Zeitschrift: Schweizer Schule

Herausgeber: Christlicher Lehrer- und Erzieherverein der Schweiz

Band: 83 (1996)

Heft: 3: Arbeitsplatz Schule : gern zur Schule gehen

Artikel: Wenn ich in der Schule einsam bin, dann schwänze ich... : wie bewältigen Jugendliche negative Gefühle in der Schule?

Autor: Blöchliger Moritzi, Anita

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-528033

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 17.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Anita Blöchliger Moritzi

Wenn ich in der Schule einsam bin, dann schwänze ich…

Wie bewältigen Jugendliche negative Gefühle in der Schule?

Negative Gefühle wurden im Zusammenhang mit Leistung und Schulversagen schon oft untersucht. Bekannt sind Prüfungs- oder Schulangst. Demgegenüber findet sich wenig Literatur zu Gefühlen, die nicht direkt im Zusammenhang mit Leistung stehen, wie zum Beispiel Einsamkeit oder Unglücklichsein. In unserer Untersuchung haben wir alle drei Gefühle untersucht: Einsamkeit, Unglücklichsein und Angst.

Schülerinnen und Schüler gaben im Rahmen einer Fragebogenerhebung der Universität Zürich (1992) Auskunft über ihre negativen Gefühle. Sie hatten dabei Satzanfänge wie «In der Schule habe ich Angst,…», «Wenn ich in der Schule einsam bin,…», «Wenn ich in der Schule unglücklich bin,…» mit ihren Gedanken zu ergänzen.

Diese Untersuchung sollte uns Antworten auf folgende Fragen geben:
1. Welche negativen Gefühle äussern Jugendliche der Oberstufe?
2. Welche Strategien zur Bewältigung dieser negativen Gefühle entwikkeln sie?
3. Gibt es gruppenspezifische Unterschiede bezüglich des Alters, der Schulform (Gymnasium – Realstufe) und des Geschlechts?

Was wissen wir über die Gefühle der Jugendlichen?

Emotionen sind für Unterricht und Lernen von zentraler Bedeutung. Sie bilden die Motivationsquelle für Lehrkräfte und Lernende und sind damit Einflussfaktoren für Lernprozesse. Sie können das Lernen sowohl negativ beeinflussen, d. h. blockieren, als auch qualitativ steigern. Positive und negative Gefühle sind für die Persönlichkeitsentwicklung und die seelische Befindlichkeit zentral.

Emotionen können das Lernen sowohl blockieren als auch steigern.

Nach *Fend* (1990) zeigen sich Jugendliche als pragmatisch orientierte, selbstbewusste und sozial extravertierte Gruppe, die einen hohen Grad an Informiertheit und Interesse an anderen Menschen zeigt, aber gleichzeitig auch kritisch zur Zukunft steht und Zukunftsskepsis äussert. Das Verhältnis zu den Eltern ist «kommunikations-intensiv und konfliktoffen». Möglichkeiten zu Konsum werden intensiv genutzt, soziale Kontakte und Freundschaften zu Peers vermitteln Sicherheit und Selbstbewusstsein. Leistungserwartungen werden nicht mehr kritiklos erfüllt. Die Gefühle gegenüber der Familie und der Schule kühlen sich im Lauf der Entwicklung ab.

Aufgrund vorliegender Forschungen von *Fend* (1990), der eine zunehmende Instabilität der Gefühlskontrolle bei Mädchen und zunehmende Stabili-

tät bei Buben festgestellt hat, sowie von *Horstkemper* (1989), die nachgewiesen hat, dass das Selbstvertrauen der Mädchen vom 10. bis 15. Altersjahr weniger stark ansteigt als bei Buben, gingen wir davon aus, dass die grössten Unterschiede unter den Jugendlichen nicht zwischen den Jugendlichen in einzelnen Schulformen (Real/Gymnasium) vorkommen, sondern zwischen den Geschlechtern.

Wir erwarteten also von Mädchen deutlich mehr und andere Aussagen zu Einsamkeit, Unglücklichsein und zu Angst als von den Buben. Weiter gingen wir davon aus, dass beide Geschlechter in allen Altersstufen und Schulformen mit ihren Problemen zu ihren Freundinnen und Freunden gehen.

Jugendliche wissen, worunter sie leiden

Die Analyse der drei Satzergänzungen zur Bewältigung negativer Gefühle der Jugendlichen hat gezeigt, dass negative Gefühle genau beschrieben werden, dass sie den Jugendlichen bewusst sind und dass Jugendliche sagen können, wie sie damit umgehen, d.h. sie verfügen über ein Set von Bewältigungsstrategien.

