



## DAS TRAININGSRAUMKONZEPT

### Inhalt

1. Zielstellung des Trainingsraumkonzeptes.....	1
2. Voraussetzungen.....	2
3. Ziele der Trainingsraum-Methode.....	2
4. Ablauf für den Trainingsraum-Besuch.....	3
5. Hinweise an das Trainingsraum-Personal.....	5
6. Verantwortlichkeiten und Aufgaben.....	5
Anlagen .....	7

### 1. Zielstellung des Trainingsraumkonzeptes

Das Trainingsraumkonzept geht auf Edward E. Ford zurück. Basierend auf festgelegten Regeln für den Unterricht soll mit Hilfe des Konzeptes ein störungsfreier Unterricht ermöglicht werden.

Folgende Regeln bilden an unserer Schule den Rahmen für einen störungsfreien Unterricht:

#### **Unsere Regeln im Unterricht**

1. Zu Unterrichtsbeginn habe ich meine Arbeitsmaterialien am Platz bereitgelegt und ich stehe ruhig an meinem Platz.
2. Ich melde mich und warte, bis ich aufgerufen werde.
3. Ich höre zu, wenn andere sprechen.
4. Ich befolge die Anweisungen der Lehrerinnen und Lehrer sowie des pädagogischen Personals.

Diese Regeln gelten für alle Klassen und hängen in allen Klassenräumen gut sichtbar aus.

Beabsichtigt wird mit Hilfe der Trainingsraum-Methode in erster Linie eine Verhaltensänderung der Schüler<sup>1</sup>. In dieser Form hat sich die Trainingsraum-Methode mittlerweile an zahlreichen Schulen etabliert. Der Trainingsraum ist kein Silentium, um Aufgaben für den Unterricht zu erledigen oder um Arbeiten nachzuschreiben. Er dient der Selbstreflexion der Schüler und es werden Methoden der emotionalen Stressbewältigung sowie alternative Handlungsstrategien erarbeitet. Die Klassenlehrer erläutern allen Schülern das Trainingsraumkonzept und informieren die Erziehungs- und Sorgeberechtigten in einem Elternabend bzw. durch einen Elternbrief (Anlagen 6 und 7).

## **2. Voraussetzungen**

Mit Hilfe der SCHILF wurden alle Lehrkräfte der Klaus-Gottschalk-Schule in das Trainingsraumkonzept eingeführt. Im Trainingsraum arbeitet ein von der Schulleitung bestätigtes Team, bestehend aus Lehrkräften und pädagogischen Fachkräften und falls nötig in Kooperation mit der Schulsozialarbeit.

## **3. Ziele der Trainingsraum-Methode**

1. Der Schüler soll im Trainingsraum lernen, sein Verhalten und die daraus resultierenden Störungen zu reflektieren. Er erstellt einen Plan zu einer positiven Verhaltensänderung.
2. Die Einrichtung eines Trainingsraumes führt bei der Mehrheit der Schüler zu einem konzentrierteren Lernen. Der Lärmpegel im Unterricht sinkt, Unterrichtsstörungen verringern sich.
3. Der Trainingsraum kann Distanz schaffen zwischen Lehrkräften und Schülern, die einen (unter Umständen „festgefahrenen“) Konflikt haben, indem der Konflikt mit einer dritten Person (Trainingsraum-Personal) besprochen wird. Diese kann Konfliktlösungsstrategien anbieten und gegebenenfalls in einem gemeinsamen Gespräch moderieren.
4. Der Trainingsraum dient der Entlastung nicht nur der Lehrkraft, sondern auch der Schüler angesichts von weniger Unterrichtsstörungen. Das Klassenklima verbessert sich.

## **4. Ablauf für den Trainingsraum-Besuch**

1. Bei Verstößen gegen die festgelegten Unterrichtsregeln soll der Schüler, bevor er in den Trainingsraum geschickt wird, mindestens zweimal ermahnt werden. Orien-

---

<sup>1</sup> Im Konzept wird aus Gründen der besseren Lesbarkeit ausschließlich die männliche Form verwendet. Sie bezieht sich auf Personen der drei Geschlechter männlich, weiblich und divers.

tierung kann in diesem Fall der Frageprozess (Anlagen 4 und 5) bieten, der dem Schüler deutlich machen soll, gegen welche Regel er gerade verstoßen hat und welche Möglichkeiten sich nun bieten. Ganz wichtig ist bei diesem Vorgehen, dass dem Schüler die Wahl gegeben wird, weiterhin in der Klasse am Unterricht teilzunehmen oder dass er in den Trainingsraum geschickt wird. Zudem macht die Lehrkraft dem Schüler deutlich, dass weitere Regelverstöße zum Trainingsraum-Besuch führen.

