

# PÄDAGOGIK

6'15

## SCHULE IN BEWEGUNG

**BEITRAG:** ERZIEHUNG ZU GELINGENDER SELBSTSTEUERUNG

**SERIE:** SICH MIT DER EIGENEN LEHRERROLLE WAHRNEHMBAR IDENTIFIZIEREN



## ■ Thema

# Schule in Bewegung

Moderation: Jochen Schnack

Jochen Schnack/Hermann Städtler

- 6 **Bildung in Bewegung**  
Warum brauchen wir mehr Bewegung in der Schule?  
*Sarah Uwer*
- 10 **»schule bewegt«**  
Eine Schweizer Erfolgsgeschichte  
*Jan Honerkamp/Claudia Hofmann-Reichenberger*
- 14 **»Bewegung macht Spaß!«**  
Bewegungsorientierte Arbeit in einer Förderschule  
*Markus Bölling*
- 20 **Zehn Jahre in Bewegung**  
Vom 24-Stunden-Lauf zur Sportklasse:  
Eine Realschule auf dem Weg zur »Bewegten Schule«  
*Wolfgang Vogelsaenger*
- 26 **Bewegt euch doch, wie ihr wollt**  
Bewegung als Teil eines ganzheitlichen Schulkonzepts  
*Roland Hegerl*
- 30 **Zusammen kommt man leichter ans Ziel**  
Wie Kooperationen ein bewegungsorientiertes  
Konzept zur Schulentwicklung unterstützen  
*Kirsten Winkler*
- 34 **Ein Schulgelände für den ganzen Tag**

## ■ Magazin

- |    |  |    |   |
|----|--|----|---|
| 54 | Gerade noch bildungsfähig                          | 59 | Programm für Brennpunkt-Schulen in Berlin soll aufgestockt werden |
| 55 | Steigende Inklusionsquote in Niedersachsen         | 59 | Immer mehr Krippenplätze in Westdeutschland                       |
| 55 | Förderpreis für Integration                        | 61 | Umfrage: Schulleiter sind mehrheitlich zufrieden mit ihrem Job    |
| 55 | Neuer Spitzenreiter bei den Ausbildungsberufen     | 61 | Immer mehr Männer und Frauen haben Teilzeit-Job                   |
| 56 | Praxissemester für Lehramtsstudenten               | 61 | Schulakademie gegründet   |
| 56 | Interaktive Lehrmedien werden selten genutzt       | 62 | Materialien   |
| 56 | Keine Sonderschulpflicht mehr in Baden-Württemberg | 66 | Impressum   |
| 58 | Azubi-Mangel                                       | 19 | Einzelheftbestellung  |
| 58 | Potenziale entwickeln – Schulen stärken            |    |   |

## ■ Beitrag

*Joachim Bauer*

### 40 **Erziehung zu gelingender Selbststeuerung**

Neurobiologische, psychologische und soziale Aspekte

Die Entwicklung von Selbststeuerung ist eine zentrale Perspektive des pädagogischen Handelns. Immer wieder tarieren wir die Hilfe zur Selbsthilfe so aus, dass sich die Erfahrung von Eigenständigkeit und Erfolg einstellen kann. Joachim Bauer erklärt die hinter der Selbststeuerung liegenden neurobiologischen und psychologischen Strukturen und wie wir in Schule unter diesen Aspekten dazu beitragen können, die Entstehung von Selbststeuerung zu verhindern oder zu ermöglichen.

## ■ Serie

Basiskompetenzen für den Unterricht  
6. Folge

*Jörg Siewert*

### 44 **Sich mit der eigenen Lehrerrolle wahrnehmbar identifizieren**

»Ich stehe zu dem, was ich als Lehrerin tue, ich tue es gern und die Schülerinnen und Schüler sollen es spüren.« So etwa könnte sich eine Lehrerin äußern, die die im sechsten Teil der Serie zur Diskussion stehende Basiskompetenz akzeptiert hat. Aber damit fangen die Fragen erst an. Was genau gehört denn zu meiner Rolle? Was sollte ich dementsprechend können? Was bedeutet es, sich mit den Inhalten und den pädagogischen Aufgaben wahrnehmbar zu identifizieren – und wie kann ich gemeinsam mit den Schülern prüfen, ob es gelingt?

## ■ StandPunkt

*Maik Sodo/Amoena Iding/Dieter Kannenberg*

### 48 **Die Störer nach vorn – die Guten nach hinten?** Sitzordnung in Klassen

Zur Festlegung der Sitzordnung gibt es unterschiedliche Positionen. Sie sind nicht schlicht kontrovers, sondern bedenken diese Rahmung des Lernens aus unterschiedlichen Perspektiven. Was soll mit der Sitzordnung erreicht werden? Wer soll sie festlegen? Ist es eine Aufgabe des Lehrers, der Schüler(innen) oder Gegenstand gemeinsamer Überlegungen? Oder soll der Zufall entscheiden? Welche Kriterien gibt es und welche haben Priorität aus der Perspektive von Schülerinnen und Schülern oder Lehrerinnen und Lehrern?