Allgemeine Aussagen zur gesamten Altersstufe sind nur mit Vorbehalt möglich. Sobald in Geschlecht, Alter und Schulform ausdifferenziert wird, treten Unterschiede auf, die Verallgemeinerungen nicht zulassen.

Einsamkeit und ihre Bewältigung

Von allen drei negativen Emotionen wurde zu Einsamkeit von den Jugendlichen der Stichprobe am wenigsten Äusserungen gemacht. Wir können also annehmen, dass Einsamkeit ein negatives Gefühl ist, das nicht so stark empfunden wird wie Unglücklichsein oder Angst. Auffallend sind die verschiedenen Bewältigungsstrategien von Mädchen und Buben, wenn es um ihre Einsamkeit geht. Einsame Buben wollen die Schule schwänzen, einsame Mädchen ziehen sich zurück, verschliessen sich, werden schüchtern. Ein zweiter allgemeiner Unterschied zwischen den Geschlechtern zeigt sich darin, dass es den Buben genügt, einfach mit Kollegen oder Kolleginnen *zusammen zu sein.* Mädchen wollen mit ihren Freundinnen und Freunden und mit ihren Familienangehörigen sprechen. Sie wollen ihre Einsamkeit mit anderen *diskutieren,* die Buben hingegen sind offenbar schon getröstet, wenn sie einfach *bei der Gruppe* sind, auch wenn niemand ihre Einsamkeit bemerkt.

Mädchen wollen ihre Einsamkeit mit anderen diskutieren, die Buben hingegen sind schon getröstet, wenn sie bei der Gruppe sind.

Bei der Betrachtung der Unterschiede zwischen den Mädchen der Realschule und des Gymnasiums zeigen sich Vorlieben: die Strategie des Sichzurückziehens taucht bei den Realschülerinnen früher auf als bei den Gymnasiastinnen. Interessanterweise tun dies die Realschülerinnen vor allem im 7. Schuljahr häufiger als die Buben, während Gymnasiastinnen dies im 9. Schuljahr häufiger als die Buben des Gymnasiums als Ausweg ansehen. Vergleichen wir die jüngere mit der älteren Mädchengruppe insgesamt, d.h. ohne die Schulform zu berücksichtigen, so ergibt sich kein signifikanter Unterschied bei den Mädchen.

Unterschiedlichen Umgang mit Einsamkeit ergibt die Betrachtung der Schulformen. Vor allem die Realschüler haben im 7. Schuljahr die Idee, sie wollen die Schule schwänzen, wenn sie einsam sind. Mädchen und Buben der Realschule sind auch der Meinung, sie seinen dann unkonzentriert. Die Gymnasiastinnen und Gymnasiasten hingegen geben an, sie gingen in die Bibliothek, wenn sie einsam sind.

Die Bewältigung negativer Gefühle der Realschüler unterscheidet sich deutlich von jener der Gymnasiasten.

Wir waren überrascht über die grossen Unterschiede, die sich innerhalb der Gruppe der Buben in bezug auf die Schulform ergaben. Die Bewältigung negativer Gefühle der Realschüler unterscheidet sich deutlich von jener der Gymnasiasten: Realschüler sind unkonzentrierter und wollen mit ihren Peers diskutieren, während die Gymnasiasten zu Kollegen oder in die Bibliothek gehen. Ein bemerkenswertes Ergebnis ist die Tatsache, dass die Realschüler sagen, dass ihre Unkonzentriertheit mit negativen Gefühlen, hier der Einsamkeit, zusammenhängt.

Auf das Gefühlsleben der Mädchen scheint die Schulform (Real oder Gym) keinen so grossen Einfluss zu haben wie auf die Buben, die Unterschiede unter den Mädchen sind nicht so auffallend. Die grösseren Differenzen innerhalb der Bubengruppe lassen sich vergleichen mit dem Phänomen der breiteren Streuung bezüglich Begabung (es finden sich überproportional mehr Buben in Sonderklassen, sowie sich auch an der Spitze der Hochbegabten mehr Buben befinden (nach *Heller,* 1992). Offensichtlich hat die Schulform einen stärkeren Einfluss auf die Gefühlsbewältigung der Buben als auf jene der Mädchen.

Unglücklichsein – ein Mädchenproblem?