**Ausnahme:**

Bei gravierenden Regelübertretungen wie z. B. massive Beleidigungen gegenüber Lehrkräften oder Mitschülern, rassistischen Äußerungen oder jegliche Form körperlicher Gewalt wird der Schüler ohne weiteren Frageprozess sofort in den Trainingsraum geschickt. Dies trifft auch für Pausensituationen zu.

2. Die unterrichtende Lehrkraft, welche den Schüler wegen eines Fehlverhaltens in den Trainingsraum schickt, schreibt auf den Laufzettel (Anlage 3) den Vor- und Nachnamen, die Klasse des Schülers sowie eine kurze Notiz bezüglich der Regelübertretungen. Der Schüler führt den Laufzettel bei sich.
3. Der Schüler sucht selbstständig den Trainingsraum auf und führt den Laufzettel der unterrichtenden Lehrkraft mit. Ist einzuschätzen, dass der emotionale Zustand des Schülers das eigenständige Aufsuchen des Trainingsraums unmöglich macht, meldet ein verantwortungsvoller Schüler der Klasse dies umgehend dem Trainingsraum-Personal. Der Schüler wird dann aus der Klasse abgeholt.
4. Das Trainingsraum-Personal nimmt den Schüler in Empfang, verzeichnet die Anwesenheit im Trainingsraumbuch sowie im digitalen Notenbuch.
5. Falls nötig, organisiert der Fachlehrer am Stundenende die Mitnahme der Unterrichtsmaterialien, Schultasche und Jacke des Schülers in den nächsten Unterrichtsraum.
6. Anhand der Leitlinien (Anlage 1) bespricht das Trainingsraum-Personal mit dem Schüler die Situation im Unterricht und erstellt mit ihm gemeinsam einen Plan zur Verbesserung des Verhaltens im Unterricht (Anlagen 8 und 9). Dieser Plan verbleibt im Trainingsraums und kann als Gesprächsgrundlage bei einem weiteren Trainingsraumbesuch sowie bei der Umsetzung pädagogischer oder Ordnungsmaßnahmen dienen.
7. Das Personal im Trainingsraum legt zu jedem Schüler, der den Trainingsraum aufsucht, eine Trainingsraumkarte (Anlage 10) an.

Nach jeweils vier Besuchen erfolgt die Umsetzung einer pädagogischen Maßnahme entlang der Trainingsraumkarte (Anlage 10) sowie nach dem 16. Trainingsraumbesuch.

such die Androhung und mit dem 20. Trainingsraumbesuch die Einleitung einer Ordnungsmaßnahme nach § 39 des Sächsischen Schulgesetzes.

8. Muss ein Schüler an einem Tag zweimal den Trainingsraum aufsuchen, wird er von den Eltern abgeholt.

**Sonderfall:**

Weigert sich der Schüler den Trainingsraum aufzusuchen bzw. verweigert er im Trainingsraum die Mitarbeit, kann er vom weiteren Unterricht ausgeschlossen werden und die Erziehungs-/Sorgeberechtigten werden über die weitere Vorgehensweise informiert. Der Schüler wird dann durch diese abgeholt und es erfolgt ein kurzes gemeinsames Reflexionsgespräch.

Bemerkt ein Schüler vor der ersten Ermahnung selbst, dass sein Verhalten gegen die bestehenden Regeln verstoßen könnte, kann er von sich aus den Trainingsraum aufsuchen, ohne dass er eine explizite Aufforderung der Lehrkraft oder des pädagogischen Personals benötigt. Der Schüler zeigt dies der Lehrkraft an und holt sich deren Kenntnisnahme und Zustimmung ein.