## ■ Rezensionen

*Jörg Schlömerkemper*

### 50 **Forschung für Lehren und Lernen**

Forschung kann Bedeutung für die pädagogische Praxis haben. Wie jedes Jahr stellt Jörg Schlömerkemper Veröffentlichungen vor, die dieses Kriterium erfüllen. Bücher, die sich mit aktuellen Fragen von Schule und Unterricht auseinandersetzen, die dabei helfen, Strukturen und Prozesse sichtbar zu machen, und denen der Leser oder die Leserin Folgerungen für die Arbeit entlocken kann. Beiträge zur Individualisierung, zur inklusiven Bildung oder zur Differenzierung von Lern- und Leistungssituationen.

*Jörg Schlömerkemper*

### 53 **Empfehlungen**

## ■ P.S.

*Reinhard Kahls Kolumne*

### 64 **Adé Reformpädagogik?**

# Erziehung zu gelingender Selbststeuerung

## Neurobiologische, psychologische und soziale Aspekte

Die Fähigkeit zur Selbststeuerung ist eines der bedeutendsten Ziele, zu denen Kinder und Jugendliche hingeführt werden sollten. Kinder sollten schon beim Eintritt in die Schule ein Mindestmaß jener Kompetenz besitzen, die es ihnen erlaubt, ihre Aufmerksamkeit zu steuern und Impulse zu bremsen. Joachim Bauer erläutert, wie Beziehungserfahrungen die neurobiologischen Strukturen prägen und die Entstehung von Selbststeuerung ermöglichen oder verhindern.

---

JOACHIM BAUER

---

Wie kommt es, dass sich viele Kinder und Jugendliche – und leider auch viele Erwachsene – immer schwerer tun, aus einem Leben im fortwährenden Reiz-Reaktions-Modus auszusteigen, der uns aufzuzwingen scheint, auf die Unzahl von Reizen, die von früh bis spät auf uns einwirken, sofort zu reagieren? Das Aufkommen der modernen digitalen Medien, die hier nicht pauschalierend schlecht gemacht werden sollen, hat zu einer vorher nicht gekannten Dichte von Stimuli geführt, vor allem aus Smartphones, aus ständig Musik produzierenden Ohrstöpseln und aus dem Internet. Eine auf Jugendliche besonders intensiv einwirkende Reizquelle sind die sozialen Netzwerke und Videospiele. Bei vielen Kindern und Jugendlichen scheint ein Zustand erreicht, ohne diese Reize – und ohne ein fortwährendes nervöses Reagieren auf sie – gar nicht mehr leben zu können. Stimuli werden, wenn sie sich nicht von selbst einstellen, daher aktiv aufgesucht, ein Zustand des verweilenden Innehaltens, der Konzentration oder der Muße wird oft gar nicht mehr ertragen. Die entlang der letzten Jahre beobachtbare massive Zunahme an Diagnosen einer Aufmerksamkeitsstörung ist ein Indikator dieser Entwicklung, doch sie ist nur

die Spitze eines Eisbergs. Auch Waren – vor allem Kleidung und Geräte, sogenannte Gadgets – sowie Angebote meist minderwertiger Billignahungsmittel sind Reizquellen, denen Menschen, und junge zumal, heute fortwährend ausgesetzt sind. Kinder und Jugendliche haben, wie meine Arbeitsgruppe im Rahmen eines von der Deutschen Forschungsgemeinschaft unterstützten, an Schulen derzeit durchgeführten Achtsamkeitsprojektes feststellen konnte, begonnen, diese Situation oft selbst als quälend zu erleben. Wie lässt sich diese Situation – unter Einbeziehung neurobiologischer Erkenntnisse – verstehen, und was kann aus ihr herausführen?

### **Bottom-Up Drive und Top-Down Control: Zwei neurobiologische Fundamentalsysteme**

Bereits ein Minimum an psychologischer Introspektionsfähigkeit dürfte es für die meisten Erwachsenen – auch ohne Spezialkenntnisse – nachvollziehbar machen, was Psychologen und Neurobiologen im Verlauf der letzten etwa 25 Jahre über zwei Fundamentalsysteme unseres seelischen Innenlebens herausgefunden haben<sup>1</sup>: Einem triebhaften, auf schnelle Impulsabfuhr und sofortige Bedürfnis-

befriedigung ausgerichteten, Bottom-Up wirkenden Basissystem steht ein Top-Down wirkendes neuronales Kontrollsystem gegenüber, das es uns ermöglicht innezuhalten und, unter eventueller Inkaufnahme einer vorübergehenden Frustration, Dinge zu tun, die sich erst langfristig als unserem Wohlergehen zuträglich erweisen. Zum triebhaften, Bottom-Up agierenden Basissystem gehören die in der Tiefe des Gehirns liegenden Angst- und Aggressionszentren sowie die auf das Erleben von angenehmen Gefühlen und von Lust gerichteten Motivationsssysteme (die auch Belohnungssysteme genannt werden). Dieses System will schnelle Spannungsreduktion und Bedürfnisbefriedigung, es lässt uns auf jeden Reiz reflexhaft reagieren und verführt uns, jedes erstbeste Angebot zu ergreifen. Sobald Sättigung eingetreten ist, macht es uns träge und bequem. Das Top-Down wirkende Kontrollsystem besteht aus dem Stirnhirn, einer von Hirnforschern als Präfrontaler Cortex (PFC) bezeichneten Region. Falls es intakt ist, versetzt es uns in die Lage, abwarten, Angebote vergleichen und auf momentane Befriedigung zugunsten eines größeren späteren Vorteils verzichten zu können.