Zu diesem Gefühl gab es insgesamt mehr Aussagen als zu Einsamkeit. Bedeutend mehr Mädchen (71,4%) als Buben (41,4%) sprechen über Unglücklichsein. Die Mädchen sagen aber auch gleichzeitig, wie sie damit umgehen wollen: sie sprechen mit anderen Personen, vor allem ihren FreundInnen, über ihre negativen Gefühle. Es fragt sich nun, ob häufige Aussagen zu Unglücklichsein ein Ausdruck von Instabilität sind, wie sie *Fend* festgestellt hat, oder ob sie nicht ein Hinweis darauf sind, dass Mädchen erstens zu ihren negativen Emotionen eher stehen und dann zweitens aktiv und konstruktiv damit umgehen.

Realschülerinnen und Gymnasiastinnen im Vergleich

Die Gymnasiastinnen diskutieren sowohl mit ihren Freundinnen als auch mit ihren Familienangehörigen. Die Realschülerinnen diskutieren vor allem mit ihren Kolleginnen. Die Gymnasiastinnen scheinen damit über zwei verschiedene Kommunikationsorte zu verfügen und damit über mehr Möglichkeiten der Problem-Bewältigung. Die Realschülerinnen sind häufiger traurig und unkonzentriert, d.h. ihre Schulleistungen werden durch die Emotionen negativ beeinflusst. Die Realschülerinnen bewältigen ihre negativen Emotionen weniger kommunikativ, weniger kognitiv und handlungsorientiert. Dies könnte ein Hinweis sein auf emotionale Destabilisierung wie sie *Fend* festgestellt hat. Die unterschiedlichen Bewältigungsmöglichkeiten der Gymnasiastinnen deuten eher auf flexi-

blen und reifen, situationsangepassten Umgang mit negativen Gefühlslagen als auf Instabilität.

Realschüler und Gymnasiasten:
«Der Indianer kennt keinen Schmerz»

Es fragt sich, ob Buben zu grösserer Stabilität bezüglich Unglücklichsein neigen. Aufgrund unserer Ergebnisse stellen wir fest, dass Buben mit emotionalen Problemen anders umgehen als Mädchen. Buben wählen das Verdrängen als Hauptstrategie. Unterschiede innerhalb der Bubengruppe zeigten sich dadurch, dass die jüngeren Buben häufiger Hilfe bei den Freunden, den Lehrpersonen und den Familienangehörigen suchen als die älteren. Die älteren Buben werden *ruhig,* wollen *nach Hause,* oder *verdrängen* ihr Problem. Sie suchen nicht mehr den Kontakt zu Personen, suchen also weniger die kommunikative Verarbeitung. Bei den Buben scheint sich zwischen dem 7. und 9. Schuljahr eine Innenwendung zu vollziehen. Ob dafür die Identifikation mit der männlichen Rolle verantwortlich ist, die beispielhaft an der Wendung «der Indianer kennt keinen Schmerz» zum Ausdruck kommt, lässt sich nur vermuten. Als zunehmende Stabilität wollen wir diese Entwicklung nicht interpretieren. Die Gymnasiasten wenden weniger Vermeidungsstrategien an, sie diskutieren auch noch häufiger mit ihren Freunden. Die Realschüler hingegen sind, je älter sie werden, mit ihren negativen Emotionen allein. Alle Buben haben die eindeutige Tendenz, ihre Probleme ohne andere Personen lösen zu wollen.

Angst vor der Lehrperson an dritter Stelle

Die Annahme, dass Mädchen mehr über Schulängste berichten würden, hat sich bestätigt. Alle Jugendlichen nannten an erster Stelle und weitaus am häufigsten die Prüfungsangst. Natürlich ist damit die Angst vor schlechten Noten verbunden, das erstaunt nicht weiter. Unerwartet und überraschend folgt an dritter Stelle der Ängste die Angst vor der Lehrperson. Dies wirft uneres Erachtens ein bedenkliches Licht auf die Beziehungen zwischen Schülerinnen und Schülern einerseits und den Lehrpersonen andererseits.

An dritter Stelle der Ängste folgt die Angst vor der Lehrperson.