Grundsätzlich kann es einem Schüler aufgrund von Pausensituationen, familiären oder persönlichen Situationen zeitweise schwerfallen, am Unterricht teilzunehmen. Auch dann besteht die Möglichkeit, in Rücksprache mit der Lehrkraft, den Trainingsraum aufzusuchen, um dort mit einer Lehrkraft oder mit pädagogischen Fachpersonal zu sprechen.

## **5. Hinweise an das Trainingsraum-Personal**

1. Es ist darauf zu achten, dass Schüler bei der Beantwortung der Frage bezüglich ihrer zukünftigen Verhaltensänderungen positive Formulierungen verwenden (Beispiel: „Ich rede in der Pause mit meinen Freunden.“ statt: „Ich rede nicht mehr im Unterricht.“).
2. Wichtig ist auch, mit dem Schüler möglichst intensiv Gespräche zu führen, nachzuhaken, wenn Antworten nicht akzeptabel sind und auf inhaltlich plausiblen schriftlichen Äußerungen zu bestehen.
3. Der Schüler sollte nicht ohne einen vollständig ausgefüllten Plan wieder in den nächsten Unterricht starten.
4. Es ist sinnvoll, dass sich Klassenlehrer und das Trainingsraumpersonal gegenseitig unterstützen. Die Klassenlehrer können aufgrund ihrer genauen Kenntnis der Schüler nach eigenem Ermessen weitere pädagogische Maßnahmen durchführen (z. B. Anruf bei den Eltern usw.). Die Klassenlehrer sowie die Sorge- und Erziehungsberechtigten sind durch den Vermerk TR im digitalen Notenbuch über das Fehlverhalten ihrer Schüler im Fachunterricht informiert.

## **6. Verantwortlichkeiten und Aufgaben**

### **Leiter Trainingsraum:**

- Besetzung des Trainingsraumes
- Koordination des Trainingsraumpersonals und ihrer Aufgaben
- Rückmeldung an die Schulleitung
- Rücksprache mit der Schulsozialarbeit
- Ansprechpartner für Fach- und Klassenlehrer

### **Trainingsraum-Personal:**

- Besetzung des Trainingsraumes
- pädagogische Arbeit mit den Schülern
- Elterngespräche

### **Klassenlehrer:**

- regelmäßige Kontrolle der Klassenbücher nach Einträgen aus dem Trainingsraum
- Absprache mit Schulleitung, Trainingsraumpersonal und Schulsozialarbeit über geplante Erziehungs- und Ordnungsmaßnahmen, ggf. Teilnahme an Elterngesprächen

**Fachlehrer:**

- Rücksprache mit Trainingsraumpersonal bei unklaren Verhaltenssituationen
- falls notwendig: Teilnahme an Gesprächen mit den Erziehungs-/Sorgeberechtigten und dem Schüler

**Schulsozialarbeit:**

- pädagogische Arbeit mit den Schülern
- Elterngespräche
- regelmäßige Rücksprache mit der Leitung des Trainingsraumes und der Schulleitung

## **Anlagen:**

- 1 Vorlage Leitlinien für die Trainingsraumlehrer
- 2 Vorlage „Unsere Regeln im Unterricht“
- 3 Vorlage Zuweisung an den Trainingsraum
- 4 Vorlage „Der Frageprozess“
- 5 Vorlage „Fragen, die bei Unterrichtsstörungen im Klassenraum gestellt werden“
- 6 Vorlage Elternbrief
- 7 Vorlage Elterninformationsabend
- 8 Vorlage „Mein Plan“
- 9 Vorlage „Wie erstelle ich einen Plan?“
- 10 Vorlage Trainingsraumkarte
- 11 Vorlage Tagesprotokoll