Der Präfrontale Cortex ist eine wahre Wunderkiste. Die hier gelege-



nen neuronalen Netzwerke befähigen den Menschen nicht nur zu intellektuellen Leistungen<sup>2</sup>: Aufmerksamkeitslenkung, Erkennung von in der Außenwelt aktuell gültigen Regeln, rasche Umstellung auf eventuelle neue Regeln, Handlungsplanung und vergleichendes Abwägen mehrerer Handlungsziele. Fast noch erstaunlicher sind seine dem sozialen Zusammenleben dienenden Fähigkeiten: Der Präfrontale Cortex ist in der Lage, Informationen darüber zu speichern, wie sich Dinge, die ich selbst tue, aus der Sicht anderer Menschen darstellen. Damit ermöglicht er das, was wir als Perspektivwechsel bezeichnen und was integraler Bestandteil der menschlichen Fähigkeit ist, andere zu verstehen und sich mitfühlend an ihre Seite zu stellen. Völlig abwegig ist eine gelegentlich zu hörende Sichtweise, nur in den durch das Bottom-Up wirkende Basissystem zum Ausdruck kommenden Verhaltensmerkmalen offenbare sich die »wahre Natur« des Menschen. Selbstkontrolle, Empathie und soziale Kompetenzen seien lediglich eine Art dünne zivilisatorische Tünche. Ausweislich der biologischen Existenz unseres ausgedehnten Präfrontalen Cortex ist die – beim Menschen mehr als bei jedem anderen Säugtier ausgeprägte – Fähigkeit, voraus-

schauend zu handeln, die Perspektive anderer zu berücksichtigen und zu kooperieren, ein integraler Bestandteil unserer natürlichen Bestimmung<sup>3</sup>. Tatsächlich waren diese Fähigkeiten das »evolutionäre Erfolgsticket« der Spezies Homo sapiens<sup>4</sup>.

### **Der Erwerb von Selbstkontrolle: Teil der biologischen Bestimmung des Menschen**

Auch wenn, wie ausgeführt, die dem Menschen durch seinen Präfrontalen Cortex gegebenen Fähigkeiten als Teil seiner biologischen Bestimmung angesehen werden müssen, so sind die sich daraus ergebenden Kompetenzen nicht etwa angeboren. Genetisch mitgegeben ist uns lediglich die *Fähigkeit*, diese Kompetenzen – also Impulskontrolle, Aufmerksamkeitslenkung, vorausschauende Handlungsplanung und Perspektivwechsel – zu erwerben. Unser zentrales Nervensystem folgt der »Use it or lose it«-Regel<sup>5</sup>: Neuronale Netzwerke müssen, um zu funktionieren, eingeübt und in Gebrauch gehalten werden. Die Notwendigkeit des Erwerbs von Fähigkeiten durch Einübung finden wir auch bei zahlreichen anderen biologischen Systemen des Menschen, so zum Beispiel auch bei der Motorik. Kinder, die in den Jahren vor dem Fall des Eisernen

Vorhangs in Rumänien in unmenschlichen Kinderheimen eingesperrt waren, ohne sich bewegen und ihre Muskulatur trainieren zu können, erlitten damals schreckliche Verkrüppelungen. Niemand würde auf die Idee kommen, die Fähigkeit des Menschen, sich zu bewegen und Sport zu betreiben, deshalb nur als »dünne zivilisatorische Tünche« oder Ähnliches zu bezeichnen. Übertragen auf die Fähigkeiten des menschlichen Stirnhirns bedeutet

**Das Stirnhirn versetzt uns in die Lage, auf momentane Befriedigung zugunsten eines späteren Vorteils verzichten zu können.**

dies: Wer es Kindern und Jugendlichen nicht ermöglicht und sie nicht anleitet, die im Präfrontalen Cortex angelegten Kompetenzen zu entwickeln und zu benützen, versündigt sich an der biologischen Reifung des Gehirns der Betroffenen. Was muss geschehen, um diese Reifung zu ermöglichen?