Im Detail zeigt sich: die Gymnasiastinnen des 9. Schuljahres fürchten sich nicht so sehr vor der Lehrkraft, sondern mehr davor, zur Aussenseiterin zu werden. Die Mädchen der 7. Real-Klasse liegen im Trend der Reihenfolge *Prüfungsangst, Notenangst, Angst vor der Lehrkraft,* die Gymnasiastinnen hingegen haben mehr Ängste im Bereich *soziale Akzeptanz.* Wir fragen uns, ob sich bei den Gymnasiastinnen ein Konflikt zeigt, der mit der Übernahme der weiblichen Geschlechtsrolle zusammenhängt. Für diese Annahme sprechen die Forschungen von *Flaake,* welche festgestellt hat, dass intellektuelle Leistungsstärken von Frauen nicht im weiblichen Rollenbild vorgesehen sind (vgl. *Flaake* 1990). Intelligente Mädchen werden häufig als Streberinnen ausgegrenzt. Die Ängste der Gymnasiastinnen nehmen mit dem Alter, bzw. dem Zwang, sich mit der weiblichen Rolle zu identifizieren, zu, auch das spricht für diese These.

Die Buben haben insgesamt mehr Angst vor den Lehrpersonen als die Mädchen. Von den 22 Nennungen stammen 14 von Buben und 8 von Mäd-

chen. Bei den Buben ist die Angst vor der Lehrperson im 7. Schuljahr am ausgeprägtesten. Im 9. Schuljahr fürchten sie sich dann mehr davor, von der Schule zu fliegen. Die Buben im 7. Schuljahr befürchten dafür weniger, dass sie von der Schule fliegen als die Mädchen. Die unterschiedlichen Ängste deuten auf einen anderen Umgang mit Misserfolg hin, sollte der eintreten. Die Buben könnten in diesem Fall der Lehrperson die Schuld geben (sie mag mich nicht, sie hat es schlecht erklärt...), während die Mädchen sich ihren Misserfolg mit der eigenen Leistung oder Begabung erklären (ich bin halt dumm...).

Die vorliegende Forschungsarbeit kann die Ursachen für die Angst vor den Lehrpersonen nicht erklären. Vermuten können wir, dass die Lehrpersonen als Repräsentantinnen und Repräsentanten der Schule mit ihren Leistungsforderungen und Zuweisungschancen für die Zukunft betrachtet werden. Sie werden offenbar viel mehr als Prüfende und Strafende denn als Beratende für das Lernen erlebt. Wie stark die Lehrkräfte selbst und wieweit das System für diese Ängste verantwortlich sind, ist nicht zu beurteilen. Mit Sicherheit sind diese Ängste aber einer guten Schulleistung nicht förderlich. Umgekehrt sind bessere Schulleistungen kein Zeichen für mehr Vertrauen in die Lehrpersonen. Im Gymnasium steht die Angst vor der Lehrkaft genauso an dritter Stelle wie in der Realschule. Hier sehen wir einen dringenden Handlungsbedarf, in dem die Frage geklärt wird: Welche Strategien zum Abbau dieser Ängste drängen sich auf?

Im Gymnasium steht die Angst vor der Lehrkaft genauso an dritter Stelle wie in der Realschule.

Unsere Untersuchung hat gezeigt, dass die negativen Gefühle und Ängste der Schülerinnen und Schüler von ihnen artikuliert werden, ihnen also bewusst sind. Dass sie auch im alltäglichen Schulgeschehen unverstellt zum Ausdruck gebracht werden, dürfte selten sein. Um so wichtiger ist es für Lehrerinnen und Lehrer, um diese Gefühle zu wissen, wenn sie das manchmal schwierige Verhalten von Jugendlichen dieser Altersstufe interpretieren wollen. Vielleicht verbirgt sich hinter einer flegelhaften Fassade mehr Angst und Einsamkeit als die Lehrkraft ahnt. Sich dafür zu interessieren und den Schülerinnen und Schülern ihre Ängste zu nehmen, scheint uns dem Auftrag der Lehrerinen und Lehrer immanent und eine menschliche Aufgabe schlechthin.

Literatur

L. Brüderl, Theorien und Methoden der Bewältigungsforschung, Weinheim und München: Juventa 1988

H. Fend, Vom Kind zum Jugendlichen, Bern, Stuttgart, Toronto: Huber 1990

K. Flaake, Erst der männliche Blick macht attraktiv, in: Psychologie heute, Nr. 12 (1990), S. 48–53

K. A. Heller, Koedukation und Bildungschancen der Mädchen, in: Bildung und Erziehung, Nr. 1 (1992), S. 5–30

M. Horstkemper, Schule – Geschlecht – Selbstvertrauen, München: Juventa 1987