 2006; Schönwalder et al., 2003, 2004; Tisler & Oberdörster, 2010; Maue, 2012).

Es ist wichtig, dass bei Investitionen in die schulische Infrastruktur bauphysikalische Gutachten erstellt und fachtechnische Maßnahmen der Raumakustik ergriffen werden (Hinweise siehe z.B. MSGFG, 2014). Bauphysikalische, interpersonelle und intrapersonale Maßnahmen greifen selbstredend ineinander, in Anlehnung an Eberle (2009) verlief eine „Negativspirale“ wie folgt: Halligkeit *reduziert* Sprachverständlichkeit -> reduzierte Sprachverständlichkeit führt zu erhöhter Unruhe im Klassenraum -> erhöhte Unruhe führt zu lauterem Sprechen der Lehrkraft -> deutlich "angehobenes" bis sehr lautes Sprechen führt zu einer höheren Geräuschkulisse, reizt die Stimmbänder, so dass Stimm- und Kehlkopfprobleme die Folge sein können, erschöpft die Lehrkraft und *reduziert* die Sprachverständlichkeit usw.. Umgekehrt führten Lärmsanierungen dazu, dass der Geräuschpegel nicht nur physikalisch gemindert wird, sondern dass die Lehrkräfte und SuS selber ruhiger wurden und so psychoakustisch den Pegel nochmals senkten (BZgA, 2008, s. S. 57ff.).

Unsere hier vorliegenden, praxisbezogenen Empfehlungen liegen im Bereich möglicher **pädagogisch-psychologischer Maßnahmen** zur Veränderung der Lärmsituation im Unterricht. In diesem Kontext wird unangemessenes Lärmen als gelerntes Verhalten betrachtet, ein Umlernen bzw. Verlernen ist theoretisch möglich.

Im ersten Teil unseres Fragebogens (s. Anhang 2) wurden statistische Angaben zur Person, Lehrtätigkeit und zum Lärmgeschehen, also Lärmbelastung sowie den Umgang mit Lärm erhoben.

Im zweiten Teil des Fragebogens konnten die Lehrkräfte in Freifeldern nützliche und praxisbewehrte Strategien, Tipps und Abläufe zur Prävention von Lärm bzw. zur Intervention bei unangemessenem Lärmgeschehen in der Klasse darlegen. Diese persönlichen Nennungen sind in der Handreichung stets in kleinerer Schrift formatiert, z.B.:

Rückmeldung *einer* Lehrkraft in unsere Umfrage: Ich habe einen schallisolierten Klassenraum ☺.

## 2 Statistische Angaben

Die Teilnahme an der Umfrage im Sommer 2017 war freiwillig. Die Rücksendungen und Angaben auf den Fragebögen erfolgten anonym. Lehrkräfte konnten auf eigenen Wunsch ihre Kontaktdaten der AG mitteilen, so dass ein persönlicher Erfahrungsaustausch im Einzelfall ergänzend möglich war.

50 Fragebögen gingen in die Auswertung ein, hierunter befanden sich 48 Frauen (96%) und 2 Männer (4%). Der Altersrange ging von 31 bis 63 Jahre ( $M = 48,8$ ;  $SD = 8,5$ ). Die Berufsjahre als Lehrkraft variierten von 1 Jahr bis 42 Jahren ( $M = 19,5$ ;  $SD = 9,8$ ). 42% der Lehrkräfte unterrichteten zum Umfragezeitpunkt in einer 1. Klasse, 34% in einer zweiten Klasse und 24% sowohl in einer ersten als auch in einer 2. Klasse. Weitere statistische Angaben finden sich im Anhang 1 des Dokumentes.

Im zweiten Teil der Umfrage ging es um die eigenen Erfahrungen mit präventiven und interventiven Strategien im erfolgreichen Umgang mit Lärm. Hierzu gab es jeweils Freibereiche, die **handschriftlich** ausgefüllt wurden. Bei der Zusammenstellung zeigte sich, dass die ursprüngliche Unterscheidung in präventive Strategien und Interventionsmaßnahmen nicht aufrecht zu halten war, da sich die Bereiche in den Rückmeldungen stark überschneiden. Insofern fassten wir die Strategien zusammen, da sie sowohl im Rahmen der Prävention von Lärm (d.h. beim Einüben bestimmter Regeln mit der Klasse zur grundlegenden Etablierung von angemessener Lautstärke) also auch bei der Intervention (d.h. im Moment wo die Klasse unangemessen lärmt) zum Einsatz kommen. Bei den genannten Tipps von Grundschullehrkräften gab es viele Mehrfachnennungen, die nach Passung geordnet und um weitere Strategien aus der Literatur ergänzt wurden.

### 3 Ergebnisse der Umfrage, Tipps für Prävention und Intervention

Wir haben die Tipps elf Bereichen zugeordnet:

1. Phasen im Unterricht (Unterrichtsstruktur)
2. Räumliche Aspekte & technische Hilfsmittel (Unterrichtsstruktur)
3. Ritualisierte Rhythmisierung als Unterbrechung bei Lärm
4. Visuelle und akustische Signale & Musik – „Ein Zeichen setzen“
5. Hauptgeräuschquelle Lehrer-Stimme – Wege zu einer angemessenen Geräuschkulisse
6. Spielerische Übungen zur Lautstärke, zum (Zu-)Hören & Gespräche übers Gelingen
7. Regeln in Zusammenhang mit Lärm von Beginn an trainieren
8. Die Lehrkraft als Modell & Haltung der Lehrkraft
9. Präsenzhaltung der Lehrkraft – „get their attention“
10. Belohnung und Bestrafung in Zusammenhang mit Lautstärke
11. Beispiele für komplexere Kombinationen unterschiedlicher Strategien

Im Folgenden werden die elf Bereiche kurz vorgestellt. Das Hauptaugenmerk liegt hier nicht in wissenschaftlichen Theorien, sondern in erprobten Arbeitsweisen von Kolleginnen und Kollegen. Basis bilden die Antworten der Lehrkräfte, die hier im Wortlaut übernommen worden. Aus diesem Grund kommt es gegebenenfalls auch zu inhaltlichen Doppelungen.

#### 1. Phasen im Unterricht (Unterrichtsstruktur)

Viele Lehrkräfte gaben Hinweise darauf, dass ein gut strukturierter und vorhersehbarer Stundenablauf zur einer Lärmreduktion beiträgt. Es können Phasen unterschiedlicher Dauer eingeführt werden (Visualisierung der Dauer z.B. anhand von Sanduhren oder Eieruhren) in denen Leiseregeln gelten und eingeübt werden können.

Das Einüben erfolgt in der Regel über mehrere Wochen in entsprechenden Arbeitsphase von ggf. ansteigender Dauer (z.B. erst 1min., 3 min, dann 5 min, dann 7 min., dann 10 min.).

**Uhr** einstellen (an der Tafel).

Phasen von Ruhe bzw. „Redezeit“ eindeutig und transparent festlegen.

Ich plane **Ruhepause** ein, um das zur Ruhekommen zu üben.

Klare **Strukturen**, klare **Ordnung**, klare **Ziele** setzen.

Durch **wiederkehrende Abläufe** vertrauter Unterrichtsablauf.

**Klasse 2000** (Gesprächsregeln, Entspannung, ...), inhaltlich klarer Stundenablauf.

Kinder brauchen Regeln, Struktur und Verlässlichkeit, um selbst zur Ruhe zu finden.

In der Klasse hängen zwei DIN A4 große Symbole. 1) **Leise-Zeit** (Es wird nicht gesprochen), 2) **Flüster-Zeit** (Es wird geflüstert), Eine Klammer zeigt den Kindern, woran sie sich in der jeweiligen Stundenphase halten sollen (ähnliches Beispiel s. Abbildung 2).

Für die SuS und für mich: Wenn ich weiß, was passieren soll, fühle ich mich sicher. Ein Blick auf die Tafel und ich weiß, wo wir sind.

Ich verwende unterschiedliche **Sozialformen**. Neben der Stillarbeit gibt es Partner-, Gruppen- oder Freiarbeitsmöglichkeit zum miteinander reden.

**Leisespiele** (Zaubereinmaleins): fördert Konzentration und genaues Hinhören.

Die Phasen differieren inhaltlich, Bewegungsphasen werden häufig als hilfreich genannt. Im Folgenden werden die verschiedenen Bewegungsmöglichkeiten beschrieben, die von den Lehrkräften genannt worden.

In meinem Unterricht gibt es verschiedene regelmäßige Elemente: **Lieder mit und ohne Bewegungen, Gedichte** gemeinsam sprechen oder in Gruppen immer abwechselnd, **kineosologische Übungen, Rhythmusübungen**, regelmäßiger **Morgenkreis**, den dem jeder der möchte, sich mitteilen kann, regelmäßige **Frühstückspause** mit Vorlesen von Büchern, **magic circle, Begrüßungs- und Abschiedsritual, Tagesplan** an der Tafel mit Datum.

Ich achte darauf, dass die SuS sich regelmäßig im **Unterricht bewegen** (Hefte holen, wegbringen, ..., kleine Bewegungsspiele).

Möglichst alle 10 bis 15min eine Bewegungsmöglichkeit anbieten.

Gemeinsame Bewegungsphasen mit in den Unterricht einplanen. Bekannte **Bewegungslieder**.

Kinder brauchen kurze Bewegungspausen und **ritualisierten Unterrichtsalltag**.

**Ruhephasen** bekräftigen, SuS bewegen lassen zwischendurch. Singen von Bewegungsliedern.

Rhythmisierung des Unterrichts durch **Auflockerungsübungen**, Lieder, Bewegungsübungen.



Abbildung 2: Beispiel für Visualisierung von Phasen unterschiedlicher Lautheit (Foto: C. Maurischat)

Die Kinder sollen das Lernen als positiv und motivierend erleben, ihre eigenen Stärken erleben und ihren Lernprozess wahrnehmen, in einer Umgebung, die ihnen Sicherheit und Klarheit bietet. Wenn der Unterricht auf diese Aspekte ausgerichtet wird, kann unangemessene Lautstärke stark reduziert werden.

## 2. Räumliche Aspekte & technische Hilfsmittel (Unterrichtsstruktur)

Mit den räumlichen Gegebenheiten müssen Lehrkräfte (meistens) leben. Positive Auswirkungen, wie z.B. schallabsorbierende Decken oder Plattenabsorber (vgl. Maue, 2012) sind erstrebenswert, aber im Alltag nicht einfach umsetzbar. Die Lehrkräfte der Befragung nannten aber eigene Maßnahmen, um durch eine effiziente Raumnutzung Lärm zu vermeiden bzw. einzudämmen.

Wenn Zusammenarbeit von Kindern ansteht, **Bereiche zuweisen, in denen gesprochen werden kann/soll.**

**Räumliche Aufteilung der Klasse** (Gruppenzone, Einzeltische mit Rücken zur Klassenmitte).

**Gestaltung des Raumes** (Trennwände, Ecken und Nischen für Partner-, Einzel- oder Gruppenarbeit) = der Raum als 3. Pädagoge.