Anders als das bereits bei Geburt neuronal weitgehend gereifte, Bottom-Up wirksame triebhafte Basissystem ist das im Stirnhirn beheimatete Kontrollsystem bei Säuglingen noch nicht in Funktion. Die neuronalen Grundstrukturen dieses Systems sind zwar angelegt, sie reifen

aber erst in den ersten etwa 24–36 Monaten soweit heran, dass hier die ersten, Top-Down agierenden Schaltkreise in Funktion genommen werden können<sup>6</sup>. Säuglinge und Kleinstkinder sind daher zur Selbstkontrolle eigener Spontanimpulse noch nicht in der Lage. Versuche, die Selbstkontrolle – zum Beispiel durch Liebesentzug oder andere Strafen – in sie hinein-zuzwingen, können das Kleinstkind traumatisieren und seine Fähigkeit zum späteren Erwerb von Selbstkontrolle nachhaltig behindern oder zerstören. Dies ist der Grund warum Kinder in den ersten 24 Monaten einer völlig anderen Pädagogik bedürfen als Kindergartenkinder ab dem dritten Lebensjahr. Kleinstkinder bedürfen einer überwiegend dyadischen (Zweier-)Beziehungsgestaltung mit erwachsenen Bezugspersonen, bei der das Kind individuell »gesehen« und gespiegelt wird<sup>7</sup>. Individuelle, dyadische Spiegelungserfahrungen sind erforderlich, um im Säugling und Kleinstkind ein Selbst entstehen zu lassen, denn ohne Selbst kann es später auch keine Selbstkontrolle geben. Dies ist der Grund warum alle Fachleute, in Übereinstimmung mit einer kürzlich dazu vorgelegten Bertelsmann-Studie<sup>8</sup>, in Kitas, in denen Kleinstkinder betreut werden, einen Personalschlüssel von 1:3 für zwingend geboten halten, ein Standard der derzeit fast nirgendwo in Deutschland erreicht wird.

### **Keine Rückkehr zur Schwarzen Pädagogik: Selbststeuerung ist umfassende Selbstfürsorge**

Kinder ab dem dritten Lebensjahr können und sollen aufgrund der bis dahin eingetretenen hinreichenden Reifung des Präfrontalen Cortex beginnen, schrittweise lernen zu warten, zu teilen und ihre Impulse zu dämpfen, jedoch nicht als Selbstzweck, sondern nur dann – und immer dann – wenn es die soziale Situation es erfordert und dem Ziel dient, Kinder oder Jugendliche das Glück gelingender Gemeinschaft erleben zu lassen. Dieses Lernen geschieht im Rahmen eines jahrelangen Dialogprozesses, den wir Erziehung nennen. Erziehung bedarf keiner drakonischen Mittel, sie soll und muss in einer für das Kind spürbar liebevollen Weise stattfinden.

Bedeutsam ist dabei, dass das Kind – und später der oder die Jugendliche – erklärt bekommt, welche Gründe und Zielvorstellungen das Handeln der Erziehenden leiten. Erfahrungsgemäß kann dies in vielen Fällen einvernehmlich geschehen, es kann aber nicht immer zu einem Konsens mit dem Kind oder Jugendlichen kommen. Wo an gut begründeten Grenzssetzungen – zum Wohle des Kindes und seiner Gesundheit – gegen den aktuellen Willen des Kindes festgehalten werden muss, dürfen sich Erziehende nicht verunsichern lassen. Die Befürchtung mancher Eltern, dem Kind seelischen Schaden zuzufügen, wenn sie ihm eine gut begründete Frustration im Einzelfall zumuten müssen, ist unbegründet, im Gegenteil. Was die Einübung der Fähigkeit des Kindes, inzuhalten, sabotiert und der Reifung seines Präfrontalen Cortex schadet, ist, wenn Eltern bei jedem Protest oder jeder Szene, die ihnen das Kind oder der Jugendliche bereitet, nachgeben.

Selbststeuerung ist kein Selbstzweck. Sie ist insbesondere kein gegen die emotionalen Bedürfnisse des Kindes gerichtetes Vorhaben. Daher darf sie nicht auf den Aspekt der Selbstkontrolle, also nicht auf die Top-Down-Kontrolle des triebhaften Basissystems reduziert werden. Selbststeuerung ist mehr als Selbstkontrolle, sie hat beide oben erwähnten Fundamentalsysteme, also den ganzen Menschen im Blick. Sie zielt auf eine Balance zwischen einer hinreichenden Befriedigung der dem triebhaften Basissystem geschuldeten Bedürfnisse einerseits und den auf längerfristiges Wohlergehen und soziale Verträglichkeit gerichteten Zielen des Präfrontalen Cortex andererseits<sup>9</sup>. Selbststeuerung steht im Dienste der Fähigkeit des Kindes, nicht nur im Hier und Jetzt, sondern vor allem im späteren Leben ein gutes Leben führen zu können. Zwei große, über jeweils mehrere Jahrzehnte durchgeführte Studien zeigen, dass Menschen, die in den Kinderjahren kein hinreichendes Maß an Selbstkontrolle entwickeln konnten, als Erwachsene beruflich und sozial schlechter gestellt sind, über weniger gute zwischenmenschliche Beziehungen verfügen, einem höheren Suchtrisiko unterliegen, stärker von Gesundheitsstörungen betroffen sind und häufiger als andere mit dem Gesetz in Konflikt kommen<sup>10</sup>.

