



Universität Regensburg

Zusatzstudium

# **Psychologie für die Schule**

## ***Beispiel Projektskizze***

*PfSPO §3*

Name:

Matr.-Nr.:

Studiengang/Fächerkombination:

Aktuelles Fachsemester:

Universität Regensburg

Fakultät für Humanwissenschaften

Institut für Psychologie

Lehrstuhl für Sozial-, Arbeits-, Organisations- und Wirtschaftspsychologie

## **Beispiellösung einer Projektskizze**

### **Vorschläge zur Verbesserung des Schulsystems/des Schulalltags**

#### **Aufgabenstellung:**

Bitte stellen Sie **fünf Vorschläge** mit je einer **kurzen psychologischen Begründung** dar, wie man aus Ihrer Sicht das deutsche/ bayerische *Schulsystem verbessern bzw. verstärkt* ausrichten könnte **auf das psychische Wohlergehen** aller Beteiligten.

Das können große Veränderungen sein (z.B. Abschaffung des gegliederten Schulsystems) oder kleine Veränderungen (z.B. Abschaffung von unangekündigten Leistungsnachweisen).

#### **Anforderung - Auszug Prüfungsordnung PfSPO §3 Abs. 2:**

Im Rahmen der einzureichenden Projektskizze sollen fünf wissenschaftlich-psychologische Vorschläge für Veränderungsmöglichkeiten zur Optimierung psychischer Prozesse im schulischen Kontext dargestellt werden. Die Projektskizze soll einen Umfang von 3 bis 4 Seiten aufweisen. Bewertet werden die Kompetenzen „Fähigkeit zum wissenschaftlichen Denken und Verständnis für psychologische Zusammenhänge. Die in Satz 3 genannten zu überprüfenden Kompetenzen werden durch zwei Prüferinnen oder Prüfer jeweils mittels einer Punktskala von 1 - 15 bewertet und die jeweils vergebenen Punktzahlen anschließend gemittelt. Die Eignung ist nachgewiesen, wenn in beiden der in Satz 3 genannten Kompetenzen mindestens acht Punkte erreicht wurden.

## **Bearbeitung (Beispiel):**

### **1. Vorschlag: Große Leistungsnachweise sollten ausschließlich am frühen Vormittag geschrieben werden.**

Begründung:

Viele SuS haben am Tag einer Prüfung negative Gefühle wie Angst, Nervosität, Verunsicherung. Diese Gefühle verursachen Stress und fressen Ressourcen. Dies führt dazu, dass die kognitive Leistungsfähigkeit im Laufe des Vormittags abnimmt und die negativen Gefühle im Zweifel zunehmen. Aus dieser Perspektive ist es ratsam, eine Prüfung so früh wie möglich am Tag anzusetzen.

Es ist aber auch bekannt, dass Menschen bzgl. ihres Biorhythmus in unterschiedliche Typen unterteilbar sind (Lerchen vs. Eulen). D.h. die Leistungsfähigkeit ist zu unterschiedlichen Tageszeiten am höchsten (Hecht et al., 2013). Insbesondere spätaktive Menschen (wozu Teenager häufig gehören) erreichen erst ab ca. 9 Uhr vormittags die volle kognitive Leistungsfähigkeit.

Deswegen ist es insgesamt ratsam, Prüfungen in der zweiten bzw. dritten Unterrichtsstunde anzusetzen.

### **2. Vorschlag: Alle Lehrkräfte sollten verstärkt in psychologischem Know-how geschult werden.**

Begründung:

Der Beruf der Lehrkraft birgt durch seine vielfältigen Aufgabenstellungen (z.B. pädagogisch, kognitiv, organisatorisch, sozial) sowie durch teils erschwerende Umstände (z.B. überfüllte Klassen; z.T. viele SuS mit besonderen Bedürfnissen durch die steigende Zahl psychischer Erkrankungen) einige Gefahren für die psychische Gesundheit der Lehrkräfte. Damit zusammen hängt die langfristige Belastbarkeit im Arbeitsalltag sowie die Arbeitszufriedenheit (DAK-Gesundheit, 2016).

Lehrkräfte können sich um ihr eigenes psychisches Wohlbefinden sowie um das der SuS kompetenter kümmern, wenn sie schon frühzeitig sowohl Wissen wie auch konkrete

Techniken zum kompetenten Arbeitsverhalten im Schulalltag mit dem Ziel der Aufrechterhaltung der psychischen Gesundheit aller Beteiligten im System Schule vermittelt bekommen. Im Laufe des Berufslebens sollten Wissen und Skills regelmäßig aktualisiert und erweitert werden sowie Gelegenheiten gegeben werden, sich im professionellen Kontext darüber auszutauschen.

3. Vorschlag
4. Vorschlag
5. etc...

**Literatur:** *(falls Quellen verwendet werden, bitte hier angeben)*

DAK-Gesundheit. (2016). *Gesundheitsfalle Schule: Wie Lehrer unter psychischer Dauerbelastung leiden*. Hamburg: DAK-Gesundheit.

Hecht, K., Poppei, M., Engfer, A., & Peter, J. H. (Eds.). (2013). *Schlaf, Gesundheit, Leistungsfähigkeit*. Springer-Verlag.

### **Plagiatserklärung**

Hiermit erkläre ich, dass ich die vorliegende Arbeit selbständig verfasst, keine anderen als die angegebenen Quellen und Hilfsmittel benutzt und alle Stellen der Arbeit, die anderen Werken dem Wortlaut oder dem Sinn nach entnommen sind, in jedem einzelnen Fall kenntlich gemacht habe.

---

Ort, Datum

Unterschrift