**Stille Raum.**

**Reiz arme Gestaltung des Raums**, wenig Ablenkung.

**Sitzordnung:** stille – unruhige SuS nebeneinander im Wechsel

Seit diesem Schuljahr haben wir **Kopfhörer**, die können sich die SuS selbständig holen. Sehr gut!! So merken sie selbst, dass Ruhe zum Arbeiten sehr wichtig ist.

**Im Sport dürfen die Kinder laut sein bei den Übungen und Spielen.**

## 3. Ritualisierte Rhythmisierung als Unterbrechung bei Lärm

Viele Lehrkräfte nannten Rhythmisierung als probates Mittel, um Lärm im Unterricht entgegenzuwirken. Dies geschieht meistens in Form von Klatschen oder ritualisierten Kommandos bzw. Ansagen.

Wir **klatschen eine Melodie**, wenn es zu unruhig ist: Ich klatsche unseren **Klassenrhythmus**, alle klatschen mit, danach ist immer Ruhe.

Ich verschaffe mir Aufmerksamkeit durch **rhythmisches Klatschen**. Kinder klatschen mit, konzentrieren sich auf den Rhythmus, wir klatschen bis alle mitmachen. Dann breche ich durch das Leisezeichen ab und kann meine Ansage machen.

**Rhythmusübungen**, bei denen zunächst nur wenige, am Ende dann alle Kinder mitmachen, die Bewegung endet dann mit gefalteten Händen über dem Kopf, dann Ansage im Flüsterton.

Ich klatsche in einem Rhythmus, bei dem die Kinder **mitklatschen und der immer leiser (bis still) wird**.

Ich mache mit den Kindern kurz einige **Übungen mit den Armen**. Ich zeige mit dem Daumen den Geräuschpegel an, den ich erwarte. Ich bitte ein Kind nach vorne, den Geräuschpegel anzuzeigen (mit geschlossenen Augen)

Lärm breitet sich oft wie ein Strohfeuer aus, dann ist es wichtig, die Kinder schnell wieder zu fokussieren und durch das Klatschen das Reden zu stoppen.

Tipps einer Kollegin: Lehrkraft sagt etwas lauter das Wort: „**KOMMANDO**“ und die Kinder antworten: „**BREZEL**“ und sitzen mit verschränkten Armen am Tisch (klappt wunderbar).

Lehrer: Hey, Hey, Hey SuS: Ho, Ho, Ho, danach ist Stille ☺

Kommando „Klassenarbeit“: sofort sind alle so still, als wenn jetzt ein Schreibwort-Test kommen würde.

Ich mache **ritualisierte Ansagen**: Lehrkraft: „eins, zwei, drei, vier; SuS: ... alle Augen sind bei Dir.“

Die SuS werden von Anfang an auf **Reizwörter** trainiert, die ich dann 1\* kurz laut sage, z.B. „Der Stift liegt, Augen und Ohren zu mir.“ heißt: keiner arbeitet weiter, der Stift wird hingelegt (andere

Materialien natürlich auch), jeder sitzt an seinem Platz oder wo er gerade ist, keiner macht ein Geräusch, keiner hilft dem Nachbar in dieser Zeit, alle sehen zur Lehrkraft. Ich rede nur, wenn jeder diese Bedingungen erfüllt hat.

Ich sage: Kinder leise bei 5, 4, 3 und werde immer leiser bis 0.

Wir haben ein **Signal** vereinbart. Wenn ich: „Hey, hey, hey“ sage, antworten die Kinder mit „ho, ho, ho“ und hören dann wieder zu. Regel-Vereinbarung, dadurch, dass die Kinder antworten müssen, werden sie im Reden unterbrochen.

Ich stimme ein **Lied** an und alle singen gemeinsam. Danach kann der Unterricht ruhig fortgesetzt werden.

#### 4. Visuelle und akustische Signale & Musik – „Ein Zeichen setzen.“

Im Folgenden wird zwischen verschiedenen Möglichkeiten unterschieden, wie im Unterricht Zeichen gesetzt werden können. Der Unterschied besteht zwischen visuellen und akustischen Signalen. Diese können auch kombiniert werden.

##### *visuelle Signale*

**Stille Zeichen.** Arme hoch als Stille Zeichen. Einüben des nonverbalen Stille Zeichens / Regellampel / Regelschilder. In einigen Situationen kommt schlicht der **Leise-Fuchs** zum Einsatz.

**Leisezeichen** machen, warte bis andere darauf aufmerksam werden und „mitmachen“.

Ich agiere mit verabredeten Zeichen: 1. Leisefuchs (1. Stufe Handzeichen), 2. **Bildkarte an der Tafel** (Junge, der den Finger auf dem Mund hat; = 2. Stufe), 3. **Gong** (einmal schlagen = 3. Stufe)

**Visualisierung Geduldsfaden** (dann markieren ohne Worte wenn Belastung/Reißgefahr steigt). Geduldsfaden an der Tafel mit Pfeil, wo die Geduld gerade steht.

**Ampel** auf Rot stellen.

**Ampelsystem** für jeden SuS (grün = alles ok, gelb = Verwarnstufe, rot = Ausschluss für kurze Zeit).

**Tafelanschrieb** „leise bitte“.

##### *akustische Signale*

**Klangschale** benutzen.

**Klangstab.**

Ich benutze ein akustisches Signal (**Glocke**).

Ruhezeichen (**Rassel**).

Ich benutze einen **Knopf mit leisem Vogelzwitschern**.

Klangzeichen und in Ruhe abwarten, bis alle sich wieder fokussiert haben.

Wenn es ganz extrem ist, schlage ich den Gong als Zeichen für die Kinder, den Stift hinzulegen und mich anzuschauen.

Ich schlage auf einen Klassen-Gong und warte bis die Kinder verstummen. Oder ich stimme ein Lied an.

Ich schlage wenn es zu laut wird einen Gong. Wenn es dann leise ist, mache ich meine Ansage (weiterer Stundenverlauf oder Hausaufgabe), dann lese ich zwei Kinderwitze vor!

Abgesprochen ist das Signal eines **Glöckchens** als Leisezeichen, wenn etwas angesagt werden soll; das klappt gut, muss aber immer mal wieder gezielt geübt werden.

Ich habe einen Gong, der einen langen Ausklang hat. Die Kinder hören diesen, legen alles aus der Hand und gucken mich an. Dieses Signal mit dieser Vereinbarung lernen sie von Beginn des Schuljahres an.

Wenn alle Kinder ruhig geworden sind und mich anschauen, kann ich meine Ansage machen. Dies funktioniert allerdings nur dann, wenn dies mit der Lerngruppe angebahnt und trainiert wurde.

**Leise Musik anstellen.**

Musik spielt leise im Hintergrund. Die SuS sollen nur so laut sein, dass sie die Musik noch hören können (allg.: leise Musik als Maßstab für angemessene Lautstärke).

### *Kombination aus akustischem und visuellem Signal*

Festes Regelwerk: 1) akustisches Signal (unser Leisezeichen) + Leisefuchs, 2) Ich fahre erst mit dem Unterricht fort, wenn es leise ist., 3) ggf. positives verstärken, Kinder herausheben, die leise sind, positives Verstärken klappt immer.

Ich gebe ein akustisches Signal und gebe zudem ein non-verbales Zeichen. Ich warte dann bis es ganz leise ist. Gong schlagen.

Ich gebe: Akustisches Signal wie Glocke oder **Regenstab**, setze mich hin und warte, ich spreche nicht mehr, gebe Ruhezeichen, warte bis alle zur Ruhe kommen.

### 5. Hauptgeräuschquelle Lehrer-Stimme: Wege zu einer angemessenen Geräuschkulisse

In diesem Abschnitt geht es um Möglichkeiten, einer Klasse zu vermitteln, was unter „angemessener Lautstärke“ oder „Arbeitslautstärke“ oder „leiser sein“ eigentlich gemeint ist. Die theoretisch angemessene Lautstärke (Zielkorridor 30 – 50 DB (A), s. Theorieteil) kann von den SuS und der Lehrkraft besser eingeschätzt werden, wenn diese selbst wiederholt erfahren haben, wie sich dieser Stillebereich „anhört“. Hierzu finden u.a. Schallfeedback-Systeme oder Lärmampeln Anwendung (s. Abbildung 3), so dass eine eigene (Hör-)Erfahrung in dem Zielbereich möglich wird, die Herstellung eingeübt und automatisiert werden kann.



Abbildung 3: Beispiel für technisches Hilfsmittel „Lärmampel“ zur Schallmessung (Foto: C. Maurischat)

*Wer redet im Unterricht am meisten? Richtig, **die Lehrkraft!*** Der Redeanteil der Lehrkraft ist im Unterricht am größten (Oberstörfer, 2004). Tipps: nur für den Unterricht wesentliches wird von der Lehrkraft gesprochen, dies wird normal leise (z.B. im Bereich des Zielkorridors) gesagt, zudem kurze-knappe Ansagen statt langem Gerede. Vieles kann durch Zeichensprache (allgemein non-verbal) **geräuschlos** kommuniziert werden.

Wir üben von Beginn an **Zeichensprache**, z.B. Aufräumen des Platzes, Stühle hochstellen.  
Zeichen für: Ich möchte eine Runde rennen, ich muss auf die Toilette, ich möchte eine Arbeitspause.  
Eigene Gestik / Mimik bewusst einsetzen. Ich warte ab, gucke die SuS an (Mimik). Arbeit mit non-verbale Zeichen.

Oft hilft es, wenn ich nur ruhig vor der Klasse stehe, ausstrahle, dass ich auf Ruhe warte, **Blickkontakt herstelle**, aber absolut nicht spreche.

Warten bis es leise ist. Ich warte, bis die Klasse ruhig geworden ist.

**Kurze, klare Ansagen und Erklärungen**“. „Stopp heißt Stopp“ und nicht mehr sagen.

Bei Ansagen und Erklärungen möglichst kurz und präzise sein, die Geduld der Kinder nicht zu sehr strapazieren (also nicht ewig Volltexten).

Von Anfang an rede ich nicht, wenn Unruhe ist. Klare, kurze Anweisungen.

**Ansprechen einzelner Kinder** so: zähle nur runter Countdown von 3 bis 0, ich spreche selbst leise. schnelles Einschreiten, gezielte Rückmeldung.

**Ich erhebe kurz die Stimme**, sage: „Es ist jetzt zu laut“. Dann sage ich nichts mehr und warte ab.

**Augenkontakt / non-verbale Zeichen.** Ich schaue die störenden SuS an. Ich spreche die störenden SuS direkt an. Immer wieder einzelne ermahnen -> Das funktioniert natürlich nur, **wenn man sich einigen Respekt verschafft hat.** **Die Kinder sollen keine Angst vor mir haben, aber Respekt.** Den erarbeite ich mir schnell, wenn ich eine Erste übernehme ... Angepasst leise weitersprechen/ruhig verhalten -> man ahnt gar nicht, wie wichtig es ist, die eigene Lautstärke einzusetzen, möglichst weit herunter zu regulieren. Dazu sollte man selbst keine Hektik verbreiten – schaffe ich auch nicht gerade immer ... .