### **Gute Selbststeuerung des Kindes erfordert verlässliche Bezugspersonen und die Zusammenarbeit von Eltern und Schulen**

Auch wenn sie für einen wachen Beobachter des Erziehungs-Alltags keine Überraschung mehr sind, so beeindruckten manche Erkenntnisse viele Menschen erst dann, wenn sie im Rahmen entsprechender Experimente einwandfrei belegt werden konnten. Die Fähigkeit von Kindern, die Befriedigung spontaner Bedürfnisse zugunsten eines längerfristigen Zieles aufzuschieben, geht drastisch zurück, wenn Kinder zuvor die Erfahrung gemacht haben, dass Erwachsene nicht verlässlich sind und gegebene Zusagen nicht einhalten. Dies macht durchaus Sinn, denn warum sollten Kinder glauben, es lohne sich – eines zukünftigen Vorteils wegen – einen momentanen Verzicht zu ertragen, wenn sie erleben, dass auf die Zukunft betreffende Aussagen, die Erwachsene machen, kein Verlass ist? Wie oft halten wir Erwachsenen, die wir unter dem Druck von Zeitnot und Alltagsstress stehen, Zusagen, die wir Kindern und Jugendlichen gegeben haben, nicht ein?! Und natürlich schwächen wir die Anstrengungsbereitschaft in der Schule, wenn Jugendliche sehen, dass viele von ihnen nach Verlassen der Schule keinen Ausbildungs- oder Arbeitsplatz finden. Kinder und Jugendliche können die ihnen abzufordernde Selbstkontrolle nur dann entwickeln, wenn sie sich von Beziehungen zu verlässlichen Bezugspersonen getragen fühlen, und wenn sie erkennen, dass auch die Gesellschaft, in der sie leben, ihre Versprechen einer guten Zukunft für alle, die sich anstrengen, einhält.

Wo verlässliche Beziehungen gegeben sind, sind die Voraussetzungen für den Erwerb guter Selbststeuerung vorhanden. Dann aber erweisen Eltern ihren Kindern und Jugendlichen keinen Dienst, wenn sie das Kind von der Verpflichtung entbinden, soziale Regeln zu beachten und die Perspektive ihrer Mitmenschen – seien es Gleichaltrige oder seien es Erwachsene – zu berücksichtigen. Ganz besonders gilt dies für das gute Zusammenleben und für einen gelingenden Unterricht in unseren Schulen. Schulen brauchen eine kritische Begleitung durch die Eltern, doch ebenso wich-

tig ist ein zwischen Elternschaft und Schule bestehendes Grundvertrauen<sup>11</sup>. Angesichts einer unausweichlichen gesellschaftlichen Entwicklung, die beide Elternteile zu Ganztagsberufstätigen hat werden lassen, kommen den Erziehungseinrichtungen – Kitas, Kindergärten und Schulen – zunehmend Erziehungsaufgaben zu, für die sie weithin aber noch nicht gewappnet sind. Kinder und Jugendliche brauchen liebevolle, verlässliche Eltern, ebenso aber auch verlässliche vorschulische Ganztageseinrichtungen und Ganztagschulen mit beziehungs kompetenten Erzieher(inne)n und Lehrkräften. Mit Zuwendung und Liebe alleine ist es in der Pädagogik aber nicht getan. Kinder ab dem dritten Lebensjahr und Jugendliche sollen lernen, sich selbst zu steuern. Erst dann können sie auch erleben, welche kreativen Gestaltungsmöglichkeiten und neuen Freiheitsräume sich ihnen dadurch eröffnen.

### Anmerkungen

- <sup>1</sup> Übersicht bei *Bauer* (2015).
- <sup>2</sup> Die durch den Präfrontalen Cortex ermöglichten intellektuellen Leistungen werden als »Exekutive Funktionen« bezeichnet.

- <sup>3</sup> *Bauer* (2008a).
- <sup>4</sup> *Bauer* (2010).
- <sup>5</sup> *Bauer* (2013).
- <sup>6</sup> Siehe dazu nochmals *Bauer* (2015).
- <sup>7</sup> *Bauer* (2006).
- <sup>8</sup> *Bertelsmann Stiftung* (2014).
- <sup>9</sup> Für eine Übersicht siehe nochmals *Bauer* (2015).
- <sup>10</sup> *Moffitt und Kollegen* (2011), *Casey und Kollegen* (2011).
- <sup>11</sup> *Bauer* (2008b).

### Literatur

*Bauer, J. (2006):* Warum ich fühle, was du fühlst. Intuitive Kommunikation und das Geheimnis der Spiegelneurone. München  
*Bauer, J. (2008a):* Prinzip Menschlichkeit. Warum wir von Natur aus kooperieren. München

*Bauer, J. (2008b):* Lob der Schule. Sieben Perspektiven für Schüler, Lehrer und Eltern. München  
*Bauer, J. (2010):* Das kooperative Gen. München  
*Moffitt, Terrie E. und Kollegen (2011):* A Gradient of Childhood Self-Control Predicts Health, Wealth, and Public Safety. In: PNAS 108/2011, S. 2693–2698  
*Casey, B. J. und Kollegen (2011):* Behavioral and Neural Correlates of Gratification 40 Years Later. In: PNAS 108/2011, S. 14998 – 15003  
*Bauer, J. (2013):* Das Gedächtnis des Körpers. Wie Beziehungen und Lebensstile unsere Gene steuern. München  
*Bauer, J. (2015):* Selbststeuerung. Die Wiederentdeckung des freien Willens. München  
*Bertelsmann Stiftung (2014):* Qualitätsausbau in Kitas. Gütersloh