# Leitlinien für die Trainingsraumlehrerinnen und -lehrer

1. Begrüßen Sie die Schülerin/den Schüler freundlich.
2. Erfragen Sie die Bereitschaft der Schülerin/des Schülers zur Mitarbeit.
3. Achten Sie auf ihre/seine Gefühle und sprechen Sie diese an.
4. Stellen Sie Ihre Fragen ruhig und sachlich.
5. Lassen Sie die Schülerin/den Schüler möglichst genau die Störungssituation schildern.
6. Versuchen Sie, die Schülerin/den Schüler in seiner Absicht zu verstehen.
7. Lassen Sie die Schülerin/den Schüler die Regel nennen, gegen die sie/er verstoßen hat.
8. Sprechen Sie mit der Schülerin/dem Schüler nur über sein/ihr Störungsverhalten und nicht über das eines anderen Schülers/einer anderen Schülerin.
9. Gesprächsthema ist das zurückliegende und das zukünftige Verhalten der betreffenden Schülerin/des betreffenden Schülers.
10. Bringen Sie die Schülerin/den Schüler bei Ausflüchten zu seinem Verhalten zurück.
11. Lassen Sie die Schülerin/den Schüler selbst nach alternativem Verhalten suchen.
12. Helfen Sie ihr/ihm, Entscheidungen zu treffen.
13. Geben Sie ihr/ihm Zeit, sich „durch den Lösungsprozess zu kämpfen“.
14. Helfen Sie ihr/ihm bei der Erstellung des Planes.

## **Unsere Regeln im Unterricht**

1. Zu Unterrichtsbeginn habe ich meine Arbeitsmaterialien am Platz bereitgelegt und ich stehe ruhig an meinem Platz.
2. Ich melde mich und warte, bis ich aufgerufen werde.
3. Ich höre zu, wenn andere sprechen.
4. Ich befolge die Anweisungen der Lehrerinnen und Lehrer sowie des pädagogischen Personals.

## Zuweisung an den Trainingsraum<sup>2</sup>

Schüler/-in: \_\_\_\_\_ Klasse: \_\_\_\_\_

1. Störung: Verstoß gegen Regel 1/2/3/4

\_\_\_\_\_

Weiteres auffälliges Verhalten:

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Lehrer/-in: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_ Stunde: \_\_\_\_\_ Zeit: \_\_\_\_\_

<sup>2</sup>Bründel / Simon: Die Trainingsraum-Methode. © Beltz Verlag • Weinheim und Basel

## Zuweisung an den Trainingsraum<sup>2</sup>

Schüler/-in: \_\_\_\_\_ Klasse: \_\_\_\_\_

1. Störung: Verstoß gegen Regel 1/2/3/4

\_\_\_\_\_

Weiteres auffälliges Verhalten:

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Lehrer/-in: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_ Stunde: \_\_\_\_\_ Zeit: \_\_\_\_\_

<sup>2</sup>Bründel / Simon: Die Trainingsraum-Methode. © Beltz Verlag • Weinheim und Basel

## Der Frageprozess

### Erste Störung

1. „Was machst du gerade?“
2. „Wie lauten unsere Regeln?“
3. „Was g e s c h i e h t, wenn du dich nicht an diese Regeln hältst?“
4. „Wofür entscheidest du dich?“
5. „Wenn du doch wieder störst, was passiert dann?“

### Zweite Störung

Du hast jetzt wieder gegen unsere Regeln verstoßen. Damit hast du dich entschieden, in den Trainingsraum zu gehen!

## Fragen, die bei Unterrichtsstörungen im Klassenraum gestellt werden

1. **„Was tust du gerade?“**  
x „Beschreibe einmal, was du gerade tust!“  
x Falls die Schüler/-innen antworten: „Wieso? Nichts!“  
kann man entgegnen: „Ich sehe, dass du ..... machst.“
2. **„Wie lautet unsere Regeln?“**  
x „Gegen welche Regel verstößt du mit deinem Verhalten?“
3. **„Was passiert, wenn du dich nicht an diese Regeln hältst?“**  
x „Weißt du noch, was wir vereinbart haben?“
4. **„Wofür entscheidest du dich?“**  
x „Was möchtest du? Möchtest du über dein Störverhalten nachdenken,  
oder möchtest du dein Störverhalten aufgeben und in der Klasse bleiben?  
Du kannst dich jetzt entscheiden!“
5. **„Wenn du doch wieder störst, was passiert dann?“**  
x „Und wenn ich dich noch einmal ermahnen muss, was dann?“

## Elternbrief

Sehr geehrte Sorgeberechtigte,

in unserer Schule wird, nach Zustimmung durch die Schulkonferenz, das „Trainingsraum-Programm“ zur Lösung von Disziplinproblemen durchgeführt. Auch an vielen anderen Schulen hat sich das Programm sehr gut bewährt. Wir erhoffen uns durch diese Maßnahme eine Entspannung des Klassen- und Schulklimas und mehr Spaß und Erfolg beim Lernen für alle Schülerinnen und Schüler.