## 6. Spielerische Übungen zur Lautstärke, zum (Zu-)Hören & Gespräche übers Gelingen

Im Unterricht lassen sich die Themen „Lärm“ und „Lautstärke“ gut ansprechen. Dies kann spielerisch passieren, aber auch in Form von Feedbacks oder Gesprächen innerhalb der Klassengemeinschaft.

**Hörübungen**, z.B.: „Was hörst Du?“ Spiele wie „Stille Post“, Antworten dem Nachbarn / mir ins Ohr flüstern lassen.

**Trainieren, einander zu hören.**

**Yogaübungen** wie Baum etc.

**Individualisierter Unterricht** (kompetenzorientiertes Vorgehen), Über- und Unterforderung vermeiden, Feedback zum Lernprozess jedem einzelnen SuS geben.

Ich achte in jeder Stunde darauf, wenn die Lautstärke angemessen ruhig ist und melde dies der Klasse zurück (**lobende Worte, echte Freude**).

In **Feedback-Runden** stellen sie SuS selbst fest, ob die Lautstärke für sie okay ist oder auch nicht.

Feedbackrunde: Die Kinder nehmen selbst wahr, dass es angenehm ist und sie leise viel besser arbeiten können, wenn es ruhig ist in der Klasse.

Arbeitsruhe ist ein Thema, das u.a. im **Klassenrat** besprochen wird. Gespräche darüber führen, dass die Ruhe für die ganze Klasse da ist, nicht für mich (doch, auch ...). Dazu gehört es, die Kinder hervorzuheben und zu bestärken, die die Ruhe einfordern.

**Regelmäßig Gespräche** mit der Klasse über Lautstärke führen und bei Bedarf (weil zu laut) im gemeinsamen Gespräch thematisieren.

Schaffen eines positiven Klimas durch den Klassenrat (z.B. mit Rückmelderunden / mit Smiley Symbolen).

Regelmäßige Gespräche (auch zur Lautstärke) mit der Klasse / mit einzelnen SuS. Gespräche mit Eltern.

## 7. Regeln in Zusammenhang mit Lärm von Beginn an trainieren

Wirklich leise waren nur jene Schulen, in denen das Kollegium ein einheitliches pädagogisches Konzept verfolgte. Wenn nicht nur in allen Klassenzimmern und während des Unterrichts die gleichen Verhaltensregeln gelten, sondern darüber hinaus in allen Bereichen der Schule, und die Kinder – egal welchem Lehrer/ welcher Lehrerin sie auch begegnen – bei Nichteinhalten dieser Regeln mit der gleichen Reaktion zu rechnen haben, schlug sich das in den gemessenen Geräuschpegeln nachhaltig nieder. Das Rezept ist also ebenso einfach wie Erfolg versprechend, bedarf allerdings eines gemeinschaftlich handelnden und gegenseitig solidarischen Kollegiums. **Die im Mittel leisesten Schulen der BAuA-Untersuchung beginnen das Schulleben ihrer Erstklässler nicht etwa mit Unterricht, sondern einem mehrwöchigen sozialpädagogischem Training zum Verhalten in der Schule** (Oberdörster & Tiesler, 2006).

### auf die Schule bezogen

An unserer Grundschule wird sehr erfolgreich eine abgespeckte, selbst gebastelte Variante des Konzeptes „Bei Stopp ist Schluss!“ angewendet, wir haben Inhalte auf unseren Bedarf übertragen und im Kollegium etwas Eigenes daraus entwickelt. Es läuft sehr positiv und zielführend im Hinblick auf Lärm im Klassenraum. Die Regeln darin sind für **alle** Klassen transparent und gleichermaßen gültig, dadurch auch insgesamt wirkungsvoller. Ein wesentlicher Aspekt ist die positive Verstärkung darin und dass nicht in jeder Klasse „individuell“ gearbeitet und verhandelt wird, sondern das Modell bei allen gleichermaßen bekannt und übertragbar ist.

### auf die Klasse bezogen

Seit erster Klasse Bewusstmachung von **Klassenregeln**.  
Regeln aufstellen (sich melden, nur im Flüsterton unterhalten, Ruhe bei Stillarbeit).  
Einüben der Regeln & **Ritualisierung** des Unterrichts seit Beginn des Schuljahres.  
**Gesprächsregeln** zu Schulbeginn erstellen (mit SuS), ich investiere in Klasse 1 viel Zeit damit, auf Ruhe zu warten, SuS lernen schnell meine Blicke zu verstehen (nonverbal).

### auf einzelne SuS bezogen

**Kinder möglichst im Vorfeld leise ansprechen**, erinnern an die Regeln.  
Erinnerung an den **Smiley-Plan**: „Ich arbeite konzentriert“.  
Verhaltensoriginellen Kindern Aufgaben geben und morgens gleich **persönlich begrüßen**.

## 8. Die Lehrkraft als Modell & Haltung der Lehrkraft

Die eigene Haltung der Lehrkraft, aber auch das Modelllernen wurden in der Befragung von sehr vielen Lehrkräften als wichtiger präventiver Faktor genannt, Lärm zu vermeiden.

Ich bin selbst ein **ruhiger, leiser Mensch**.  
Lautstärke durch eigene Lautstärke (bzw. selbst Schreien) nicht verstärken, sondern Ruhe durch Übung zu verinnerlichen (Regeln, Rituale, Gespräche).  
**Ruhe ausstrahlen** und selbst leise sprechen, Sensibilisierung für eigene Lautstärke betreiben.

In dem Moment, in dem ich ruhig bin (Ruhe ausstrahle), überträgt sich dies auf die Kinder.  
Meine Ruhe / Stimmung überträgt sich bzw. umgekehrt sind die Kinder zufrieden geht es allen gut und alles ist leichter.  
Die eigene Ruhe der Lehrkraft überträgt sich auf die Klasse.  
Am Anfang der Stunde stelle ich mit jedem Blickkontakt her. Ich bemühe mich immer und eine eigene innere Ruhe und warte geduldig.

**Behandle andere so, wie du auch selbst behandelt werden willst“ (Goldene Regel)**, in Bezug auf gegenseitige Rücksicht im Klassenraum.  
Ich führe Klassenregeln ein, bin selbst konsequent, benutze eingeführte Regeln.  
Ich gehe mit gutem Beispiel voran: Selbst zur Ruhe kommen selbst leise sprechen. Einen guten „Draht“ zu den Kindern pflegen, eine gute Beziehung zu ihnen aufbauen.  
Belange der Kinder ernst nehmen, gute **Beziehungen zu den Kindern pflegen**.  
Kinder möglichst „gleich“ behandeln, also keine „Lieblinge“ ☺.  
Ich versuche eine persönliche Beziehung zu den Kindern aufzubauen und bespreche regelmäßig im Klassenrat Probleme und Anliegen, dabei erzähle ich auch von mir (**Ich-Botschaften**).  
Ich-Botschaften nehmen den Vorwurf weg und erhöhen die Akzeptanz von Regeln, denn niemand kann mir meine Gefühle absprechen oder diese in Frage stellen.

### 9. Präsenzhaltung der Lehrkraft – „get their attention“

Die Präsenzhaltung und die Aufmerksamkeitsfokussierung sind wichtige Aspekte, Lärm einzudämmen und in Ruhe zu unterrichten. Viele Ideen, wie gerade die Fokussierung gut gelingen kann, wurden bereits unter „3. Rhythmisierung“ und „4. Signale“ beschrieben.

**Präsenz:** Bin hier Chef und mache das auch deutlich.  
Aufsuchen einer Position, in der ich Ansagen machen kann.

**Ich rede grundsätzlich nur, wenn alle mich aufmerksam ansehen** und unterbreche sofort, wenn das nicht mehr der Fall ist. Das gleiche gilt, wenn ein Kind redet. Es versichert sich vorher, ob alle ihm auch zuhören. Dadurch entsteht eine gegenseitige Verantwortung dafür, dass alle Kinder in Ruhe lernen können. Im wöchentlich stattfindenden **Erzählkreis** wird das Gesprächsverhalten von Beginn an trainiert. Außerdem haben die Kinder ihre Verhaltens- und Gesprächsregeln selbst aufgestellt.  
**Ich fange erst an, wenn Ruhe ist.**  
Geduld, bis alle wieder leise sind. Begrüßen und Verabschieden nur, wenn alle leise sind.

### 10. Belohnung und Bestrafung in Zusammenhang mit Lautstärke

Der passgenaue, individualisierte Einsatz von Verstärkungen und von Bestrafungen betrifft alle genannten Bereiche, er ist elementar und beinhaltet Chance und Risiko zugleich. Dem vertieften Verständnis widmet sich ein eigenes Kapitel zur Verhaltensmodifikation im Anschluss an die nun folgende Auflistung der Nennungen aus der Umfrage.

#### *Verstärkung (Ziel: Verhaltensaufbau)*

Auf ein Plakat mit Klassenregeln zeigen, visualisierte Klassenregeln – immer wieder **loben**, wenn es gut klappt!  
Ich lobe die Kinder, die leise sitzen. Ich lobe die Kinder, die leise sind. Ich lobe die leisen Kinder.  
**Auf SuS positiv hinweisen**, die „startklar“ usw. sind.

Leise Kinder hebe ich hervor, durch Lob + **Belohnungssystem**. Ich male ein Lachgesicht an die Tafel und schreibe Namen der Kinder auf, die leise sind. Sobald die Kinder es bemerken, werden sie leise, damit auch ihr Name an die Tafel geschrieben wird.

Ruhige Kinder an die Tafel schreiben, die ersten fünf dürfen früher in die Pause, Herz um Klasse malen, die zur Ruhe gefunden hat.

Ich lobe die Kinder nach jeder ruhigen Phase: „Es ist ganz toll bei Euch zu unterrichten, wenn ihr so schön leise arbeitet wie eben.“

Ich versuche viel über **positives Verstärken** zu erreichen: Ich gebe den Kindern häufig **Rückmeldung**, ob mir das Verhalten gut oder weniger gut gefällt und sage ihnen, welches Verhalten ich mir wünsche / erwarte.

Rückmeldung, positive Verstärkung durch **Lobkarten**. Lobkärtchen.

Positive Verstärkung (Steinchen als Belohnung z.B. Spiel gemeinsam spielen).

Positives Feedback für regelkonformes Verhalten.

Belohnungssystem „Sonnen sammeln“. Wunschgutschein nach vorher festgelegter Anzahl (s. Abb. 3).

Strichsystem. Smiley Systeme.

Generell arbeite ich mit positiver Verstärkung -> **Smiley Listen** für gute Mitarbeit.

Positives Verstärken (z.B. goldener Punkt, Fleißsteine, Lob, wenn sie leise und gut gearbeitet haben).