Prof. Dr. med. Joachim Bauer arbeitet als Arzt am Uniklinikum Freiburg im Breisgau. Für seine neurobiologischen Forschungsarbeiten wurde er mit dem renommierten Organon-Forschungspreis der Deutschen Gesellschaft für Biologische Psychiatrie ausgezeichnet. Bauer ist Autor viel beachteter Sachbücher. In diesem Frühjahr erschien im Blessing-Verlag sein neues Buch »Selbststeuerung – Die Wiederentdeckung des freien Willens«.

Adresse: Klinik für Psychosomatische Medizin, Uniklinikum Freiburg, Hauptstrasse 8, 79104 Freiburg  
 E-Mail: joachim.bauer@uniklinik-freiburg.de  
 Homepage: www.psychotherapie-prof-bauer.de

Jürg Rüedi (www.disziplin.ch)

# Disziplin und Selbstdisziplin in der Schule

## Das Standardwerk neu bearbeitet



ISBN 978-3-258-07795-6

«Eine sehr wertvolle Anleitung für Lehrkräfte ..., um mit einem Kernproblem des Unterrichts produktiv umzugehen.»  
 Prof. Dr. H. Fend  
 Universität Zürich

Wie soll heute eine Klasse geführt werden? Wie lassen sich Disziplin und Selbstdisziplin begründen? Wie kann die Lehrperson ihr Disziplin-Ziel erreichen? Wie kann sie gleichzeitig die Selbstdisziplin ihrer Schülerinnen und Schüler fördern?



ISBN 978-3-456-84882-2

«Für im täglichen Schulalltag stehende Lehrpersonen sind die vielen konkreten Fallbeispiele, eingestreut in verschiedene thematische Bereiche, besonders nützlich – nicht zuletzt auch, weil sie die dargestellten Theorien anschaulich illustrieren.»  
 Prof. Dr. Jürg Frick, Pädagogische Hochschule Zürich

«Was mir an Ruedis Buch gut gefällt, ist die gelungene Kombination von Praxisnähe und wissenschaftlicher Fundiertheit. Konkrete Situationen aus dem Unterricht werden beschrieben, analysiert und theoretisch untermauert. Insgesamt ein Buch, das das

Thema Disziplin sehr differenziert und umfassend (z.B. Beziehungspflege, Strafen) behandelt, viele konkrete Tipps und Hilfen gibt, aber immer auch klar Position bezieht. Fazit: lohnens- und empfehlenswert!»  
 Josef Willi, Bündner Schulblatt, 1. August 2012.

«Rüedi ist eine gründliche, gehaltvolle, aufklärende und gut lesbare Auseinandersetzung mit der Disziplinproblematik gelungen. Man kann sein Buch als Kompendium bezeichnen.»  
 Prof. Dr. Michael Fuchs, Pädagogische Hochschule Luzern

# PÄDAGOGIK

## Einzelheftbestellung

2005 – 2017

Bitte senden Sie die angegebenen Hefte an:

Name	Datum
Straße	Unterschrift
PLZ, Ort	

Mit diesem Formular können Sie Einzelhefte der Zeitschrift PÄDAGOGIK bestellen. Wählen Sie aus und schicken Sie diese Seite an den Pädagogische Beiträge Verlag. Selbstverständlich können Sie auch faxen oder mailen.

**Pädagogische Beiträge Verlag**  
**Rothenbaumchaussee 11**  
**20148 Hamburg**

Fax: (0 40) 4 10 85 64  
 E-Mail: [paedagogik-einzelheft@web.de](mailto:paedagogik-einzelheft@web.de)

Preise ab 1990: Einzelheft € 5,00; Doppelheft € 7,50.  
 Preise ab Heft 7-8/2001: Einzelheft € 6,00; Doppelheft € 8,50.  
 Preise ab 7-8/2005: Einzelheft € 6,50; Doppelheft € 9,00;  
 Preise ab 1/2015: Einzelheft € 9,50; Doppelheft € 12,00.  
 Bei Bestellungen ab 20 Exemplare: Einzelheft € 4,50; Doppelheft € 6,50; alle Preise zuzüglich Versandkosten.

