

Themenbereich **Herausfordernde Situationen**

Umgang mit aggressivem und gewaltbereitem Verhalten

von Dr. Jan-Erik Schmidt, Schulpsychologische Beratungsstelle Tübingen (Stand: 09/2021)

Aggressives und gewaltbereites Verhalten von Schülerinnen und Schülern kann für uns und für Mitschülerinnen und Mitschüler sehr belastend sein. Der folgende Text soll einige zentrale Hinweise geben, was man kurzfristig in einer akuten Situation tun kann und soll. Zunächst geht es um leichtere Fälle und dann um schwerere Fälle, bei denen Schülerinnen und Schüler evtl. die Kontrolle über ihr Verhalten verloren haben. Zudem gibt der Text Hinweise, wie man Schülerinnen und Schüler längerfristig dabei unterstützen kann, sich friedlich und respektvoll zu verhalten. Die beschriebenen Beispiele können Sie gerne an Ihre persönliche Art, sich auszudrücken, anpassen.

Aggressives Verhalten ist in den allermeisten Fällen Ausdruck einer Überforderung. Schülerinnen und Schüler können z.B. damit überfordert sein zu verstehen, was sie im Unterricht tun oder wie sie mit Mitschülerinnen und Mitschülern umgehen sollen.

Fast immer hat aggressives Verhalten einen Vorlauf, bei dem sich mehrere Ereignisse angehäuft, Ärger aufgestaut hat und das Fass sozusagen „überläuft“. In seltenen Fällen kann sich hinter aggressivem Verhalten eine geplante Absicht verbergen. Der Umgang damit ist aber zunächst nicht anders.

Es folgen zunächst Hinweise für den Umgang mit leichteren Fällen (Beschimpfungen, bedrohliche Gesten, abwertende Anrede, leichte Gewalt gegen Sachen etc.); im Anschluss dann Hinweise für schwere Fälle (schwere Drohungen, körperliche Angriffe, unkontrollierte Beschimpfungen, Zerstörung von Sachen etc.).

1. Leichtere Fälle von aggressivem Verhalten

Mit leichteren Fällen ist hier gemeint, dass Schülerinnen und Schüler ansprechbar sind und ihr Verhalten selber steuern können. Es ist gut, wenn wir *frühzeitig* auf die Einhaltung von Regeln, z.B. den respektvollen Umgang miteinander hinweisen. Dabei sind folgende Schritte günstig:

- Sagen Sie der Schülerin oder dem Schüler in ruhigem Ton, wie Sie möchten, dass sie oder er sich verhält. Dabei kann es hilfreich sein, sich auf die Schulregeln oder -werte zu beziehen. Zum Beispiel können Sie, wenn jemand eine abwertende Anrede verwendet, sagen: *„Wir haben ja die Regel, dass wir respektvoll miteinander umgehen wollen und deshalb möchten wir auch, dass wir uns höflich ansprechen. Bitte sage beim nächsten Mal den Namen, wenn Du jemanden ansprichst.“*
- Zeigen Sie dann Interesse an dem, was der oder die Angesprochene dazu sagt und fragen Sie ggf. nach um zu verstehen, was die Aggression evtl. ausgelöst hat.
- Manchmal ist es hilfreich, wenn Sie erklären, warum das den Erwachsenen so wichtig ist. Z.B. *„Wenn wir uns hier abwertend anreden, dann wird unsere Atmosphäre schlechter. Dann können wir nicht mehr so gut lernen.“*
- Zeigen Sie Verständnis für das, was die Schülerin oder den Schüler geärgert hat, aber wiederholen Sie nochmal, dass Sie trotzdem möchten, dass der respektvolle Umgang eingehalten

wird. „Das verstehe ich, dass das für Dich ärgerlich war, trotzdem ist mir wichtig, dass Du es schaffst, die anderen respektvoll - mit ihrem richtigen Namen - anzusprechen.“

- Es ist sehr wirksam, wenn es Ihnen gelingt, in der Folgezeit nach einer solchen Interaktion der Schülerin oder dem Schüler kleine positive Signale der Zustimmung und der Bestätigung zuzusenden, wenn er oder sie sich respektvoll verhält, z.B.: ein Nicken oder eine kleine Geste wie ein nach oben zeigender Daumen.
- Evtl. berichten Ihnen die Schülerinnen und Schüler über ernsthafte Schwierigkeiten im Hintergrund, die sie nicht alleine lösen können. Beraten Sie dann mit Kolleginnen und Kollegen, wo und von wem die Schülerin oder der Schüler Unterstützung bekommen kann, diese Probleme zu lösen. Es ist gut, damit nicht lange zu warten.