Lob und positive Verstärkung (z.B. der leiseste Tisch darf zuerst ...).

Belohnungssteine nach jeder Stunde: Bei einer gewissen Anzahl gibt es eine Spiel- und Sportstunde nach Wahl der Kinder.

Ich spiele z.B. „Katz & Maus“ als Lohn gibt es eine Erbse in den Erbsenzähler, bald steht eine große Belohnung an (Spielestunde, Eis essen).

Lobsystem mit Schildern, wenn Lautstärke okay ist.

Belohnungen in die **Klassenschatzkiste**, aus der sich am Ende der Woche drei Kinder etwas nehmen können.

Kinder, die Probleme beim Melden haben, ggf. Rückmeldehefte mit Belohnung für Regeleinhaltung.

**Verstärkerplan** mit Stickern, Mappe geht auch jeden Tag zu den **Eltern** mit Unterschrift, Name SuS: Auftrag: Ich arbeite ruhig an meinen Aufgaben, Jede Stunde wird beurteilt (☺, :-, ☹). Am Ende der Woche mit dem SuS besprochen und Sticker Belohnung wenn die passende Anzahl erreicht ist.

Zuhause denken sich die Eltern eine Belohnung aus, wie z.B. ein Kinobesuch, einmal zum Spielplatz.

**Lobbrief** nach Hause.

Selbstbeobachtung der Lautheit, Einschätzungsskalen je Kind, Sammeln von Pluspunkten für Erreichen des angemessenen Niveaus, Pluspunkte können bei Eltern eingetauscht werden z.B. Kinogutschein.

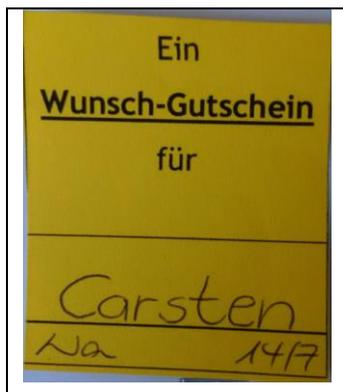


Abbildung 4: Verstärker für angemessenes Verhalten, individualisierter Wunschgutschein (Foto: C. Maurischat)

### **Bestrafung (Ziel: Verhaltensabbau)**

Ich verteile „**Quasselorden**“.

Ich zeige den Schweigefuchs und gucke grimmig; zur Not schreibe ich: „Es stören!“ an die Tafel. Wer weiter stört bekommt eine Extra-Aufgabe. Wenn die ganze Klasse zu laut ist, überprüfe ich meinen Unterricht; vielleicht war es einfach zu langweilig/langwierig und wir brauchen einen Methodenwechsel oder ein Spiel; man kann auch etwas vorlesen oder mal raus gehen.

Schreibe Namen der lauten Kinder an die Tafel, bei 3 **Ermahnungen** = 3 Striche = Zusatzaufgabe. Störende laute Kinder werden an die Tafel geschrieben, Strichliste, nach 5 Strichen Zusatzaufgabe, z.B. länger dableiben.  
 Steine / Murmeln, vorher vereinbarte Zahl, bei laut sein abgeben, alle weg -> Sanktion.  
 Ggf. einzelne SuS ermahnen bzw. verwarnen (Name an Tafel, Striche für Verwarnungen, bei 2/3 Strichen vorher genannte Konsequenz).  
 Ich schreibe einzelne Namen an die Tafel und warte kurz. Wenn sie ihre Namen sehen, müssen sie sofort still sein. Funktioniert dies nicht, dürfen sie erst später in die Pause. Sie schreiben dann: Jeder SuS hat das Recht, in Ruhe zu lernen. Jeder Lehrer hat das Recht, in Ruhe zu unterrichten.  
 Kinder erhalten „**Leise-Karten**“ auf den Tisch gelegt, wenn sie zu laut sind. **Strafe**, wenn 3 Karten gesammelt wurden: Eintrag ins HA-Heft für zu Hause.  
 „Leisekärtchen“ als Erinnerung für Kinder, die beim Arbeiten zu laut sind.  
 Beim Sport: Schweigezeit einrichten -> **gelbe & rote Karten** bei Missachtung.  
 Ich arbeite mit roten und gelben Karten (Schiedsrichtermodell).

### *Kombinationen aus Verstärkung und Bestrafung*

Ein Plakat mit einer **Stufenleiter/Countdown** (Start – eins – zwei – drei – vier) an der eine Wäscheklammer hängt, bei zunehmender Lautstärke wandert die Klammer hoch, bei vier (zu laut) tritt die vorher angekündigte Sanktion ein und die Klasse muss eine Extra-Hausaufgabe machen, bleibt die Klammer bis zum Ende der Stunde bei maximal Stufe drei, gibt es eine mit der Klasse vereinbarte Belohnung z.B. einen Hausaufgabenfreigutschein.  
 Gelbe und rote Karten, Verdienen von Smileys für eine Spielstunde, Abmachungen (Smiley Hefte) mit einzelnen SuS (Verhalten / auch Einhalten von Gesprächsregeln).  
 3 Magnete, die nacheinander abgenommen werden, wenn es zu laut wird. Für jeden Magneten gibt es einen „Muggelstein“, der in einem „Belohnungsglas“ gesammelt wird. Ziel = schöne Stunde (Wunsch der Kinder).

### *Exklusion: Bestrafung aus Sicht der LK?, Belohnung aus Sicht der SuS ?*

**Auszeit:** Kinder gelegentlich auch mal draußen arbeiten lassen, wenn sie nicht hören.  
 Ich lasse die Kinder, die zu laut sind, an einem externen Arbeitsplatz arbeiten.

## 11. Beispiele für komplexere Kombinationen der unterschiedlichen Strategien

Die Zusammenstellung unterschiedlicher Strategien für den eigenen Stundenalltag ist gewünscht, einige Lehrkräfte schildern exemplarisch ganze komplexe Kombinationen unterschiedlicher Strategien, die für diese persönlich nützlich waren. Abbildung 5 zeigt komplexere visualisierte Systeme zur Verstärkung angemessenen Verhaltens.

Es gibt feste Rituale zur Begrüßung, am Stundenende, **Piktogramme** für den Stundenablauf, **Plakate** mit Klassenregeln, feste immer wieder kehrende Abläufe in Stillarbeitsphasen mit Lösungsbögen, Helfer-Angeboten, Sternchen-Aufgaben für Schnelle, ..., Es darf kein: „Ich bin fertig, was soll ich machen“- Gerufe aufkommen, die Kinder müssen wissen, was ich von Ihnen erwarte. Einzeltraining von Verhaltensweisen (angewöhnen oder abgewöhnen) mit **Pappstreifen mit Smileys und kleiner Klammer** (☺ :- ☹ -> fünf Stufen von grün über gelb, orange nach rot) und Rückmeldebogen für Eltern am Freitag und Belohnungsaufkleber.

1) Klingel -> Kinder setzen sich mit verschränkten Armen hin und gucken zu mir. 2) meistens macht ein Kind das Leisezeichen (Stillefuchs) -> ich zeige auf dieses Kind und lobe es ausdrücklich -> die übrige Klasse wird in der Regel leise -> ich lobe dann kurz alle und fahre mit leiser Stimme mit dem U. fort, 3)

klappe die Tafel auf und weise nonverbal auf die „Grünen Punkte“ (40 grüne Punkte = 1 Stunde Spielzeit); Grüne Punkte werden von 2 Kindern vergeben (tgl. Wechsel), für 10min stilles und konzentriertes Arbeiten = 1 grüner Punkt (Vereinbarung wurde im Klassenrat beschlossen). 4) Ich sage laut und deutlich „STOPP“ und gucke sehr ernst ein lautes Kind an (versuche die Stimme zu senken).

Positive(s) Rückmeldesysteme, Klare Regeln, die immer wieder besprochen werden, Kontinuierliche Unterbrechung bzw. Warten (des Unterrichts bei Nichteinhaltung der Regeln), Förderung der Klassengemeinschaft, der Selbstkompetenz (Eigenverantwortung) und der Sozialkompetenz (Miteinander), Ansprechen der Regelstörungen, abschließende positive Formulierung des neuen Regelziels.

Benennen der positiven Verhaltensweisen der Kinder, die sich an die Regel halten durch positives Rückmeldesystem.

1. Den SuS deutlich machen, dass ich es nicht einsehe, gegen ihren Lärm anzusprechen.
2. Deutlich akustischen Reiz setzen, um Aufmerksamkeit zu erzielen.
3. Einzelne verantwortlich machen.
4. Positive Verstärkungen, nicht nur, wenn es um Lautstärke geht.

Ich schreibe an die Tafel den **Ablaufplan**: z.B. 1. ABC-Übung, 2. HA-Kontrolle, 3. kurze und lange Selbstlaute, 4. Lola 2 S. 38, zu Beginn der Stunde liest ein Kind (kommt nach vorne) den Ablaufplan vor., lege fest, wer heute für die grünen Punkte zuständig ist. Grüne-Punkte Zeit wird durch Umdrehen der Sanduhr begonnen, nach 10 min. Break -> grüner Punkt?, Nach Beendigung der Phase: Durchstreichen und ggf. kurze Dehnübung, ab und zu Reflexion durch einzelne SuS: Konnte ich heute gut arbeiten? Was hat mich gestört? Was war gut?, häufiges gegenseitiges Rannehmen ggf. verbunden mit Nachvornegehen (sehr beliebt).



Abbildung 5: Individualisierte, komplexe Verstärkerpläne, mit Klammern für Ämter und Gruppen(tisch)einteilung nach Farben (Foto: C. Maurischat)

#### 4 Basiswissen Verhaltensmodifikation

Den Schluss dieser Handreichung bildet ein Abschnitt zu den Grundlagen der Verhaltensmodifikation, die bei der Umsetzung der Tipps und Strategien **grundsätzlich** zu beachten sind. Häufig sind in der Praxis die Absichten der Lehrkräfte, eine angemessene basale Lautstärke als Standard zu etablieren bzw. unangemessenen Lärm zu reduzieren die besten, aber die Umsetzung gelingt nicht. Wichtige Ansagen der Lehrkraft dringen nicht zu den SuS durch, es kommt eine Dynamik derart in Gang, dass bislang ruhige Kinder mitmischen und sich die SuS gegenseitig hochschaukeln.