<input type="checkbox"/>	<b>2005</b>	<input type="checkbox"/>	<b>2008</b>	<input type="checkbox"/>	<b>2013</b>
<input type="checkbox"/>	1/05 Aufmerksamkeit	<input type="checkbox"/>	1/08 Projektunterricht gestalten	<input type="checkbox"/>	1/13 Praxishilfen Lehreralltag
<input type="checkbox"/>	2/05 Suchtprävention	<input type="checkbox"/>	2/08 Respekt und Anerkennung	<input type="checkbox"/>	2/13 Individualisierung im Fachunterricht
<input type="checkbox"/>	3/05 Beim Lernen helfen	<input type="checkbox"/>	3/08 Aufgabenkultur	<input type="checkbox"/>	3/13 Hausaufgaben
<input type="checkbox"/>	4/05 Krisen – Unfälle – Reaktionen – Hilfe	<input type="checkbox"/>	4/08 Schulinterne Curricula	<input type="checkbox"/>	4/13 Schülerkrisen
<input type="checkbox"/>	5/05 Tests und Unterrichtsqualität	<input type="checkbox"/>	5/08 Medienwelten – Jugendwelten	<input type="checkbox"/>	5/13 Schwer erreichbare Eltern
<input type="checkbox"/>	6/05 Beraten	<input type="checkbox"/>	6/08 Lernen inszenieren – Interesse wecken	<input type="checkbox"/>	6/13 Gesundheit und gute Schule
<input type="checkbox"/>	7-8/05 Lehrerbildung unterstützt Schulentwicklung/Pensionierung. Abschied vom Beruf	<input type="checkbox"/>	7-8/08 Regionale Bildungsnetzwerke/ Kulturtechniken – neu betrachtet	<input type="checkbox"/>	7-8/13 Lehrersprache und Gesprächsführung/Allgemeinwissen
<input type="checkbox"/>	9/05 Standards für pädagogisches Handeln	<input type="checkbox"/>	9/08 Techniken für selbstständiges Arbeiten	<input type="checkbox"/>	9/13 Auf dem Weg zur Inklusion
<input type="checkbox"/>	10/05 Bewegter Unterricht	<input type="checkbox"/>	10/08 Spannungen im Kollegium	<input type="checkbox"/>	10/13 Wie Lehrer lernen
<input type="checkbox"/>	11/05 Intelligentes Üben	<input type="checkbox"/>	11/08 Vor der Klasse stehen	<input type="checkbox"/>	11/13 Mit neuen Anforderungen umgehen
<input type="checkbox"/>	12/05 Dem Lernen Zeit geben (vergr.)	<input type="checkbox"/>	12/08 Regeln – Grenzen – Konsequenzen (vergr.)	<input type="checkbox"/>	12/13 Praxishilfen Schulentwicklung
<input type="checkbox"/>	<b>2006</b>	<input type="checkbox"/>	<b>2009</b>	<input type="checkbox"/>	<b>2014</b>
<input type="checkbox"/>	1/06 Individualisierung	<input type="checkbox"/>	1/09 Gesprächsführung (vergr.)	<input type="checkbox"/>	1/14 Direkte Instruktion
<input type="checkbox"/>	2/06 Autorität	<input type="checkbox"/>	2/09 Classroom Management (vergr.)	<input type="checkbox"/>	2/14 Sich als Schüler selbst motivieren
<input type="checkbox"/>	3/06 Schulentwicklung – Widersprüche, Problemzonen, Perspektiven	<input type="checkbox"/>	3/09 Unterstützungssysteme	<input type="checkbox"/>	3/14 Fordern und Fördern
<input type="checkbox"/>	4/06 Mittelstufe neu gestalten	<input type="checkbox"/>	4/09 Offenen Unterricht weiterentwickeln	<input type="checkbox"/>	4/14 Feedback im Unterricht (vergr.)
<input type="checkbox"/>	5/06 Kritikfähigkeit	<input type="checkbox"/>	5/09 Übergang Schule – Beruf	<input type="checkbox"/>	5/14 Ein Bildungsminimum erreichen
<input type="checkbox"/>	6/06 Erfahrungslernen im Fachunterricht	<input type="checkbox"/>	6/09 Leistung sehen, fördern, bewerten (vergr.)	<input type="checkbox"/>	6/14 Kulturelle Schulentwicklung
<input type="checkbox"/>	7-8/06 Konkurrenz der Weltbilder/Gesamtschule – Umgang mit Heterogenität	<input type="checkbox"/>	7-8/09 Schülerbeteiligung/Erinnern	<input type="checkbox"/>	7-8/14 Herausforderungen/ Klassenklima – Schulklima
<input type="checkbox"/>	9/06 Neue Wege in der Elternarbeit	<input type="checkbox"/>	9/09 Praktikanten, Referendare und Mentoren	<input type="checkbox"/>	9/14 Über Unterricht sprechen
<input type="checkbox"/>	10/06 Selbstständige Schule	<input type="checkbox"/>	10/09 Arbeitsfreude	<input type="checkbox"/>	10/14 Lernarrangements gestalten
<input type="checkbox"/>	11/06 Konflikte lösen	<input type="checkbox"/>	11/09 Neue Tipps für guten Unterricht	<input type="checkbox"/>	11/14 Schülerinnen und Schüler beteiligen
<input type="checkbox"/>	12/06 Kreativer Unterricht (vergr.)	<input type="checkbox"/>	12/09 Diagnostizieren und Fördern (vergr.)	<input type="checkbox"/>	12/14 Umgangsformen in der Schule
<input type="checkbox"/>	<b>2007</b>	<input type="checkbox"/>	<b>2010</b>	<input type="checkbox"/>	<b>2015</b>
<input type="checkbox"/>	1/07 Ordnung und Disziplin	<input type="checkbox"/>	1/10 Teamarbeit und Unterrichtsentwicklung	<input type="checkbox"/>	1/15 Den Lehreralltag gut organisieren
<input type="checkbox"/>	2/07 Unterricht evaluieren und entwickeln	<input type="checkbox"/>	2/10 Rechtsextremismus und Schule	<input type="checkbox"/>	2/15 Selbstständiges Lernen im Unterricht fördern