2. Schwerere Fälle von aggressiven Ausbrüchen

In den Fällen, in denen sich Erfahrungen von Misserfolg und Überforderung aufgestaut haben und das Fass überläuft, ist ein typischer Verlauf der, dass aggressive Äußerungen und der körperliche Ausdruck schrittweise zunehmen und es dann zu einem - meist unkontrollierten - Ausbruch kommt. Dieser endet typischerweise innerhalb weniger Minuten und anschließend tritt eine Phase der Erschöpfung und Ruhe ein.

2.1 SICH UNTERSTÜTZUNG HOLEN

Grundsätzlich gilt, dass man mit schwierigen Situationen, bei denen aggressives Verhalten eine Rolle spielt, nicht alleine klarkommen muss. **Sie dürfen sich zu jedem Zeitpunkt Hilfe und Rat holen und es ist professionell richtig, dies zu tun.**

2.2 KURZFRISTIGE REAKTIONSMÖGLICHKEITEN

Wenn Sie akut mit einer Schülerin oder einem Schüler, der oder die sich aggressiv verhält, in einem Raum sind oder hinzukommen, gilt es zunächst, die Folgen zu minimieren. Dabei können folgende Schritte helfen:

- Sich innerlich kurz darauf vorbereiten, gleich für Schutz einzutreten, etwa mit einem tiefen Atemzug.
- Sich deutlich bemerkbar machen, z.B. mit einem lauten Ton oder Ruf und mit kurzen Anweisungen wie „Stopp“ oder „Geht zurück“ **zu einem Abbruch aufrufen.**
- **Andere** Schülerinnen und Schüler **abschirmen** und zum Verlassen der Situation auffordern.
- Der Schülerin / dem Schüler **helfen, sich zu beruhigen** durch eine dann ruhige Stimme, Abstand halten, Gesten der Beruhigung wie z.B. das Senken der Arme und einfache Worte wie z.B. „jetzt beruhigen“.
- Wenn Sie sich selber bedroht fühlen oder den Eindruck haben, keinen Einfluss auf die Situation zu gewinnen, dann **holen Sie Hilfe.**

Es ist nicht sinnvoll, während einer aggressiven Phase oder unmittelbar danach die Situation zu besprechen, sondern die Beruhigung weiter zu unterstützen.

2.3 SICH AUF KURZFRISTIGE REAKTIONEN VORBEREITEN

Zur Vorbereitung auf eine akute Situation können Sie überlegen ...

- wie Sie sich, wenn nötig, deutlich bemerkbar machen können (klatschen, rufen, ein Buch auf den Tisch knallen, pfeifen etc.), damit Ihnen dies im Fall des Falles schnell einfällt.
- wie Sie, wenn nötig, Hilfe holen. Welche Routinen gibt es dazu an Ihrer Schule? Zu wem können Sie gehen?
- wie sie auf die Schülerinnen und Schüler an Ihrer Schule am besten beruhigend einwirken können. Welche Gesten und welche Worte sind hier angebracht und passen zu Ihnen. Vielleicht können Sie andere Kolleginnen und Kollegen nach deren Erfahrungen fragen.

2.4 NACHFOLGENDE (LANGFRISTIGE) HANDLUNGSOPTIONEN

GESPRÄCHE ÜBER ERWÜNSCHTES VERHALTEN

Um nach einem aggressiven Verhalten dafür zu sorgen, dass dies seltener und schwächer wird, sind lösungsorientierte Gespräche mit den Schülerinnen und Schülern und deren Unterstützung in der Folgezeit das Mittel der Wahl. Folgende Elemente helfen dabei, dass diese Gespräche wirksam sind:

- Kündigen Sie das Gespräch im Vorfeld an.
- Sagen Sie, wozu Sie das Gespräch führen wollen, z.B. „Ich möchte heute nach der Stunde gerne mit Dir sprechen, damit Du lernen kannst, in Zukunft ruhiger mit einer Situation umzugehen, die vielleicht schwierig für Dich ist.“
- In einem solchen Gespräch hat sich ein Vorgehen in drei Schritten bewährt:
 1. Wiederholen Sie nochmal, wozu Ihnen das Gespräch wichtig ist und welchen Lernschritt Sie sich von der Schülerin bzw. dem Schüler wünschen.
 2. Fragen Sie die Schülerin/den Schüler nach ihrer/seiner Sichtweise. Nehmen Sie sich für diesen Schritt ausführlich Zeit. Wie stellt sich die Schwierigkeit aus ihrer/seiner Sicht dar? Dies soll dazu führen, dass Sie beide verstehen, was an der Situation für die Schülerin oder den Schüler schwierig ist und dass die Schülerin oder der Schüler merkt, dass Sie Verständnis für sie bzw. ihn haben oder entwickeln.
 3. Fragen Sie die Schülerin oder den Schüler nach Ideen, was ihr/ihm auf dem Weg helfen könnte. Diskutieren Sie die Ideen. Vielleicht haben Sie auch Vorschläge. Helfen Sie dabei, dass konkrete Maßnahmen realistisch bleiben. Wenn möglich, treffen Sie eine kleine Vereinbarung, wer in nächster Zeit was tut. Vielleicht können Sie auch etwas beitragen, um die Schülerin oder den Schüler zu unterstützen.
- Vereinbaren Sie ein erneutes, evtl. nur kurzes Gespräch um auszuwerten, wie der Fortschritt ist.

KLEINE FORTSCHRITTE BEMERKEN UND DARAUF REAGIEREN

Achten Sie in der nächsten Zeit darauf, wann und wie die Schülerin oder der Schüler sich bemüht, sich besser zu verhalten und zeigen Sie mit kleinen Gesten (ein deutlicher Blick mit Lächeln, ein Daumen hoch, ein Nicken), dass Sie das bemerken. Positive Reaktionen auf erwünschtes Verhalten helfen Schülerinnen und Schülern erwiesenermaßen deutlich stärker, richtiges Verhalten zu lernen, als Hinweise auf unerwünschtes Verhalten.

UNTERSTÜTZUNG FÜR SICH SELBST UND DIE SCHÜLERIN / DEN SCHÜLER ORGANISIEREN

Auch wenn das oben beschriebene Vorgehen viel Aussicht auf Erfolg hat, wird es vermutlich nicht in allen Fällen ausreichen. Es ist normal, dass manchmal mehrere Erwachsene zusammenarbeiten müssen, um Schülerinnen und Schüler zu unterstützen. Mögliche weitere Unterstützungswege sind:

- Klären, wer die richtige Person für Gespräche mit Eltern ist und dies vorschlagen
- Bei Kolleginnen und Kollegen um Rat bitten
- Schulische Unterstützungssysteme, wie z.B. Beratungslehrkräfte oder Schulsozialarbeiterinnen und Schulsozialarbeiter, um Hilfe bitten
- An die zuständige Schulpsychologische Beratungsstelle wenden

Literatur

Petermann, F., Döpfner, M. & Schmidt, M.H. (2008). *Ratgeber Aggressives Verhalten. Informationen für Betroffene, Lehrer und Erzieher.* (2. Aufl.) Bern: Hogrefe.

Greene, R. W. (2019). *Verloren in der Schule: Wie wir herausfordernden Kindern helfen können.* Bern: Hogrefe.

Weiterführende Informationen

Angebote der Schulpsychologischen Dienste und Kontaktdaten der Schulpsychologischen Beratungsstellen:
www.zsl-bw.de/schulpsychologische-dienste

Wesuls, R.; Heinzmann, T.; Brinker, L (2005). *Professionelles Deeskalationsmanagement (ProDeMa). Praxisleitfaden zum Umgang mit Gewalt und Aggression in den Gesundheitsberufen.* 4. Aufl. Unfallkasse Baden-Württemberg. Abgerufen von https://www.gesundheitsdienstportal.de/risiko-uebergreif/infoplus/5_4_3b.pdf [22.07.2021]