*Im Moment* des Geschehens geht es den SuS *gut*, viele sind laut und albern mit, sie haben einen Machtgewinn über die (hilflos wirkende) Lehrkraft und der anstrengende Unterrichtsgegenstand findet nicht (mehr) statt. Langfristig kann die beständige Wiederholung dieses Lärm-Szenarios einer suboptimalen Lern- und Leistungsfähigkeit des einzelnen Kindes und auch bzgl. der Leistungsentwicklung der ganzen Klasse beitragen, nicht gut. Bei der Lehrkraft führt dies ggf. dazu, dass Gefühle wie Hilflosigkeit, Wut, Enttäuschung, Kontrollverlust (z.B. sich als „nicht respektiert werdend“ erleben) und latentes genervt sein, die Oberhand gewinnen, die dann im zeitlichen Verlauf gedanklich mit in die nächste Klassenstunde „vorweg“ genommen werden („die schwierige Klasse Y“). Eine derartige dysfunktionale Entwicklung setzt eine Negativspirale der „nervlichen Zerreißprobe“ (Günther, 2013) in Gang: Lärm -> Gereiztheit -> Geräusche werden schneller als Lärm empfunden -> beständig hohes Stresshormonniveau, schnellere Gereiztheit bzw. erhöhte Reizbarkeit, mürbe, *die eigene Sensibilität für die feinen und angemessenen Interaktionssignale der SuS sinkt*, langfristig folgen psychosomatische Beschwerden usw. .

Der gewünschte Effekt stellt sich in diesem Szenario nicht ein, da entscheidende Stellglieder nicht beachtet werden bzw. beachtet werden können, da diese den Akteuren oftmals *nicht bewusst* sind. Hier kann zum einen eine Auffrischung des Wissens über das Lernen von Verhalten helfen, ein Blick von außen durch erfahrene Kolleginnen oder Kollegen (Mentoring, Klassenteam!), Anregung per Video-Coaching (Tipp: [https://www.uni-muenster.de/Koviu/Klassenfuehrung/clips/Clips\\_RegelnRoutinen.html](https://www.uni-muenster.de/Koviu/Klassenfuehrung/clips/Clips_RegelnRoutinen.html)), besser Videos *vom eigenen* Unterricht, eine Perspektive durch externe, geschulte Beobachter im Unterrichtsgeschehen, eine objektivierbare Dokumentation der Folgen einer Intervention per Datensammlung und generelle die Reflexion der eigenen Haltung (z.B. Supervision).

Fragt man Lehrkräfte, die das oben geschilderte Szenario kennen, was sie konkret in der Situation unternehmen, wenn die SuS derart laut werden, hört man unterschiedliche Antworten:

Lehrkraft 1: „Ich sage Ruhe bitte, schlage den Gong, und die Kinder lärmten weiter, ich fühle mich hilflos.“

Lehrkraft 2: „Ich gehe hin, ermahne freundlich, dass sie leise sein sollen. Dann sind die SuS kurz ruhig, aber wenn ich wieder an die Tafel gehe, geht's hinter mir bald wieder los. Das nervt mich schon sehr“.

Aber bei Lehrkraft 3: „Ich sage Ruhe bitte, schlage den Gong, und die Klasse ist ruhig.“.

Warum ist dies so? Ein neurobiologisch-psychologisches Erklärungsmodell bieten die Lerntheorien, deren Evidenz in mehr als 100 Jahren experimenteller Grundlagenforschung belegt wurde. Danach sind alle Verhaltensweisen (hier das Lärmen) Lerneinflüssen unterworfen, ein Umlernen oder Verlernen ist grundsätzlich möglich. Es gilt, dass Belohnungen verstärkend wirken (Valenz: angenehm) und ein Verhalten aufbauen (die *Auftretenswahrscheinlichkeit* des Verhaltens erhöht sich). Bestrafungen (Valenz: unangenehm) wirken hemmend und bauen ein Verhalten ab (die Auftretenswahrscheinlichkeit sinkt).

Wir müssen dabei, die Begriffe „Belohnung“ und „Bestrafung“ **wertfrei** betrachten: Belohnungen bauen angemessenes Verhalten ebenso wie unangemessenes Verhalten auf, Bestrafungen bauen angemessenes Verhalten ebenso wie unangemessenes Verhalten ab. Wir und die SuS senden tagtäglich in unseren Interaktionen hunderte belohnende *und bestrafende* Steuersignale aus, ob wir wollen oder nicht, denn die meisten sind uns nicht bewusst und werden im Alltag nicht reflektiert (gelangen also nicht ins Bewusstsein, um darüber reden zu können).

Eine erste Erkenntnis ist also die Unterscheidung zwischen unbewussten (non-verbale) Steuersignalen und verbalen (bewusste, über Sprache vermittelbaren) Steuersignalen, die von uns und den SuS ausgesendet werden, im jeweiligen Gehirn (im Sinne von Belohnung und Bestrafung, emotional) verarbeitet werden und in manifestes Verhalten münden. Es gilt: die unbewussten, non-verbale Steuersignale beeinflussen das Lernen von Verhalten in extrem größerem Ausmaß als die verbalen. Zudem ist es so, dass die unbewussten Signale im Gehirn **extrem** schnell („Tausendstel Sekunden“) verarbeitet werden, „lange“ vor unser Verbalisierung, Sprache ist vergleichsweise langsam, auch wenn es uns im Alltag selbst nicht so vorkommt; Lehrkraft: „Ich sage eigentlich sofort: „Seid doch leise.“

Eine zweite Erkenntnis ist, dass es auf das jeweilige Gehirn (Lehrkraft und SuS) ankommt, ob ein Steuersignal als belohnend oder bestrafend bewertet wird. In vielen Experimenten konnte gezeigt werden, dass Steuersignale einer Lehrkraft, die von dieser eigentlich als Bestrafung gemeint waren, das Verhalten der SuS unabsichtlich(!) belohnen (sogenannte **Verstärkerumkehr**: d.h., dieses Signal wirkt im Gehirn der SuS als Belohnung).

Hierzu das o.g. Beispiel der Lehrkraft 2: „Ich gehe hin, ermahne deutlich, dass sie leise sein sollen. Dann sind die SuS kurz ruhig, aber wenn ich wieder an die Tafel gehe, geht's hinter mir bald wieder los. Das nervt mich irgendwann sehr“.

Die Lehrkraft im Beispiel ermahnt zwar verbal deutlich mit den Worten: „sei leise“ (dies zu Beginn noch freundlich) und ist überzeugt, dass die Ermahnung als aversiver Signalreiz vom SuS verstanden wird und dessen Lärmen unterbindet. Aber, sie sitzt einem **Trugschluss** auf, denn der Lärm nimmt ja langfristig zu (ausführlich z.B. schon bei Scholz, 1977).

Die Fehleinschätzung der Lehrkraft resultiert aus einer negativen Verstärkung (= etwas Unangenehmes fällt weg) des Ermahnens in ihrem eigenen Gehirn: Dadurch dass die SuS nach der Ermahnung kurz ruhig sind, vermindert sich der unangenehme Lärm für die Lehrkraft sofort (im sogenannten Sekundenfenster, s. Jansen & Streit, 2006). Die langfristigen Konsequenzen in Form der Beständigkeit oder der Zunahme des Lärmens wird vom Gehirn der Lehrkraft aufgrund des längeren zeitlichen Abstandes in dem Moment des Ermahnens nicht erkannt. Denn außerhalb des Sekundenfensters gilt grundsätzlich: kurzfristige Verhaltensfolgen beeinflussen unser Verhalten stärker als langfristige Folgen (Tage, Wochen, Monate, Jahre), je jünger das Kind desto mehr richtet sich Verhalten nach den kurzfristigen Folgen aus.

Die verstärkende Aktivität im Gehirn des SuS besteht in der Zuwendung von Aufmerksamkeit genau in dem Moment, wo der SuS laut ist (ebenfalls Sekundenfenster). Das verbale, begrenzende (aversiv gemeinte) Ermahnung „sei ruhig“ ist nicht so lernwirksam wie die zeitgleich vorliegenden non-verbale sozialen Verstärkersignale: Blickkontakt, ev. Lächeln und noch zu freundliche Tonlage, ev. Körperkontakt durch Handauflegen „zur Beruhigung“. Dadurch entsteht eine unbewusste Konditionierung von „Lärmen“ und „Zuwendung/soziale Nähe“ (Bindungsbeziehungsgewinn der SuS), die Auftretenswahrscheinlichkeit des Störverhaltens erhöht sich. Hinzu *können* Machtbeziehungs- bzw. Größengewinne im Gehirn des der SuS kommen, sinnbildlich: „**ICH** schaffe es, die Lehrkraft zu ärgern und dass diese genervt ist, wow, so groß und gut darf ich mich (auf Kosten der Lehrkraft) jetzt fühlen.“.

Reagiert eine Lehrkraft in diese Form wiederholt und im Verlauf der Wochen -weil genervt, müde und es ihr zu irgendwann zu dumm ist- nur noch bei „jeder dritten“ Lärmphase im

Stundengeschehen, so wird durch diese intermittierende Verstärkung das Lärmen der SuS erst recht löschungsresistent.

Studien zeigen, dass bei Störverhalten von SuS im Klassenverband dieses **in den meisten Fällen durch die Lehrkraft (!) selbst aufrechterhalten** wird. Als zweite Verstärkerquelle gelten die Mitschülerinnen und Mitschüler (die den lauten SuS als Modell nehmen, mitmischen, zusammen Spaß haben), als dritte Einflussquelle wirkt das Elternhaus „kulturell nach“ (z.B. allgemein sehr lautes Sprechen oder lautes Rufen und Unterhalten quer über die Straße/den Schulhof ist in Elternhäusern mit Migrationshintergrund häufig kulturell erwünscht und im Gehirn der Kinder als angemessen und angenehm assoziiert).

Hinzu kommt die individuelle neurobiologische Anlage und Lerngeschichte der jeweiligen SuS, manche Kinder lernen schnell in Abhängigkeit vom Kontext und anderen Interaktionssignalen sich diesem angepasst zu verhalten, viele Kinder haben eine altersgerechte Fähigkeit zur Selbstregulation. Andere Kinder brauchen mehr Zeit und Wiederholungslerndurchläufe, brauchen eindeutiger Signale ohne Doppelbotschaften (verbal und non-verbal müssen sich decken), haben persistierende Teilleistungsschwierigkeiten, **langfristige** Förderbedarfe, zeigen häufige Rückfälle in „alt bewährte“ Verhaltensmuster, ecken immer wieder im (Zwangs-)Kontext Klasse an. Pädagogische Allmachtsfantasien helfen hier nicht weiter. Im inklusiven Schulsystem ist es unumgänglich, in multiprofessionellen Teams zu arbeiten und sich Unterstützung zu holen (Lütje-Klose et al., 2018). Ergo:

**1:** Das Arbeitsfeld der Lehrkraft ist das Gehirn der SuS: wertfreies, technisch-sachliches Verständnis, diagnostische Kompetenz für die Abstimmung auf den Einzelfall im Sinne von Belohnung und Bestrafung

**2:** Bereitschaft, das eigene Verhalten als primäre Verstärkerquelle in Frage zu stellen und zu ändern: Wissen über soziale und materielle Verstärker, Bewusstmachung, z.B. durch externe Beobachter, Videoaufzeichnungen, Häufigkeitsanalysen von verbalen und non-verbalen Reaktionen im Moment des Geschehens im Klassenverband

#### *Exkurs: Verstärkerwissen*

Entscheidend ist zunächst meine Bewertung, ob das gezeigte Verhalten im jeweiligen Kontext angemessen, also nützlich, ist. Ein Lärmen im Sportunterricht beim Anfeuern der eignen Mannschaft ist vermutlich gewünscht, angemessen und nützlich. Hier kann gerne mehr davon gezeigt werden (Ziel: Verhaltensaufbau). Ein Lärmen während der

Stillarbeitsphase ist sicher unangemessen und nicht hilfreich (s.a. Tiesler & Oberdörster, 2010). Hier sollte weniger davon gezeigt werden (Ziel: Verhaltensabbau).