<input type="checkbox"/>	3/07 Zentrale Prüfungen	<input type="checkbox"/>	3/10 Alternativen zum 45-Minuten-Takt	<input type="checkbox"/>	3/15 Methodenkompetenz bei Schülern
<input type="checkbox"/>	4/07 Arbeiten im Team	<input type="checkbox"/>	4/10 Schule als Erfahrungsraum	<input type="checkbox"/>	4/15 Lesekultur
<input type="checkbox"/>	5/07 Brennpunktschulen	<input type="checkbox"/>	5/10 Die eigene Schule umbauen	<input type="checkbox"/>	5/15 Kognitiv aktivieren
<input type="checkbox"/>	6/07 Lesen und Verstehen	<input type="checkbox"/>	6/10 Sprachkompetenz fördern	<input type="checkbox"/>	6/15 Schule in Bewegung
<input type="checkbox"/>	7-8/07 Selbstregulation lernen/ Schulkultur gestalten	<input type="checkbox"/>	7-8/10 Reformpädagogik – Nähe – Distanz/ Web 2.0 im Unterricht	<input type="checkbox"/>	7-8/15 Bildung für nachhaltige Entwicklung/ Armut in der Schule
<input type="checkbox"/>	9/07 Beruf: LehrerIn	<input type="checkbox"/>	9/10 Sexuelle Gewalt und Schule	<input type="checkbox"/>	9/15 Schule im Netzwerk gestalten
<input type="checkbox"/>	10/07 Unterricht vorbereiten	<input type="checkbox"/>	10/10 Belastung – Entlastung	<input type="checkbox"/>	10/15 Mit Muße lernen
<input type="checkbox"/>	11/07 Instruktion im Unterricht	<input type="checkbox"/>	11/10 Binnendifferenzierung konkret (vergr.)	<input type="checkbox"/>	11/15 Gespräche und Konferenzen führen
<input type="checkbox"/>	12/07 Umgang mit Heterogenität (vergr.)	<input type="checkbox"/>	12/10 Lernen sichtbar machen	<input type="checkbox"/>	12/15 Inklusion konkret
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<b>2011</b>	<input type="checkbox"/>	<b>2016</b>
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	1/11 Mobbing (vergr.)	<input type="checkbox"/>	1/16 Klassenführung
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	2/11 Schüler beim Lernen beraten (vergr.)	<input type="checkbox"/>	2/16 Unterricht spannend gestalten
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	3/11 Jungen fördern	<input type="checkbox"/>	3/16 Freie Lernzeiten gestalten
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	4/11 Lernen durch Engagement	<input type="checkbox"/>	4/16 Flüchtlinge in der Schule
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	5/11 Mit Lücken umgehen	<input type="checkbox"/>	5/16 Anerkennung
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	6/11 Pubertät	<input type="checkbox"/>	6/16 Digitales Lernen
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	7-8/11 Fächerverbindendes Lernen/ Strukturen im Kollegium schaffen	<input type="checkbox"/>	7-8/16 Coaching und Supervision/Unterricht strukturieren und moderieren
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	9/11 Vielfalt gestalten	<input type="checkbox"/>	9/16 Binnendifferenzierung
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	10/11 Schulinterne Fortbildung	<input type="checkbox"/>	10/16 Schreiben
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	11/11 Mit schwierigen Schülern umgehen (vergr.)	<input type="checkbox"/>	11/16 Verhaltensauffällige Schüler
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	12/11 Präsentieren lernen	<input type="checkbox"/>	12/16 Aufgaben
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<b>2012</b>	<input type="checkbox"/>	<b>2017</b>
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	1/12 Arbeitsdisziplin	<input type="checkbox"/>	1/17 Flexibel handeln im Unterricht
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	2/12 Fördernde Bewertung (vergr.)	<input type="checkbox"/>	2/17 Systematisch diagnostizieren
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	3/12 Praxishilfen Klassenleitung (vergr.)	<input type="checkbox"/>	3/17 Geflüchtete Kinder und Jugendliche
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	4/12 Lehren gemeinsam verbessern	<input type="checkbox"/>	4/17 Schülern etwas zutrauen
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	5/12 Die neue Sekundarschule	<input type="checkbox"/>	5/17 Schulinterne Evaluation
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	6/12 Schüler als Lernhelfer	<input type="checkbox"/>	6/17 Von der Alltags- zur Bildungssprache
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	7-8/12 Problemlösendes Lernen/ Lernen für die Welt von morgen	<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	9/12 Schulverweigerung (vergr.)	<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	10/12 Lehren und Lernen ohne Worte	<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	11/12 Gewaltprävention	<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	12/12 Üben – Anwenden – Vertiefen	<input type="checkbox"/>	