Die Hauptidee der Trainingsraum-Methode, die Ihnen vorgestellt wurde, besteht darin, alle Schülerinnen und Schüler, die den Unterricht stören, dahin zu bringen, über ihr Handeln verantwortlich nachzudenken. Diese Fähigkeit kann auch dazu beitragen, zu Hause und in der Freizeit Probleme besser zu bewältigen.

Bitte beachten Sie: Sollte Ihr Kind im Trainingsraum die Mitarbeit verweigern oder trotz nachdrücklichem Hinweis auf die Regeln weiterhin stören, wird sich ein Trainingsraumlehrer bzw. eine Trainingsraumlehrerin für ein Elterngespräch mit Ihnen in Verbindung setzen und Sie müssen, falls es als notwendig erachtet wird, ihr Kind umgehend abholen.

Die Zuweisungen zum Trainingsraum werden im digitalen Notenbuch erfasst und sind dort für Sie jederzeit einsehbar.

Falls Sie Fragen zum Trainingsraumkonzept haben, können Sie sich gern per Mail an die Trainingsraumverantwortliche([npetereit@kgs.lernsax.de](mailto:npetereit@kgs.lernsax.de)) oder an die Klassenleitung wenden.

Bitte bestätigen Sie mit Ihrer Unterschrift, dass Sie von dieser Regelung Kenntnis genommen haben.

Mit freundlichen Grüßen

J. Knauth  
Schulleiterin

---

Datum, Unterschrift der/des Sorgeberechtigten

Mein Plan<sup>2</sup> vom \_\_\_\_\_

Was habe ich gemacht?

---

---

---

Gegen welche Regel habe ich verstoßen?

---

---

**Mein genauer Plan. Wie kann ich mich zukünftig besser an die Unterrichtsregeln halten (Was benötige ich dafür)?**

---

---

---

---

Wen frage ich nach versäumtem Unterrichtsstoff und Hausaufgaben?

---

Wem zeige ich diesen Plan? \_\_\_\_\_ Wann: \_\_\_\_\_

**Vereinbarung**

Ich möchte wieder im Klassenverband lernen, mein Recht auf störungsfreien Unterricht wahrnehmen und die Regeln einhalten.

Ich verpflichte mich, meinen Plan einzuhalten.

Meine Unterschrift: \_\_\_\_\_ Klasse: \_\_\_\_\_

Trainingsraumlehrer/-in: \_\_\_\_\_

<sup>2</sup>Bründel / Simon: Die Trainingsraum-Methode. © Beltz Verlag • Weinheim und Basel

## Wie erstelle ich einen Plan?<sup>2</sup>

1. **Beschränke dich auf ein einzelnes, eng umgrenztes Gebiet, auf dem du dich verbessern willst.**
2. **Setze dir ein Ziel, das du auch erreichen kannst.**
3. **Wie willst du dein Ziel in Handlungen umsetzen?**
4. **Wie (an welchen Handlungen) kann deine Lehrerin / dein Lehrer erkennen, dass du dir ein Ziel gesetzt hast?**
5. **Woran erkennt deine Lehrerin / dein Lehrer, dass du erfolgreich bist?**
6. **Wie willst du mit dem Problem umgehen, wenn es demnächst wieder auftritt?**



<sup>2</sup>Bründel / Simon: Die Trainingsraum-Methode. © Beltz Verlag • Weinheim und Basel

Trainingsraumkarte von: \_\_\_\_\_ Klasse: \_\_\_\_\_

<b>Trainingsraumbesuche</b>	<b>Konsequenz</b>
1. Besuch	
2. Besuch	
3. Besuch	
4. Besuch	<b>Rechtfertigung vor der Klasse</b>
5. Besuch	
6. Besuch	
7. Besuch	
8. Besuch	<b>Elterngespräch</b>
9. Besuch	
10. Besuch	
11. Besuch	
12. Besuch	<b>Ordnungsmaßnahme durch KL</b>
13. Besuch	
14. Besuch	
15. Besuch	
16. Besuch	<b>Weitere Ordnungsmaßnahmen / Androhung Schulausschluss</b>
17. Besuch	
18. Besuch	
19. Besuch	
20. Besuch	<b>Schulausschluss bis zu vier Wochen</b>