Dieses Unterscheiden wird als *Kontextabhängigkeit* bezeichnet, es ermöglicht uns im Verlauf unserer Lerngeschichte, auf den jeweiligen Kontext (Schule, Elternhaus, Oma und Opa, Clique) (möglichst) flexibel reagieren zu können (Palmowski, 2007). Pädagogik gibt hier die Richtung vor, den Inhalt und das Ziel von Bildung und Erziehung, wo ist das Lärmverhalten wie erlaubt, wann ist es nützlich? Kinder in Grundschulen, vor allem **im Kontext großer Klassen**, erhalten relativ wenig soziale Aufmerksamkeit im Unterricht durch die Lehrkraft, und zwar umso weniger je geringer ihre Leistungsfähigkeit ist. Ihr Mittel, den Lehrer zur Zuwendung zu bewegen, kann dann Störungen durch Lärmen sein. Wendet sich die Lehrkraft im Verlauf der Stunde immer mal wieder dem SuS beim Lärmen zu, so wird sein Verhalten - wie zuvor dargelegt - intermittierend verstärkt. Das unangemessene Lärmen wird aufgebaut, es lohnt sich für den SuS im Kontext der Unterrichtsstunde.

Ein Umlernen kann also nur gelingen, wenn sich das Alternativverhalten „angemessen leise sein“ im Kontext der Unterrichtsstunde *für den SuS in dessen Gehirn mehr lohnt*, als das Störverhalten „Lärmen“.

Um dies zu erreichen müssen **zwei Strategien gleichzeitig** verfolgt werden (die auch neurobiologisch in zwei unterschiedlichen neuronalen Systemen verarbeitet werden):

1) Bestrafungssignale am Lärmen (kurz, sachlich, eindeutig) und kein unabsichtliches Verstärken mehr (z.B. durch für den SuS angenehmen Körper-, Blickkontakt, Machtgewinne auf Kosten der Lehrkraft)

2) Belohnungssignale am angemessenen Verhalten „leise arbeiten“ und kein unabsichtliches Bestrafen (z.B. durch Ignorieren, abwenden, harte Mimik, nicht hingehen, Langeweile, Überforderung, Tempo zu schnell).

Die Steuersignale zur Verhaltensbegrenzung und zum Verhaltensaufbau werden regelmäßig im **Sekundenfester** gesendet, also in dem Moment, wenn das Verhalten unmittelbar auftritt. Nur dann sind sie der unbewussten neuronalen Informationsverarbeitung zugänglich, diese ist extrem lernwirksam (s.a. Jansen & Streit, 2006). Alle Steuersignale, die zeitlich später kommen, wie ein Setzen von Smileys am Ende der Stunde oder eine Belohnung durch die Eltern am Wochenende, sind in Relation weniger lernwirksam und nur als Ergänzung zu sehen. Denn das Kind muss sich die Belohnung, die ja später erst folgt, in den Moment ins Gedächtnis holen, indem es vor der Entscheidung steht, laut oder leise zu sein. Vielen Kindern, die Schwierigkeiten mit der Belohnungserwartung (Belohnungsaufschub), der Impulskontrolle, der Aufmerksamkeitsleistung oder dem Gedächtnis haben, gelingt dies

nicht. Insofern hat ein **zusätzlich** installierter visualisierter Verstärkerplan nur dann Erfolg, wenn im Unterrichtsgeschehen die **primären** Stellglieder am **unmittelbaren** Verhalten beachtet werden. Dies bedeutet für die Lehrkraft ein zielgenaueres bewussteres Pro-Agieren.

Die von den Lehrkräften in den Tipps angeführten Phasen der Stillarbeit bieten dafür eine gute Möglichkeit zum Lernen für die SuS und eben auch für die Lehrkraft: „**catch them being good**“, „auf Schatzsuche gehen“ und dann sozial verstärken (für Klassenbasierte Tootling-Ansätze s. Hintz et al., 2014). Die Gesamtaufgabe „angemessene Lautstärke“ wird quasi in handhabbare Teilschritte (Phasen, Orte) zerlegt, die im Verlauf bis zum gewünschten Endverhalten zusammengeführt werden können.

### *Was sind gängige Belohnungs- und Bestrafungssignale?*

Wie ausgeführt, erfolgt die Bewertung, ob ein Signal als belohnend oder bestrafend eingeordnet wird, im Gehirn des jeweiligen Individuums. Primäre, genetisch angelegte Verstärker von Verhalten sind vor allem Beziehungs- und Machtgewinne. Welches Gewinn-Maximierungssystem „anspringt“ ist bedingt durch unsere neurobiologische Anlage und die (frühe) Lernsozialisation! Manchen Menschen ist Beziehung gewinnbringender, anderen Menschen Macht. Die meisten Kinder (aber nicht alle!!) reagieren positiv auf soziale Verstärker im Beziehungssystem wie Nähe, Körperkontakt (vor allem jüngere Kinder sind empfänglich für aufmunterndes Streicheln, Täschen, Schulterklopfen o.ä.), beziehungsmaßiger Blickkontakt, Kopf wird zugeneigt, Anlächeln, mit Augen anstrahlen, anerkennendes Zunicken, Zuwendung, offene Armhaltung, Hingehen und warme Stimme und direktes verbales Lob der Verhaltenssteuerung: „toll angestrengt, super leise gearbeitet, klasse Kerl.“ Das bedeutet, dass hier Moment des angemessenen Verhaltens alle sozialen Verstärker im zum Einsatz kommen können, in der Einübungsphase zunächst konsistent, im Verlauf intermittierend, ausschleichend. Reagiert ein Kind nicht wie erwartet auf soziale Verstärker, müssten diese erst eventuell aufgebaut werden, in der Regel durch externe (ggf. therapeutische, s. hierzu. Jansen & Streit, 2015) Hilfen.

Als Bestrafung kann zunächst das konsequente Ignorieren des Lärmens durch den einzelnen SuS versucht werden, keine Blickzuwendung, keine emotionale Reaktion wie nervös werden etc., neutral-sachlich bleiben, um dem Kind keine einfachen Machtgewinne zu ermöglichen. Zudem kein erörterndes Reden am Lärmen, kurze begrenzende Ansagen (s.a. die Tipps vieler Lehrkräfte; *CAVE*: erörterndes Reden wirkt ev. als non-verbaler Zuwendungsgewinn im Gehirn der SuS). Das Ansprechen des unangenehmen Lärmens erfolgt *später*, idealerweise

direkt nach der Stunde. Erst bei massiven Störungen muss eine Auszeit (außerhalb lernen, Insel, Exklusion) verordnet werden, um ggf. die Klasse zu schützen und eine Unterbrechung zu setzen. Außerhalb des Klassenraumes lernt der SuS aber nicht das „angemessene leise sein im Unterricht“, das Lernziel wird dann zugunsten des Schutzziels aufgegeben werden. Wiederholt sich dies Szenario könnte der SuS daraus aber lernen, erst mit massiven Störungen einen Zuwendungsgewinn zu bekommen; er hätte gelernt, dass das Steigern des Lärmens sich lohnt: Zuwendung, Machtgewinne, kein anstrengender Matheunterricht, nette Zeit im Ruheraum usw..

Eine Bestrafung kann -wie von den Lehrkräften bereits aufgeführt- rein mechanisch durch das Abziehen von Punkten, Strichen, Sonnen o.ä. erfolgen. Sind die Punkte weg, tritt eine vorher besprochene und dem SuS bekannte Konsequenz (z.B. später in die Pause) ein, die für diesen *individuell* unangenehmer sein muss als das beibehalten des Lärmens und den damit verbundenen intrapsychischen Gewinnen. Auch steuert der Zeitpunkt der Interaktion das Umlernen maßgeblich. Das Abziehen sollte im Sekundenfenster erfolgen, die Ziehleiste dient den Beteiligten zur Visualisierung und Erinnerung, als Hilfestellung. Sie hat auch für die Lehrkraft den Vorteil nicht unabsichtlich durch zugewandtes Reden zu verstärken, sondern ermöglicht ihr eine kurzes, non-verbales Steuersignal zu setzen: sinngemäß: ich **helfe** Dir und zeige Dir: hier geht's nicht weiter.

Im Verlauf des Unterrichtsgeschehens besteht erfahrungsgemäß die **Gefahr**, dass Lehrkräfte in der Umsetzung sich zu „**Ziehexperten**“ entwickeln oder sich an der Methode selbst die Machtkämpfe etablieren, die zuvor -nur in anderem Gewand- stattgefunden haben. In diesem Fall wird sich die Störfrequenz durch das unangemessene Lärmen nicht verringern. Deshalb ist es sehr hilfreich, sich regelmäßig die Zeit für eine Reflexion des eigenen Handelns zu nehmen: Wie lassen sich meine Fähigkeiten zur Gestaltung von Nähe (Bindungsbeziehung) und zur Gestaltung von Autorität und Distanz (Machtbeziehung) einordnen und nutzen? (s.a. die Ansätze zur Beziehungsgestaltungsfähigkeit von Lehrkräften: Bauer, 2009). Lobe ich genug und ausgiebig am angemessenen Verhalten (80-90% Energieaufwand), begrenze ich klar, technisch-sachlich, ausreichend emotional neutral das unangemessene Verhalten (10-20% Energieaufwand) und **beides mit einem guten, sicheren Gefühl**? In welchen Momenten reagiere ich selbst über, welcher SuS triggert mich an? Sende ich unbewusst Steuersignale aus, die verhindern, dass die SuS leise sind? Ziehe ich die SuS in deren Selbstverantwortung mit ein: „Ich kann nicht für Dich leise sein. Ich bin gespannt, was **Dir** einfällt, um morgen früh angemessen leise zu sein.“

Nach unserer Erfahrung handeln Lehrkräfte in bester Absicht, aber manchmal ist die zentrale Bedeutsamkeit bestimmter Interaktionssignale (im Einzelfall, also SuS spezifisch) einfach nicht bewusst oder die Umsetzung von Strategien und Techniken erfolgt nicht passgenau oder es liegt bereits eine latente Erschöpfung der Lehrkraft vor, so dass die Lärmbelastung „nicht weniger werden will“. Damit letzteres nicht geschieht, stehen Ihnen für Anregungen und Hilfen im Umgang mit Lärm in der Klasse die Institutionen des Kreise Plön: die Förderlehrkräfte, die Schulische Erziehungshilfe, die Schulsozialarbeit und der schulpsychologische Dienst gerne beratend zur Verfügung. Sprechen Sie uns an.

### **Danksagung**

Die AG Eingangsphase bedankt sich herzlich bei allen Unterstützerinnen und Unterstützer der Initiative: den Schulleitungen und Sekretariaten für deren Zustimmung sowie die Weiterleitung und Vervielfältigung der Fragebögen sowie allen Lehrerinnen und Lehrern, die sich die die Zeit für die Beantwortung und Rücksendung genommen haben.

### **Literaturverzeichnis**

Bauer, J. (2009). Burnout bei schulischen Lehrkräften. PiD, 3, 251-255. <https://lehrer-coachinggruppen.de/>

Bayerischer Lehrer- und Lehrerinnenverband (BLLV) e.V. (2009). Akustik in der Schule. Raumakustik, Lernerfolg und Gesundheit. s.a. allg. <http://www.bllv.de/Akustik-und-Laerm.6615.0.html> [Zugriff: 19.10.2017]

BZgA (Hrsg.) (2008). Lärm und Gesundheit (2. Aufl.) Niestal: Silber Druck.

Eberle, W. et al. (2009). Lärminderung in Schulen. Lärmschutz in Hessen, Heft 4. Hessisches Landesamt für Umwelt und Geologie, Wiesbaden.

Filser, H. (2010). Wie bitte? Lärm in deutschen Klassenzimmern. SZ Wissen, 15/2007. online: <http://www.sueddeutsche.de/wissen/laerm-in-deutschen-klassenzimmern-wie-bitte-1.910424> [Zugriff: 19.10.2017]

Günther, M.A. (2013). Erfassung der Lärmsituation in steirischen Volksschulklassen sowie des Hörvermögens und subjektiven Lärmempfindens von VolksschullehrerInnen. Diplom-Arbeit, Universität Graz, Institut für Psychologie.

Hammelbacher, P. (2018). Vortrag: Akustik in Schulen und Kindergärten. Präventionsdienst München. Mitglied im AK „Lärm in Bildungsstätten“ bei INQA der BAUA. [https://www.km.bayern.de/download/6382\\_fortschritt\\_f\\_ngt\\_in\\_der\\_schule\\_an\\_10.pdf](https://www.km.bayern.de/download/6382_fortschritt_f_ngt_in_der_schule_an_10.pdf) [Zugriff: 31.07.2018]

Hintz, A.-M. et al. (2014). „Du wurdest bei einer guten Tat beobachtet!“ – Förderung positiven Verhaltens durch Tootling. Zeitschrift für Heilpädagogik, 12, 440-453.

Jansen, F. & Streit, U. (2006). Positiv Lernen. Heidelberg: Springer-Verlag.

Jansen, F. & Streit, U. (2015). Fähig zum Körperkontakt: Körperkontakt und Körperkontaktstörungen - Grundlagen und Therapie (Hrsg.). Heidelberg: Springer-Verlag.

Kastrun, G. (2014). Lästiger Lärm. WissenschaftlerInnen untersuchen psychische Belastung von Lehrenden in steirischen Volksschulen. Institut für Psychologie der Universität Graz, Österreich.  
<https://psychologie.uni-graz.at/de/neuigkeiten/detail/article/laestiger-laerm/>  
<http://diepresse.com/home/bildung/schule/1582245/Laerm-in-der-Schule-zerrt-an-Nerven-der-Lehrer>  
allgemein: <https://www.laermmachtkrank.at/> [Zugriffe: 19.10.2017]

Lütje-Klose, B., Riecke-Baulecke, T. & Werning, R. (2018) (Hrsg.). Basiswissen Lehrerbildung: Inklusion in Schule und Unterricht. Grundlagen der Sonderpädagogik. Seelze: Klett.

Maue, J. H. (2012). Akustische Gestaltung von Klassenzimmern.  
[https://www.dguv.de/medien/ifa/de/pub/grl/pdf/2012\\_066.pdf](https://www.dguv.de/medien/ifa/de/pub/grl/pdf/2012_066.pdf) [Zugriff 21.01.2019]

Ministerium für Bildung, Wissenschaft und Kultur des Landes Schleswig-Holstein (2018). Pressemitteilung: Wir wollen eine offene Diskussion darüber, wie wir Lehrkräfte besser unterstützen können" - Bildungsministerin Prien stellt Ergebnisse einer Umfrage zur Gesundheit und Belastung von Lehrkräften vor. MBWK SH, Kiel. [https://www.schleswig-holstein.de/DE/Landesregierung/III/Presse/PI/2018/Februar\\_2018/III\\_Lehrkraeftegesundheit.html](https://www.schleswig-holstein.de/DE/Landesregierung/III/Presse/PI/2018/Februar_2018/III_Lehrkraeftegesundheit.html) [Zugriff: 31.07.2018]

Ministerium für Soziales, Gesundheit, Familie, und Gleichstellung des Landes Schleswig-Holstein (2014). Pssst! – Könnt ihr bitte leise sein? Raumakustik an Schulen. MSGFG SH, Kiel.  
<https://schulrecht-sh.de/texte/r/raumakustik.pdf> [Zugriff: 31.07.2018]

Oberdörster, M. & Tiesler, G. (2006). Akustische Ergonomie der Schule. Schriftenreihe der Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin: Forschungsbericht 1071. Bremerhaven: Wirtschaftsverlag NW Verlag für neue Wissenschaft GmbH.

Palmowski, W. (2007). Nichts ist ohne Kontext: Systemische Pädagogik bei Verhaltensauffälligkeiten Dortmund: Verlag modernes lernen.

Scheuch, K. et al. (2015). Lehrergesundheit. Deutsches Ärzteblatt, 20, 347 – 356.

Schönwälder, H.G. et al. (2003). Belastung und Beanspruchung von Lehrerinnen und Lehrern. Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin: Forschungsbericht 989. Bremerhaven: Wirtschaftsverlag NW Verlag für neue Wissenschaft GmbH.

Schönwälder, H.G. et al. (2004). Lärm in Bildungsstätten – Ursachen und Minderung. Schriftenreihe der Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin: Forschungsbericht 1030. Bremerhaven: Wirtschaftsverlag NW Verlag für neue Wissenschaft GmbH.

Seiboth, F. (2015). Psychische Belastung und Gesundheit von Lehrkräften im Raum Magdeburg: Ein Altersgruppenvergleich. Dissertation, Medizinischen Fakultät der Otto-von-Guericke-Universität Magdeburg.

Steinlechner, P. (2013). Entwicklung eines Fragebogens zur Erhebung der Belastungssituation von Volksschullehrer/innen unter besonderer Berücksichtigung des Faktors Lärm (BeVo-L). Diplom-Arbeit, Universität Graz, Institut für Psychologie.

Tiesler, G. & Oberdörster, M. (2010). Lärm in Bildungsstätten. Initiative neue Qualität der Arbeit (inqa). Dortmund: Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin.

news4teachers.de (26.04.2017): Tag gegen Lärm: Im Klassenzimmer ist es oft so laut wie auf der Hauptstraße – vier von fünf Lehrern fühlen sich dadurch gestresst.

<http://www.tag-gegen-laerm.de>, auch <https://www.laermmachtkrank.at/>  
<http://www.news4teachers.de/2017/04/tag-gegen-laerm-im-klassenzimmer-ist-es-oft-so-laut-wie-auf-der-hauptstrasse-vier-von-fuenf-lehrern-fuehlen-sich-dadurch-gestresst/> [Zugriffe: 19.10.2017]

*Übersichten, zahlreiche Quellenangaben, Videodokumentationen, weiterführende Links:*

[http://schulphysikwiki.de/index.php/L%C3%A4rmbelastung\\_und\\_Raumakustik\\_in\\_Klassenzimmern\\_der\\_Schule](http://schulphysikwiki.de/index.php/L%C3%A4rmbelastung_und_Raumakustik_in_Klassenzimmern_der_Schule)  
[Zugriff: 31.07.2018]

## **Anhang**

### 1. Ergänzende statistische Angaben

50 Fragebögen gingen in die Auswertung ein, hierunter befanden sich 48 Frauen (96%) und 2 Männer (4%). Der Altersrange ging von 31 bis 63 Jahre ( $M = 48,8$ ;  $SD = 8,5$ ).

Die Berufsjahre als Lehrkraft variierten von 1 Jahr bis 42 Jahren ( $M = 19,5$ ;  $SD = 9,8$ ). 42% der Lehrkräfte unterrichteten zum Umfragezeitpunkt in einer 1. Klasse, 34% in einer zweiten Klasse und 24% sowohl in einer ersten als auch in einer 2. Klasse.

Die Unterrichtszeit in Schulstunden in der Klasse pro Woche lag zwischen 5 und 28 Stunden ( $M = 14,6$ ;  $SD = 6,2$ ).

50% der Befragten unterrichteten Mathe, 68% Deutsch, 68% HWS (o.ä.), 14 % Englisch, 58% Religion, 34% Sport, 38% Musik, 62% Kunst 24% sonstige Fächer (z.B. Plattdeutsch, Klassenlehrstunde, Chor AG, Schwimmen, Werken, LRS, Leseförderung, Theater, freie Verfügung). Bei dieser Frage waren Mehrfachantworten möglich.

Auf einer visuellen Analogskala (0 = keine Belastung bis 10 =maximale Belastung) sollten die Lehrkräfte das Ausmaß ihrer subjektiven Belastung aufgrund von Klassenlärm angeben. Im Mittel ergab sich ein Wert von 4,6 ( $SD = 2,7$ ).

Mittels einer kategorialen Lärmampel (grün = unproblematisch, gelb = grenzwertig, rot = problematisch) schätzen die Lehrkräfte ihre subjektive Belastung aufgrund von Klassenlärm ein. 45,8% ( $n = 22$ ) wählten grün, 41,7 % ( $n = 20$ ) gelb und 12,5% ( $n = 6$ ) die rote Kategorie (fehlende Angaben  $n = 2$ ).

Auf die Frage, ob ggf. belastender Lärm in der Klasse auf einzelne SuS, die ganze Klasse oder anderes zurückzuführen sei, antworteten 64% mit Ja – einzelne SuS (Anzahl der SuS Range = 2 bis 12;  $M =$  ,  $SD =$  ) und 10% mit Ja- ganze Klasse (Klassengröße Range = 19 bis 27;  $M =$  ,  $SD =$  ). Acht Lehrkräfte nutzen das Freifeld für sonstige Gründe:

Besonders zu Beginn des Schuljahres. In bestimmten Phasen ist es laut, das ist aber Arbeitslärm, den ich schon meistens eingedämmt kriege. 25 Kinder in einem Raum + Schulbegleitung + alte Fenster + Straßenlärm. Wenig Raum für große Klasse mit 28 SuS. Sehr kleiner Klassenraum mit 28 SuS. Bei einem interessanten Thema quatschen alle fachbezogen los, nur ich verstehe nichts und das ist nicht einfach auszuhalten. Permanente motorische Unruhe von Kindern Kinder, die sich nicht an Regeln halten, stecken andere Kinder „damit an“.

In Anlehnung an Steinlechner (2013) wurde der standardisierter Fragebogen zum Umgang mit Lärm aus dem BeVo-L (Belastungssituation von Volksschullehrer/innen unter besonderer Berücksichtigung des Faktors Lärm), vorgeben (s. Tabelle 1). Hier kreuzten die Lehrkräfte an (Skalierung: 1 = trifft nicht zu 2 = trifft meistens nicht zu 3 = trifft eher nicht zu 4 = trifft eher zu 5 = trifft meistens zu 6 = trifft zu) wie sie im Allgemeinen mit Lärm in der Klasse umgehen.

Tabelle 1: Umgang mit Lärm aus BeVo-L© und ergänzende Items

	<b>Itemwortlaut</b>	M grün	M rot
1	Ich bitte um Ruhe.	5,0	6,0
2	Ich fahre mit dem Unterricht erst fort, wenn Ruhe eingekehrt ist.	5,4	5,5
3	Ich mache mit den Kindern Hör- und Konzentrationsspiele.	4,2	3,0
4	Ich gebe nonverbale Zeichen.	5,6	5,3
5	Ich mache mit den Kindern Musik.	2,9	2,0
6	Ich flüstere bis es ruhig ist.	3,6	2,8
7	Ich mache mit den Kindern Stilleübungen.	3,8	3,5
8	Ich gebe ein akustisches Signal (Klangschale, Regenstab oder ähnliches)	5,0	6,0
9	Ich mache mit den Kinder Bewegungsübungen.	4,1	4,7
10	Ich spreche lauter.	2,9	3,7
11	Ich fange an zu schreien.	1,5	2,7
12	Ich spreche laute Kinder direkt an.	5,3	5,2

Uns interessierte in diesem Zusammenhang, welche Strategien die Lehrkräfte anwenden (bzw. nicht anwenden), die bei der Lärmampel die unterschiedlichen Kategorien grün vs. rot gewählt hatten. Die Datenübersicht deutet an, dass ähnliche Strategien wie Item 1 „Ich bitte um Ruhe“ oder Item 8 „akustisches Signal“ bei der einen Lehrkraft zum Erfolg zu führen scheinen, bei einer anderen gerade nicht.

Woran dies liegen könnte, wurde im Teil zu den Grundlagen der Verhaltensmodifikation verdeutlicht. Ebenso die Erkenntnis, dass einfache Ratschläge (und deren Erhebung durch single items) in der Praxis oft nicht greifen, da in der Realität komplexerer Bedingungsgefüge vorzufinden sind. Dennoch scheinen flankierende Maßnahmen wie häufigere Hör- und Konzentrationsspiele (Item 3) und stimmliche Aspekte auf Seiten der Lehrkraft (mehr flüstern bis es ruhig ist -Item 6-, weniger lauter sprechen oder anfangen zu schreien -Items 10 und 11-) Unterschiede zwischen den Gruppen zu belegen.

## 2. Fragebogen der Umfrage

AG Eingangsphase

FRAGEBOGEN zum Projekt: „Meine Klasse ist viel zu laut! - Tipps zur Förderung und Wiederherstellung einer angemessenen Klassenlautstärke

---

Liebe Lehrerin, lieber Lehrer,

die folgenden Fragen beziehen sich auf Angaben zu Ihrer Person, der beruflichen Situation und dem Ausmaß ihrer subjektiven Beeinträchtigung durch Lärm im schulischen Rahmen.

Bitte kreuzen Sie bei jeder Frage nur das eine, auf Sie zutreffende Kästchen, an. Andere Angaben notieren Sie bitte auf den hierzu vorgesehenen Linien.

### Teil 1

- 0) Datum: \_\_\_\_\_
- 1) Geschlecht: weiblich  männlich
- 2) Alter: \_\_\_\_\_ Jahre
- 3) Berufsjahre als Lehrkraft: \_\_\_\_\_ Jahre
- 4) Unterricht zurzeit in: Klasse 1  Klasse 2
- 5) Unterrichtszeit: \_\_\_\_\_ Schulstunden in der Klasse pro Woche
- 6) Welche Fächer unterrichten Sie?  
(Mehrfachangabe möglich)
- Mathe  Deutsch  HWS  Englisch  Religion  Sport
- Musik  Kunst  Sonstiges: \_\_\_\_\_

„Der Lärm ist das Anstrengendste“ - Ausmaß der subjektiven Belastung durch den Klassenlärm

- 1) Auf einer Skala von 0 (gar nicht) bis 10 (extremste): Wie ist das Ausmaß Ihrer subjektiven Belastung aufgrund von Klassenlärm? -bitte Kreuz setzen-



2) Wie schätzen Sie Ihre subjektive Belastung aufgrund von Klassenlärm ein? *Ampelmodell:*

grün = unproblematisch       gelb = grenzwertig       rot = problematisch

-bitte Kreuz setzen-

3) Ist ggf. belastender Lärm in Ihrer Klasse zurückzuführen auf:

\_\_\_\_ = einzelne Schüler bzw. Schülerinnen - falls ja, wie viele: \_\_\_\_\_

ganze Klasse - falls ja, Klassengröße: \_\_\_\_\_

sonstiges: \_\_\_\_\_

trifft nicht zu, da kein belastender Lärm in der Klasse

#### 4) BeVo-L<sup>®</sup>: Umgang mit Lärm

Bei den folgenden Aussagen geht es darum, wie Sie im Allgemeinen mit Lärm in der Klasse umgehen. Bitte kreuzen Sie die für sie zutreffende Antwortmöglichkeit an.

1 = trifft nicht zu    2 = trifft meistens nicht zu    3 = trifft eher nicht zu    4 = trifft eher zu    5 = trifft meistens zu    6 = trifft zu

1	Ich bitte um Ruhe.	1	2	3	4	5	6
2	Ich fahre mit dem Unterricht erst fort, wenn Ruhe eingekehrt ist.	1	2	3	4	5	6
3	Ich mache mit den Kindern Hör- und Konzentrationsspiele.	1	2	3	4	5	6
4	Ich gebe nonverbale Zeichen.	1	2	3	4	5	6
5	Ich mache mit den Kindern Musik.	1	2	3	4	5	6
6	Ich flüstere bis es ruhig ist.	1	2	3	4	5	6
7	Ich mache mit den Kindern Stilleübungen.	1	2	3	4	5	6
8	Ich gebe ein akustisches Signal (Klangschale, Regenstab oder ähnliches)	1	2	3	4	5	6
9	Ich mache mit den Kinder Bewegungsübungen.	1	2	3	4	5	6
10	Ich spreche lauter.	1	2	3	4	5	6
11	Ich fange an zu schreien.	1	2	3	4	5	6
12	Ich spreche laute Kinder direkt an.	1	2	3	4	5	6
13	Sonstiges	1	2	3	4	5	6
14	Sonstiges	1	2	3	4	5	6

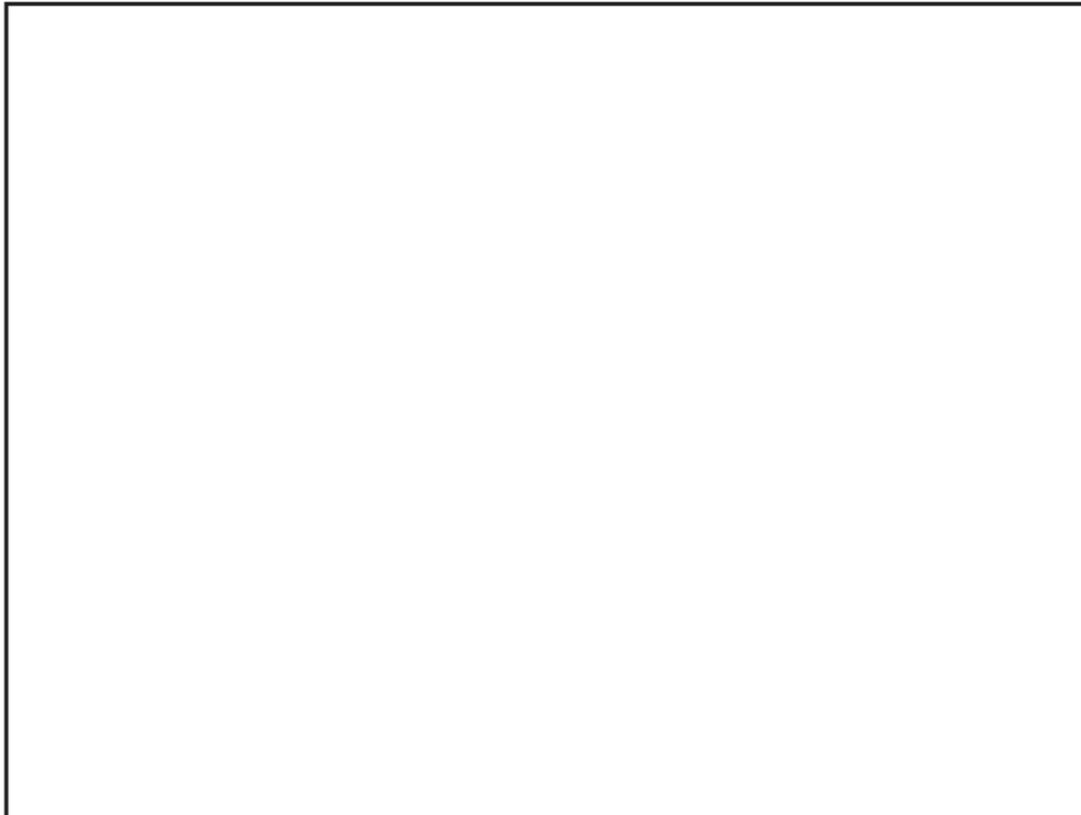
© P. Steinlechner, Institut für Psychologie, Pädagogische Psychologie, Universität Graz

## Teil 2

- a) Stellen Sie sich vor, die von Ihnen unterrichtete Klasse ist so laut geworden, dass Sie es in diesem Moment nicht schaffen, eine wichtige Ansage zu machen.

Wie schaffen Sie es (interventiv), dass die Klasse bei zu viel Lärm zügig wieder zur Ruhe kommt?  
(Stichworte oder Fließtext nach Belieben, bitte leserlich, Foto von Verstärkerplänen etc.)

*Sie müssen nicht den ganzen Freibereich ausfüllen!!*



Welches Erklärungsmodell, welche explizite Theorie leitet Ihr Handeln?

---

---

---

- b) Wie schaffen Sie es generell (präventiv), dass Sie Ihre Klasse so führen, dass die übliche Lautstärke in einem nach Ihrer Ansicht angemessenem Rahmen liegt?  
(Stichworte oder Fließtext nach Belieben, bitte leserlich, Foto von Verstärkerplänen etc.)  
*Sie müssen nicht den ganzen Freibereich ausfüllen!!*



Welches Erklärungsmodell, welche explizite Theorie leitet Ihr Handeln?

---

---

---